

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 557 Невского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТО
Решением Педагогического совета
Протокол от 30.08.2018 № 01



_____ Большаков И.В.

Протокол от 30.08.2018 № 71

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая
программа
социально-педагогической направленности
Клуб «Взмах»

Возраст учащихся: 12-14 лет
Срок реализации: 1 год

Разработчик:
Добринина Елене Геннадьевна,
педагог дополнительного образования

Санкт-Петербург

2018 год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Образовательная программа клуба «Взмах» имеет социально-педагогическую направленность и общекультурный уровень. Проблема патриотического воспитания и гражданского становления подрастающего поколения сегодня одна из актуальных задач государства и общества. В Национальной доктрине образования в Российской Федерации определена не только государственная политика в области образования, но и дан социальный заказ государства на воспитание человека с активной жизненной позицией, трудолюбивого и высоконравственного, патриота своей Родины, уважающего права и свободы личности, традиции и культуру других народов, проявляющего национальную и религиозную терпимость. Изменения военно-политической обстановки в мире требуют укрепления экономической мощи Отечества, повышения его обороноспособности, отлаженной работы всей системы патриотического воспитания подрастающего поколения, подготовки его к защите Родины. В настоящее время в нашей стране возрождается система патриотического воспитания детей и подростков, в котором наряду с традиционными задачами подготовки подрастающего поколения к военной службе, появилась необходимость ориентировать ребят на выбор профессии спасателя, социального работника, пожарного, сотрудника правоохранительных органов. Основными принципами деятельности военно-патриотического клуба являются:

- принцип добровольности;
- принцип взаимодействия;
- принцип учета индивидуальных и возрастных особенностей;
- принцип междисциплинарности;
- принцип преемственности;
- принцип равноправия и сотрудничества;
- принцип гласности;
- принцип самостоятельности;
- принцип ответственности;
- принцип коллективности;
- принцип ответственности за собственное развитие.

ЦЕЛЬ: создание условий, способствующих патриотическому, физическому, интеллектуальному и духовному развитию личности юного гражданина России, его лидерских качеств.

ЗАДАЧИ:

образовательные задачи:

- Подготовка подрастающего поколения к военной службе.
- Формирование умений отбора, анализа и предоставления социально значимой информации.

развивающие задачи:

- Развитие коммуникативных навыков;
- Создание условий для приобретения опыта успешной самореализации в различных видах деятельности, опыта реализации различных уровней социально-нравственной позиции в коллективной деятельности (позиций активного участника, организатора, консультанта и др.), опыта сотрудничества со сверстниками и взрослыми.

- формирование профессионально значимых качеств и умений, верности конституционному и воинскому долгу;
- физическое и духовно-нравственное развитие детей и подростков;

воспитательные задачи:

- Воспитание ответственности, самоорганизации, проектирования собственной деятельности;
- Развитие опыта общения и ролевого взаимодействия;
- Воспитание бережного отношения к героическому прошлому нашего народа, землякам.
- Воспитание гражданственности, патриотизма и любви к Родине;

ОТЛИЧИТЕЛЬНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ПРОГРАММЫ

Патриотическое воспитание представляет собой организованный и непрерывный процесс педагогического воздействия на сознание, чувства, волю, психику и физическое развитие обучающихся. Поэтому отличительными особенностями данной дополнительной образовательной программы является то, что работа по военно-патриотическому воспитанию проводится комплексно, что позволяет подростку усилить свою ориентацию на развитие интересов и способностей, укрепить здоровье, овладеть военно-прикладными видами спорта.

УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

- Программа адресована подросткам 12-14 лет.
- Условия набора: учащиеся принимаются в коллектив на основании собеседования.
- Формируется разновозрастная группа, дополнительного набора учащихся на второй и третий годы обучения нет.
- Наполняемость в группе: 15 человек.

СРОКИ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Программа рассчитана на 1 год (144 часа)

ФОРМЫ И РЕЖИМ ЗАНЯТИЙ

Форма организации занятий групповая.

Занятия группы проводятся 2 раз в неделю по 2 часа.

ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ И СПОСОБЫ ОПРЕДЕЛЕНИЯ ИХ РЕЗУЛЬТАТИВНОСТИ

Ожидаемый результат по предметному компоненту программы:

- Применение знаний, умений и навыков в социально значимой деятельности.
- Члены клуба осваивают правила безопасного поведения в повседневной жизни, принципы здорового образа жизни, способы самообороны и самосохранения, подготовятся к действиям в чрезвычайных ситуациях и экстремальных условиях

Ожидаемый результат по личностному компоненту программы:

- Развитие коммуникативных навыков;
- Формирование потребности в регулярных занятиях физической культурой, осмысленное отношение к ним как способу самореализации и личностно значимому проявлению человеческих способностей

- Компенсация отсутствующих в основном образовании знаний, умений и навыков в области краеведения, физкультуры, медицины, спорта, военной подготовки.

Ожидаемый результат по метопредметному компоненту программы:

- Воспитание ответственности, самоорганизации, самоанализа, проектирования собственной деятельности;
- Развитие опыта общения и ролевого взаимодействия;
- Формирование основных ценностных ориентаций: семья, Родина, дружба, здоровье.

Способы определения результативности:

- педагогическое наблюдение,
- самооценка воспитанника,

диагностика личностного роста и продвижения.

СПОСОБЫ ОПРЕДЕЛЕНИЯ РЕЗУЛЬТАТИВНОСТИ КОМПОНЕНТОВ ПРОГРАММЫ.

При прохождении программы и определения её результативности используются:

- начальный контроль;
- фронтальный контроль;
- промежуточный контроль;
- итоговый контроль;

ФОРМЫ ПОДВЕДЕНИЯ ИТОГОВ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Формы подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы:

Участие в открытых занятиях в рамках спецкурса, публичное выступление, где ученики применяют умения и навыки, приобретенные на занятиях программы клуба «Взмах»

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№	Темы	Всего часов	В том числе		Формы аттестации/контроля
			Теория	Практика	
1	Введение (комплектование группы)	2	1	1	устная проверка знаний
2	Чрезвычайные ситуации	26	10	16	практическая работа, тестовые задания
3	Защита от ОМП	10	4	6	практическая работа, тестовые

					задания
4	Строевая подготовка	24	10	14	практическая работа
5	Прикладная физическая подготовка	20	8	12	сдача норматива
6	История Вооружённых Сил РФ	10	8	2	устная проверка знаний, тестовые задания
7	Огневая подготовка	30	8	22	сдача норматива, практическая работа
8	Медицинская подготовка	20	6	14	практическая работа
	Итоговое занятие	2	1	1	зачёт
	ИТОГО	144	52	92	

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Год обучения	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год	1 сентября	25 мая	36	144	4 часа в неделю

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО КУРСА

Введение

Теория. Отбор учащихся, ознакомление с расписанием занятий, правила поведения на занятии. Правила пожарной безопасности. План работы объединения на год. Формы и организация мероприятий. Форма одежды и внешний вид.

Практика. Практическая работа на выявление уровня начальной подготовки обучающегося

Чрезвычайные ситуации

Теория. Разбор наиболее возможных причин попадания человека в условия вынужденного автономного существования, меры профилактики и подготовки к безопасному поведению в условиях автономного существования. Краткая характеристика наиболее вероятных для данной местности и района проживания чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.

Практика. Отработка правил ориентирования на местности, движения по азимуту, правил обеспечения водой и питанием, добыча огня. Отработка правил поведения при

получении сигнала о чрезвычайной ситуации и одного из возможных вариантов, предусмотренных планом образовательного учреждения (укрытие в защитных сооружениях, эвакуация и др.)

Защита от ОМП

Теория. . Современные средства поражения, их поражающие факторы, мероприятия по защите населения.

Ядерное оружие, поражающие факторы ядерного взрыва Химическое оружие. Бактериологическое (биологическое) оружие Современные обычные средства поражения, их поражающие факторы

Мероприятия, проводимые по защите населения от современных средств поражения

Система оповещения населения о чрезвычайных ситуациях Порядок подачи сигнала "Внимание всем" Передача речевой информации о чрезвычайной ситуации, примерное ее содержание. Основные средства защиты органов дыхания и правила их использования Средства защиты кожи Медицинские средства защиты и профилактики.

Практика. Отработка действий населения по сигналам оповещения о чрезвычайных ситуациях. Отработать порядок получения и пользования средствами индивидуальной защиты.

Строевая подготовка

Теория. Строй и управление ими. Порядок выполнения команд: «Становись» или «Смирно». Действия по команде «Вольно». Повороты на месте. Строевой шаг. Повороты в движении. Походный строй в колонну по одному, в колонну по два, в колонну по три. Вынос знамени

Перестроение из развернутого строя в колонну. Перестроение на месте и в движении.

Практика. Тренировка выполнения приемов в строю.

Прикладная физическая подготовка

Теория. Физическая подготовка как составная часть подготовки работников силовых структур, МЧС. Дозировка индивидуальных занятий физической культурой и спортом. Основы спортивной гигиены. Кроссовая подготовка. Легкая атлетика. Гимнастика. Акробатика.

Практика. Бег в равномерном темпе: 20–25 мин. (юноши), 10–15 мин. (девушки); Бег в переменном темпе (фартлек): 10–15 мин. Кросс по пересеченной местности: 1000 м (девушки), 2000 м (юноши);

Групповой кросс с зачетом по последнему участнику забега: 1000 м (девушки), 2000 м (юноши). Прыжок:

- в длину с разбега способом «согнув ноги»;
- «тройной» с разбега.

Метание:

- мяча (в цель; на дальность);
- гранаты (в цель; на дальность). Кувырок.

История Вооружённых Сил РФ

Теория. Создание Советских Вооруженных Сил, их структура и предназначение. Вооруженные Силы Российской Федерации, основные предпосылки проведения военной реформы.

Организационная структура Вооруженных Сил, виды Вооруженных Сил и рода войск.

Практика. Подготовка презентаций по каждому виду Вооружённых Сил РФ

Огневая подготовка

Теория. Ручное стрелковое оружие периода Великой Отечественной войны. АК-74 назначение, устройство и принцип работы. Разборка и сборка АК-74 Приемы и правила стрельбы из стрелкового оружия.

Практика. Разборка и сборка АК-74. Практические стрельбы.

Медицинская подготовка

Теория. Правила оказания первой медицинской помощи при отравлениях угарным газом, хлором и аммиаком. Средства оказания первой медицинской помощи при травмах. Общие правила транспортировки пострадавшего.

Практика. Остановка кровотечений различными способами. Обработка ран. Наложение шины. Транспортировка раненого

Итоговое занятие

Теория. Обобщение знаний по курсу

Практика. Игра «Зарница»

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Место проведения	Дата проведения	
				план	факт
1	Введение	2	Кабине ОБЖ		
Раздел 1. Чрезвычайные ситуации 26 часов					
2.	Правила поведения в условиях вынужденного автономного существования	2	Кабинет ОБЖ		
3.	Ориентирование на местности.	2	Школьный стадион		
4	Обеспечение жизнедеятельности человека в природной среде при автономном существовании	2	Кабинет ОБЖ Спортивный зал		
5.	Обеспечение жизнедеятельности человека в природной среде при автономном существовании	2	Кабинет ОБЖ		
6	Опасные и чрезвычайные ситуации природного характера	2	Кабинет ОБЖ		
7	Опасные и чрезвычайные ситуации природного характера	2	Кабинет ОБЖ, спортивный зал		
8	Защита населения от последствий чрезвычайных ситуаций.	2	Кабинет ОБЖ		
9.	Аварии на химически опасных объектах и их последствия	2	Кабинет ОБЖ		
10.	Аварии на радиационно опасных объектах и их последствия	2	Кабинет ОБЖ		
11	Радиационной безопасности населения	2	Кабинет ОБЖ		
12	Химическая безопасность населения	2	Кабинет ОБЖ, спортивный зал		
13	Инженерная защита населения при чрезвычайных ситуациях природного и	2	Кабинет ОБЖ		

	техногенного характера				
14	Оповещение населения при чрезвычайных ситуациях.	2	Кабинет ОБЖ, школьный стадион		
Раздел 2 Защита от оружия массового поражения 10 часов					
15	Современные средства поражения. Ядерное оружие	2	Кабинет ОБЖ		
16	Современные средства поражения. Химическое оружие	2	Кабинет ОБЖ		
17	Современные средства поражения. Бактериологическое оружие	1	Кабинет ОБЖ		
18	Средства индивидуальной защиты дыхательных путей. Изготовление ватно-марлевых повязок.	2	Кабинет ОБЖ, спортивный зал		
19	Средства индивидуальной защиты кожи	2	Кабинет ОБЖ, спортивный зал		
Раздел 3. Строевая подготовка 24 часа					
20	Строевая подготовка. Введение. Общее положения, основные понятия и определения	2	спортивный зал		
21	Строй и управление ими	2	спортивный зал		
22	Выполнение команд на месте без оружия	2	спортивный зал		
23	Движение походным и строевым шагом	2	спортивный зал		
24	Построение взвода и роты	2	спортивный зал		
25	Обязанности солдат перед построением и в строю. Строевая стойка	2	спортивный зал		
26	Команды и сигналы, подаваемые для построения, движения и перестроения взвода и роты, их выполнение	2	спортивный зал		
27	Развёрнутый строй. Перестроение в движении	2	спортивный зал		
28	Выполнение воинского приветствия без оружия на месте и в движении	2	спортивный зал		
29	Парадно-строевые расчеты. Парадный и ритуальный шаг.	2	спортивный зал		
30	Вынос знамени	2	спортивный зал		
31	Строевой смотр.	2	спортивный зал		
Раздел 4 Прикладная физическая подготовка 20 часов					

32	Физическая подготовка как составная часть подготовки работников силовых структур, МЧС	2	спортивный зал		
33	Основы спортивной гигиены.	2	спортивный зал		
34	Кроссовая подготовка	2	школьный стадион		
35	Легкая атлетика	2	спортивный зал		
36	Метание	2	спортивный зал		
37	Опорный прыжок	2	спортивный зал		
38	Лазание по канату	2	спортивный зал		
39	Акробатика	2	спортивный зал		
40	Акробатика	2	спортивный зал		
41	Сдача нормативов физической подготовленности	2	спортивный зал		
Раздел 5. История Вооружённых Сил РФ-10 часов					
42	История создания ВС РФ Организационная структура ВС РФ	2	Кабинет ОБЖ		
43	Сухопутные войска	2	Кабинет ОБЖ		
44	Военно – морской флот	2	Кабинет ОБЖ		
45	Военно – воздушные силы	2	Кабинет ОБЖ		
46	Воздушно – десантные войска	2	Кабинет ОБЖ		
Раздел 6. Огневая подготовка-30 часов					
47	Огневая подготовка. Цели и задачи изучения.	2	Кабинет ОБЖ		
48	Ручное стрелковое оружие периода Великой Отечественной войны	2	Кабинет ОБЖ		
49	Назначение и устройство частей и механизмов АК - 74	2	Кабинет ОБЖ		
50	Неполная разборка и сборка автомата	2	Кабинет ОБЖ		
51	Неполная разборка и сборка автомата	2	Кабинет ОБЖ		
52	Неполная разборка и сборка автомата	2	Кабинет ОБЖ		
53	Меры безопасности при обращении с пневматическим оружием;	2	Кабинет ОБЖ		
54	Стрельба из пневматической винтовки	2	Кабинет ОБЖ		
55	Стрельба из пневматической винтовки	2	Кабинет ОБЖ		

56	Стрельба из пневматической винтовки	2	Кабинет ОБЖ		
57	Стрельба из пневматической винтовки	2	Кабинет ОБЖ		
58	Стрельба из пневматической винтовки	2	Кабинет ОБЖ		
59	Стрельба из пневматической винтовки	2	Кабинет ОБЖ		
60	Стрельба из пневматической винтовки	2	Кабинет ОБЖ		
61	Стрельба из пневматической винтовки	2	Кабинет ОБЖ		
Раздел 7. Медицинская подготовка-20 часов					
62	Виды ран. Остановка кровотечения	2	Кабинет ОБЖ		
63	Виды повязок и правила их наложения.	2	Кабинет ОБЖ		
64	Первая медицинская помощь при переломах.	2	Кабинет ОБЖ		
65	Аптечка медицинская	2	Кабинет ОБЖ		
66	Медицинские средства защиты	2	Кабинет ОБЖ		
67	Оказание первой медицинской помощи при ожогах	2	Кабинет ОБЖ		
68	Оказание первой медицинской помощи при обморожениях	2	Кабинет ОБЖ		
69	Оказание первой медицинской помощи при отравлениях	2	Кабинет ОБЖ		
70	Первая медицинская помощь при ДТП	2	Кабинет ОБЖ		
71	Виды транспортировки пострадавших	2	Кабинет ОБЖ, спортивный зал		
72	Итоговое занятие	2	Кабинет ОБЖ, спортивный зал, стадион		
Всего:		144			

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

№ п/п	Раздел или тема программы	Формы занятий	Приёмы и методы организации образовательного процесса (в рамках занятия)	Дидактический материал	Техническое оснащение занятий	Формы подведения итогов
1	Введение	Групповые, индивидуальные	информационно-рецептивный, ситуационный метод, эвристический, самостоятельная работа, КТД	Разработки проведения мастерских	Аудитория, компьютер, проектор.	устная проверка знаний
2	Чрезвычайные ситуации	Групповые, индивидуальные	информационно-рецептивный, ситуационный метод, эвристический, самостоятельная работа, КТД	Разработки проведения мастерских,	Аудитория, компьютер, стадион, карты, компасы	практическая работа, тестовые задания
3	Защита от ОМП	Групповые, индивидуальные	информационно-рецептивный, ситуационный метод, эвристический, самостоятельная работа, КТД	Разработки проведения мастерских	Аудитория, спортивный зал компьютер, проектор, противогаз ГП-7, ГДЗК, Л-1	практическая работа, тестовые задания
4	Строевая подготовка	Групповые, индивидуальные	информационно-рецептивный, ситуационный метод, эвристический,	Разработки проведения мастерских	Спортивный зал, проектор, компьютер, макет автомата АК-74,	практическая работа

			самостоятельная работа, КТД		знамя	
5	Прикладная физическая подготовка	Групповые, индивидуальные	информационно-рецептивный, ситуационный метод, эвристический , самостоятельная работа, КТД	Разработки проведения мастерских	Спортивный зал, стадион, макет гранаты, мячи, канат	сдача норматива
6	История Вооружённых Сил РФ	Групповые, индивидуальные	информационно-рецептивный, ситуационный метод, эвристический , самостоятельная работа, КТД	Разработки проведения мастерских	Аудитория , библиотек а, компьютер , проектор.	устная проверка знаний, тестовые задания
7	Огневая подготовка	Групповые, индивидуальные	информационно-рецептивный, ситуационный метод, эвристический , самостоятельная работа, КТД	Разработки проведения мастерских	Аудитория , компьютер , проектор, макет автомата АК-74, лазерный тир «Стрелец»	сдача норматива, практическая работа
8	Медицинская подготовка	Групповые, индивидуальные	информационно-рецептивный, ситуационный метод, эвристический , самостоятельная работа, КТД	Разработки проведения мастерских	Аудитория , видеокamera, компьютер , аптечка, шины, носилки, тренажёр для оказания ПП	практическая работа
9.	Итоговое занятие	Групповые, индивидуальные	информационно-рецептивный, ситуационный метод,	Разработки проведения мастерских	Аудитория , спортивный зал, аптечка,	зачёт

			эвристический , самостоятельная работа, КТД		шины, носилки, макеты автомата АК-74, противогазы ГП-7, ГДЗК, макет ручной гранаты, Лазерный тир «Стрелец»	
--	--	--	---	--	--	--

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Для педагога

1. Аверин А.И. «Начальная военная подготовка» ДОСААФ СССР, 1997 г. -
2. Апакидзе В.В., Р.Г. Дуков «Строевая подготовка» Под ред. генерал-полковника В.А. Меримского (учебное пособие). М. Воениздат, 1988. 336 с.
3. Беспятова Н. Военно-патриотическое воспитание детей и подростков как средство социализации / Н.К. Беспятова, Д.Е.Яковлева,- М. Айрис - пресс, 2006.
4. Глухих А.М.Мы россияне. Методические разработки Городище, 2005
5. Емельянич В.К. Ваши шансы избежать беды: учеб. пособие / Сб. ситуационных задач по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности» – СПб. КАРО, 2002.
6. Зиновьев А.С. Учебное пособие по изучению и практическому применению общевоинских уставов Вооруженных Сил Российской Федерации. – Ростов н/д: Феникс, 2008.
7. Легкобытов А.В. Основы психологической безопасности личности. 5-11 классы: Методическое пособие. - М.: Дрофа, 2009. - 158 с. - (Библиотека учителя).
8. Методика строевой подготовки (учебное пособие). М.: Воениздат, 1988.
9. Маркушевич С.Б. Программа комплексной юнармейской подготовки взводов батальона военно-спортивной игры «Орленок» Объединения Движения юных патриотов учреждений образования Брянской области, 2004.
10. . Маркушевич С.Б. «Программа комплексной юнармейской подготовки взводов батальонов военно-спортивной игры «Зарница» Движения юных патриотов учреждений образования Брянской области». 2004
11. Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации 2009. – М.: Эксмо, 2009.
12. Строевой устав Вооружённых Сил РФ (Введён в действие приказом Министра обороны Российской Федерации от 15 декабря 1993 года № 600.М.: Воениздат, 1994, 528 с.)
13. Сборник нормативов по боевой подготовке Сухопутных войск. Книга 1, М.Воениздат. 1991, 246 с.
14. Федеральный закон о днях воинской славы победных днях России..

Для учащихся

1. Боярский В.И. «Партизаны и армия» - М, 2001 г
2. Воробьёв Ю.Л. «Основы безопасности жизнедеятельности» - М, 2006г (10 класс)
3. Яроцкий А.П. «Знай стрелковое оружие» - М, 2000г
4. Яроцкий А.П. «Наставление по стрелковому делу. Автомат Калашникова (АК)» - М, 2000.

Тест по теме «Чрезвычайные ситуации природного характера»

1. Что такое землетрясение.
 - А) область возникновения подземного удара
 - Б) проекция центра очага землетрясения на земную поверхность
 - В) подземные удары и колебания поверхности Земли
2. Причиной землетрясений может стать:
 - а) сдвиг в скальных породах земной коры, разлом, вдоль которого один скальный массив с огромной силой трётся о другой;
 - б) волновые колебания в скальных породах;
 - в) строительство очистных сооружений в зонах тектонических разломов
3. В какой последовательности вы постараетесь действовать, если, находясь дома, неожиданно почувствовали толчки, дребезжание стекла, посуды, а времени, чтобы выбежать из здания, нет:
 - а) отключить электричество, газ, воду, отойти от окон и предметов мебели, которые могут упасть, занять безопасное место в проёме дверей;
 - б) позвонить в аварийную службу, отключить электричество, занять место у окна;
 - в) закрыть окна и двери занять безопасное место в шкафу
4. Вы находитесь один дома. По радио передали информацию о возможном землетрясении. Ваши действия:
 - а) позвоните родителям на работу
 - б) займёте место в дверном проёме
 - в) покинете дом и укроетесь в специально оборудованном убежище.
5. Основной способ спасения людей при извержении вулканов:
 - а) эвакуация
 - б) укрытия в специально оборудованных убежищах
 - в) использование средств индивидуальной защиты органов дыхания и кожи
6. При извержении вулкана, находясь в непосредственной близости от него, необходимо:
 - а) убегать перпендикулярно от направления движения лавы;
 - б) защитить органы дыхания, следовать в укрытие;
 - в) укрыться за большим камнем;
7. К каким природным явлениям относятся обвалы сели и оползни:
 - а) геологическим

б) метеорологическим

в) гидрологическим

8. Наиболее безопасные места при сходе оползней, селей, обвалов, лавин:

а) склоны гор, где оползневые процессы не очень интенсивны, ущелья и выемки между горами;

б) возвышенности, расположенные с противоположной стороны селеопасного направления, склоны гор и возвышенностей;

в) долины между гор с селе- и лавиноопасными участками, большие деревья с толстыми стволами, большие камни, за которыми можно укрыться

9. Последствия оползней, селей и лавин:

а) лесные пожары, изменение климата и погодных условий

б) извержение вулканов, усиление сейсмоактивности и повышение уровня рек

в) перекрытие русел рек изменение ландшафта, разрушение зданий, гибель людей и животных.

10. Область пониженного давления в атмосфере – это:

а) смерч; б) буря; в) циклон

11. Принцип работы одного из указанных приборов напоминает принцип действия смерча, что это за прибор:

а) пылесос;

б) утюг;

в) газовая плита;

г) холодильник;

12. Сильный маломасштабный атмосферный вихрь диаметром до 1000 м, в котором воздух вращается со скоростью до 100 м/с называется:

а) ураган

б) смерч

в) буря

г) циклон

13. Безопасное укрытие на улице во время урагана:

а) большие деревья,

б) крупные камни;

в) овраг;

14. Лучшая защита от смерча

а) мосты, большие деревья

- б) будки на автобусных остановках
- в) подвальные помещения, подземные сооружения

15. В какой последовательности вы постараетесь действовать, если, находясь дома, получили оповещение о приближении урагана

- а) подготовить запас продуктов, воды.
- б) закрыть двери и окна
- в) закрыть газовые и водопроводные краны
- г) занять место в надёжном укрытии.

16. Какое из перечисленных укрытий в квартире самое надёжное при бурях, ураганах и смерчах

- а) комната
- б) коридор
- в) балкон
- г) ванная комната

17. При заблаговременном оповещении о наводнении необходимо

- а) открыть окна и двери на нижнем этаже
- б) включить телевизор и радио, прослушать рекомендации и сообщение
- в) перенести на нижние этажи ценные вещи.

18. При внезапном наводнении до прибытия помощи следует:

- а) оставаться на месте и ждать указаний по телевизору(радио), при этом вывесить белое полотно, чтобы вас обнаружили;
- б) быстро занять возвышенное место и оставаться там до схода воды при этом подавать сигналы, позволяющие вас обнаружить;
- в) спуститься на нижний этаж здания и подавать сигналы

19. Одним из признаков приближения цунами является:

- а) поведение животных, которые торопливо уходят на склоны гор.
- б) неожиданный ураган с выпадением обильных осадков.
- в) резкое повышение или понижение температуры воздуха, обильное таяние ледников, сход лавин.
- г) спад уровня воды вдоль береговой линии

20. При заблаговременном оповещении о приближении цунами прежде всего необходимо:

- а) включить телевизор (радио), выслушать сообщение и рекомендации;
- б) открыть окна и двери нижних этажей;

в) выйти из здания и направиться как можно ближе к побережью.

21. При цунами разрушительным действием обладают

- а) водный поток
- б) воздушная волна
- в) остатки горных пород

22. Порядок ПМП при «синем «утоплении»

- а) согреть пострадавшего
- б) приступить к реанимации
- в) удалить воду, находящуюся в желудке и лёгких пострадавшего
- г) доставить пострадавшего в больницу.

23. Неконтролируемое горение растительности, стихийно распространяющееся по лесной территории это-

- а) стихийный пожар
- б) природный пожар
- в) лесной пожар

24. Пожар, который характеризуемый беспламенным горением, накоплением большого количества тепла и низкой скоростью продвижения

- а) подземный
- б) наземный
- в) верховой

25. Если вы оказались в лесу, где возник пожар, то необходимо:

- а) оставаться на месте до приезда пожарных;
- б) определить направление ветра и распространение огня, быстро выходить из леса в наветренную сторону;
- в) в подветренную сторону

26. Тушение огня осуществляется

- а) Водой или растворами химикатов
- б) захлёстывание огня ветками и другими подручными средствами
- в) основание заградительных полос и барьеров
- г) тушение грунтом

27. В пожароопасный сезон нельзя

- а) двигаться по ущельям и выемкам
- б) бросать горящие спички и окурки

- в) оставлять пропитанный бензином обтирочный материал
- г) бутылки и осколки стекла
- д) разводить костры в торфяниках и хвойных лесах

Тест по теме «Чрезвычайные ситуации техногенного характера»

1. Что такое пожар?

- а) Химическая реакция окисления, сопровождающаяся выделением большого кол-ва тепла и свечения
- б) неконтролируемое стихийно развивающееся горение, причиняющее материальный вред и ущерб здоровью
- в) частный случай горения, протекающий мгновенно, с кратковременным выделением значительного тепла и света.

2. Какие виды возгораний запрещено тушить пенным огнетушителем?

- а) мусор, бумагу, деревянные строения
- б) бензин, керосин
- в) электропровода, электроприборы

3. Горит входная дверь. Огонь отрезал путь к выходу. Что вы будете делать?

- а) Уйдете в дальнюю комнату, плотно закрыв за собой все двери
- б) попытаетесь взломать дверь выскочить на лестничную площадку.
- в) начнете кричать и звать соседей

4. Как вы поступите с препаратом бытовой химии если у него отсутствует этикетка?

- а) попытаетесь вспомнить его назначение, способ употребления и будете им пользоваться
- б) не употребляя избавитесь от него
- в) посоветуетесь с соседями, и будете использовать по их рекомендациям.

5. Как действовать по сигналу ВНИМАНИЕ ВСЕМ ?

- а) надеть СИЗ, покинуть помещение
- б) быстро направиться в убежище
- в) включить радио или телевизор и прослушать информацию органов управления ГО ЧС.

6. Каким раствором нужно смочить повязку при аварии с утечкой хлора?

- а) 2% раствором соды
- б) 2% раствором нашатырного спирта
- в) 5% раствором лимонной кислоты

7. При аварии на ХОО произошла утечка аммиака. Вы можете оказаться в зоне заражения. Вы живете на 6 этаже 9-и этажного дома. Как вам поступить?

- а) остаться в своей квартире
- б) укрыться в подвале здания
- в) подниметесь на верхний этаж.

8. Отравление каким сильнодействующим ядовитым веществом произошло, если имеются следующие признаки: резкая боль в груди, сухой кашель, одышка, резь в глазах, слезотечение?

- а) аммиак
- б) хлор
- в) фосген

9. Назовите единицу дозы облучения

- а) рентген в час
- б) рентген

в) паскаль

10. Что необходимо провести для обеззараживания одежды и предметов от радиоактивных веществ?

- а) дегазацию
- б) дезактивацию
- в) дезинфекцию

11. Для защиты от отравляющих веществ нужно использовать?

- а) противогаз, укрытие
- б) противогаз, убежище
- в) противогаз, респиратор

12. Что относится к средствам индивидуальной защиты органов дыхания?

- а) костюм Л-1, защитная фильтрующая одежда
- б) убежище, противорадиационное укрытие
- в) противогаз, респиратор, ватно-марлевая повязка

13. Что относится к средствам коллективной защиты?

- а) противогаз, респиратор, противопыльная тканевая маска
- б) костюм Л-1, защитная фильтрующая одежда
- в) убежище, противорадиационное укрытие, открытые щели

14. Проведение йодной профилактики преследует главную цель

- а) не допустить поражения кровеносной системы
- б) не допустить поражения щитовидной железы
- в) не допустить поражения нервной системы

15. 100-процентный защитный эффект йодной профилактики обеспечивается, если она проводится

- а) при подходе радиоактивного облака
- б) после подхода радиоактивного облака
- в) за шесть часов до подхода радиоактивного облака

16. Находясь в квартире, вы ощутили резкий запах нашатыря, почувствовали резь в глазах, у вас началось слезотечение. Как вы поступите?

- а) откроете окна. Двери, чтобы проветрить квартиру
- б) быстро покинете квартиру и подниметесь на 6 этаж
- в) быстро покинете квартиру и спуститесь на 1 этаж

17. Вы вошли в квартиру и почувствовали запах газа. Как вы поступите

- а) включите свет, попытаетесь выяснить причину
- б) обратитесь к соседям за помощью
- в) не включая свет, попытаетесь перекрыть подачу газа и срочно проветрите комнату

18. Оружие массового поражения, поражающее действие которого основано на использовании токсических свойств некоторых химических веществ.

- а) химическое оружие
- б) ядерное оружие
- в) биологическое

19. Поток гамма-лучей и нейтронов

- а) световое излучение
- б) очаг ядерного поражения
- в) проникающая радиация

Вставьте термин

1. Организованный вывоз из крупных городов и населенных пунктов всего населения на время Ч С

2. Крупная авария, повлекшая за собой человеческие жертвы, значительный ущерб и др. тяжелые последствия

3. Территория, подвергшаяся воздействию отравляющих веществ, в результате чего возникли поражения людей, животных и растений

Тест по теме «Оружие массового поражения»

1. Гражданская оборона – это:
 - А) система мероприятий по прогнозированию, предотвращения и ликвидации ЧС
 - Б) система, обеспечивающая постоянную готовность органов гос. управления для быстрых и эффективных действий по организации по обеспечению населения.
 - В) система мероприятий по защите населения, материальных и культурных ценностей от опасностей при возникновении ЧС.
2. Излучение, представляющее поток бета- и альфа – лучей – это:
 - А) ионизирующее излучение Б) заражение радиоактивностью В) проникающая радиация.
3. Что не относится к поражающим факторам ядерного взрыва?
 - А) Электромагнитный импульс Б) световое излучение В) ультразвуковое излучение
4. Световое излучение - это?
 - А) поток невидимых нейтронов
 - Б) поток лучистой энергии, состоящий из ультрафиолетовых, Видимых и инфракрасных лучей
 - В) световой поток продуктов горения, изменяющий состав атмосферного воздуха Г) все перечисленные
5. Наибольшую опасность радиоактивные вещества представляют:
 - А) через сутки после выпадения Б) через несколько часов после выпадения
 - В) в первые часы после выпадения. .
6. Какой из поражающий фактор ядерного взрыва приводит к большинству разрушений и повреждений зданий?
 - А) световое излучение Б) ударная волна В) проникающая радиация Г) электронный импульс Д) радиоактивное загрязнение
7. Что не является основой поражающего действия бактериологического оружия?
 - А) водоросли Б) бактерии В) вирусы Г) риккетсии и патогенные грибы Д) все перечисленные
8. Каким способом происходит оповещение населения о ЧС?
 - А) по всероссийским программам ТВ Б) городская сирена В) только по местным радио и телевидения
9. Какой самый сильный поражающий фактор ядерного взрыва?
 - А) световое излучение Б) ударная волна В) проникающая радиация Г) проникающая радиация
10. Признаками применения химического оружия является (ются)
 - А) светлые полосы, которые тянутся за самолетом Б) наличие не характерных для данной местности насекомых. В) изменение естественной окраски растительности
 - Г) выпадение осадков, превышающих норму.
11. Действия какого поражающего фактора ядерного взрыва приводит к массовым пожарам?
 - А) Электромагнитный импульс Б) световое излучение В) ультразвуковое излучение
 - Г) радиоактивность. Д) ударная волна.

Тест «Защита населения при ЧС мирного и военного времени»

1. Как называется система мероприятий по подготовке к защите населения, материальных и культурных ценностей на территории РФ от опасностей, возникающих при ведении военных действий, а также при возникновении ЧС природного и техногенного характера?

- а) Обязанности государства;
- б) Система профилактических мероприятий;
- в) Гражданская оборона;

2. Что относится к химическому оружию?

- а) Шариковые и фугасные авиабомбы;
- б) Зарин, фосген, адамсит, синильная кислота;
- в) ВИ – ИКС, мины, фугасы, СИ- Эс.

3. Какой сигнал оповещает население о ЧС?

- а) Рассылка памяток с правилами поведения;
- б) Сигнал «Внимание всем!» с использованием сетей проводного, радио и телевизионного вещания;
- в) «Сарафанное радио».

4. На какие виды подразделяются защитные сооружения гражданской обороны в зависимости от защитных свойств?

- а) Убежища, ПРУ, щели;
- б) ПРУ, подвалы, укрытия;
- в) Заглубленные сооружения; укрытия, горные выработки.

5. Какие СИЗ предназначены для защиты органов дыхания?

- а) Защитный комбинезон, респиратор;
- б) Противопыльные тканевые маски; плащи, накидки из прорезиненной ткани;
- в) Фильтрующие противогазы; ватно-марлевые повязки.

6. Территория или акватория, в пределах которой распространены или куда принесены опасные химические вещества в концентрациях и количествах, создающих опасность для жизни и здоровья людей, животных и растений в течение определенного времени, — это:

- а) территория заражения; б) очаг химического заражения; в) область химического заражения; г) зона химического заражения.

7. Среди перечисленных поражающих факторов выберите те, которые характерны для химических аварий с выбросом АХОВ:

- а) интенсивное излучение гамма-лучей, поражающее людей;
- б) поражение людей опасными веществами через кожные покровы;
- в) лучистый поток энергии;
- г) проникновение опасных веществ через органы дыхания в организм человека;
- д) выделение из облака зараженного воздуха раскаленных частиц, вызывающих ожоги.

8. Основными способами защиты населения от АХОВ являются:

- а) профилактические прививки от АХОВ;
- б) использование средств индивидуальной защиты органов дыхания и кожи;
- в) использование защитных сооружений (убежищ);
- г) временное укрытие населения в жилых и производственных зданиях;
- д) эвакуация населения из зон возможного заражения.

Найдите допущенную ошибку.

9. При оповещении об аварии на радиационно-опасном объекте необходимо действовать в следующей последовательности:

- а) включить радио и выслушать сообщение, освободить от продуктов питания холодильник и вынести скоропортящиеся продукты и мусор, выключить газ, электричество, погасить огонь в печи, взять необходимые продукты питания, вещи и документы, надеть средства

индивидуальной защиты, вывесить на двери табличку: «В квартире жильцов нет» и следовать на сборный эвакуационный пункт;

б) включить радио и выслушать сообщение, выключить газ, электричество, взять необходимые продукты питания, вещи и документы, надеть средства индивидуальной защиты, вывесить на двери табличку «В квартире жильцов нет» и следовать на сборный эвакуационный пункт;

в) включить радио и выслушать сообщение, освободить от продуктов питания холодильник, выключить газ, электричество, погасить огонь в печи, взять необходимые продукты питания, вещи и документы, надеть средства индивидуальной защиты и следовать на сборный эвакуационный пункт.

10.Эффективной мерой по защите населения от чрезвычайных ситуаций является

11.Звуки сирены, гудки промышленных предприятий означают сигнал «_____!»

12.Все виды эвакуации могут классифицироваться по разным признакам:

А) по видам опасности;

Б) по способам эвакуации;

В) по масштабам эвакуации;

Г) по удалённости;

Д) по длительности проведения;

Е) по времени начала проведения;

Найдите ошибку!

13.Что предполагает общая эвакуация?

14.Что предполагает частичная эвакуация?

Норматив № 1

«Надевание противогаза или респиратора»

Условия выполнения: Обучаемые в составе подразделения находятся на позиции, в боевой или специальной технике, ведут боевые действия, отдыхают на привале и т.п. Противогазы и респираторы в походном положении. Неожиданно подается команда: «ГАЗЫ» или «Респиратор надеть». Обучаемые надевают противогазы или респираторы. Время отсчитывается от момента подачи команды до надевания головного убора.

*примечание: в числителе указывается время надевания противогаза, в знаменателе – респиратора.

По этой команде:

1. Задержать дыхание.
2. Закрывать глаза.
3. Оружие взять «на ремень»

(положить на землю, зажать между ног или поставить у опоры).

4. Головной убор - снять (зажать между колен).
5. Вынуть шлем- маску, взять ее обеими руками за утолщенные края у нижней

части шлем - маски так, чтобы большие пальцы были снаружи, а

остальные внутри ее.

6. Приложить нижнюю часть шлем - маски под подбородок и резким

движением рук вверх и назад натянуть шлем - маску на голову так, чтобы

не было складок, а очки пришлись против глаз.

7. Устранить перекося и складки шлем - маски.
8. Сделать выдох.
9. Открыть глаза.
10. Возобновить дыхание.
11. Головной убор - надеть.
12. Противогазную сумку застегнуть.
13. Продолжать выполнять задачи.

Категория обучаемых	Отлично	Хорошо	Удовлетворительно
Военнослужащие	7 сек / 11 сек	8 сек / 12 сек	10 сек / 14 сек
Расчет, отделение	8 с / 12 с	9 с / 13 с	11 с / 15 с
Взвод	9 с / 13 с	10 с / 14 с	12 с / 17 с
Рота	10 с / 14 с	11 с / 15 с	13 с / 18 с

Ошибки, снижающие оценку на один балл:

1. При надевании противогаза обучаемый не закрыл глаза и не затаил дыхание или после

надевания не сделал полный выдох;

2. Шлем - маска надета с перекосом или перекручена соединительная трубка.
3. Концы носового зажима респиратора не прижаты к носу.

Ошибки, определяющие оценку «неудовлетворительно»:

- 1) Допущено образование таких складок или перекосов, при которых наружный воздух может проникнуть под шлем - маску;
- 2) Не полностью навинчена (ввернута) гайка соединительной трубки

Норматив №2

по применению СИЗ органов дыхания и кожи (ОЗК, противогаз).

Система служебной подготовки личного состава ОВД регламентируется требованиями приказа МВД России № 511 от 30 ноября 1993 года «Об утверждении Нормативов по специальной подготовке ОВД по защите от современных средств поражения», предусмотрены нормативы по надеванию СИЗ, их временные показатели следующие:

Надевание противогаза	отлично	7сек
Команда «Газы»	хорошо	8сек
	удовлетворительно	10сек
Надевание ОЗК в виде плаща	отлично	3 мин
Команда «Плащ в рукава, чулки, перчатки надеть. Газы»	хорошо	3 мин 20 сек
	удовлетворительно	4 мин
Надевание ОЗК в виде комбинезона	отлично	4 мин 35 сек
Команда «Защитный костюм надеть. Газы»	хорошо	5 мин
	удовлетворительно	6 мин

Ошибки, снижающие оценку на один бал

Ошибки, определяющие оценку неудовлетворительно

Норматив по надеванию противогаза

Норматив по надеванию противогаза

1. При надевании противогаза обучаемый не затаил

дыхание и не закрыл глаза или после надевания не сделал полный выдох

2. Шлем-маска надета с перекосом или перекручена соединительная трубка

3. Концы носового зажима респиратора не прижаты к носу

Норматив по надеванию ОЗК в виде плаща

1. Надевание защитных чулок производилось с застегнутыми хлястиками

2. Неправильно застегнуты борта плаща или не полностью надеты чулки

3. Не закреплены закрепками держатели шпенок или не застегнуто два шпенка

Норматив по надеванию ОЗК в виде комбинезона

1. При надевании плаща в виде комбинезона снаряжение и противогаз не надеты поверх защиты

1. Допущено образование таких складок или перекосов, при которых наружный воздух может проникнуть под шлем-маску

2. Не полностью навинчена (ввернута) гайка соединительной трубки

Норматив по надеванию ОЗК в виде плаща

1. При надевании повреждены средства защиты.

2. Допущены ошибки, определяющие оценку «неудовлетворительно» при надевании противогаза (норматив №1)

Норматив по надеванию ОЗК в виде комбинезона

1. При надевании повреждены средства защиты

2. Допущены ошибки, определяющие оценку «неудовлетворительно» при надевании противогаза (норматив №1)

**Нормативы физической подготовленности для учащихся, прошедших курс
«Прикладная физическая подготовка»**

№ п/п	Контрольное упражнение	Юноши	Девушки
1	Кросс 2000 м	–	9 мин. – 9 мин. 30 сек.
	Кросс 3000 м	12 мин. 30 сек. – 13 мин.	–
2	Бег на 100 м	13,8 сек. – 14,0 сек.	15,5 – 16,0 сек.
3	Подтягивание из виса на высокой перекладине	12–15 раз	–
	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине	–	16–18 раз

1. К видам Вооруженных Сил Российской Федерации относятся:

- а) Ракетные войска стратегического назначения, Сухопутные войска, Военно-Воздушные Силы, Военно-Морской Флот;
- б) Сухопутные войска, воздушно-десантные войска, танковые войска, мотострелковые войска;
- в) Ракетные войска стратегического назначения, артиллерийские войска, войска противовоздушной обороны, мотострелковые войска.

2. Под воинской обязанностью понимается:

- а) прохождение военной службы в мирное и военное время, самостоятельная подготовка к службе в Вооруженных Силах;
- б) установленный законом почетный долг граждан с оружием в руках защищать свое Отечество, нести службу в рядах Вооруженных Сил, проходить вневойсковую подготовку и выполнять другие связанные с обороной страны обязанности;
- в) долг граждан нести службу в Вооруженных Силах только в период военного положения и в военное время.

3. Из приведенных ниже ответов определите, кто освобождается от призыва на военную службу:

- а) имеющие ребенка, воспитываемого без матери, имеющие двух или более детей, имеющие ребенка в возрасте до 3 лет, мать которых, кроме них, имеет двух и более детей в возрасте до 8 лет или инвалида с детства и воспитывает их без мужа (жены);
- б) признанные не годными или ограниченно годными к военной службе по состоянию здоровья, проходящие или прошедшие военную или альтернативную гражданскую службу в Российской Федерации, прошедшие военную службу в другом государстве, имеющие ученую степень кандидата или доктора наук;
- в) граждане, достигшие возраста 18 лет и не состоящие на воинском учете, не прошедшие медицинское освидетельствование в полном объеме и в установленные сроки, граждане, временно пребывающие за границей.

4. Какую ответственность несут военнослужащие за проступки, связанные с нарушением воинской дисциплины, норм морали и воинской чести:

- а) административную;
- б) уголовную;
- в) дисциплинарную

Тест по теме «Структура ВС».

1 вариант

1. К другим войскам ВС относят:
 - а) Сухопутные войска
 - б) ВВС
 - в) Пограничные войска
2. К другим войскам ВС не относят:
 - а) Внутренние войска МВД
 - б) ВМФ
 - в) Войска ГО
3. Внутренние войска ВС предназначаются:
 - а) для ведения боевых действий на суше
 - б) для охраны государственных объектов
 - в) для ведения боевых действий на море
4. Железнодорожные войска состоят:
 - а) из соединений
 - б) из специализированных частей
 - в) из армий и дивизий
5. К деятельности Войск ГО в мирное время относят:
 - а) деятельность при авариях
 - б) строительство дорог
 - в) деятельность при борьбе с терроризмом
6. В каком году появился термин «внутренние войска»?
 - а) 1920
 - б) 1918
 - в) 1921
7. Вид Вооруженных Сил – это...
Перечисли их.
8. Войска Федеральной связи предназначены:
 - а) для обеспечения личной безопасности

- б) для обеспечения информационной безопасности
 - в) для обеспечения государственной безопасности
9. Кто осуществляет руководство Пограничными войсками РФ:
- а) Внутренняя служба
 - б) Федеральная пограничная служба
 - в) Президент РФ

2 вариант

1. К другим войскам ВС не относят:
- а) Железнодорожные войска
 - б) Войска ГО
 - в) Сухопутные войска
2. К другим войскам ВС относят:
- а) Железнодорожные войска
 - б) Космические войска
 - в) Внутренние войска МВД
3. Пограничные войска предназначаются:
- а) Для охраны государственных объектов
 - б) Для выполнения стратегических задач
 - в) Для охраны Государственной границы
4. Войска ГО состоят:
- а) из округов
 - б) из учебных заведений
 - в) из воинских формирований
5. К деятельности Железнодорожных войск относят:
- а) ведение боевых действий в тылу
 - б) эксплуатации ж/д дорог
 - в) деятельность при авариях
6. В каком году Пограничные войска вошли в состав ФСБ?
- а) в 2000г.
 - б) в 2001г.
 - в) в 2003г.
7. Род Вооруженных Сил – это...
Перечисли их.
8. Войска Федеральной связи подчиняются:
- а) Президенту РФ
 - б) Верховному главнокомандующему ВС РФ
 - в) Министру Обороны РФ
9. Руководство Внутренними войсками РФ осуществляет:
- а) МВД РФ
 - б) Президент РФ
 - в) РС ЧС

Норматив «Неполная разборка автомата АК-74.»

Условия выполнения норматива.

1. Автомат лежит на столе (чистой подстилке) дульной частью вперед, а ручной пулемет установлен на сошку дульной частью влево. У автомата (ручного пулемета) магазин пристегнут.
2. Обучаемый находится у оружия (на исходном положении) с опущенными руками.

Порядок выполнения норматива

Руководитель занятия указывает подает команду: **«К неполной разборке оружия – ПРИСТУПИТЬ».**

При выполнении неполной разборке автомата (ручного пулемета) обучаемый отделяет магазин и проверяет, нет ли патрона в патроннике. Вынимает пенал принадлежности из гнезда приклада. Последовательно отделяет шомпол, дульный тормоз-компенсатор (у пулемета – пламегаситель), крышку ствольной коробки, возвратный механизм, затворную раму с затвором, затвор от затворной рамы и газовую трубку со ствольной накладкой.

Время отсчитывается от команды **«К неполной разборке оружия – ПРИСТУПИТЬ»** до доклада обучаемого **«ГОТОВО».**

Временные показатели и оценка за выполнение норматива

Вид оружия – **автомат АК-74**

Оценка по времени (секунд):

«отлично» - **15 сек**

«хорошо» - **17сек**

«удовлетворительно» - **19 сек**

Норматив «Сборка автомата АК-74 после неполной разборки»

Условия выполнения норматива

1. Оружие разобрано. Части и механизмы автомата (пулеметов) аккуратно разложены на столе (чистой подстилке) в порядке разборки и не касаются друг друга.
2. Обучаемый находится у оружия (на исходном положении) с опущенными руками.

Порядок выполнения норматива

1. Руководитель занятия подает команду: **«К сборке оружия - ПРИСТУПИТЬ».**
2. При выполнении сборки после неполной разборки автомата (ручного пулемета) обучаемый последовательно выполняет все операции в обратном порядке.

3. Время отсчитывается от команды «К сборке оружия - ПРИСТУПИТЬ» до доклада обучаемого «ГОТОВО».

Временные показатели и оценка за выполнение норматива № 14

Вид оружия – автомат АК-74

Оценка по времени (секунд):

«отлично» - 25 сек

«хорошо» - 27сек

«удовлетворительно» - 32 сек

Выполнение норматива «Снаряжение магазина автомата АК-74 патронами»

Условия выполнения норматива

1. Обучаемый находится перед подстилкой, на которой разложены магазины и учебные патроны россыпью.

2. Время отсчитывается от команды руководителя «К снаряжению магазина приступить» до доклада обучаемого «Готово»

Временные показатели и оценка за выполнение норматива

Снаряжения магазина автомата АК-74 30 патронами:

Оценка по времени (секунд):

«отлично» - 33 сек

«хорошо» - 38 сек

«удовлетворительно» - 43 сек

Военно-медицинская подготовка – оказание первой медицинской помощи при ранениях и переломах.

Условия соревнования:

Проверка и оценка уровня подготовки команд проводится:

А) по теоретическим знаниям.

Б) по практическим навыкам.

А) В проверке теоретических знаний принимает участие 7 человек

$\frac{3}{4}$ проверка теоретических знаний проходит в виде тестов, включающих 4 контрольных вопроса каждому участнику.

$\frac{3}{4}$ время подготовки 5 минут.

$\frac{3}{4}$ за каждый правильный ответ – 1 балл.

Контрольные вопросы:

- 1) Виды кровотечений, степени их опасности?
- 2) Действия при открытом переломе?
- 3) Что такое пневмоторакс?
- 4) Первая медицинская помощь при обмороке?
- 5) Что запрещается при наложении повязки?
- 6) Первая медицинская помощь при закрытом переломе со смещением костей?
- 7) Основные признаки травматического вывиха?
- 8) Как правильно обработать рану?
- 9) Место наложения кровоостанавливающего жгута?
- 10) Признаки теплового удара?
- 11) Срок наложения кровоостанавливающего жгута летом (зимой)?
- 12) Что такое иммобилизация?
- 13) Порядок наложения шины?
- 14) Последовательность оказания первой медицинской помощи при прекращении сердечной деятельности и дыхания?
- 15) Первая медицинская помощь при ожоге?

- 16) Первая медицинская помощь при пулевом ранении мягких тканей?
- 17) Норма артериального давления?
- 18) Виды повязок при повреждении подбородка и щёк?
- 19) Последовательность оказания первой медицинской помощи при травматическом шоке?
- 20) Причины, способствующие отморожению?
- 21) Первая медицинская помощь при венозном кровотечении?
- 22) Последовательность реанимационной помощи пострадавшему?
- 23) Содержание записки при наложении кровоостанавливающего жгута?

Б) в выполнении практических заданий принимают участие 4 человека (1 из них условно пострадавший).

Необходимо оказать первую медицинскую помощь по 1-ой из вводных:

- 1) **Травма головы** (наложение повязки «чепец», «уздечки», «8 - образная»).
- 2) **Ранение грудной клетки** (наложение спиральной повязки).
- 3) **Ранение кисти руки** (применение крестообразной повязки).
- 4) **Перелом предплечья** (применение подручных и стандартных иммобилизационных средств).
- 5) **Перелом голени** (применение подручных и стандартных иммобилизационных средств).

Максимальная оценка за выполнение практического задания – 10 баллов.

Результат снижается на 1 балл:

- $\frac{3}{4}$ Нарушена последовательность бинтования,
- $\frac{3}{4}$ Нарушена правильность расположения пострадавшего.
- $\frac{3}{4}$ Затраченное время на выполнение задания - более 5 минут.

Результат снижается на 2 балла, если задание выполнено, но способ и средства оказания первой медицинской помощи выбраны не эффективные.

Итоговая игра «Зарница»

Участники игры

1. В Соревнованиях принимают участие команды клуба «Взмах»
2. Состав команд – 5 человек, из них две девочки (девушки) и три мальчика (юноши).

1 Программа соревнований

В программу соревнований входит прохождение 6 станций:

1. Стрельба (в интерактивном лазерном тире «Стрелец») Стрельба производится из положения сидя с опорой локтями о стол на дистанцию 10 м по мишени № 8. Выстрелов: пробных - 3, зачетных - 5. Время на стрельбу - 10 мин. Время на подготовку - 3 мин. Результат стрельбы определяется количеством выбитых очков.

Штрафные условия. Участник без предупреждения отстраняется от участия в соревнованиях, если:

- произведен выстрел или заряжено оружие без команды руководителя стрельбы;
- направлено оружие (даже незаряженное) в сторону других стрелков.

Выстрел, произведенный после команды «Заряжай!», но до команды «Огонь», засчитывается как промах и не повторяется.

В случае явного нарушения (мешает другим стрелкам, не выполняет команды руководителя стрельбы, пользуется различной аппаратурой, разговаривает на огневом рубеже, проявляет недисциплинированность, совершает опасные движения) участник один раз предупреждается, а затем штрафуются на 2 очка за каждое нарушение.

2. Военно-спортивная станция:

2.1 Снаряжение магазина патронами

- снаряжение магазина патронами - 3 участника;
- юноши (3 участника) + девушки (2 участника): поднимание туловища из положения лежа на спине, пальцы рук «в замке» за головой, локти вперед, ноги согнуты в коленях под прямым углом, ступни, голени прижаты партнёром к полу, лопатки касаются мата. (30 секунд – кол-во раз, правильно выполненных). Локти касаются бёдер (коленей), с последующим возвратом в И.П.

2.2 Неполная разборка и сборка АК-74

- неполная разборка и сборка АКМ
- юноши подтягивание на высокой перекладине из виса, вис хватом сверху кисти рук на ширине плеч, руки, туловище и ноги выпрямлены, ноги не касаются пола, ступни вместе (количество раз, правильно выполненных);
- девушки: поднимание туловища из положения лежа на спине, пальцы рук «в замке» за головой, локти вперед, ноги согнуты в коленях под прямым углом, ступни, голени прижаты партнёром к полу, лопатки касаются мата. (1 минута – кол-во раз, правильно выполненных). Локти касаются бёдер (коленей), с последующим возвратом в И.П.

3. Действия учащих в «ЧС»:

- выполнение норматива № 2 (одевание противогаза)

- тест «Поведение в ЧС природного характера»
- тест «Поведение в ЧС техногенного характера» (5 вопросов) - 5 участников.

4. Оказание первой помощи:

- практическая часть – наложение повязки Дезо - 1 участник.
- тест «Первая помощь при ранениях»

5. Пожарная станция:

Задание № 1. «Действия при обнаружении пожара».

Задание № 2. «Действия при тушении пожара с помощью переносных огнетушителей».

Судейство соревнований

Судейство соревнований осуществляет:

Коллектив педагогов ГБОУ СОШ №557 Невского района