

АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЦЕНТР ДЕТСКО-ЮНОШЕСКОГО
СПОРТИВНО-ПАТРИОТИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ
"ВИТЯЗЬ"»

Рассмотрено и одобрено
Директор Центра
Специальной Подготовки «Витязь»

Герой России С.И. Лысюк
«__» _____ 2021 год

УТВЕРЖДАЮ

Директор АНО ЦДФОСП «Витязь»
С.М. Евдокимов
«__» _____ 2021 год



Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
«Гвардейская Смена»

Возраст обучающихся с 10 - 17 лет,
срок реализации — 5 лет

Авторы-составители
Лысюк Сергей Иванович, Герой России,
директор ЦСП «Витязь» полковник в отставке

Евдокимов Сергей Михайлович
Руководитель ЦСПВ ДО «Витязь»

Москва - 2019 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.

Данная программа относится к военно-патриотической направленности и является интегрированной, так как объединяет различные области: начальную военную подготовку, медицину, основы российского военного законодательства, обеспечение безопасности жизнедеятельности, историю, физическую подготовку.

Важнейшей составной частью воспитательного процесса сегодня является формирование патриотизма и культуры межнациональных отношений, которые имеют огромное значение в социально-гражданском и духовном развитии личности обучающихся. Только на основе чувств патриотизма и национальных святынь укрепляется любовь к Родине, появляется чувство ответственности за ее могущество, честь и независимость, сохранение материальных и духовных ценностей общества. Истинный патриотизм предполагает формирование и длительное развитие целого комплекса позитивных качеств. Основой этого развития являются духовно-нравственный и социокультурный компоненты. Патриотизм выступает в единстве духовности, гражданственности и социальной активности, осознающей свою нераздельность, неразрывность с Отечеством. В соответствии с Федеральным законом «О воинской обязанности и военной службе» составной частью патриотического воспитания является военно-патриотическое воспитание граждан.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Юный Спецназовец» направлена на формирование патриотического сознания, социальной активности, гражданской ответственности, преданного служения своему Отечеству, готовности к выполнению гражданского долга и конституционных обязанностей по защите интересов Родины, укрепление силы духа, стойкости характера, подготовки к жизни в экстремальных условиях и может быть реализована в организациях дополнительного образования и в общеобразовательных организациях.

Программа «Гвардейская Смена» разработана Лысюком Сергеем Ивановичем, Герой Российской Федерации, полковник в отставке, директор Частного образовательного учреждения дополнительного профессионального образования «Центр специальной подготовки «Витязь» совместно с инструкторским составом Центра Спортивно-Патриотического воспитания «Витязь» Евдокимов Сергей Михайлович, мастер спорта по рукопашному бою, инструктор по специальной подготовке.

В системе мер по развитию научно-теоретических и методических основ патриотического воспитания Государственной программы «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации на 2020 – 2024 годы», предусмотрена разработка комплекса учебных специальных программ и методик в области патриотического воспитания, что подтверждает **актуальность** создания дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Гвардейская Смена».

В этой ситуации авторы программы посчитали принципиально важным перейти от эпизодической подготовки обучающихся к постоянному системному обучению, воспитанию у них необходимых качеств, привитию им соответствующих знаний, умений, навыков.

Образовательная программа «Гвардейская Смена» ориентирована:

- на развитие у обучающихся гражданственности и патриотизма как важнейших духовно-нравственных и социальных ценностей;

- на формирование у них профессионально значимых качеств, умений и готовности к их активному проявлению в различных сферах жизни общества, верности конституционному и воинскому долгу, высокой ответственности и дисциплинированности;

- на утверждение в сознании обучающихся гражданских, патриотических, правовых и общечеловеческих ценностей, взглядов и убеждений, уважения к традиционным российским нормам морали и нравственности, к культурному и историческому прошлому России;

- на воспитание гражданина, патриота, семьянина через изучение военного искусства, истории Отечества;

- на создание условий для духовно-нравственного воспитания, интеллектуального и физического развития учащихся;

- на воспитание творческой, социально адаптированной личности через формирование навыков самоорганизации, самореализации, саморазвития в ходе организации различных форм жизнедеятельности коллективов.

Образовательная программа «Гвардейская Смена» направлена на:

- *формирование гражданственности*, которая будет проявляться в готовности к выполнению конституционной обязанности защиты Отечества;

- *воспитание патриотизма* – любви к Родине, знание её истории, гордости за Российское государство, его свершения;

- *формирование готовности к безопасной жизнедеятельности*, требующей в различных жизненных ситуациях умения принимать самостоятельные решения, обеспечивающие выживание личное и окружающих;

- *создание условий* для интересной, насыщенной и полезной жизнедеятельности, как альтернативы негативным молодежным течениям, существующим в современной субкультуре.

Цель и задачи Программы

Цель Программы - создание условий способствующих формированию у подрастающего поколения общечеловеческих ценностных ориентаций, готовности к выполнению воинской обязанности, гордости за свою Родину.

Задачи:

➤ Воспитательные:

- формирование общей культуры воспитанников, их гражданских и нравственных качеств, готовности к выполнению конституционных обязанностей,

- популяризация истории России, российской армии, родного края, воспитание уважительного отношения к героической истории нашего государства, его вооруженным силам;

- воспитание потребности в здоровом образе жизни и активном отдыхе;

➤ Обучающие:

Формирование системы знаний, умений и навыков по основам:

- тактико-специальной подготовки

- военной топографии;

- медицинской подготовки,

- огневой подготовки;

- российского военного законодательства;

- единоборства, Общероссийская общественная организация «организация по развитию Смешанных Единоборств «ОСЕ»;

- альпинистской подготовки;

- истории воинской славы России.

➤ Развивающие:

- физическое и духовно-нравственное развитие детей и подростков; совершенствование ценностно-ориентированных качеств личности;
- развитие общей физической и специальной физической подготовки подготовленности обучающихся;
- обеспечение условий для самовыражения обучающихся, их творческой активности.

Для реализации поставленных задач осуществляется:

- теоретическая, практическая и физическая подготовка обучающихся;
- нравственно-патриотическое воспитание;
- сотрудничество «педагог – воспитанник - родители».

Основные направления деятельности:

- физическая подготовка (развитие выносливости и физической силы через освоения силовых, легкоатлетических, гимнастических и других упражнений для прохождения марш-бросков, полосы препятствий и т.д.);
- рукопашный бой (владение приемами самозащиты);
- военная топография (работа с картой и ориентирование на местности в различных условиях);
- огневая подготовка (знания различных видов оружия и боеприпасов, приемов владения стрельбы из разных типов оружия и т.д.);
- уставы ВС (права и обязанности военнослужащих, основы строевой подготовки и т.д.);
- медицинская подготовка (оказание первой медицинской помощи в различных ситуациях, способы реанимации и т.д.);
- выживание в экстремальных ситуациях (выживание в условиях автономного существования, добывание воды и огня и т.д.);
- радиационная, химическая, биологическая защита и гражданская оборона (действия в чрезвычайных ситуациях, средства индивидуальной защиты и т.д.);
- военная история (азы военного искусства Древней Руси, военная история разных веков и т.д.);
- инженерная подготовка (фортификация, различные типы заграждений, способы маскировки);
- тактическая подготовка (действия военнослужащего в обороне, разведке, наступлении и многое другое).

Все эти направления деятельности (разделы) объединены в крупные блоки, взаимосвязанные между собой и работающие в комплексе.

Обучение по данной программе связано с обращением и использованием учебного, спортивного оружия, боеприпасов, средств имитации, снаряжения, а также использованием приемов самозащиты с оружием и без него. Всё это придает особую значимость вопросам соблюдения правил техники безопасности при проведении занятий. Занятия с использованием учебно-материальной базы обычно проводятся в специально оборудованных местах (спортзале, тире, и т.д.).

Условия реализации программы.

Программа «Гвардейская Смена» имеет ознакомительный уровень, предназначена для обучающихся с 10 – 17 лет и рассчитана на 2 года обучения.

Годовая нагрузка детей составляет 276 часов учебного времени. Занятия проводятся 3 раза в неделю по 1.5 часа.

В зависимости от расписания занятий в образовательном учреждении и занятости воспитанников объединения в основном учебном процессе режим занятий может быть изменён.

Форма проведения занятий – групповая.

Обучаться по данной программе могут дети без предварительной подготовки. Набор в группы «Гвардейская Смена» проводится с учетом состояния здоровья, позволяющего заниматься физической подготовкой.

Реализация данной программы предполагает формирование у обучающегося устойчивой мотивации самостоятельного изучения основ военного дела, повышение уровня самооценки и осознания своей значимости в окружающем мире, развитие положительного эмоционального восприятия жизни.

Отличительной особенностью программы является достижение высокого результата в профессиональной подготовке обучающихся к армейской службе или подготовке к обучению в военных заведениях.

К концу первого года обучения обучающиеся должны

Знать:

- различные виды и типы оружия, и их основные детали;
- правила оказания первой медицинской помощи;
- приёмы рукопашного боя и защиты от различных нападений;
- основы высотной подготовки и меры безопасности при спуске с высотного здания.
- требования безопасности при обращении с учебным оружием, боеприпасами, сигнальными, осветительными и имитационными средствами;
- основы внешней и внутренней баллистики;
- основы военной топографии.

Уметь:

- выполнять норматив по неполной разборке и сборке макета автомата Калашникова («отлично» - 40 с., «хорошо» - 44 с., «удовлетворительно» - 51 с.);
- выполнять бинтовые и косыночные повязки;
- оказывать первую помощь пострадавшему;
- изготавливать и надевать ватно-марлевую повязку;
- выполнять основные строевые приемы;
- выполнять основные элементы акробатики;
- выполнять основные элементы страховки;
- основные элементы самообороны;
- выживать в автономных условиях;
- ориентироваться по карте.

Владеть навыком:

- стрельбы из учебной винтовки ИЖ-38;
- стрельбы из учебного пневматического пистолета ИЖ-71;
- спуска со здания на специальном снаряжении;
- защиты и самообороны;
- оказания первой медицинской помощи.

Иметь представление:

- о мерах безопасности при обращении с огнестрельным оружием;
- о мерах безопасности по работе на высотных зданиях.
- об общевоинских уставах и основах российского военного законодательства.

К концу второго года обучения обучающиеся должны:

Знать:

- способы защиты от различных нападений;
- основы работы с учебным огнестрельным оружием; ПМ, АКМ
- общевойсковые уставы и основы военного законодательства;
- правовые основы принятия необходимой обороны;
- приёмы составления схем по карте;
- основные сведения из внешней, внутренней баллистики;
- меры безопасности при посещении мест массового отдыха;
- Уставы Вооруженных сил Российской Федерации: основные положения;
- основы военной истории России;
- основные комбинации учебного боя.

Уметь:

- выполнять приёмы самообороны от различных ударов рук, ног, палки, угрозы пистолетом;
- выполнять упражнения по стрельбе из учебного ПМ, из различных положений;
- оказывать первую медицинскую помощь;
- применять меры безопасности при посещении мест массового отдыха;
- осуществлять движение по азимутам, обход препятствий с помощью карты;
- осуществлять движение по местности на транспорте с помощью карты;
- выживать в автономных условиях;

Владеть навыком:

- оказания первой медицинской помощи при термических и химических ожогах, ожоговом шоке, при отморожении и переохлаждении, при ранениях и переломах;
- составления схем по карте, топосъёмке по памяти.
- определения расстояния глазомерным способом, по шагам, времени движения;
- проведения учебного боя (бой с тенью, на различных дистанциях, с несколькими противниками)

Иметь представление:

- тактика технических характеристиках ПМ, АКМ
- о развитии военного искусства в России;
- об оружии массового поражения и средствах защиты;
- о правилах выживания в экстремальных условиях.

При *решении воспитательных задач* в конце обучения ожидаемыми результатами становятся:

- воспитание чувства товарищества, взаимопомощи в коллективе;
- формирование нравственной и психологической готовности к служению своей стране и её гражданам, в том числе – готовности защищать Отечество.

Формы оценки качества знаний.

Контроль за работой обучающихся, оценка их знаний, навыков и умений является важнейшим средством активации и повышения эффективности образовательного процесса.

Диагностика и оценка получаемых результатов проводится регулярно в процессе учебного года и подразделяется на:

- текущую, проводимую по усмотрению педагога для определения качества усвоения материала, корректуры планируемых учебных занятий;
- промежуточную (за полугодие);

- итоговую, проводимую для оценки получаемых результатов по окончании учебного года.

Используемые формы оценки качества знаний:

- тестирование;
- тактико-специальное занятие;
- спарринг-занятие (бои, схватки);
- военно-спортивные игры;
- контрольные стрельбы.
- контрольное занятие;
- зачет;
- викторины.

В конце каждого года обучения проводится сдача нормативов и контрольно проверочные занятия по технике приёмов и физические нормативы.

При организации занятий предусматривается максимальное использование материально технической базы «Центра специальной подготовки «Витязь».

Для проведения занятий привлекаются ветераны подразделений специального назначения. В период каникулярных дней предусмотрено проведение военно-спортивных сборов.

В конце каждого года обучения предусмотрены квалификационные испытания по положению триатлона «Юный спецназовец».

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Гвардейская Смена» может быть дополнена и изменена в установленном порядке.

1 год обучения

I. Учебный план

| № п / п | Наименование учебных дисциплин | Количество часов | | | Формы аттестации /контроля |
|-----------------------|--|------------------|-------------------|-------------------|----------------------------|
| | | всего | в том числе | | |
| | | | теоретически х | практи- ческих | |
| п\п | | | | | |
| 1 год обучения | | | | | |
| I. | Общая физическая подготовка | 44 | 4 | 38 | Зачет-2 |
| | Тема 1. Гимнастические упражнения и комплексы. | 5 | 1 | 4 | |
| | Тема 2. Атлетические упражнения. | 9 | 1 | 8 | |
| | Тема 3. Ускоренное передвижение. | 16 | 1 | 15 | |
| | Тема 4. Преодоление препятствий. | 8 | 1 | 7 | |
| | Тема 5. Метание гранаты на дальность. | 4 | | 4 | |
| II. | Специальная физическая подготовка. | 88 | 14 | 72 | Зачёт-2 |
| | Тема 1. Приемы страховки и само страховки. | 4 | 1 | 3 | |
| | Тема 2. Стойка и дистанции | 4 | 1 | 3 | |

| | | | | | |
|---|---|-----------|-----------|-----------|----------------|
| Тема 3. Захваты. | | 8 | 2 | 6 | |
| Тема 4. Броски | | 14 | 2 | 12 | |
| Тема 5. Болевые приемы | | 8 | 2 | 6 | |
| Тема 6. Борьба лёжа. | | 4 | 1 | 3 | |
| Тема 7. Удары руками и ногами. | | 16 | 2 | 14 | |
| Тема 8. Защитные действия от ударов. | | 12 | 2 | 10 | |
| Тема 9. Комплекс приемов рукопашного боя. | | 16 | 1 | 15 | |
| III. | Тактическая и тактико-специальная подготовка | 40 | 14 | 22 | Зачёт-4 |
| Тема 1. Основы тактико-специальной подготовки. | | 10 | 4 | 6 | |
| Тема 2. Основы альпинистской подготовки. | | 8 | 4 | 4 | |
| Тема 3. Выживание в условиях автономного существования. | | 12 | 4 | 8 | |
| Тема 4. Основы военной топографии. | | 6 | 2 | 4 | |
| IV. | Огневая подготовка | 32 | 14 | 15 | Зачёт-3 |
| Тема 1. Требования безопасности при обращении с оружием, боеприпасами, сигнальными, осветительными и имитационными средствами. Основы внешней и внутренней баллистики | | 6 | 5 | 1 | |
| Тема 2. Материальная часть автомата и пистолета. | | 8 | 4 | 4 | |
| Тема 3. Выполнение упражнений стрельб и стрелковые тренировки. Метание учебных ручных гранат. | | 6 | 2 | 4 | |
| Тема 4. Индивидуальные средства защиты от оружия и взрывчатых веществ. | | 1 | 1 | - | |
| Тема 5. Основы и правила стрельбы. | | 5 | 1 | 4 | |
| Тема 6. Приемы и способы ведения огня из учебного оружия по неподвижным целям днем. | | 3 | 1 | 2 | |
| V. | Медицинская подготовка | 30 | 10 | 16 | Зачёт-4 |
| Тема 1. Принципы оказания первой помощи. Правила и порядок осмотра пострадавшего. Оценка состояния пострадавшего. | | 8 | 4 | 4 | |
| Тема 2. Первая помощь при ранениях, острой кровопотере и травматическом шоке. | | 10 | 4 | 6 | |

| | | | | | |
|---|---|------------|-----------|------------|-----------|
| Тема 3. Сердечно-легочная реанимация. Особенности сердечно-легочной реанимации при электротравме и утоплении. Первая помощь при нарушении проходимости верхних дыхательных путей. | | 4 | 1 | 3 | |
| Тема 4. Транспортировка пострадавших. | | 2 | - | 2 | |
| Тема 5. Первая помощь при термических и химических ожогах, ожоговом шоке. Первая помощь при отморожении и переохлаждении. Первая помощь при перегревании. | | 2 | 1 | 1 | |
| VI. | Общевоинские уставы и основы российского военного законодательства | 24 | 14 | 8 | Зачёт-2 |
| Тема 1. Устав внутренней службы ВС РФ. | | 3 | 3 | - | |
| Тема 2. Дисциплинарный устав ВС РФ. | | 3 | 3 | - | |
| Тема 3. Устав гарнизонной караульной службы ВС РФ. | | 1 | 1 | - | |
| Тема 4. Строевой устав ВС РФ. | | 12 | 4 | 8 | |
| Тема 5. Основы военного законодательства. | | 3 | 3 | - | |
| VII | Итоговая аттестация | 18 | | | 18 |
| Итого | | 276 | 70 | 171 | 35 |

II. Распределение учебного времени по темам и видам учебных дисциплин

1. Общая физическая подготовка

Таблица 2

| № | Наименование | | | |
|----|--|----|---|----|
| | | | | |
| 1. | Тема 1. Общая физическая подготовка (ОФП) Освоение | 6 | 2 | 4 |
| 2. | Тема 2. Ускоренное передвижение | 10 | 2 | 8 |
| 3. | Тема 3. Преодоление препятствий | 10 | 1 | 17 |
| 4. | Тема 4. Препятствия | 0 | 1 | 1 |
| 5. | Тема 5. Метания | 4 | 1 | 2 |
| 6. | Итого | 30 | | |
| 7. | Итого | 44 | 4 | 28 |

Тема 1. Теория: Понятие ОФП. Функции ОФП. Практика:: бег по прямой, бег приставными шагами, бег с высоко поднятыми коленями, челночный бег, кувырки вперед и назад, приседания на месте, прыжки вверх и др. Эстафета. Спортивные игры.

Тема 2. Гимнастические упражнения и комплексы.

Комплекс вольных упражнений № 1 на 16 счетов. Комплекс вольных упражнений № 2 на 16 счетов. Комплекс вольных упражнений № 3 на 16 счетов. Кувырки и перевороты.

Тема 3. Ускоренное передвижение.

Бег на 60 м. Бег на 100 м. Челночный бег 10x10 м. Бег на 400 м. Челночный бег 4x100 м. Бег на 1 км. Марш-бросок на 3 км.

Тема 4. Преодоление препятствий.

Преодоление препятствий на местности с отдельными искусственными препятствиями.
Преодоление специальной полосы препятствий.

Тема 5. Метание гранаты на дальность.

Метание гранаты на дальность в сектор шириной 10 метров (включая ширину линии разметки) из коридора для разбега в 3 м.

2. Специальная физическая подготовка.

| | | теорети- ческих | практи- ческих |
|-----|---|--------------------|-------------------|
| 1. | Тема 1. Приемы страховки и самостраховки. | 4 | 3 |
| 2. | Тема 2. Стойка и дистанции. | 4 | 3 |
| 3. | Тема 3. Захваты. | 8 | 6 |
| 4. | Тема 4. Броски | 14 | 12 |
| 5. | Тема 5. Болевые приемы. | 8 | 6 |
| 6. | Тема 6. Борьба лёжа. | 4 | 3 |
| 7. | Тема 7. Удары руками и ногами. | 16 | 14 |
| 8. | Тема 8. Защитные действия от ударов. | 12 | 10 |
| 9. | Тема 9. Комплекс приемов рукопашного боя. | 16 | 15 |
| | Зачет | 2 | |
| 10. | Итого | 88 | 72 |

Тема 1. Приемы страховки и самостраховки.

Страховка и самостраховка при падении на бок, на спину, на бок через партнёра, стоящего на четвереньках. Способы самостраховки при борьбе лёжа. Кувырок через голову, через плечо, через партнера - стоящего на четвереньках. Падение на спину через партнёра - стоящего на коленях и предплечьях. Кувырок в воздухе, держась за руку партнёра. Падение на спину прыжком. Страховка и самостраховка при выполнении бросков.

Тема 2. Стойка и дистанции.

Понятие стойки. Разновидность стоек. Постановка ног и положение туловища. Положение и перестановка ног. Проекция центра тяжести тела в стойке.

Понятие дистанции и её разновидности: Дистанция вне захвата, Дальняя дистанция, Средняя дистанция, Ближняя дистанция, Дистанция вплотную.

Тема 3. Захваты.

Захват одежды под разноименными локтями противника захват одежды на плечевых частях разноименных рук противника сверху. Захват под ключицей. Захват проймы. Захват на груди. Захват накрест. Захват одной рукой одежды под локтем, другой пояса противника спереди. Захват пояса из-под руки. Захват пояса через руку. Захват ноги снаружи. Захват ноги изнутри. Ответные захваты.

Тема 4. Броски.

Выведения из равновесия. Броски захватом двух ног. Перевороты. Передние подножки. Боковые подножки. Зацепы изнутри. Зацепы снаружи. Зацеп стопой. Боковые подсечки. Передние подсечки. Задние подсечки. Подсечки изнутри. Подбивы. Броски через голову. Броски через бедро. Броски захватом руки подмышку. Броски захватом руки на плечо и предплечье. Броски "мельницей". Комбинации бросков.

Тема 5. Болевые приемы.

Удушающий со спины, удушающий через плечо соперника, удушающий ногами (треугольник), удушающий предплечьем.

Рычаг локтя между ног, рычаг колена руками, рычаг колена ногами, узел плеча, обратный узел плеча.

Болевой на ногу (растяжка ног), ущемление икроножной мышцы изнутри (канарейка), ущемление икроножной мышцы снаружи.

Тема 6. Борьба лёжа.

Удержание с боку, удержание сбоку – поперёк, удержание сверху.

Защита от удержания сверху, переворотом

Тема 7. Удары руками и ногами.

Удары руками: прямые удары руками, удары руками снизу, удары руками сбоку, удары руками назад наотмашь. Удары ногами: прямой удар, коленом, круговой удар, удар в сторону, назад, удар с разворота.

Тема 8. Защитные действия от ударов.

Ныртки, уклоны, уход с линии атаки с шагом, верхний и нижний блоки руками, блок предплечьем.

Тема 9: Комплекс приемов рукопашного боя.

Задняя подножка, удержание сбоку, рычаг локтя через бедро. Бросок через бедро, удержание сбоку, узел плеча через бедро. Бросок с захватом двух ног с болевым воздействием на ахиллово сухожилие. Бросок через голову с упором голени в бедро, удержание сверху, рычаг локтя через предплечье. Боковая подсечка под разноимённую ногу, соперник уходит на живот, удушающий со спины. Бросок подхватом под две ноги, удержание сбоку – поперёк, узел плеча. Бросок через спину с колен, удержание сбоку, удушающий через плечо соперника. Боковой переворот, рычаг локтя между ног. Бросок захватом ноги (бычок), рычаг колена. Мельница с колен, удержание сбоку, узел плеча (захват под локоть). Передняя подножка, удержание сверху, удушающий предплечьем. Бросок подхватом, соперник уходит на колени, рычаг локтя кувырком вперёд. Передняя подсечка под колено, соперник уходит на колени, ущемление икроножной мышцы снаружи. Зацеп изнутри за разноимённую ногу, болевой на ногу (растяжка ног). Подсад бедром, удержание сверху, соперник выполняет, уходит с удержания, треугольник ногами. Зацеп изнутри за одноимённую ногу в падении, рычаг колена ногами. Бросок через голову с упором стопы в живот, удержание сверху, рычаг локтя между ног (раскруткой). Мельница со стойки, соперник уходит на колени, ущемление икроножной мышцы изнутри (канарейка). Бросок через грудь (прогибом), удержание сбоку – поперёк, обратный узел плеча. Бросок кувырком вперёд с захватом ноги, рычаг на ногу. Рычаг на руку из стойки прыжком.

3. Тактическая и тактико-специальная подготовка.

| | | теоретических | практических |
|----|--|---------------|--------------|
| 1 | Тема 1. Основы тактико-специальной подготовки | 10 | 6 |
| - | - - - | - | - |
| 2 | Тема 2. Формирование в подразделении автономного существования | 10 | 0 |
| | | | |
| | | | |
| xx | | 10 | 6 |

Тема 1. Тактико-специальная подготовка.

Индивидуальные действия бойца при выполнении боевых задач. Перемещение по полю боя. Доставка боеприпасов, по команде с преодолением расстояния в 40 м двумя перебежками и с переноской 20 кг ящика.

Действия бойца на поле боя в составе подразделения и при выполнении боевых задач. Атака переднего края противника в пешем порядке. Преодоление минно-взрывных заграждений.

Порядок оборудования опорного пункта, района обороны отделением, военнослужащим. Отрывка окопов – одиночного (для стрельбы лёжа, с колена, стоя), на отделение.

Тема 2. Альпинистская подготовка.

Альпинистское снаряжение, используемое для выполнения специальных задач военнослужащими специальных подразделений.

Вязка основных узлов, используемых при выполнении боевых задач.

Спуск с использованием альпинистского снаряжения с 2 и 3 этажей зданий.

Меры безопасности и основы страховки при проведении учебных занятий (выпускающий, страхующий).

Тема 3. Выживание в условиях автономного существования.

Правильное использование рельефа местности и растительности для разбивки лагеря, укрытия от ветра и непогоды. Подача сигналов бедствия.

Организация охраны и обороны лагеря в случае внезапного нападения определение и установление путей отхода.

Наличие источника питьевой воды, топлива для разведения костра и приготовления пищи.

Способы разведения костра. Правильный выбор места для костра и топлива с учетом его маскировки. Способы укладки дров для разведения костра. Изучение и отработка способов добычи огня, воды, пищи, нахождение и использование лекарственных растений. Способы приготовления пищи на костре. Приготовление каши. Кипячение воды и приготовление чая.

Способы оборудования ночлега. Установка палатки. Оборудование спального места с помощью елового лапника и плащ-палатки. Различные способы использования плащ-палатки.

Использование маскирующих свойств местности. Использование складок местности. Использование затененных или затемненных участков местности. Способы маскировки в траве. Использование кустарников и иной растительности.

Способы преодоления водных преград. Оценка размеров водной преграды и выбор способа ее преодоления. Преодоление водной преграды вброд. Наведение навесной переправы. Переправа с использованием штатных или подручных средств.

Тема 4. Основы военной топографии.

Местность как элементы боевой обстановки. Топографические элементы местности. Тактические свойства местности. Классификация местности по условиям проходимости. Классификация местности по условиям наблюдения и маскировки. Классификация местности по степени пересеченности.

Ориентирование и целеуказание на местности без карты. Сущность и способы ориентирования на местности. Выбор и использование ориентиров. Общие правила и способы целеуказания. Определение направлений на стороны горизонта. Движение по азимуту.

Топографические карты. Основные разновидности карт. Рельеф местности и его изображение на карте. Содержание топографических карт.

Измерения по карте. Измерение расстояния. Измерение длины маршрута. Решение практических задач по топографическим картам.

Ориентирование на местности по карте. Топографическая карта—основное средство ориентирования на местности. Ориентирование карты. Опознавание ориентиров и определение по карте точки стояния. Сличение карты с местностью. Ориентирование подразделений на местности и в движении.

4. Огневая подготовка

| | | теоретических | практических | |
|----|---|---------------|--------------|---|
| 1. | Тема 1. Требования безопасности при обращении с оружием, боеприпасами, сигнальными, осветительными и имитационными средствами. Основы внешней и внутренней баллистики | 6 | 5 | 1 |
| 3. | Тема 3. Выполнение упражнений стрельб и стрелковые | 6 | 2 | 4 |
| 4. | Тема 4. Индивидуальные средства защиты от | 1 | 1 | - |
| 5. | Тема 5. Основы и правила стрельбы. | 5 | 1 | 4 |

| | | | | |
|----|---|----|----|----|
| 6. | Тема 6. Приемы и способы ведения огня из автомата и | 3 | 1 | 2 |
| | Зачет | 3 | 5 | 1 |
| 7. | Итого | 32 | 14 | 15 |

Тема 1. Требования безопасности при обращении с оружием, боеприпасами, сигнальными, осветительными и имитационными средствами. Основы внешней и внутренней баллистики.

Требования безопасности при обращении с оружием, боеприпасами, сигнальными, осветительными и имитационными средствами при проведении занятий и выполнении упражнений стрельб.

Явление выстрела, его периоды. Начальная скорость и энергия пули. Отдача оружия. Траектория полета пули, ее элементы, свойства. Виды траекторий и их практическое значение. Прямой выстрел, поражаемое, прикрытое и мертвое пространство, их определение и практическое использование в боевой обстановке. Выбор прицела и точки прицеливания при стрельбе по появляющимся и движущимся целям. Влияние на стрельбу метеорологических условий: бокового ветра, температуры воздуха. Учет поправок на угол места цели.

Тема 2. Материальная часть вооружения.

Пистолеты, автоматы, пулеметы. Назначение, боевые свойства, общее устройство. Принцип взаимодействия частей и механизмов. Приемы и правила стрельбы. Заряжание и разряжение оружия. Неполная и полная разборка и сборка. Применяемые боеприпасы. Хранение и сбережение оружия. Порядок приведения оружия к нормальному бою, выверка прицелов.

Ручные гранаты. Назначение, боевые свойства, общее устройство ручных осколочных наступательных, оборонительных и противотанковых гранат. Принцип действия запалов ручных гранат. Приемы и правила обращения с ручными гранатами. Хранение и сбережение ручных гранат.

Назначение, боевые свойства и общее устройство автомата. Требования безопасности при обращении со стрелковым оружием и боеприпасами. Неполная разборка и сборка автомата. Снаряжение магазина патронами и заряжание оружия. Обучение выполнению нормативов № 7 и 8.

Назначение и устройство частей и механизмов автомата. Принцип работы частей и механизмов. Положение частей и механизмов до заряжания и работа их при заряжании и выстреле (стрельбе). Возможные задержки и неисправности автомата при стрельбе, способы их устранения. Принадлежности к автомату. Чистка и смазка после стрельбы.

Назначение и боевые свойства ручных гранат. Устройство гранат и запалов к ним. Положение частей и механизмов до броска. Подготовка ручных гранат к броску. Требования безопасности при обращении с ручными гранатами. Работа частей и механизмов после броска.

Тема 3. Выполнение упражнений стрельб и стрелковые тренировки. Метание учебных ручных гранат.

Выполнение подготовительных стрелковых упражнений из пневматической винтовки (пистолета), стрелковые тренировки. Выполнение нормативов по занятию огневой позиции, принятия положения для стрельбы лёжа (с колена, стоя).

Метание учебных ручных гранат. Метание ручных гранат с места и в движении. Требования безопасности при метании гранат.

Тема 4. Индивидуальные средства защиты от холодного, огнестрельного оружия и взрывчатых веществ.

Назначение, общее устройство, основные технические данные индивидуальных средств защиты. Степени и эффективность защиты. Практическое использование индивидуальных средств защиты.

Тема 5. Основы и правила стрельбы.

Явление выстрела. Выстрел и его периоды. Начальная скорость пули, образование траектории. Нормальные (табличные) условия стрельбы. Влияние внешних факторов на полет пули. Пробивное (убойное) действие пули. Формула тысячной и ее применение.

Выбор прицела и точки прицеливания при стрельбе с места по неподвижным (появляющимся) целям днем. Влияние на стрельбу угла места цели, ветра и температуры воздуха, определение и учет поправок на них.

Тема 6. Приемы и способы ведения огня из автомата и пистолета по неподвижным целям днем.

Требования безопасности на занятиях по огневой подготовке. Снаряжение магазина патронами и зарядание автомата. Изготовка к стрельбе (установка прицела и переводчика, приклада, прицеливание). Обучение выполнению нормативов № 1 и 2.

Производство стрельбы. Определение установки прицела и точки прицеливания по высоте и боковому направлению. Спуск курка, удержание автомата из положения лежа, с упора. Прекращение стрельбы, разряжение и осмотр автомата после стрельбы. Обучение выполнению нормативов № 1, 2, 7 и 8.

Подготовительное упражнение. Тренировка в изготовке для стрельбы из положения лежа, с упора. Выполнение первого упражнения подготовительных стрельб по неподвижным целям из малокалиберной винтовки днем.

Подготовительное упражнение. Тренировка в изготовке для стрельбы из пневматического пистолета стоя. Выполнение первого упражнения начальных стрельб по неподвижной цели из пневматического пистолета днем.

5. МЕДИЦИНСКАЯ ПОДГОТОВКА

| № | Наименование | Количество часов | | |
|----|--|------------------|---------------|--------------|
| | | | теоретических | практических |
| 1. | Тема 1. Принципы оказания первой помощи. Правила и порядок осмотра пострадавшего. Оценка состояния | 8 | 4 | 4 |
| 2. | Тема 2. Первая помощь при ранениях, острой кровопотере и | 10 | 4 | 6 |
| 3. | Тема 3. Сердечно-легочная реанимация. Особенности сердечно-легочной реанимации при электротравме и утоплении. Первая помощь при нарушении проходимости верхних дыхательных путей | 4 | 1 | 3 |
| 4. | Тема 4. Транспортировка пострадавших | 2 | - | 2 |
| 5. | Тема 5. Первая помощь при термических и химических ожогах, ожоговом шоке. Первая помощь при отморожении и | 2 | 1 | 1 |
| | Итого | 30 | 10 | 16 |

6.

Тема 1. Принципы оказания первой помощи. Правила и порядок осмотра пострадавшего. Оценка состояния пострадавшего.

Правила и порядок осмотра пострадавшего. Основные критерии оценки нарушения сознания, дыхания (частоты), кровообращения. Последовательность осмотра: голова, шея и шейный отдел позвоночника, грудь, живот, таз, конечности, грудной и поясничный отделы позвоночника. Отработка приемов определения пульса (частота) на лучевой и сонной артериях.

Тема 2. Первая помощь при ранениях, острой кровопотере и травматическом шоке.

Понятия «кровотечение», «острая кровопотеря». Компенсаторные возможности организма при кровопотере. Виды кровотечений: наружное, внутреннее, артериальное, венозное, капиллярное, смешанное. Признаки кровопотери.

Способы временной остановки наружного кровотечения: пальцевое прижатие артерий, максимальное сгибание конечности в суставе, наложение давящей повязки, наложение табельного и импровизированного кровоостанавливающего жгута (жгута-закрутки, ремня). Правила наложения, осложнения, вызванные наложением кровоостанавливающего жгута. Имобилизация, охлаждение места травмы. подручные средства, используемые для изготовления импровизированного жгута. Порядок оказания первой помощи при сильном наружном кровотечении. Порядок оказания первой

помощи при носовом кровотечении. Правила и порядок остановки кровотечения, наложение повязки, обезболивание (простейшие приемы). Виды повязок. Табельные и подручные перевязочные средства.

Понятие о травматическом шоке, причины, признаки, порядок оказания первой помощи. Мероприятия, предупреждающие развитие травматического шока. Простейшие приемы обезболивания: придание физиологически выгодного (удобного) положения, иммобилизация, охлаждение места травмы.

Отработка приемов временной остановки наружного кровотечения. Практическая отработка техники пальцевого прижатия артерий (сонной, подключичной, подмышечной, плечевой, бедренной); максимальное сгибание конечности в суставе; наложение давящей повязки на рану; наложение табельного и импровизированного кровоостанавливающего жгута (жгута-закрутки, ремня). Отработка порядка оказания первой помощи при травматическом шоке: устранение основной причины травматического шока (временная остановка кровотечения, иммобилизация), восстановление и поддержание проходимости верхних дыхательных путей, придание противошокового положения, согревание пострадавшего. Отработка действий по остановке кровотечения, обезболивания, наложения повязки с применением табельных и подручных перевязочных средств.

Тема 3. Сердечно-легочная реанимация. Особенности сердечно-легочной реанимации при электротравме и утоплении. Первая помощь при нарушении проходимости верхних дыхательных путей.

Причины внезапной смерти: внутренние, внешние. Достоверные признаки клинической и биологической смерти. Способы определения сознания, дыхания, кровообращения. Понятие о сердечно-легочной реанимации (далее - СЛР). Приемы восстановления и поддержания проходимости верхних дыхательных путей. Техника проведения искусственного дыхания и непрямого массажа сердца. Базовый реанимационный комплекс. Критерии эффективности СЛР. Ошибки и осложнения, возникающие при СЛР. Показания к прекращению СЛР. Особенности СЛР у детей. Особенности СЛР при утоплении (попадание транспортного средства в воду), электротравме.

Порядок оказания первой помощи при частичном и полном нарушении проходимости верхних дыхательных путей, вызванном инородным телом у пострадавших в сознании, без сознания. Особенности оказания первой помощи тучному пострадавшему, беременной женщине и ребенку.

Отработка приемов осмотра пострадавшего: определение сознания, дыхания, кровообращения. Отработка приемов восстановления проходимости верхних дыхательных путей: запрокидывание головы с выдвиганием подбородка, очищение ротовой полости от видимых инородных тел. Отработка приемов искусственного дыхания «рот ко рту», «рот к носу», с применением устройств для искусственного дыхания. Отработка приемов непрямого массажа сердца взрослому и ребенку. Отработка техники проведения базового реанимационного комплекса в соотношении 30 толчков: 2 вдоха (30:2). Повторение приема перевода пострадавшего в «стабильное боковое положение».

Отработка приемов удаления инородного тела из верхних дыхательных путей пострадавшего.

Тема 4. Транспортировка пострадавших.

Понятие о «возвышенном положении», «положении полусидя», «противошоковом положении», «стабильном боковом положении». Транспортные положения, придаваемые пострадавшим при сильном кровотечении, травматическом шоке, при травме головы, груди, живота, костей таза, позвоночника (в сознании, без сознания). Отработка приема перевода пострадавшего в «стабильное боковое положение» из положения «лежа на спине», «лежа на животе».

Отработка традиционного способа перекладывания пострадавшего («скандинавский мост» и его варианты).

Приемы транспортировки пострадавших на руках одним и двумя спасателями.

Транспортировка пострадавшего при невозможности вызвать скорую медицинскую помощь. Особенности транспортировки при различных видах травм.

Тема 5. Первая помощь при термических и химических ожогах, ожоговом шоке. Первая помощь при отморожении и переохлаждении. Первая помощь при перегревании.

Ожоговая травма, первая помощь. Виды ожогов. Основные проявления. Понятие о поверхностных и глубоких ожогах. Ожог верхних дыхательных путей, отравление угарным газом и продуктами горения, основные проявления. Порядок оказания первой помощи.

Отработка приемов и порядка оказания первой помощи при термических и химических ожогах, ожоге верхних дыхательных путей.

Холодовая травма, первая помощь. Виды холодовой травмы. Основные проявления переохлаждения (гипотермии), порядок оказания первой помощи, способы согревания. Основные проявления отморожения, оказание первой помощи.

Перегревание, первая помощь. Факторы, способствующие развитию перегревания (гипертермии). Основные проявления, оказание первой помощи.

6. ОБЩЕВОЙСКОВЫЕ УСТАВЫ И ОСНОВЫ РОССИЙСКОГО ВОЕННОГО ЗАКОНОДАТЕЛЬСТВА

| № | Наименование тем | -- | | |
|---|--|-----------|--------------------|-------------------|
| | | | теорети- ческий | практи- ческий |
| 1 | Тема 1. Устав внутренней службы ВС РФ | 2 | 2 | |
| 2 | Тема 2. Дисциплинарный устав ВС РФ | 3 | 3 | - |
| 3 | Тема 3. Устав гарнизонной караульной службы ВС РФ. | 1 | 1 | - |
| 4 | Тема 4. Строевой устав ВС РФ. | 12 | 4 | 8 |
| 5 | Тема 5. Основы военного законодательства | 3 | 3 | - |
| | Зачет | 2 | | - |
| | Итого | 24 | 14 | 8 |

Тема 1. Устав внутренней службы ВС РФ.

Военнослужащие и взаимоотношения между ними. Воинские звания. Обязанности солдата. Внутренний порядок. Суточный наряд. Размещение лагерем (в палатках).

Тема 2. Дисциплинарный устав ВС РФ.

Поощрения, виды поощрения. Дисциплинарные взыскания и порядок их наложения. Предложения, заявления, жалобы и порядок их подачи.

Тема 3. Устав гарнизонной караульной службы ВС РФ.

Гарнизонный наряд. Права и обязанности лиц караула. Развод и смена караулов. Обязанности часового и порядок его смены.

Тема 4. Строевой устав ВС РФ.

Строй и его элементы, команды для управления строями, обязанности военнослужащего перед построением и в строю. Выполнение команд: «Становись», «Смирно», «Вольно», «Заправиться», «Головные уборы (Головной убор) – СНЯТЬ (НАДЕТЬ)».

Строевая стойка. Повороты на месте. Движение строевым шагом. Повороты в движении. Выход военнослужащего из строя и подход к начальнику, возвращение в строй. Строевая стойка с оружием. Выполнение приемов с оружием на месте.

Выполнение воинского приветствия, выход из строя и возвращение в строй.

Строй отделения, взвода. Способы и приемы передвижения личного состава подразделения в бою при действиях в пешем порядке.

Строевой смотр.

Положение Боевого Знамени воинской части в строю, вынос и относ его.

Тема 5. Основы военного законодательства.

Правовое регулирование и деятельность по обеспечению обороны и руководства Вооруженными Силами Российской Федерации. Структура военной организации Российской Федерации. Элементы военной организации государства. Вооруженные Силы Российской Федерации: понятие, назначение, состав и управление ими.

Основные законодательные акты, регулирующие жизнедеятельность Вооруженных Сил Российской Федерации. Уставы Вооруженных Сил Российской Федерации как основные руководящие документы.

Воинская обязанность в Российской Федерации и комплектование Вооруженных Сил личным составом. Комплектование Вооруженных Сил Российской Федерации: понятие, источники, способы, принципы.

Организация призыва граждан на военную службу. Правовые основы призыва граждан на военную службу.

Военная служба и порядок ее прохождения. Военная служба как особый вид государственной службы. Исполнение обязанностей военной службы Основные элементы прохождения военной службы.

2-ой год обучения

Учебный план

| № п/ п | Наименование учебных дисциплин | Количество часов | | | Формы аттестаци и/контрол я |
|-----------------------|--|------------------|--------------------|-------------------|--------------------------------------|
| | | всего | в том числе | | |
| | | | теорети- ческих | практи- ческих | |
| 2 год обучения | | | | | |
| I. | Общая физическая подготовка | 42 | 2 | 39 | Зачет-1 |
| | Тема 1.. Инструктаж по технике безопасности на занятиях Проверка уровня общей физической подготовки. | 6 | | 4 | |
| | Тема 2. Атлетические упражнения. | 10 | | 8 | |
| | Тема 3. Ускоренное передвижение. | 18 | 1 | 17 | |
| | Тема 4. Преодоление препятствий. | 8 | 1 | 7 | |
| | Тема 5. Метание гранаты на дальность. | 4 | | 3 | |
| II. | Специальная физическая подготовка. | 86 | 14 | 70 | Зачёт-2 |
| | Тема 1. Правовые основы принятия необходимой обороны. | 8 | 1 | 7 | |
| | Тема 2. Силовые упражнения со спортивными снарядами (гири, гантели и др.). | 8 | 1 | 7 | |
| | Тема 3. Техника сложных элементов акробатики. Техника промежуточных действий. | 10 | 2 | 8 | |
| | Тема 4. Защита от рубяще-режущих, рассекающих ударов ножом. Защита от угрозы пистолетом. | 16 | 2 | 14 | |
| | Тема 5. Основные комбинации учебного боя. Усложнённые виды учебного боя (бой с тенью, на различных дистанциях, с несколькими противниками, работа на снарядах и т.д.). | 16 | 4 | 14 | |
| | Тема 6. Защитные действия от ударов. | 12 | 2 | 10 | |
| | Тема 7. Комплекс приемов рукопашного боя. | 16 | 2 | 10 | |
| III. | Тактическая и тактико-специальная подготовка. Военная топография. | 38 | 14 | 22 | Зачёт-2 |
| | Тема 1. Военная топография. Движение по азимутам, обход препятствий с помощью карты. Движение по местности на транспорте с помощью карты. | 8 | 4 | 4 | |

| | | | | | |
|-----------------|---|-----------|-----------|-----------|----------------|
| | Тема 2. Ориентирование ночью, с изменением погоды. Целеуказание по карте. | 8 | 2 | 4 | |
| | Тема 3. Приёмы составления схем по карте, топосъёмка по памяти. Определение расстояния глазомерным способом, по шагам карты. | 10 | 2 | 8 | |
| | Тема 4. Разведка целей наблюдений и определения дальности. | 4 | 2 | 2 | |
| | Тема 5. Тактика спецподразделений, специфика их работы. Виды и цели проведения спецопераций. | 4 | 2 | 2 | |
| | Тема 6. Основные виды тактических действий при проведении разведки. Марш, засада, их организация. | 4 | 2 | 2 | |
| IV. | Огневая подготовка | 38 | 17 | 17 | Зачёт-4 |
| | Тема 1. Требования безопасности при обращении с оружием, боеприпасами, сигнальными, осветительными и имитационными средствами. | 6 | 5 | 1 | |
| | Тема 2. Материальная часть автомата и пистолета. | 8 | 4 | 4 | |
| | Тема 3. Основы внешней и внутренней баллистики. Основы и правила стрельбы. | 6 | 2 | 4 | |
| | Тема 4. Выполнение упражнений стрельб и стрелковые тренировки. Метание учебных ручных гранат. | 8 | 2 | 6 | |
| | Тема 5. Индивидуальные средства защиты от оружия и взрывчатых веществ. | 2 | 2 | - | |
| | Тема 6. Приемы и способы ведения огня из учебного оружия по неподвижным целям днем. | 4 | 2 | 2 | |
| V. | Выживание в экстремальных ситуациях | 8 | 4 | 2 | Зачёт-2 |
| | Тема 1. Э Экстремальные ситуации в природной среде. Основные правила поведения в экстремальных ситуациях. Экстремальные ситуации в жилищах (затопление, пожар, разрушение). | 1 | 1 | - | |
| | Тема 2. Экстремальные ситуации на авиационном, железнодорожном, водном, городском транспорте | 2 | 1 | 1 | |
| | Тема 3. Меры безопасности при посещении мест массового отдыха. Техническое и медицинское обеспечение безопасности в городе. | 1 | 1 | - | |
| | Тема 4. Экстремальные ситуации криминального характера. Зоны повышенной криминальной опасности. Самооборона и её пределы. | 2 | 1 | 1 | |
| V I. | Уставы Вооруженных Сил Российской Федерации. Военная история | 14 | 9 | 3 | Зачёт-2 |

| | | | | | |
|--|---------------------|-----|---------|-----|----|
| Тема 1 Устав внутренней службы, общие положения. | | 4 | 2 | 2 | |
| Тема 2. Устав гарнизонной и караульной службы, общие положения. | | 2 | 2 22 | - | |
| Тема 3. Строй подразделения в пешем порядке, на машинах | | 2 | 1 | 1 | |
| Тема 4. Научно-технический прогресс в военном деле конца XIX-XX в. | | 2 | 2 | - | |
| Тема 5. Развитие отечественного военного искусства. | | 2 | 2 | - | |
| VII | Итоговая аттестация | 50 | | | 50 |
| Итого | | 276 | 60 | 153 | 63 |

II. Распределение учебного времени по темам и видам учебных дисциплин

1. Общая физическая подготовка

| № п/ п | Наименование учебных дисциплин | Количество часов | | | Формы аттестации/ контроля |
|--------------|---|------------------|---------------|------------------|----------------------------------|
| | | Всего | в том числе | | |
| | | | теоретических | практически х | |
| | Тема 1.. Инструктаж по технике безопасности на занятиях Проверка уровня общей физической подготовки. | 6 | | 4 | |
| | Тема 2. Атлетические упражнения. | 10 | | 8 | |
| | Тема 3. Ускоренное передвижение. | 18 | 1 | 17 | |
| | Тема 4. Преодоление препятствий. | 8 | 1 | 7 | |
| | Тема 5. Метание гранаты на точность. | 4 | | 3 | |
| | Итого | 42 | 2 | 39 | Зачет-1 |

Тема 1. Инструктаж по технике безопасности на занятиях Проверка уровня общей физической подготовки.

Инструктаж по технике безопасности на занятиях. Правила безопасности при занятиях по ОФП. Проверка уровня общей физической подготовки. Практика: бег по прямой, бег приставными шагами, бег с высоко поднятыми коленями, челночный бег, кувырки вперед и назад, приседания на месте, прыжки вверх и др. Эстафета. Спортивные игры.

Тема 2. Атлетические упражнения.

Общая разминка. Специальная разминка. Упражнения на растягивание Подтягивание на перекладине. Поднимание ног к перекладине. Подъем переворотом на перекладине. Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях.

Угол в упоре на брусьях. Прыжок ноги врозь через козла в длину. Наклоны туловища вперед. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа. Подъем силой на перекладине. Лазание по канату (шесту).

Тема 3. Ускоренное передвижение.

Бег на 60 м. Бег на 100 м. Челночный бег 10x10 м. Бег на 400 м. Челночный бег 4x100 м. Бег на 1 км. Марш-бросок на 3 км.

Тема 4. Преодоление препятствий.

Преодоление препятствий на местности с отдельными искусственными препятствиями.
Преодоление специальной полосы препятствий.

Тема 5. Метание гранаты на дальность и точность.

Метание гранаты на дальность. Метание гранаты на точность в сектор шириной 10 метров (включая ширину линии разметки) из коридора для разбега в 3 м.

2. Специальная физическая подготовка

| Наименование учебных дисциплин | Количество часов | | | Формы аттестации/контроля |
|---|------------------|---------------|--------------|---------------------------|
| | Всего | в том числе | | |
| | | теоретических | практических | |
| Тема 1. Правовые основы принятия необходимой обороны. | 8 | 6 | 2 | |
| Тема 2. Силовые упражнения со спортивными снарядами (гири, гантели и др.). | 8 | 1 | 7 | |
| Тема 3. Техника сложных элементов акробатики. Техника промежуточных действий. | 16 | 2 | 14 | |
| Тема 4. Защита от рубяще-режущих, рассекающих ударов. | 10 | 2 | 8 | |
| Тема 5. Основные комбинации учебного боя. Усложнённые виды учебного боя. | 16 | 4 | 14 | |
| Тема 6. Защитные действия от ударов. | 12 | 2 | 10 | |
| Тема 7. Комплекс приемов рукопашного боя. | 16 | 2 | 10 | |
| Итого | 86 | 14 | 70 | Зачёт-2 |

3.**Тема 1. Правовые основы принятия необходимой обороны.**

Понятие и сущность необходимой обороны. Необходимая оборона в системе обстоятельств, исключающих преступность деяния. Мнимая оборона и ее уголовно-правовые последствия. Отличие необходимой обороны от обстоятельств, исключающих преступную деятельность.

Тема 2. Силовые упражнения со спортивными снарядами (гири, гантели и др.).

Силовые упражнения с внешним сопротивлением, объем, и интенсивность нагрузки в основной части занятия подбираются с учетом подготовленности занимающихся и задач тренировочного цикла.

Тема 3. Техника сложных элементов акробатики. Техника промежуточных действий.

Самостраховка, элементы специальной акробатики (падения, кувырки, перекаты).

. Акробатические прыжки. Прыжковые упражнения с частичным или полным вращением тела, т. е. опорные и безопорные перевороты. Перекаты вперед, назад и в стороны, в группировке, согнувшись и прогнувшись. Перевороты вперед, назад, с разбега и с места

Тема 4. Защита от рубяще-режущих, рассекающих ударов.

Защита от удара палкой (боковым ударом левой рукой в голову, сверху-вниз правой рукой в голову, сверху-вниз правой рукой справа). Защита от, рассекающих ударов. Защита от колющих ударов ножом.

Тема 5. Основные комбинации учебного боя. Усложнённые виды учебного боя.

Базовое движение и базовые перемещения при ведении учебного боя. Базово-кустовой принцип построения приемов. Виды учебного боя. «Танец» руками, «танец» ногами. «Танец» руками и ногами. Бой на месте. Бой с тенью, на разной дистанции, работа на снарядах: лапы, груша, мешок.

Тема 7. Комплекс приемов рукопашного боя.

История развития рукопашного боя в России. Правовые основы применения рукопашного боя. Разминочные и подготовительные упражнения. Основные стойки и передвижения в рукопашном бою. Техника ударов руками и ногами. Отработка ударной техники по воздуху, по предметам. Техника защиты, освобождение от захватов. Броски. Различные комбинации ударной техники.

Комплекс рукопашного боя без оружия. Комплексная отработка техники учебного боя.

3. **Тактическая и тактико-специальная подготовка.** **Военная топография.**

| Наименование учебных дисциплин | Количество часов | | | Формы аттестации/ контроля |
|---|------------------|---------------|--------------|----------------------------|
| | Всего | в том числе | | |
| | | теоретических | практических | |
| Тема 1. Военная топография. Движение по азимутам, обход препятствий с помощью карты. Движение по местности на транспорте с помощью карты. | 8 | 4 | 4 | |
| Тема 2. Ориентирование ночью, с изменением погоды. Целеуказание по карте. | 8 | 2 | 4 | |
| Тема 3. Приёмы составления схем по карте, топосъёмка по памяти. Определение расстояния глазомерным способом, по шагам карты. | 10 | 2 | 8 | |
| Тема 4. Разведка целей наблюдений и определения дальности. | 4 | 2 | 2 | |
| Тема 5. Тактика спецподразделений, специфика их работы. Виды и цели проведения спецопераций. | 4 | 2 | 2 | |
| Тема 6. Основные виды тактических действий при проведении разведки. Марш, засада, их организация. | 4 | 2 | 2 | |
| ИТОГО | 38 | 14 | 22 | Зачёт-2 |

Тема 1. Военная топография. Движение по азимутам, обход препятствий с помощью карты. Движение по местности на транспорте с помощью карты.

Военные карты и пользование ими. Ориентирование на местности по карте и компасу. Азимуты и движение по азимутам. Определение азимута по компасу. Движение по азимуту. Определение азимутов на карте транспортиром. Определение магнитных азимутов.

Тема 2. Ориентирование ночью, с изменением погоды. Целеуказание по карте.

Основные приемы, правила и способы ориентирования на местности без карты и компаса. Определению своей точки стояния на местности днем и ночью (по карте).

Подготовка данных для движения по азимутам. Съёмка плана местности и нанесение на карту разведанных объектов противника. Целеуказание по карте.

Тема 3. Приёмы составления схем по карте, топосъёмка по памяти. Определение расстояния глазомерным способом, по шагам карты.

Измерение расстояния между ориентирами. Нанесение обнаруженного объекта на карту. Определение расстояний на местности. Простейшие способы определения дальности (расстояний) до объектов на местности: глазомерно; по линейным размерам объектов; по видимости (различимости) объектов; по угловой величине известных предметов. Карта и местность. Составление схемы ориентиров.

Тема 4. Разведка целей наблюдений и определения дальности.

Ориентирование по звукам. Определение дальности (расстояний) до объектов на местности по звуку. Особенности наблюдения ночью.

Составление кроки маршрута.

Тема 5. Тактика спецподразделений, специфика их работы. Виды и цели проведения спецопераций.

История становления и развития спецподразделений в России. Цели и задачи спецподразделений. Виды спецподразделений в России и их специфика. Принципы подготовки бойцов спецподразделений. Программа занятий. Отбор кандидатов. Проведение спецопераций.

Тема 6. Основные виды тактических действий при проведении разведки. Марш, засада, их организация.

Тактика ведения разведывательных действий: наблюдение, прочесывание, засада, поиск. Основная задача засады. Виды засад: подготовленная, мгновенная. Три основных способа проведения засады: с огневым воздействием, без огневым воздействием, с применением только минно-взрывных средств. Порядок организации и проведения засадных действий: выбор места, связь, выжидание и готовность к действию, отдых, огневое поражение.

Марш в район разведки. Походный порядок в группе, привалы.

4. Огневая подготовка

| Наименование учебных дисциплин | Количество часов | | | Формы аттестации/контроля |
|--|------------------|---------------|--------------|---------------------------|
| | Всего | в том числе | | |
| | | теоретических | практических | |
| Тема 1. Требования безопасности при обращении с оружием, боеприпасами, сигнальными, осветительными и имитационными средствами. | 6 | 5 | 1 | |
| Тема 2. Материальная часть автомата и пистолета. | 8 | 4 | 4 | |
| Тема 3. Основы внешней и внутренней баллистики Основы и правила стрельбы. | 6 | 2 | 4 | |
| Тема 4. Выполнение упражнений стрельб и стрелковые тренировки. Метание учебных ручных гранат. | 8 | 2 | 6 | |
| Тема 5. Индивидуальные средства защиты от оружия и взрывчатых веществ. | 2 | 2 | - | |
| Тема 6. Приемы и способы ведения огня из учебного оружия по неподвижным целям днем. | 4 | 2 | 2 | |
| Итого | 38 | 17 | 17 | Зачёт-4 |

5.

Тема 1. Требования безопасности при обращении с оружием, боеприпасами, сигнальными, осветительными и имитационными средствами. Требования безопасности при обращении с оружием и боеприпасами при проведении занятий и выполнении упражнений стрельб. Требования безопасности при обращении с сигнальными и осветительными средствами. Требования безопасности при обращении с имитационными средствами.

Тема 2. Материальная часть автомата и пистолета.

Назначение, боевые свойства, общее устройство автомата Калашникова. Назначение, устройство частей и механизмов автомата. Разборка и сборка автомата. Порядок неполной разборки автомата. Порядок сборки автомата после неполной разборки. Отработка практических навыков неполной разборки и сборки автомата Калашникова на время. Устройство патрона.

Назначение и боевые свойства пистолета ПМ. Общее устройство и работа частей и механизмов. Разборка, сборка, чистка и смазка пистолета. Отработка практических навыков разборки и сборки пистолета ПМ на время. Назначение и устройство частей и механизмов пистолета, патронов и принадлежности. Работа частей и механизмов пистолета. ТТХ 9-мм пистолета ПМ.

Особенности устройства ручного пулемета Калашникова (РПК).

Виды вооружений отрядов специального назначения. Оружие специального назначения.

Тема 3. Основы внешней и внутренней баллистики. Основы и правила стрельбы.

Явление выстрела. Выстрел и его периоды. Начальная скорость и энергия пули, отдача оружия. Траектория полета пули, ее элементы, свойства. Виды траекторий и их практическое значение. Нормальные (табличные) условия стрельбы. Влияние внешних факторов на полет пули. Пробивное действие пули.

Тема 4. Выполнение упражнений стрельб и стрелковые тренировки. Метание учебных ручных гранат.

Организация и порядок выполнения упражнений стрельб. Инструктаж по технике безопасности. Проверка знаний у обучающихся условий выполняемого упражнения, усвоения требований безопасности при проведении учебных стрельб. Выполнений упражнений из положений лежа, стоя, с колена.

Метание учебных ручных гранат.

Тема 5. Индивидуальные средства защиты от оружия и взрывчатых веществ.

Назначение, общее устройство, основные технические данные индивидуальных средств защиты. Степени и эффективность защиты. Бронежилет, его назначение и возможности. Разгрузочный жилет СК-Р. Бронежилет наружного ношения СК-Б. Бронежилет наружного ношения СК-М. Защитный шлем 667-1. Комплект защитный сапера КЗС, КЗС-У. Бронешлем композитный СКАТ. Классификация бронеодежды по стойкости к воздействию средств поражения согласно гост р 50963-96. Классификация бронеодежды по стойкости к воздействию средств поражения используемая МО РФ.

Тема 6. Приемы и способы ведения огня из учебного оружия по неподвижным целям днем.

Действия с оружием по команде «К бою» и «Отбой». Изготовка к стрельбе из различных положений. Тренировка в однообразии и точности прицеливания. Производство выстрела (установка прицела, прикладка автомата, прицеливание, спуск курка, удерживание оружия при стрельбе одиночными выстрелами и очередями). Разведка целей наблюдением, определение исходных установок для стрельбы. Решение огневых задач с учетом поправок на угол места цели, ветер и температуру воздуха.

5. Выживание в экстремальных ситуациях

| № п/ п | Наименование учебных дисциплин | Количество часов | | | Формы аттестации/ контроля |
|--------------|---|------------------|---------------|------------------|-------------------------------|
| | | Всего | в том числе | | |
| | | | теоретических | практически х | |
| | Тема 1. Экстремальные ситуации в природной среде. Основные правила поведения в экстремальных ситуациях. Экстремальные ситуации в жилищах (затопление, пожар, разрушение). | 1 | 1 | - | |
| | Тема 2 Экстремальные ситуации на авиационном, железнодорожном, водном, городском транспорте | 2 | 1 | 1 | |
| | Тема 3. Меры безопасности при посещении мест массового отдыха. Техническое и медицинское обеспечение безопасности в городе. | 1 | 1 | - | |
| | Тема 4. Экстремальные ситуации криминального характера. Зоны повышенной криминальной опасности. Самооборона и её пределы. | 2 | 1 | 1 | |
| | Итого | 8 | 4 | 2 | Зачет 2 |

6.

Тема 1. Экстремальные ситуации в природной среде. Основные правила поведения в экстремальных ситуациях. Экстремальные ситуации в жилищах (затопление, пожар, разрушение).

Причины экстремальных ситуаций в природной среде: изменения температуры воздуха, лавины, паводки, обильные осадки, ураганы, тайфуны. Причины экстремальных ситуаций в практической деятельности: потеря ориентировки, утрата снаряжения в результате природных явлений. Автономное существование человека в природе: воля, решительность, собранность, физическая подготовленность. Основные правила поведения в экстремальных ситуациях.

Современное жилище, его конструкции и возможные экстремальные ситуации: затопление, пожар, разрушение и токопоражение людей.

Тема 2 Экстремальные ситуации на авиационном, железнодорожном, водном, городском транспорте

Современный транспорт - зона повышенной опасности. Зоны технологической и повышенной опасности на ж/д и автотранспорте. Правила поведения на ж/д и автотранспорте. Обязанности пешехода

и пассажира. Правила поведения в экстремальных ситуациях. Обеспечение безопасности при полетах в самолете: взлет и посадка, поведение в салоне самолета.

Тема 3. Меры безопасности при посещении мест массового отдыха. Техническое и медицинское обеспечение безопасности в городе.

Права и обязанности зрителей, а также запреты, распространяемые на них при посещении спортивно-массовых и культурно-массовых мероприятий. Перечень веществ и предметов, запрещенных к вносу при посещении спортивно-массовых и культурно-массовых мероприятий.

Обеспечение личной безопасности, в том числе на водных объектах, при возникновении общественных беспорядков.

Тема 4. Экстремальные ситуации криминального характера. Зоны повышенной криминальной опасности. Самооборона и её пределы.

Криминогенные ситуации и действия при их возникновении. Факторы, влияющие на рост правонарушений и наиболее вероятные места возникновения экстремальных ситуаций. Жилище и его защита от проникновения посторонних. «Провокация» преступлений. Прогнозирование экстремальных ситуаций. Самооборона: понятие, пределы. Объективные признаки преступления. Правовые и психологические основы самообороны. Оружие самообороны: классификация, порядок применения. Ситуации, связанные с провокационным применением оружия. Захваты и угоны транспортных средств. Юридическая защита прав личности.

6. Уставы Вооруженных Сил Российской Федерации. Военная история

| № п/ п | Наименование учебных дисциплин | Количество часов | | | Формы аттестации/ контроля |
|--------------|--|------------------|---------------|------------------|----------------------------------|
| | | Всего | в том числе | | |
| | | | теоретических | практически х | |
| | Тема 1 Устав внутренней службы, общие положения. | 4 | 2 | 2 | |
| | Тема 2. Устав гарнизонной и караульной службы, общие положения. | 2 | 2 | - | |
| | Тема 3. Строй подразделения в пешем порядке, на машинах | 2 | 1 | 1 | |
| | Тема 4. Научно-технический прогресс в военном деле конца XIX-XX в. | 2 | 2 | - | |
| | Тема 5. Развитие отечественного военного искусства. | 2 | 2 | - | |
| | Итого | 14 | 9 | 3 | Зачёт-2 |

7.

Тема 1 Устав внутренней службы, общие положения.

Общие положения. Боевое знамя воинской части. Военная присяга. Права, обязанности и ответственность военнослужащих. Боевое дежурство.

Тема 2. Устав гарнизонной и караульной службы, общие положения.

Содержание устав гарнизонной и караульной службы Вооруженных Сил Российской Федерации.

Тема 3. Строй подразделения в пешем порядке, на машинах

Развёрнутый и походный строи отделения. Построения, перестроения и перемена направления движения. Выполнение воинского приветствия в строю в движении. Сигналы управления строем в пешем порядке. Развернутый и походный строи подразделений на машинах

Тема 4. Научно-технический прогресс в военном деле конца XIX-XX в.

Влияние научно-технического прогресса на развитие военной техники. Авиастроение. Танк – как новый вид боевой техники. Появление противогАЗа. Ракетно-ядерное вооружение. Основные тенденции в военно-технической области.

Тема 5. Развитие отечественного военного искусства.

Военное искусство: понятие, основные положения. Военное искусство в Киевской Руси. Победы Петра 1. Суворов и его наука побеждать. Русские флотоводцы. Роль М.И. Кутузова в развитии русского военного искусства. Военное искусство Советской армии. Развитие военного искусства на современном этапе.

Квалификационные испытания Курсантов «Гвардейской Смены» на шеврон, оливковый берет с краповой вставкой, крапо-васильковый берет.

Формы аттестации:

Квалификационные испытания проводятся по отдельному плану 1-2 раза в год в последние 2 дня учебных сборов.

Допуск на экзамены производится только при наличии медицинской справки и страхового свидетельства.

1 день экзаменов:

преодоление полосы препятствий, огневая подготовка, физическая подготовка (без марша), единоборства и самооборона, высотная подготовка, основы оказания первой помощи.

2 день экзаменов:

марш-бросок на дистанцию в соответствии с возрастными показателями (допускаются только прошедшие экзамены первого дня).

Методические материалы

Организация образовательного процесса – очная. При обучении используются основные методы организации и осуществления учебно-познавательной работы, такие как словесные, наглядные, практические, игровые. При этом в процессе обучения все методы реализуются в тесной взаимосвязи. Формы организации учебного занятия - игра, встреча с интересными людьми, лабораторное занятие, лекция, мастер-класс, олимпиада, открытое занятие, поход, практическое занятие, соревнование, тренинг, турнир, чемпионат, экзамен, эстафета.

Методика проведения занятий предполагает постоянное создание ситуаций успешности, радости от преодоления трудностей в освоении изучаемого материала и выполнении упражнений и нормативов. Этому способствуют: совместные обсуждения технологии выполнения заданий, а так же поощрение, создание положительной мотивации, актуализация интереса: соревнования, конкурсы.

В процессе реализации программы применяются: технология индивидуализации обучения, технология группового обучения, технология коллективного взаимообучения, технология разноуровневого обучения, технология развивающего обучения, технология игровой деятельности, коммуникативная технология обучения, здоровьесберегающая технология.

Раздаточный материал:

Памятки для обучающихся по программе: -

- «Символы Вооруженных Сил Российской Федерации»;
- «Автомат Калашникова (АК-74)»
(общие сведения, назначение и боевые свойства автомата);
- «Пневматическая винтовка ИЖ-38»
- «Разборка и сборка автомата»;
- «Меры безопасности при стрельбе»;
- «Топографические знаки»;
- «Виды узлов»;
- «Действия командира отделения».

Разработки занятий по темам:

- «Способы оказания первой медицинской помощи».
- «Виды повязок».
- «Принципы работы команды на дистанции».
- «Жизнеобеспечение».
- «Дни воинской Славы России».

Ситуационные задания по темам:

Наглядный материал:

Плакаты:

- устройство автомата АК-74 и пистолета Макарова;
- устройство ручных гранат;
- требования безопасности при стрельбе из стрелкового оружия;
- действия с оружием на огневом рубеже;
- порядок и правила выполнения практических стрельб в тире;
- правила прицеливания и производства выстрела.
- первая медицинская помощь при острых нарушениях дыхания;
- первая медицинская помощь при кровотечениях;
- первая медицинская помощь при ожогах;
- первая медицинская помощь при травмах.

Учебные видеофильмы:

Мультимедийные слайды по темам занятий.

Материально-техническое обеспечение программы:**Учебные помещения:**

- кабинет для занятий,
- спортзал,
- стрелковый интерактивный тир,
- стадион
- тренажерный зал

Оснащение образовательного процесса:

- учебная пневматическая винтовка (ИЖ-38),
- санитарная сумка (полностью оснащенная: бинты 5x10 стерильные или нестерильные в упаковке (2 шт.); бинты 7x14 стерильные или нестерильные в упаковке (2 шт.); жгут резиновый (1 шт.); шины (2 шт.); марлевые салфетки (1 уп.); ножницы (1 шт.);
- макет огнетушителя,
- пожарный рукав,
- пожарный ствол.
- защитная экипировка для учебных и тренировочных боев;
- макет ножа,
- макет пистолета,
- макет автомата;
- палки различной длины;
- груши,
- лапы и макивары для отработки ударов.
- учебное оружие;
- пейнтбольная экипировка;
- тренажеры для отработки навыков во владении огнестрельным оружием;
- настенная доска для изображения тактической обстановки.
- носилки медицинские;

Литература

1. «Оружие самозащиты». Каталог-справочник. Изд-во «Империал» М. 1993 г. 146 с.
2. «Самозащита без оружия» (самбо). Учебное пособие для работников милиции. Гл. управление милиции МВД СССР М. 1976 г. 179 с.
3. «Оружие в единоборствах» Справочник. Серия «Единоборства мира». Изд-во «Империал» 1992 г.
4. «Рукопашный бой» Учебно-методическое пособие. Изд-во «Воениздат» М. 1986 г. 118с.
5. А. А. Харлампиев «Борьба самбо» — М. Л.: «Физкультура и спорта», 1949 г.
6. А. А. Кадочников «Русский рукопашный бой. Научные основы» - М. Издательский дом «Грааль» 2003 г.
7. В.П. Старченков «Рукопашный бой» —М.: Воениздат: 1985 г
8. М. Ояма «Классическое каратэ» —М.: Эксмо 2006 г.

9. Справочник по служебному и гражданскому оружию. Справочно-информационный сборник. Колл. Авт. М.: НОУ ШО «Баярд» 2005 - 208 стр. Под общей редакцией Заместителя начальника ДООП МВД России - начальника Лицензионно - разрешительного управления Веденова Л. В.
10. А.С. Шикин «Боевая стрельба из пистолета» Пособие по тактическому использованию пистолета. «Сигнальные маячки» О профессиональной интуиции телохранителя. М.: ООО «НИПКЦ ВОСХОД - А», 2002. - 448 с. ISBN 5-93055-023-9
11. А. В. Потапов «Приемы стрельбы из пистолета»: Практика СМЕРШа/А. Потапов. - М.: «Издательство ФАИР», 2008.-576 с: ил. - (Спецназ).
12. Боевой устав сухопутных войск. Изд-во «Воениздат» М. 1986 г. 200 с.
13. Боевой устав по подготовке и ведению общевойскового боя ч. I взвод, отделение, танк. Изд-во «Воениздат» М. 2010 г. 699 с.
14. Офицерский корпус русской армии. Российский военный сборник. Изда-во: Военный университет. Русский путь. М. 2000 г. 639 с.
15. С.И. Лысюк, Рекомендации по специальной подготовке подразделений специального назначения. Изд-во: «Империал» М. 2003 г. 196 с.
16. В.М. Лыков «До вызова скорой. Народный университет. Факультет здоровья, журнал №11, МЛ 986 г.
17. М.М. Рожинский, Г.Б. Катковский. «Оказание до врачебной помощи» Изд-во «Медицина» М. 1981 г. 48 с.
18. «Первая помощь при несчастных случаях и травмах» Серия - 24 иллюстрированных листовки (с текстом). М. 1986 г.
19. А.В. Захаров , Отв. ред.: Ю.В. Данилов Изд-во: СГУПСа, Новосибирск 2006 г. 223 с.
20. Общевоинские уставы ВС РФ. Изд-во «Воениздат» М. 2006 г.

Вариант календарно-тематического планирования «Витязь-ср, ст»,
отличие будет в содержании занятий.

| № п/п | Предварительная дата проведения | Дата фактического проведения | Темы занятий | Количество часов |
|-------|---------------------------------|------------------------------|--|------------------|
| 1. | 1-5.09 | | Комплектование группы | 3 |
| 2. | | | Комплектование группы. | 3 |
| 3. | 6-12.09 | | Инструктаж по ТБ. Строевая подготовка | 3 |
| 4. | | | Участие в мероприятиях ко дня начала Блокады Ленинграда | 3 |
| 5. | 13-19.09 | | Строевая подготовка | 3 |
| 6. | | | Единоборства, самооборона, ОФП. | 3 |
| 7. | 20-26.09 | | Строевая подготовка | 3 |
| 8. | | | Единоборства, самооборона, ОФП. | 3 |
| 9. | 27.09-03.10 | | Огневая подготовка. | 3 |
| 10. | | | День семейного отдыха детей и родителей ВПиТ клуб Витязь | 3 |
| 11. | 04.10-10.10 | | Огневая подготовка | 3 |
| 12. | | | Экскурсия в СПб ВИ ВНГ РФ | 3 |
| 13. | 11.10-17.10 | | Единоборства, самооборона, ОФП. | 3 |
| 14. | | | Единоборства, самооборона, ОФП. | 3 |
| 15. | 18.10-24.10 | | Огневая подготовка | 3 |
| 16. | | | Единоборства, самооборона, ОФП. | 3 |
| 17. | 25.10-31.10 | | Торжественная церемония посвящения в курсанты ВПиТ клуба Витязь | 3 |
| 18. | | | Учебно-тренировочные сборы на базе ДОЛ, план проведения УТС предоставляется дополнительно Сдача нормативов на право ношения шеврона. | 3 |
| 19. | 01.11-07.11 | | Учебно-тренировочные сборы на базе ДОЛ, план проведения УТС предоставляется дополнительно Сдача нормативов на право ношения шеврона.. | 3 |
| 20. | | | Учебно-тренировочные сборы на базе ДОЛ, план проведения УТС предоставляется дополнительно Сдача нормативов на право ношения шеврона. | 3 |
| 21. | 8.11-14.11 | | Огневая подготовка | 3 |
| 22. | | | Единоборства, самооборона, ОФП. | 3 |
| 23. | 15.11-21.11 | | Клубные соревнования по самообороне | 3 |
| 24. | | | Клубные соревнования по самообороне | 3 |
| 25. | 22.11-28.12 | | Экскурсия в ОМОН | 3 |
| 26. | | | Единоборства, самооборона, ОФП. | 3 |
| 27. | 29.11-5.12 | | Туристическая подготовка. | 3 |
| 28. | | | Единоборства, самооборона, ОФП. | 3 |
| 29. | | | Туристическая подготовка. | 3 |

| | | | | |
|-----|-------------|--|---|---|
| 30. | 6.12-12.12 | | Участие в торжественных мероприятиях ко Дню Героев Отечества | 3 |
| 31. | 13.12-19.12 | | Клубные соревнования по стрельбе | 3 |
| 32. | | | Клубные соревнования по стрельбе | 3 |
| 33. | 20.12-26.12 | | Торжественное построение – подведение итогов за 1 полугодие | 3 |
| 34. | | | День семейного отдыха детей и родителей ВПиТ клуб Витязь | 3 |
| 35. | 27.12-9.01 | | Учебно-тренировочные сборы на базе ДОЛ, план проведения УТС предоставляется дополнительно | 3 |
| 36. | | | Учебно-тренировочные сборы на базе ДОЛ, план проведения УТС предоставляется дополнительно | 3 |
| 37. | 10.01-16.01 | | Повторный инструктаж по охране труда. | 3 |
| 38. | | | Единоборства, самооборона, ОФП. | 3 |
| 39. | 17.01-23.01 | | Комплексная программа | 3 |
| 40. | | | Единоборства, самооборона, ОФП. | 3 |
| 41. | 24.01-30.01 | | Комплексная программа | 3 |
| 42. | | | Участие в ТТЦ ко Дню полного снятия блокады Ленинграда | 3 |
| 43. | 31.01-6.02 | | Комплексная программа | 3 |
| 44. | | | День семейного отдыха детей и родителей ВПиТ клуб Витязь | 3 |
| 45. | 7.02-13.02 | | Единоборства, самооборона, ОФП. | 3 |
| 46. | | | Единоборства, самооборона, ОФП. | 3 |
| 47. | 14.02-20.02 | | Клубные соревнования по самообороне | 3 |
| 48. | | | Клубные соревнования по самообороне | 3 |
| 49. | 21.02-27.02 | | Строевая подготовка. | 3 |
| 50. | | | Участие в Торжественных мероприятиях ко Дню защитника Отечества, торжественное построение | 3 |
| 51. | 28.02-6.03 | | Строевая подготовка | 3 |
| 52. | | | Единоборства, самооборона, ОФП. | 3 |
| 53. | 7.03-13.03 | | Участие во всероссийском турнире по «ОСЕ» «Высота 776» | 3 |
| 54. | | | Участие во всероссийском турнире по «ОСЕ» «Высота 776» | 3 |
| 55. | 14.03-20.03 | | Клубные соревнования на лучшее исполнение комплексной программы | 3 |
| 56. | | | Клубные соревнования на лучшее исполнение комплексной программы | 3 |
| 57. | 21.03-27.03 | | Единоборства, самооборона, ОФП. | 3 |
| 58. | | | Встреча с ветеранами и сотрудниками ВНГ ко дню ВНГ. | 3 |
| 59. | 28.03-3.04 | | Учебно-тренировочные сборы на базе ДОЛ, план проведения УТС предоставляется дополнительно | 3 |
| 60. | | | Учебно-тренировочные сборы на базе ДОЛ, план проведения УТС предоставляется дополнительно | 3 |

| | | | | |
|-----|-------------|--|--|-----|
| 61. | | | Огневая подготовка | 3 |
| 62. | 4.04-10.04 | | Единоборства, самооборона, ОФП. | 3 |
| 63. | | | Участие во всероссийском турнире по «ОСЕ» «Высота 444.4». | 3 |
| 64. | 11.04-17.04 | | Участие во всероссийском турнире по «ОСЕ» «Высота 444.4». | 3 |
| 65. | | | Строевая подготовка. | 3 |
| 66. | 18.04-24.04 | | Огневая подготовка | 3 |
| 67. | | | Клубные соревнования по стрельбе «Юный Витязь», отбор для участия во Всероссийском турнире | 3 |
| 68. | 25.04-1.05 | | Клубные соревнования по стрельбе «Юный Витязь», отбор для участия во Всероссийском турнире | 3 |
| 69. | | | Учебно-тренировочные сборы на базе ДОЛ, план проведения УТС предоставляется дополнительно | 3 |
| 70. | 2.05-8.05 | | Учебно-тренировочные сборы на базе ДОЛ, план проведения УТС предоставляется дополнительно | 3 |
| 71. | | | Комплексная программа | 3 |
| 72. | 9.05-15.05 | | Комплексная программа | 3 |
| 73. | | | Сдача нормативов на право ношения шеврона | 3 |
| 74. | 16.05-22.05 | | Сдача нормативов на право ношения шеврона | 3 |
| | | | ИТОГО | 222 |

Дополнительно в весенне-летний период:

1. Аттестация на степень по ОСЕ - вторая половина мая
2. Всероссийский турнир «Юный Витязь» - конец мая
3. УТС со сдачей на оливковый, крапово - васильковый берет – июнь-июль
4. Военно-патриотический лагерь «Бородино» - июнь ?????
5. Всероссийский турнир «Юный спецназовец»- август
6. Туристические выходы – в течении уч. года.