**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ ИРКУТСКОЙ ОБЛАСТИ**

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ИРКУТСКОЙ ОБЛАСТИ**

**«РЕГИОНАЛЬНЫЙ ИНСТИТУТ КАДРОВОЙ ПОЛИТИКИ И НЕПРЕРЫВНОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ»**

**(«РЕГИОНАЛЬНЫЙ ИНСТИТУТ КАДРОВОЙ ПОЛИТИКИ»)**

**ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ УЧЕБНЫХ СБОРОВ ПО ОСНОВАМ ВОЕННОЙ СЛУЖБЫ: СБОРНИК МАТЕРИАЛОВ**

Иркутск, 2019

Организация и проведение учебных сборов по основам военной службы: сборник материалов. – Иркутск, Региональный институт кадровой политики, 2019. – 62 с.

Составитель:

Медведев Валерий Валентинович, руководитель центра ОБЖ и методического сопровождения по организации внеучебной деятельности ГАУ ДПО ИО «Региональный институт кадровой политики и непрерывного профессионального образования»

Обучение граждан начальным знаниям в области обороны и их подготовка по основам военной службы в образовательных учреждениях осуществляются в соответствии с федеральными государственными образовательными стандартами: в рамках предмета "Основы безопасности жизнедеятельности" – в образовательных учреждениях среднего общего образования; в рамках дисциплины "Безопасность жизнедеятельности" – в образовательных учреждениях профессионального образования. Обязательным этапом обучения граждан начальным знаниям в области обороны и их подготовки по основам военной службы является проведение ежегодных учебных сборов с обучающимися – юношами. Настоящий сборник материалов предназначен для оказания помощи преподавателям-организаторам, учителям, преподавателям основ безопасности жизнедеятельности, осуществляющим подготовку обучающихся в образовательных организациях по основам военной службы в части организации и проведения учебных сборов.

Представленные материалы так же могут использовать и должностные лица органов исполнительной власти муниципальных образований, осуществляющих управление в сфере образования, руководители образовательных организаций, учителя и преподаватели, привлекаемые для организации и проведения учебных сборов.

© 2019

**Содержание**

[1. Нормативно-правовые основы организации и проведения учебных сборов 4](#_Toc42678704)

[2. Основные документы, регламентирующие подготовку и проведение учебных сборов 9](#_Toc42678705)

[3. Организация и варианты проведения учебных сборов 10](#_Toc42678706)

[Приложение № 1](#_Toc42678707) [ПЛАН-ГРАФИК](#_Toc42678708) [отработки документов и проведения мероприятий на учебных сборах 18](#_Toc42678709)

[Приложение № 2](#_Toc42678710) [Образец Приказа по ГБПОУ «Об организации и проведении учебных сборов» 19](#_Toc42678711)

[Приложение № 3](#_Toc42678712) [Пример оформления заявки на проведение медицинского освидетельствования 21](#_Toc42678713)

[Приложение № 4](#_Toc42678714) [Пример оформления учебно-тематического плана проведения учебных сборов 22](#_Toc42678715)

[Приложение № 5](#_Toc42678716)  [Пример оформления плана распределения основных мероприятий по дням недели 25](#_Toc42678717)

[Приложение № 6](#_Toc42678718)  [Пример оформления Распорядка дня учебных сборов обучающихся 26](#_Toc42678719)

[Приложение № 7](#_Toc42678720)  [Пример оформления расписания занятий на учебных сборах 27](#_Toc42678721)

[Приложение № 8](#_Toc42678722)  [Пример оформления списка обучающихся, привлекаемых на учебные сборы 29](#_Toc42678723)

[Приложение № 9](#_Toc42678724)  [Пример оформления ведомости инструктажа по мерам безопасности при проведении учебных сборов 30](#_Toc42678725)

[Приложение № 10](#_Toc42678726) [Пример оформления сводной оценочной ведомости 31](#_Toc42678727)

[Приложение № 11](#_Toc42678728)  [Пример оформления докладной 32](#_Toc42678729)

[Приложение № 12](#_Toc42678730)  [Примерные планы проведения занятий на учебных сборах по отдельным темам (с элементами методики) \* 33](#_Toc42678731)

[Приложение № 13](#_Toc42678732)  [Дополнительные материалы 69](#_Toc42678733)

[Список литературы 77](#_Toc42678734)

# 1. Нормативно-правовые основы организации и проведения учебных сборов

В соответствии с Федеральным законом «О воинской обязанности и военной службе» от 28 марта 1998 года № 53-ФЗ, Положением о подготовке граждан Российской Федерации к военной службе, утвержденным постановлением Правительства РФ от 31 декабря 1999 г. № 1441, подготовка обучающихся в образовательных учреждениях среднего общего образования, образовательных учреждениях среднего профессионального образования предусматривает проведение ежегодных учебных сборов, за счёт средств, выделяемых из федерального бюджета.

Ниже приводятся нормативно-правовые акты, определяющие порядок организации и проведения учебных сборов с обучающимися-юношами общеобразовательных и профессиональных образовательных организаций.

**Федеральный закон «О воинской обязанности и военной службе»**

от 28 марта 1998 года № 53-ФЗ (в ред. от 29.12.2017 N 473-ФЗ)

[Извлечения]

Статья 12. Получение гражданами начальных знаний в области обороны

Федеральными государственными образовательными стандартами среднего общего образования, федеральными государственными образовательными стандартами среднего профессионального образования предусматривается получение гражданами начальных знаний об обороне государства, о воинской обязанности граждан, а также приобретение гражданами навыков в области гражданской обороны.

Статья 13. Подготовка граждан по основам военной службы в образовательных организациях в рамках освоения образовательной программы среднего общего образования или среднего профессионального образования и в учебных пунктах организаций

1. До призыва на военную службу граждане мужского пола проходят подготовку по основам военной службы в образовательных организациях в рамках освоения образовательной программы среднего общего образования или среднего профессионального образования.

Подготовка граждан мужского пола по основам военной службы осуществляется педагогическими работниками указанных образовательных организаций в соответствии с федеральными государственными образовательными стандартами.

**Подготовка граждан мужского пола по основам военной службы предусматривает проведение с такими гражданами** **учебных сборов.**

**Положение «О подготовке граждан Российской Федерации**

**к военной службе»**

(Утверждено Постановлением Правительства Российской Федерации от 31 декабря 1999 г. № 1441 – в ред. Постановлений Правительства РФ от 15.06.2009 № 481, от 24.12.2014 № 1469, от 29.12.2016 № 1540)

[Извлечения]

II. Порядок обязательной подготовки граждан к военной службе

<………>

2. Обязательная подготовка граждан к военной службе предусматривает:

а) получение начальных знаний в области обороны;

б) подготовку по основам военной службы в образовательных организациях в рамках освоения образовательной программы среднего общего образования или среднего профессионального образования и в учебных пунктах организаций (далее именуются - учебные пункты);

в) военно-патриотическое воспитание;

г) подготовку по военно-учетным специальностям солдат, матросов, сержантов и старшин по направлению военного комиссариата;

д) медицинское освидетельствование и медицинское обследование;

е) проведение лечебно-оздоровительных мероприятий.

3. Получение начальных знаний об обороне, включая приобретение навыков в области гражданской обороны, осуществляется в образовательных организациях в рамках освоения образовательной программы среднего общего образования или среднего профессионального образования и в учебных пунктах.

<………>

5. Подготовка по основам военной службы предусматривается для граждан мужского пола и проводится в образовательных организациях в рамках освоения образовательной программы среднего общего образования или среднего профессионального образования в течение последних 2 лет обучения и в учебных пунктах.

<………>

6. Подготовка граждан по основам военной службы проводится в соответствии с федеральными государственными образовательными стандартами.

7. Подбор преподавателей, проводящих подготовку граждан по основам военной службы, осуществляется, как правило, из числа офицеров, пребывающих в запасе, имеющих высшее образование или среднее профессиональное образование по программам подготовки специалистов среднего звена, а также выпускников военных кафедр педагогических образовательных организаций высшего образования, обладающих необходимыми знаниями и высокими морально-деловыми качествами.

При невозможности заместить штатную должность преподавателя лицом, имеющим звание офицера и пребывающим в запасе, разрешается, в виде исключения, назначать на эту должность пребывающих в запасе прапорщиков, мичманов, сержантов, старшин, солдат или матросов, имеющих высшее образование или среднее профессиональное образование по программам подготовки специалистов среднего звена.

<………>

16. С гражданами женского пола в общеобразовательных организациях и профессиональных образовательных организациях проводятся отдельно от граждан мужского пола занятия по углубленному изучению основ медицинских знаний.

Подбор преподавателей для проведения занятий по основам медицинских знаний осуществляется руководителями образовательных организаций совместно с органами здравоохранения из числа подготовленных медицинских работников, а также преподавателей, прошедших обучение по программе подготовки медицинских сестер.

17. **Порядок организации и проведения учебных сборов определяется совместными нормативными правовыми актами Министерства обороны Российской Федерации и Министерства образования и науки Российской Федерации**.

<………>

III. Добровольная подготовка граждан к военной службе

<………>

33. Добровольная подготовка граждан к военной службе предусматривает:

<………>

г) подготовку по основам военной службы в общеобразовательных организациях, реализующих образовательные программы среднего общего образования, профессиональных образовательных организациях **граждан женского пола, годных по состоянию здоровья к военной службе.**

**Министр обороны Российской федерации№ 96**

**Министерство образования и науки Российской Федерации№ 134**

**ПРИКАЗ**

**от 24 февраля 2010 года**

**Об утверждении инструкции**

**об организации обучения граждан Российской Федерации начальным знаниям в области обороны и их подготовки по основам военной службы в образовательных учреждениях среднего (полного) общего образования, образовательных учреждениях начального профессионального и среднего профессионального образования и учебных пунктах**

В **Инструкции** определены задачи обучения граждан Российской Федерации начальным знаниям в области обороны и их подготовки по основам военной службы, функции участвующих в работе министерств, органов исполнительной власти субъектов Российской Федерации и местного самоуправления, рекомендованы нормативы материально-технического оснащения образовательных учреждений для обучения начальным знаниям в области обороны и подготовки по основам военной службы, определена организация обучения граждан начальным знаниям в области обороны и их подготовки по основам военной службы в образовательных учреждениях и учебных пунктах, в том числе порядок организации и проведения **учебных сборов.** Объем учебного времени, отводимого на сборы **– 35 часов** в течение **5 дней**.

**Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации**

**от 17 мая 2012 г. № 413**

**Об утверждении Федерального государственного образовательного стандарта среднего (полного) общего образования**

[Извлечения]

9. Предметные результаты освоения основной образовательной программы устанавливаются для учебных предметов на базовом и углубленном уровнях.

<………>

9.5. «Основы безопасности жизнедеятельности» (базовый уровень) – требования к предметным результатам освоения базового курса основ безопасности жизнедеятельности должны отражать:

<………>

1) сформированность представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как о жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также как о средстве, повышающем защищённость личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора;

2) знание основ государственной системы, российского законодательства, направленных на защиту населения от внешних и внутренних угроз;

3) сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;

4) сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;

5) знание распространённых опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;

6) знание факторов, пагубно влияющих на здоровье человека, исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т. д.);

7) знание основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;

8) умение предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;

9) умение применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;

**10) знание основ обороны государства и воинской службы: законодательство об обороне государства и воинской обязанности граждан; права и обязанности гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставные отношения, быт военнослужащих, порядок несения службы и воинские ритуалы, строевая, огневая и тактическая подготовка;**

**11) знание основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;**

**12) владение основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях (при травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике.**

**Распоряжение Губернатора Иркутской области**

**«Об организации и проведении учебных сборов с гражданами, обучающимися в муниципальных общеобразовательных организациях, расположенных на территории Иркутской области, по образовательным программам**

**среднего общего образования, в государственных профессиональных образовательных организациях Иркутской области»**

Распоряжение издается ежегодно и в нём определяются:

* сроки проведения учебных сборов;
* ответственность глав муниципальных образований и руководителей государственных профессиональных образовательных организаций в части организации и проведения учебных сборов (безопасная доставка обучающихся к местам проведения учебных сборов и обратно, взаимодействие с медицинскими организациями, обеспечение питания участников сборов);
* взаимодействие с военным комиссариатом Иркутской области, Главным управлением МВД Российской Федерации по Иркутской области, Региональным отделением Общероссийской общественно-государственной организации ДОСААФ Иркутской области при организации и проведении учебных сборов.

# 2. Основные документы, регламентирующие подготовку и проведение учебных сборов

Планирование и организация учебных сборов осуществляются органом местного самоуправления, осуществляющих управление в сфере образования, руководителем профессиональной образовательной организации совместно с отделом Военного комиссариата области по муниципальному образованию, а также командиром воинской части (если занятия проводятся на их базе). Продолжительность учебных сборов – **5 дней (35 учебных часов).** Учебные часы, отводимые на сборы, должны быть предусмотрены в вариативной части учебного плана образовательной организации.

**Целями учебных сборов являются:**

* подготовка юношей к службе в Вооруженных Силах (других войсках) Российской Федерации;
* закрепление теоретических знаний, полученных на занятиях по ОБЖ (раздел «Основы военной службы) в образовательной организации, приобретение практических навыков, необходимых юношам для быстрой адаптации в условия прохождения военной службы;
* воспитание у юношей гордости за Вооруженные Силы, готовности к службе в их рядах и защите своей Родины.
* проведение военно-профессиональной ориентации на овладение военно-учетными специальностями.

**В ходе учебных сборов изучаются:**

* размещение и быт военнослужащих;
* организация караульной и внутренней служб;
* элементы строевой, огневой, тактической, физической и военно-медицинской подготовок;
* вопросы радиационной, химической и биологической защиты войск;
* оказание первой помощи раненым на поле боя;
* изучение основ безопасности военной службы.

Основным нормативным актом при планировании и проведении учебных сборов является Инструкция об организации обучения граждан Российской Федерации начальным знаниям в области обороны и их подготовки по основам военной службы в образовательных учреждениях среднего (полного) общего образования, образовательных учреждениях начального профессионального и среднего профессионального образования и учебных пунктах (далее - **Инструкция**), введенная приказом МО РФ и Минобрнауки РФ от 24 февраля 2010 года № 96/134.

**К документам, регламентирующим подготовку и проведение учебных сборов относятся:**

1. Постановление (решение) главы органа местного самоуправления о проведении учебных сборов с приложением к нему учебно-тематического плана проведения учебных сборов;
2. Приказ по органу управления образованием об организации и проведении учебных сборов согласованный с отделом областного военного комиссариата по муниципальному образованию;
3. План-график отработки документов и проведения мероприятий на учебных сборах (Приложение № 1);
4. Приказ по ГБПОУ «\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_» «Об организации и проведении учебных сборов с обучающимися-юношами \_\_\_ учебного курса ГБПОУ «\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_» (Приложение № 2);
5. Заявка «О медицинском освидетельствовании участвующих в учебных сборах обучающихся юношей \_\_\_ учебного курса ГБПОУ

« \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_» (Приложение № 3);

1. Учебно-тематический план учебных сборов (Приложение № 4);
2. План распределения основных мероприятий по дням недели (Приложение № 5);
3. Распорядок дня учебных сборов (Приложение № 6);
4. Расписание учебных занятий на учебных сборах (Приложение № 7);
5. Список обучающихся – юношей, привлекаемых на учебные сборы (Приложение № 8);
6. Ведомость инструктажа по мерам безопасности при проведении учебных сборов (Приложение № 9);
7. Сводная оценочная ведомость обучающихся за учебные сборы (Приложение № 10);
8. Доклад главе администрации муниципального образования, начальнику муниципального органа управления в сфере образования, начальнику отдела областного военного комиссариата (Приложение № 11).

Вся документация, разработанная в образовательной организации, должна быть согласована с отделом областного военного комиссариата по муниципальному образованию, командиром воинской части, органом управления образованием и утверждена руководителем образовательной организации.

# 3. Организация и варианты проведения учебных сборов

Вариант проведения учебных сборов на базе **соединений и воинских частей** Вооруженных Сил Российской Федерации, других войск, воинских формирований и органов достаточно подробно изложен в **Инструкции**.

В местах, где нет соединений и воинских частей, учебные сборы организуются на базе региональных центров по допризывной подготовке молодежи к военной службе, военно-патриотических молодежных и детских общественных объединений, оборонно-спортивных оздоровительных лагерей, летних оздоровительных лагерей или при образовательных учреждениях.

Организация учебных сборов при образовательных организациях может осуществляться путем ежедневных выходов (выездов) в целях проведения практических занятий в полевых условиях. Руководители образовательных организаций для оказания помощи педагогическим работникам образовательных организаций, осуществляющим обучение граждан начальным знаниям в области обороны и их подготовку по основам военной службы, при необходимости, назначают дополнительно педагогических работников на период проведения учебных сборов.

**Рекомендации по проведению учебных сборов на базе**

**образовательной организации**

Учебные сборы, как правило, проходят в последнюю неделю мая на учебно-материальной базе образовательного организации, в пределах границ населенного пункта, силами преподавателей и персонала. Решение о проведении сборов принимает руководитель образовательного организации, согласно распоряжения вышестоящих органов управления образования и ставит об этом в известность местную администрацию и отдел областного военного комиссариата по муниципальному образованию.

Круг лиц, задействованных на сборах, их должностные обязанности и ответственность, а также сроки и порядок проведения определяются приказом руководителя образовательного организации.

**Состав сборов, обязанности должностных лиц** (вариант)

**Начальник сборов** – руководитель образовательной организации:

* издает приказы и контролирует их выполнение;
* осуществляет связь с местной администрацией, муниципальным органом управления в сфере образования, отделом областного военкомата (ООВК) и медицинским учреждением:
* решает вопросы финансирования учебных сборов.

**Начальник штаба** – руководитель ОБЖ (преподаватель-организатор ОБЖ):

* готовит проекты приказов;
* составляет учебно-тематический план сборов;
* разрабатывает распорядок дня;
* составляет расписание занятий;
* проводит занятия (строевая, огневая и тактическая подготовка);
* контролирует выполнение распорядка дня.

**Преподаватели** (физическая подготовка, военно-медицинская подготовка и др.);

* готовят и представляют на утверждение начальнику сборов планы-конспекты, инструктивные записки на учебных местах;
* проводят занятия, оценивают действия обучающихся.

**Кураторы учебных групп** **(классные руководители):**

* информируют родителей обучающихся о характере и распорядке дня проводимых сборов;
* информируют преподавателей и начальника штаба об индивидуальных особенностях обучающихся;
* контролируют посещаемость обучающихся.

**Заведующий столовой:**

* обеспечивает питанием участников сборов;
* составляет необходимые заявки на продукты и меню-раскладки;
* отчитывается перед бухгалтерией.

**Медицинский работник образовательной организации:**

* совместно с медицинскими работниками медицинского учреждения осуществляет медицинское освидетельствование участников сборов;
* инструктирует и контролирует действия санинструкторов;
* осуществляет контроль за качеством приготовляемой пищи.

**Обучающиеся – юноши**, прошедшие медицинское освидетельствование и допущенные к занятиям на сборах по состоянию здоровья.

**Санинструкторы –** назначаются из числа обучающихся - девушек, прошедших программный курс оказания первой помощи пострадавшим:

* присутствуют на всех занятиях;
* должны уметь пользоваться вложением санитарной сумки;
* оказывают при необходимости первую помощь.

**Финансирование сборов**

Денежные средства на организацию питания участников сборов выделяются по заявке руководителя образовательной организации руководителем муниципального органа, осуществляющего управление в сфере образования. Оплата преподавателей осуществляется из фонда заработной платы образовательной организации. Деньги для поощрения участников (почётные грамоты, благодарственные письма) выделяются главой администрации муниципального образования (руководителем профессиональной образовательной организации).

**Организация медицинского освидетельствования участников учебных сборов**.

Медицинское освидетельствование обучающихся организует начальник учебных сборов образовательной организации во взаимодействии с закрепленным за образовательной организацией медицинским работником. Медицинское освидетельствование обучающихся осуществляется в медицинском учреждении, в котором обучающийся состоит на учете. При этом медицинское учреждение обязано выдать на руки учащемуся справку по форме № 079/У. Результаты медицинского освидетельствования фиксируются в списках. В список юношей, допущенных к прохождению учебных сборов по медицинским показаниям, включаются только учащиеся, которые признаны годными по состоянию здоровья. Список составляется начальником учебных сборов и подписывается медицинским работником и директором образовательной организации.

**Проведение общего собрания**

Необходимым элементом подготовки к проведению сборов является проведение **общего собрания обучающихся – участников сборов и их родителей**. До сведения родителей и обучающихся доводятся требования законодательных актов по подготовке граждан к службе в Вооруженных Силах РФ, сроки, место и порядок проведения учебных сборов, в том числе примерный учебно-тематический план, расписание учебных занятий и распорядок дня, экипировка, организация питания обучающихся на учебных сборах, соблюдение гигиены, мер безопасности, критерии оценки по темам раздела «Основы военной службы», выносимым на сборы.

**Инструктаж обучающихся по мерам безопасности**

До начала учебных сборов начальник штаба доводит до участников сборов под личную подпись требования правила безопасности:

* при обращении с оружием и проведении стрельб из пневматического оружия;
* при проведении занятий по физической, огневой и тактической подготовкам и РХБ защите;
* при пересечении дорог при следовании на занятия и обратно;
* по правилам пожарной безопасности на местности;
* при взаимоотношениях с местным населением во время занятий.

**Учебно-материальная база учебных сборов**

Экипировка

Одежда должна соответствовать погодным условиям и изменяющемуся температурному режиму, а также видам деятельности обучающихся.

Одежда и снаряжение:

• куртка и брюки (или комбинезон) защитного цвета, ремень поясной (типа солдатского), головной убор (берет);

• обувь (кроссовки) – свои;

• макет автомата (АКМ, АК-74), или ручного пулемета (РПК) с ремнем;

• макет ручной гранаты (РГО, РГН) с сумкой;

• малая пехотная лопата с чехлом;

• противогаз ГП-5.

На отделение:

• макеты ручных противотанковых гранат (РКГ) – 3 шт.;

• сигнальные флажки (красный и белый) в чехле – 1 комплект;

• сумка санитарная с комплектом вложения – 1 комплект;

• компас – 3 шт.

Макеты оружия и гранат, сигнальные флажки изготовляются в мастерских образовательной организации.

**Учебные места**

**Физическая зарядка** и **занятия по военно-прикладной физической подготовке** осуществляются на стадионе образовательной организации (спортплощадке) и в спортивном зале.

**Строевая подготовка** – на стадионе образовательной организации (асфальтированная площадка).

**Военная топография** - в классе и на местности.

**Тактико-строевые занятия** – на стадионе образовательной организации и на местности.

**Огневая подготовка** – в классе и 10-метровом тире (оборудованном месте) образовательной организации для стрельбы из пневматического оружия.

**Питание**

Питание двухразовое (завтрак, обед), горячее, в столовой образовательной организации. Контроль за качеством питания осуществляют медицинский работник и начальник сборов или начальник штаба каждый раз перед приемом пищи.

Прием пищи следует рассматривать как один из элементов воспитательного характера (организованное следование строем в столовую, соблюдение порядка во время приема пищи). В помощь работникам столовой для накрывания столов и уборки посуды привлекаются участники сборов (как правило – санитарные инструкторы).

Преподавателям – участникам сборов рекомендуется принимать пищу вместе с личным составом сборов.

**Организация учебного процесса**

Учебный процесс, осуществляемый во время учебных сборов, организуется в зависимости от количества обучающихся, которые, согласно строевого расчёта, разделяются на учебные группы (взводы) и отделения, в соответствии с:

- примерным расчетом часов по предметам обучения (Таблица 1, с. 11);

- учебно-тематическим планом;

- распорядком дня;

- расписанием занятий.

Нежелательно разрывать сборы на выходные дни, начиная их среди недели, что влечет снижение дисциплины и ухудшение посещаемости.

Обучающиеся в процессе проведения сборов должны выполнить следующие **нормативы**:

- **по тактической подготовке** – выбор места для стрельбы, трассировка окопа, передвижение на поле боя;

- **по огневой подготовке** – неполная разборка (сборка) АК-74, знание работы частей и механизмов, подготовка к стрельбе, меры безопасности, выполнение начального упражнения стрельбы из АК (упражнение из малокалиберной винтовки или пневматической винтовки), первое упражнение по метанию ручной гранаты;

- **по строевой подготовке** – строевая стойка, повороты на месте и в движении, строевой шаг, воинское приветствие на месте и в движении, строи отделения, взвода;

- **по физической подготовке** – в объеме требований, предъявляемых к молодому пополнению воинских частей и к кандидатам, поступающим в военно-учебные заведения;

- **по медицинской подготовке** и **РХБ защите** – в объеме полученных знаний.

*Примечание:* Рекомендации по оценке результатов учебных сборов даны в Приложении № 12.

Таблица 1

РАСЧЕТ ЧАСОВ ПО ПРЕДМЕТАМ ОБУЧЕНИЯ [[1]](#footnote-1)

для проведения учебных сборов в период

с «\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ по «\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| N  п/п | Тема занятия | Количество часов | | | | | Общее  количество  часов |
| 1  день | 2  день | 3  день | 4  день | 5  день |
| 1 | Тактическая подготовка |  |  | 2 | 1 | 1 | 4 |
| 2 | Огневая подготовка |  | 3 |  | 2 | 4 | 9 |
| 3 | Радиационная, химическая и биологическая защита |  |  | 2 |  |  | 2 |
| 4 | Общевоинские уставы | 4 | 1 | 1 | 2 |  | 8 |
| 5 | Строевая подготовка | 1 |  | 1 | 1 | 1 | 4 |
| 6 | Физическая подготовка | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 |
| 7 | Военно-медицинская подготовка |  | 2 |  |  |  | 2 |
| 8 | Основы безопасности военной службы | 1 |  |  |  |  | 1 |
| Итого | | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 35 |

|  |  |
| --- | --- |
| Руководитель органа местного самоуправления, осуществляющего управление в сфере образования  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | Начальник отдела военного комиссариата  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ |
| (наименование муниципального образования субъекта Российской Федерации  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | (наименование субъекта Российской Федерации)  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ |
| (подпись, инициал имени, фамилия) | (подпись, инициал имени, фамилия) |

«\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

В период проведения занятий по огневой подготовке обучающиеся выполняют упражнения начальных стрельб из стрелкового оружия, упражнения в метании учебно-имитационных ручных гранат. В муниципальных образованиях, где нет соединений и воинских частей, проведение стрельб организуется: военным комиссаром на стрельбищах и в тирах, находящихся в ведении федеральных органов исполнительной власти, где законом предусмотрена военная служба; Общероссийской общественно-государственной организации «Добровольное общество содействия армии, авиации и флоту России» и других организаций Российской Федерации (по согласованию с ними). Организация стрельб осуществляется руководителями указанных органов и организаций в установленном ими порядке. При отсутствии условий для стрельбы из боевого ручного стрелкового оружия организуется стрельба из спортивного или пневматического оружия в специально оборудованных местах.

**Методические основы организации и проведения занятий, спланированных на учебные сборы**

Подготовка руководителя к занятию включает следующие этапы:

* уяснение темы занятия и его цели;
* изучение содержания данного занятия;
* изучение наставлений, инструкций и руководств;
* определение последовательности проведения занятия и использования материального обеспечения;
* определение методических приемов проведения занятия;
* составление плана-конспекта (инструктивной записки);
* подготовка материального обеспечения занятия и места проведения занятия;
* определение требований безопасности при проведении занятия;
* утверждение плана-конспекта (инструктивной записки) у директора образовательной организации;
* проведение инструктажа с помощниками руководителя занятия;
* организация самостоятельной подготовки помощников руководителя занятия.

*Примечание:* образцы примерных планов проведения занятий (инструктивных записок) и дополнительные материалы даны в Приложениях №№ 12 и 13.

**Окончание учебных сборов**

**Результаты учебных сборов** оцениваются в соответствии с рекомендациями, по оценке результатов учебных сборов. Общая оценка граждан, обучающихся в образовательных организациях, заносится в классный журнал с пометкой «Учебные сборы», которая учитывается при выставлении итоговой оценки за весь курс обучения в образовательном учреждении. Обучающимся, уклонившимся от учебных сборов, выставляется неудовлетворительная оценка за сборы. Для обучающихся, не прошедших учебные сборы по уважительным причинам, в образовательном учреждении организуются теоретическое изучение материалов учебных сборов и сдача зачетов. В случае отказа отдельных обучающихся по религиозным мотивам от участия в проведении стрельб и изучения боевого ручного стрелкового оружия решение об освобождении от прохождения данной темы занятий принимает руководитель образовательного учреждения на основании обоснованного заявления родителей (законных представителей), которое должно быть представлено руководителю образовательного учреждения до начала учебных сборов.

Последний день занятий учебных сборов заканчивается торжественным построением участников сборов на котором подводятся итоги мероприятия. Обязательным этапом является награждение участников сборов, проявивших себя на учебных сборах в различных видах деятельности: заместители командиров взводов; командиры отделений; обучающиеся, показавшие лучшие результаты в выполнении нормативов по видам подготовок (строевой, огневой, тактической, физической, военно-медицинской, РХБ защиты); лучшие преподаватели. Все они получают почетные грамоты и ценные подарки. Завершается мероприятие прохождением торжественным маршем.

По итогам учебных сборов руководитель образовательной организации предоставляет **доклад** главе администрации муниципального образования, начальнику муниципального органа управления в сфере образования, начальнику отдела областного военного комиссариата.

# Приложение № 1

# ПЛАН-ГРАФИК

# отработки документов и проведения мероприятий на учебных сборах

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| №  п/п | **Мероприятия (документы)** | **Ответственный исполнитель и сроки** |
| 1 | **2** | 3 |
| 1. | Принятие решения о проведении сборов | Директор образовательной организации. За 1,5 месяца до начала сборов |
| 2. | Заявка-обоснование на денежные средства | Директор образовательной организации. За 1,5 месяца до начала сборов |
| 3. | Приказ о проведении сборов | Директор образовательной организации. Сразу после подтверждения о выделении средств |
| 4. | Заявка на медицинское освидетельствование участников сборов | Директор образовательной организации |
| 5. | Учебно-тематический план учебных сборов | Начальник штаба. В сроки, определенные приказом |
| 6. | Распорядок дня | Начальник штаба. В сроки, определенные приказом |
| 7. | Расписание занятий | Начальник штаба. В сроки, определенные приказом |
| 8. | Утверждение конспектов учебных занятий | Начальник штаба. В сроки, определенные приказом |
| 9. | Общее собрание обучающихся – участников сборов и их родителей | Начальник сборов. В день, предшествующий первому дню сборов. |
| 10. | Инструктаж по мерам безопасности | Начальник штаба. После собрания. |
| 11. | Выдача экипировки участникам сборов | Начальник штаба. После инструктажа по мерам безопасности. |
| 12. | Строевой расчет | Начальник штаба. На первом занятии первого дня сборов. |
| 13. | Учебные занятия | Преподаватели. Согласно расписания. |
| 14. | Выставление обучающимся итоговых оценок за сборы. Подготовка итогового приказа. | Начальник сборов, начальник штаба, преподаватели. В пятый день сборов после занятий. |
| 15. | Подведение итогов (объявление итогового приказа, итоговых оценок, поощрений) | Начальник сборов, начальник штаба, преподаватели, классные руководители, приглашенные. |
| 16. | Приведение в порядок имущества | Начальник штаба. После подведения итогов. |
| 17. | Сдача одежды – выстиранной и выглаженной | Начальник штаба, классные руководители. Первый день после окончания сборов. |
| 18. | Отчет перед бухгалтерией | Заведующий столовой. |
| 19. | Доклад в вышестоящие организации о проведенных сборах | Директор образовательной организации. По своему плану. |

# Приложение № 2

# Образец Приказа по ГБПОУ «Об организации и проведении учебных сборов»

**ПРИКАЗ по ГБПОУ** \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

«\_\_» мая 20\_\_ г. г. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**«Об организации и проведении учебных сборов»**

Во исполнение приказа (рекомендации) \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ № \_\_\_ от «\_\_»\_\_\_ 20\_\_ г.

**ПРИКАЗЫВАЮ:**

1. В период с \_\_ по \_\_ 20\_\_ года провести 5-дневные учебные сборыс обучающимися – юношами \_\_ учебного курса. Занятия провести на базе ГБПОУ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_методом тактико-строевых занятий с выходом в поле в пределах \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

2. Обязанности начальника сборов возлагаю на себя.

3. Начальником штаба сборов назначить \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

4. Для проведения занятий назначить преподавателей:

- общевоинские уставы ВС РФ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

- строевая подготовка \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

- тактическая подготовка \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

- огневая подготовка\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

- РХБ защита \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

- физическая подготовка \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

5. Учебно-тематический план учебных сборов, распорядок дня и расписание занятий представить мне на утверждение \_\_\_\_\_\_\_\_\_, конспекты проведения занятий \_\_\_\_\_\_\_\_\_. Ответственный - начальник штаба.

6. Обучающимся, привлекаемым к учебным сборам, пройти медицинское освидетельствование в поликлинике № \_\_\_

Ответственные: медицинский работник \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_, классные руководители \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

7. Провести общее собрание обучающихся – участников сборов и их родителей \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.

Ответственные: заместитель директора по учебно-воспитательной работе \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_, начальник штаба \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ классные руководители \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

8. Заведующей столовой \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ на время учебных сборов обеспечить участников сборов двухразовым горячим питанием (обучающихся и преподавателей) в пределах выделенных сумм в предусмотренное распорядком дня время.

9. Медицинскому работнику\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ назначить из девушек – обучающихся, усвоивших программу медико-санитарной подготовки, санинструкторов по числу отделений, обеспечить их укомплектованными санитарными сумками и проинструктировать о порядке оказания первой помощи в полевых условиях.

10. В период проведения сборов иметь следующее материальное обеспечение:

**а) на каждого обучающегося**

- комплект одежды (куртка и брюки или комбинезон, ремень поясной, берет);

- макет автомата АК-74 или пулемета РПК-74;

- малую пехотную лопату с чехлом;

- макет гранаты РГО (РГН) с чехлом;

- противогаз ГП-5;

**б) на отделение**

- комплект сигнальных флажков (красный и белый) – 1 комплект;

- макет противотанковых гранат (РКГ-3) – 3 шт.

- сумка санитарная с комплектом вложения – 1 комплект

- компас – 3 шт.

10. Выдачу одежды и снаряжения произвести \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ по ведомости.

11. Начальнику штаба провести инструктаж по мерам безопасности со всеми участниками сборов. Результаты оформить письменно.

12. Настоящий приказ довести до всего личного состава ГБПОУ «\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_» в части касающейся.

Директор \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Ознакомлены: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

# Приложение № 3

# Пример оформления заявки на проведение медицинского освидетельствования

Главе администрации \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Главному врачу \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**О медицинском освидетельствовании участвующих в учебных сборах**

**обучающихся – юношей ГБПОУ «\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_»**

В связи с планируемыми в период с «\_\_\_» по «\_\_\_» мая 20\_\_года 5-дневными учебными сборами с обучающимися – юношами \_\_ учебного курса по разделу «Основы военной службы», прошу провести их медицинское освидетельствование.

Предполагаемые физические нагрузки:

- физическая зарядка ежедневно в течение 30 минут;

- 1-часовое занятие по физической подготовке ежедневно (упражнения на перекладине и параллельных брусьях, бег на короткие дистанции, кросс 3 км, упражнение на единой полосе препятствий);

- передвижения на «поле боя» (переползание по-пластунски, короткие перебежки, метание муляжей гранат);

- тренировка по пребыванию в противогазе (до 30 минут).

Директор \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

*Приложение.* Список обучающихся на \_\_ листах. 2 экземпляра только в адрес медицинского учреждения \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

*Приложение*

**СПИСОК**

**обучающихся-юношей ГБПОУ «\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_» привлекаемых на учебные сборы в период с \_\_\_ по \_\_\_ 20\_\_ года**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№№ п/п** | **Фамилия, имя, отчество**  **обучающегося** | **Год рождения** | **Заключение врача о степени годности к участию в сборах** |
| **1** | **2** | **3** | **4** |
| 1. | Иванов Иван Иванович | 2000 |  |
|  |  |  |  |

**Директор**  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

# Приложение № 4

# Пример оформления учебно-тематического плана проведения учебных сборов

СОГЛАСОВАНО УТВЕРЖДАЮ

Начальник отдела областного военного комиссариата Директор ГБПОУ «\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_»

по \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ (подпись) (инициалы, фамилия)

(подпись) (инициалы, фамилия)

«\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_ 20\_\_ г. «\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

**УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**

проведения учебных сборов с обучающимися – юношами \_\_ учебного курса

на базе ГБПОУ «\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_» с «\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_ по «\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_ 20\_\_\_ г.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Тема, содержание и вид занятий | К-во часов | Руководитель занятия | Место проведения | Материальное обеспечение |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** |
| **До начала учебных сборов** | | | | | |
|  | **Вводное занятие** с участниками сбора по порядку организации его проведения и требования, предъявляемые к обучающимся | 1 | Начальник учебных сборов, начальник штаба учебных сборов | Учебная аудитория | Мультимедийное оборудование, презентация |
| **1 день** | | | | | |
| 1 | **Основы обеспечения безопасности военной службы**  Основные мероприятия по обеспечению безопасности военной службы  Показное (комплексное) занятие. | 1 | Начальник учебного сбора, представитель воинской части | Расположение подразделения, места несения службы, учебные объекты воинской части | План проведения занятия, учебная литература, учебное оружие и патроны к нему, средства отображения информации, плакаты и схемы |
| 2 | **Общевоинские уставы**  Военнослужащие Вооруженных Сил Российской Федерации и взаимоотношения между ними. Размещение военнослужащих.  Практическое занятие. | 1 | Преподаватель-организатор ОБЖ | Учебный класс | План проведения занятия, Устав внутренней службы Вооруженных Сил Российской Федерации |
| 3 | **Общевоинские уставы**  Распределение времени и внутренний порядок. Распорядок дня и регламент служебного времени.  Практическое занятие. | 1 | Преподаватель-организатор ОБЖ | Расположение подразделения | План проведения занятия, Устав внутренней службы Вооруженных Сил Российской Федерации, документация дежурного по роте |
| 4 | **Общевоинские уставы**  Обязанности лиц суточного наряда. Назначение суточного наряда, его состав и вооружение. Подчиненность и обязанности дневального по роте.  Практическое занятие. | 1 | Преподаватель-организатор ОБЖ | Расположение подразделения | План проведения занятия, Устав внутренней службы Вооруженных Сил Российской Федерации, документация дежурного по роте |
| 5 | **Общевоинские уставы**  Обязанности дежурного по роте  Практическое занятие. | 1 | Преподаватель-организатор ОБЖ | Расположение подразделения | План проведения занятия, Устав внутренней службы Вооруженных Сил Российской Федерации, документация дежурного по роте |
| 6 | **Строевая подготовка**  Строевые приемы и движение без оружия. Выполнение команд: «Становись», «Равняйсь», «Смирно», «Вольно», «Заправиться», «Отставить», «Головные уборы снять (одеть)». Повороты на месте. Движение строевым шагом  Практическое занятие | 1 | Преподаватель-организатор ОБЖ | Строевой плац (строевая площадка) | План проведения занятия, Строевой устав Вооруженных Сил Российской Федерации |
| 7 | **Физическая подготовка**  Тренировка в беге на длинные дистанции (кросс на 3 км)  Практическое занятие | 1 | Преподаватель физической культуры | Спортивный городок | План проведения занятия. Наставление по физической подготовке в Вооруженных Силах Российской Федерации (2009 г.), спортивный инвентарь |
| **2 день** (и так далее**)** | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |

Начальник штаба учебных сборов \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

(подпись) (инициалы, фамилия)

***Примечания***: 1. Вариант учебно-тематического плана при проведении учебных сборов на базе воинской части приведен в Приложении № 6 к Инструкции об организации обучения граждан Российской Федерации начальным знаниям в области обороны и их подготовки по основам военной службы в образовательных учреждениях среднего (полного) общего образования, образовательных учреждениях начального профессионального и среднего профессионального образования и учебных пунктах, введенной приказом МО РФ и Минобрнауки РФ от 24 февраля 2010 года № 96/134. (п. 44).

2. Учебный процесс на учебных сборах организуется в зависимости от количества обучающихся, которые разделяются на учебные группы (взводы). Расписание занятий разрабатывается на основании учебно-тематического плана, исходя из количества учебных мест и количества учебных групп (взводов), отделений с указанием группы (взвода), отделения, места и времени обучения.

# Приложение № 5

# Пример оформления плана распределения основных мероприятий по дням недели

СОГЛАСОВАНО УТВЕРЖДАЮ

Заместитель директора по УМР Начальник сборов – директор ГБПОУ\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

«\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 20\_\_г. «\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 20\_\_г.

**План**

**распределения основных мероприятий по дням недели**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **День недели** | **Мероприятие** | **Ответственный** |
| День, предшествующий началу сборов  (пятница или суббота). | 1. Общее собрание участников.   Постановка задач.  2. Выдача одежды. | Начальник сборов  Начальник штаба |
| Понедельник | Занятия по расписанию | Преподаватели |
| Вторник | Занятия по расписанию | Преподаватели |
| Среда | Занятия по расписанию | Преподаватели |
| Четверг | Занятия по расписанию | Преподаватели |
| Пятница | 1.Занятия по расписанию  2. Подведение итогов (оценки, поощрения) | Начальник сборов  Начальник штаба |
| Первый понедельник после сборов | Сдача форменной одежды участниками сборов – обучающимися | Начальник штаба,  Кураторы учебных групп |

Начальник штаба сборов \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

# Приложение № 6

# Пример оформления Распорядка дня учебных сборов обучающихся

УТВЕРЖДАЮ

Начальник сборов – директор ГБПОУ \_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

«\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_г.

**РАСПОРЯДОК ДНЯ**

**учебных сборов обучающихся – юношей \_\_ учебного курса**

(вариант)

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № пп | Содержание мероприятий | Начало | Окончание | Продолжитель-  ность |
| 1 | Утренняя физическая зарядка | 08.00 | 08.30 | 30 мин. |
| 2 | Завтрак | 08.40 | 09.00 | 20 мин. |
| 3 | Подготовка к занятиям | 09.00 | 09.10 | 10 мин. |
| 4 | Учебные занятия  1 час  2 час  3 час  4 час | 09.10  10.00  10.50  11.40 | 09.50  10.40  11.30  12.20 | 40 мин.  40 мин.  40 мин.  40 мин. |
| 5 | Подготовка к обеду | 12.20 | 12.30 | 10 мин. |
| 6 | Обед | 12.30 | 13.00 | 30 мин. |
| 7 | Послеобеденный отдых | 13.00 | 13.30 | 30 мин |
| 8 | Подготовка к занятиям | 13.30 | 13. 40 | 10 мин. |
| 9 | Учебные занятия  5 час  6 час  7 час | 13. 40  14.30  15.20 | 14.20  15.10  16.00 | 40 мин.  40 мин.  40 мин. |
| 10 | Краткое подведение итогов дня | 16.10 | 16.20 | 10 мин. |

Начальник штаба \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

# Приложение № 7

# Пример оформления расписания занятий на учебных сборах

СОГЛАСОВАНО УТВЕРЖДАЮ

Заместитель директора по УМР Начальник сборов – директор ГБПОУ\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

«\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 20\_\_г. «\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 20\_\_г.

**РАСПИСАНИЕ**

**занятий на учебных сборах с обучающимися – юношами \_\_ учебного курса в период с \_\_\_ по \_\_\_ мая 20\_\_ года**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **День занятий, дата** | **Время** | **Раздел, тема** | **Место занятий** | **Форма одежды** | **Руководитель** |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** |
| Первый «\_\_» \_\_\_ | 09.25 - 10.05  10.15 - 10.55  11.05 – 11.45  11.55– 12.35  12.45– 13.25  15.00 - 15.40  15.50 - 16.30 | Основы обеспечения безопасности военной службы[[2]](#footnote-2)  Общевоинские уставы  Общевоинские уставы  Строевая подготовка  Физическая подготовка Тактическая подготовка | Класс  Класс  Плац  Стадион  Поле | Полевая  Полевая  Полевая  Спортивная  Полевая |  |
| Второй  «\_\_» \_\_\_ | 09.25 - 10.05  10.15 - 10.55  11.05 – 11.45  11.55– 12.35  12.45– 13.25  15.00 - 15.40  15.50 - 16.30 | Физическая подготовка  Военно-медицинская подготовка  Военно-медицинская подготовка  Строевая подготовка  Общевоинские уставы  Радиационная, химическая и биологическая защита | Стадион  Поле  Плац  Класс  Поле | Спортивная  Полевая  Полевая  Полевая  Полевая |  |
| Третий  «\_\_» \_\_\_ | 09.25 - 10.05  10.15 - 10.55  11.05 – 11.45  11.55– 12.35  12.45– 13.25  15.00 - 15.40  15.50 - 16.30 | Огневая подготовка  Огневая подготовка  Огневая подготовка  Тактическая подготовка  Тактическая подготовка  Строевая подготовка  Физическая подготовка | Поле  Поле  Поле  Плац  Стадион | Полевая  Полевая  Полевая  Полевая  Спортивная |  |
| Четвертый  «\_\_» \_\_\_ | 09.25 - 10.05  10.15 - 10.55  11.05 – 11.45  11.55– 12.35  12.45– 13.25  15.00 - 15.40  15.50 - 16.30 | Общевоинские уставы  Огневая подготовка  Огневая подготовка  Тактическая подготовка  Тактическая подготовка  Строевая подготовка  Физическая подготовка | Класс  Тир  Поле  Плац  Стадион | Полевая  Полевая  Полевая  Полевая  Спортивная |  |
| Пятый  «\_\_» \_\_\_ | 09.25 - 10.05  10.15 - 10.55  11.05 – 11.45  11.55– 12.35  12.45– 13.25  15.00 - 15.40  15.50 - 16.30 | Строевая подготовка  Военная топография  Военная топография  Физическая подготовка  Общевоинские уставы  Общевоинские уставы  Подведение итогов сборов | Плац  Поле  Стадион  Класс  По указанию нач.штаба | Полевая  Полевая  Спортивная  Полевая  Полевая | Нач. сборов –  Начальник штаба |

Начальник штаба сборов \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

# Приложение № 8

# Пример оформления списка обучающихся, привлекаемых на учебные сборы

**СПИСОК**

**обучающихся-юношей ГБПО «\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_» привлекаемых на учебные сборы в период с \_\_\_\_\_\_ по \_\_\_\_\_\_\_\_ 20\_\_ года**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№№ п/п** | **Фамилия, имя, отчество**  **обучающегося** | **Год рождения** | **Домашний адрес, телефон** | **Примечания** |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** |
| 1. | Иванов Иван Иванович | 2003 |  |  |
| 2. |  |  |  |  |

**Директор**  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

# Приложение № 9

# Пример оформления ведомости инструктажа по мерам безопасности при проведении учебных сборов

**Ведомость**

**инструктажа по мерам безопасности при проведении учебных сборов**

**с обучающимися-юношами ГБПОУ « \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_» в период проведения учебных сборов**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№№**  **п/п** | **Фамилия, имя, отчество обучающегося** | Правила безопасности при обращении с оружием и проведении стрельб из пневматического оружия | Правила безопасности при проведении занятий по физической, огневой, тактической подготовкам и РХБ защите | Правила безопасности при пересечении дорог (проезжей части) при следовании на занятия и обратно | Правила пожарной безопасности на местности | Правила безопасности при взаимоотношениях с местным населением во время занятий | Подпись инструкти-рующего |
| Дата проведения инструктажа | |  |  |  |  |  |  |
| 1. | Иванов Иван Иванович |  |  |  |  |  |  |
| 2. |  |  |  |  |  |  |  |
| 3. |  |  |  |  |  |  |  |

**Инструктаж провел** \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

(Должность, фамилия, инициалы лица, проводившего инструктаж, подпись)

23.05.20\_\_ г.

# Приложение № 10

# Пример оформления сводной оценочной ведомости

**Сводная оценочная ведомость**

обучающихся – юношей ГБПОУ «\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_» за учебные сборы период с \_\_\_\_\_\_\_\_\_ по \_\_\_\_\_\_\_\_ 20\_\_ года

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № пп | Фамилия, инициалы обучающегося | Оценка по тактической подготовке | Оценка по огневой подготовке | Оценка по физической подготовке | Оценка по строевой подготовке | Оценка по медицинской подготовке | Оценка по РХБ защите | Оценка за учебные сборы |
| 1. | Иванов Иван Иванович |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |

Начальник учебных сборов \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

# Приложение № 11

# Пример оформления докладной

Место штампа

Главе администрации района

Начальнику отдела профессионального образования

Начальнику отдела военного комиссариата

**Об учебных сборах в ГБПОУ «**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**»**

Сообщаю (докладываю), что в ГБПОУ «\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_»

с \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ по \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ проведены 5-дневные учебные сборы с обучающимися – юношами \_\_ учебного курса по разделу «Основы военной службы» дисциплины «Безопасность жизнедеятельности».

В сборах приняло участие \_\_\_\_\_\_ обучающихся и \_\_\_\_\_\_\_ преподавателей ГБПОУ «\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_». Проводились занятия по физической, строевой, тактической, огневой, медицинской подготовке, радиационной, химической и биологической защите. Участники сборов были обеспечены одеждой, снаряжением, медицинским обслуживанием и двухразовым горячим питанием. Сборы проводились при ГБПОУ «\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_» с ежедневным выходом в поле методом тактико-строевых занятий. Программа учебных сборов выполнена в полном объёме. Нарушений правил безопасности в период проведения сборов не было.

Директор \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

# Приложение № 12

# Примерные планы проведения занятий на учебных сборах по отдельным темам (с элементами методики)[[3]](#footnote-3)

**1. Тактическая подготовка**

***Занятие 1. Выбор и оборудование места для стрельбы***

Содержание:

1. Выбор места для стрельбы.

2. Оборудование и маскировка окопа для стрельбы лежа.

Место проведения. Участок местности с образцово оборудованным окопом для стрельбы лежа из автомата. Желательно наличие канавы, ямы, насыпи и прочих естественных и искусственных образований. Для доступности восприятия окоп для стрельбы лежа из автомата должен быть показан в развитии. Первое положение окопа — его трассировка, второе — снятие грунта и его укладка, третье — отрытый и замаскированный окоп для стрельбы лежа из автомата с элементами окопа и их размерами.

*1. Выбор места для стрельбы*

При объяснении учебного вопроса руководитель занятия указывает, что в ходе наступления, при отражении контратак противника, при остановках в ходе боя или при переходе к обороне каждый солдат, прежде всего, выбирает выгодное место для стрельбы и оборудует его так, чтобы иметь возможность наблюдать за противником и вести огонь, оставаясь неуязвимым.

При выборе места для стрельбы солдат должен, прежде всего, умело использовать имеющиеся укрытия. На открытой местности он роет окоп пехотной лопатой. Во время рытья и оборудования окопа солдат непрерывно наблюдает за противником и местностью.

После этого руководитель показывает и поясняет приемы рытья окопа для стрельбы из автомата лежа в развитии и показывает образцовый замаскированный окоп, сообщает его элементы и размеры.

Затем учащиеся поочередно занимают оборудованный окоп для стрельбы лежа по команде «Учащийся Смирнов, к бою!». Руководитель, наблюдая за действиями учащегося Смирнова, поясняет достоинства выбранного места для стрельбы лежа.

Для выработки навыков в выборе места для стрельбы и наблюдения, самоокапывания и маскировки руководитель указывает рубеж и подает команду «К бою!».

Тактически грамотно выбранные места для стрельбы и наблюдения отдельных учащихся руководитель показывает всем обучаемым, при этом объясняет, в чем их преимущество. Для убедительности доводов руководителя учащиеся по команде поочередно изготавливаются в них к бою. В то же время следует показать и места для стрельбы и наблюдения, выбранные учащимися без учета тактических свойств местности и характера действий противника:

• плохой обзор противника;

• затруднено использование боевых возможностей оружия для ведения огня как по дальности, так и по фронту.

После объяснения руководитель:

* проверяет у учащихся наличие и правильность вычерченных схем окопа для стрельбы из автомата лежа (домашнее задание);
  + напоминает требования к оборудованию окопов и позиций в обороне;
  + ориентирует учащихся на местности, вводит в тактическую обстановку, ставит задачу;
  + опрашивает двух-трех юношей, как они поняли объяснение и задачу;
  + указывает место позиции и дает команду на ее занятие и оборудование.

*2. Оборудование и маскировка окопа для стрельбы лежа*

Время и объем работ на рытье окопов (там, где позволяют условия) или их трассировку для стрельбы лежа из автомата руководитель устанавливает в зависимости от характера и состояния грунта, подготовленности учащихся и времени занятий.

Оборудование окопа для стрельбы из автомата лежа производится малой пехотной лопатой. Заняв место для стрельбы:

1. Необходимо положить автомат справа от себя на расстоянии вытянутой руки так, чтобы в любой момент его можно было использовать для ведения огня по противнику.

2. Повернуться на левый бок и вытянуть рукой лопату из чехла.

3. Обхватить черенок двумя руками и ударами на себя подрезать дерн или верхний уплотненный слой земли, обозначив спереди и с боков границы выемки.

4. Перехватив лопату, ударами от себя снять дерн, положить его спереди или в сторону и приступить к рытью окопа.

Отрывая окоп, лопату врезают в землю углом лотка не отвесно, а наискось. Землю выбрасывают сначала вперед, а потом в стороны, образуя бруствер, который обеспечивает защиту от пуль (пробиваемость пулей неутрамбованного грунта и песка – до 70 см). Голову держать как можно ближе к земле, не прекращая наблюдения за противником.

Достигнув необходимой глубины в передней части выемки окопа, отодвигаются назад и продолжают отрывку выемки до требуемой длины, чтобы можно было укрыть туловище и ноги. Отрытый для стрельбы лежа окоп маскируется под окружающую местность. Для этого используется дерн, грунт и трава, окружающие место отрывки, а зимой – снег.

Руководитель занятия контролирует действия учащихся при самоокапывании (трассировке), обращает их внимание на соблюдение скрытности, на наблюдение за местностью, на положение оружия и готовность учащихся к ведению огня. Недостатки устраняет при помощи вводных заданий, например: «Доложите, что вы наблюдаете в районе отдельного дерева».

Когда рытье и маскировка (трассировка) окопа будет закончена, руководитель собирает учащихся, отводит их на 200-250 м в сторону «противника» и указывает на недостатки в маскировке окопов. Затем он возвращает учащихся на позиции и ставит им задачу улучшить маскировку окопов.

По истечении времени, отведенного на оборудование окопов, руководитель собирает учащихся и вместе с ними проходит вдоль рубежа самоокапывания, оценивая качество оборудования каждого окопа или их трассировку там, где нет возможности оборудовать окоп для стрельбы лежа из автомата.

Затем он поясняет (если позволяют местность и время), как следует использовать местные предметы и рельеф местности, а также воронки, канавы, насыпи для выбора места стрельбы и быстрого оборудования окопа: показывает воронку (яму), оборудованную под окоп, и указывает, что при необходимости углубить ее достаточно срезать переднюю часть ямы, а отрываемый при этом грунт использовать для образования бруствера. В конце занятия руководитель подводит учащихся к канаве или насыпи шоссейной или железной дороги и объясняет, что в ее стенках (откосах) можно оборудовать ячейки для автоматчиков и использовать ее как ход сообщения (траншею).

В заключение руководитель занятия поясняет, что умелое использование в бою воронок, канав, насыпей экономит время и силы на оборудование окопов, кроме того, их можно использовать как укрытия от огня стрелкового оружия, осколков снарядов и мин.

***Занятие 2. Передвижение солдата в бою при действиях в пешем порядке***

Содержание:

1. Способы передвижения солдата в бою.

2. Действия при вспышке ядерного взрыва.

Место проведения:

Участок местности с разнообразным рельефом, обеспечивающим наглядный показ учащимся целесообразности применения того или иного способа передвижения на местности, на поле боя, в зависимости от огня противника.

При выдвижении к месту занятия руководитель обучает учащихся подаче и приему сигналов флажками, а также действиям при ядерном взрыве.

*1. Способы передвижения солдата в бою*

Прибыв к месту занятия, руководитель объявляет тему и цель занятия, проверяет знание учащимися соответствующего раздела «Основ военной службы». Вопросы могут быть следующими:

1. Каковы обязанности солдата в бою?

2. Каковы способы передвижения солдата в бою и от чего зависит выбор способа передвижения?

3.Что вы понимаете под защитными свойствами местности?

Руководитель занятия объясняет, что умелое, тактически целесообразное передвижение солдата в бою дает ему возможность успешно выполнить задачу, избежав поражения огнем противника.

Передвижение солдата на поле боя при действиях в пешем порядке может производиться в зависимости от характера местности, обстановки и воздействия огня противника:

• ускоренным шагом или бегом (в полный рост или пригнувшись);

• перебежками;

• переползанием (по-пластунски, на получетвереньках, на боку).

Атака проводится ускоренным шагом или бегом. Таким же способом преодолеваются участки местности, скрытые от наблюдателя противника и не простреливаемые огнем. На открытой местности для скрытого сближения с противником применяются перебежки и переползания.

Передвижение ускоренным шагом или бегом (в полный рост или пригнувшись).

Закончив объяснение, руководитель показывает и поясняет технику исполнения действия передвижения ускоренным шагом в полный рост. При этом оружие надо держать в положении немедленного открытия огня навскидку и с прикладом, прижатым к боку.

Для стрельбы навскидку следует вскинуть автомат к плечу, направить его на цель и, продолжая движение, открывать огонь.

При стрельбе с прикладом, прижатым к боку, необходимо правой рукой прижать приклад к правому боку без упора или с упором затыльником в плечевую часть правой руки у локтевого сустава. Направить автомат на цель и, не прекращая движения, открывать огонь.

Затем руководитель показывает по элементам приемы движения солдата в бою с попутным объяснением ошибочных действий учащихся:

• движение боком, а не прямо ведет к потере наблюдения за полем боя;

• не выдерживание направления движения приводит к скучиванию боевого порядка подразделения на поле боя и пр.

После этого руководитель предлагает учащимся опробовать прием стрельбы на ходу при движении в атаку. Через 3-5 мин опробования руководитель отрабатывает стрельбу навскидку с короткой остановкой и без остановки. Отработав по элементам движение ускоренным шагом в полный рост с ведением огня, руководитель закрепляет приемы действия в целом.

Длительное передвижение ускоренным шагом утомительно, поэтому целесообразно применять чередование ходьбы и бега.

Для скрытого передвижения по местности с невысокими укрытиями (низкий кустарник, высокая трава, канава и т. п.) применяется ходьба пригнувшись. При этом способе передвижения необходимо согнуть ноги в коленях, подать корпус вперед, смотреть перед собой и двигаться широким шагом. Все движения выполняются свободно, без напряжения.

Движение вверх по склону производится укороченным шагом с наклоном корпуса вперед. При большой крутизне подъем следует совершать зигзагами, т. е. двигаться попеременно то правым, то левым боком к скату на слегка согнутых ногах, опираясь ребрами подошв и каблуков о выступы горы. На крутые подъемы можно также взбираться прямо, придерживаясь руками за ветки, кусты, пучки густой травы и ставя ноги на всю ступню «елочкой».

Движение вниз по склону производится свободным шагом с постановкой ноги на пятку, отклоняя корпус назад. Спуск по крутым склонам можно совершать боком, приставными шагами, по возможности придерживаясь рукой за неровности склона.

Передвижение по вязкому или скользкому грунту производится короткими шагами: ноги следует переставлять быстро, чтобы они не успели глубоко увязнуть в почве или соскользнуть с опоры. Ставить ногу надо на всю ступню и стараться для опоры выбирать более твердые участки (кочки, борозды, выступы, корни и т.п.).

Далее руководитель отрабатывает особенности передвижения на поле боя ускоренным шагом пригнувшись и бегом пригнувшись. Корпус при беге наклоняется несколько больше, чем при ходьбе.

Для преодоления отдельных участков местности используется медленный, в среднем темпе и скоростной бег.

Медленный бег применяется при перемещении на дальние дистанции и производится свободным маховым шагом. Корпус при этом держится с небольшим наклоном вперед. Быстрое продвижение вперед обеспечивается за счет энергичного толчка, после которого нога, согнутая в колене, выносится бедром вперед-вверх и ставится на всю ступню. Голень не должна выноситься сильно вперед, а ступня не должна ставиться на землю далеко от проекции центра тяжести.

Скоростной бег применяется при перебежках, выбегании из укрытий к боевым и транспортным машинам, разбеге перед преодолением препятствий. Корпус наклоняется вперед больше, чем при беге в среднем темпе, а отталкивание ногой и движение руками производятся энергичнее. Увеличение длины шага обеспечивается за счет заднего толчка ногой и быстрого выноса ее бедром вперед. Нога после отталкивания выносится вперед-вверх согнутой в колене и мягко ставится на переднюю часть стопы с последующей опорой на всю ступню. При обучении учащихся следует обращать внимание на положение оружия, выдерживание направления движения, наблюдение за местностью и противником и скорость движения солдата в бою:

• ускоренным шагом – темп 130-140 шагов в минуту, длина шага – 80-90 см;

• бегом в среднем темпе – темп 165-180 шагов в минуту, длина шага – 85-90 см;

• скоростным бегом – темп 180-200 шагов в минуту, длина шага – 120-150 см.

В такой же последовательности руководитель отрабатывает с учащимися приемы передвижения перебежками.

Передвижение перебежками.

Для быстрого, скрытого сближения с противником применяются перебежки. Чем больше открыта местность и сильнее огонь, тем быстрее и короче перебежка.

Перед началом передвижения оружие ставится на предохранитель по команде «Предохранитель – ставь!» или самостоятельно. Перебежка производится по команде «Такому-то перебежать туда-то – вперед!». По предварительной команде учащийся намечает путь движения и укрытия, места остановок для передышки, а по исполнительной команде быстро вскакивает, как при исполнении команды «Встать!», и стремительно перебегает. Длина перебежки между остановками для передышки зависит от местности и огня противника и в среднем может быть 20-40 шагов.

На месте остановки для передышки следует с разбегу лечь и отползти (перекатиться) несколько в сторону, а достигнув указанного места, изготовиться для ведения огня. При перебежке оружие держать так, как удобнее. Солдаты, оставшиеся на месте, а также выдвинувшиеся после перебежки на указанный рубеж (остановку), своим огнем поддерживают перебегающих.

Руководитель показывает выполнение действия по команде «Рядовому Петрову перебежать к кусту – вперед!». Затем действия отрабатываются по элементам из положения «К бою!». По команде «Раз» подтянуть обе руки на уровень груди, держа оружие в правой руке, одновременно свести ноги вместе.

По команде «Два», резко выпрямляя руки, поднять грудь от земли и вынести правую (левую) ногу вперед.

По команде «Три» быстро подняться и, не приставляя левой (правой) ноги, вынести ее вперед с одновременным выпрямлением (отталкиванием) правой (левой) ноги и стремительно перебегать.

Для отработки приемов и действия в целом руководитель занятия размечает участок местности на отрезки по 20 шагов и устанавливает флажки с таким расчетом, чтобы белые (красные) флажки находились в 20 шагах, а красные (белые) флажки – в 40. Это позволяет выработать ориентировку в определении расстояний и исключает перебежки между остановками. При обучении учащихся следует обращать внимание на положение оружия, ибо многие учащиеся оставляют оружие в положении на ремень.

В той же последовательности учащиеся выполняют прием «Ложись!» как элемент при перебежках. На это следует обратить внимание учащихся, иначе прием «Ложись!» выполняется с грубыми нарушениями. Часто учащиеся забывают отползать в сторону и к бою не изготавливаются.

Учитывая ошибки, руководитель занятия последовательно за приемами вскакивания и перебежек отрабатывает приемы «Ложись!», «Отползания в сторону!».

Прием «Ложись!» выполняется после перебежки. Оружие находится в правой руке.

По команде «Раз» сделать полный шаг правой ногой вперед. По команде «Два» опуститься на левое колено и поставить левую руку на землю впереди себя, пальцами вправо.

По команде «Три», опираясь последовательно на бедро левой ноги и предплечье левой руки, лечь на левый бок и быстро повернуться на живот.

По команде «Четыре» ноги слегка раскинуть в стороны носками наружу и изготовиться для ведения огня.

После разучивания по элементам и тренировки в целом по команде «Учащемуся Иванову перебежать к дороге – вперед!»

умения в выполнении приемов «Встать!», «Перебежки!», «Ложись!» закрепляются и переходят в навыки.

Затем отрабатывается умение отползания вправо или влево от места остановки для передышки. Обучать приему отползания в сторону следует не перекатыванием через спину, а отползанием в сторону на кистях рук и носках ног. Физически слаборазвитые ребята получают хорошую закалку при выполнении этого приема. На занятиях же физической подготовки следует ввести данный прием как физическое упражнение.

При отработке приема отползания следует обратить внимание учащихся на наблюдение за полем боя, о чем они постоянно забывают, так как все внимание направлено на выполнение приема отползания.

Закрепление действия перебежки выполняется в целом, на расстояние до 300 м вначале по одному, а затем в составе учебной группы из семи человек. В ходе выдвижения на указанный рубеж при проверке усвоения техники перебежек руководителю следует остановить учащихся, которые совершают грубые ошибки, указать на недостатки и, не возвращая в исходное положение, продолжать обучение совместно со всеми.

Передвижение переползанием.

Переползание применяется для незаметного приближения к противнику и скрытного преодоления участков местности, имеющих незначительные укрытия, неровности рельефа и находящихся под наблюдением или обстрелом противника. Как и перед перебежкой, необходимо сначала наметить путь передвижения и укрытия, места для остановок. В зависимости от обстановки, рельефа местности и огня противника переползание производится по-пластунски, на боку и на получетвереньках.

Переползание по-пластунски применяется на местности, простреливаемой огнем стрелкового оружия противника и не имеющей достаточных укрытий. При обучении этому способу следует обратить внимание не только на технику переползания, но и на правильное положение оружия, ног и головы. Для переползания по-пластунски учащийся должен лечь плотно на землю, правой рукой взять оружие за ремень у верхней антабки и положить его на предплечье правой руки.

Для движения необходимо подтянуть правую (левую) ногу и одновременно вытянуть левую (правую) руку возможно дальше; отталкиваясь согнутой ногой, передвинуть тело вперед, подтянуть другую ногу, вытянуть другую руку и продолжать движение в том же порядке. При переползании голову высоко не поднимать.

Переползание на боку применяют обычно при передвижении по снегу или на песчаной местности, при переползании с пулеметом, при подносе боеприпасов и при выносе раненых с поля боя.

Переползание производится по команде «Такому-то переползти туда-то – вперед!».

Для переползания на боку следует лечь на левый бок. Подтянув вперед левую ногу, согнутую в колене, опереться на предплечье левой руки, правой ногой упереться каблуком в землю возможно ближе к себе; разгибая правую ногу, передвинуть тело вперед, не изменяя положения левой ноги, после чего продолжать движение в том же порядке. Оружие держать правой рукой, положив его на бедро левой ноги.

Когда учащиеся отработают по элементам приемы переползания по-пластунски, руководитель занятия показывает и отрабатывает приемы переползания на получетвереньках и на боку.

Для переползания на получетвереньках необходимо встать на колени и опереться на предплечья или на кисти рук. Подтянуть согнутую правую (левую) ногу под грудь, одновременно левую (правую) руку вытянуть вперед. Передвинуть тело вперед до полного выпрямления правой (левой) ноги, одновременно подтягивая под себя другую, согнутую ногу, и, вытягивая другую руку, продолжать движение в том же порядке.

Оружие держать:

• при опоре на предплечья – так же, как и при переползании по-пластунски;

• при опоре на кисти рук – в правой руке.

При отработке приемов переползания на получетвереньках не допускать искажения положения оружия, противогаза и особое внимание обращать на ведение наблюдения.

Обучая способам переползания в целом, руководитель занятия подает группе учащихся команду «К бою!» и приказывает им переползти по-пластунски на рубеж, удаленный на 60 м от исходного положения.

Наблюдая за техникой переползания, он на месте устраняет недостатки. Когда первая группа учащихся проползет 20-30 м и, в основном, усвоит приемы переползания, начинает переползание следующая группа учащихся. Затем в такой же последовательности изучаются способы переползания на получетвереньках и на боку.

Закончив отработку учебного вопроса по элементам, руководитель занятия переходит к образованию навыка путем комплексной тренировки. Там, где позволяет местность, руководитель вводит учащихся в тактическую обстановку: сообщает сведения о противнике, указывает, что отделение в ходе наступления достигло... (рубежа), должно уничтожить группу противника в окопе... (указать на местности). Все учащиеся должны изучить местность, наметить маршрут, способы передвижения и доложить обо всем через 2 минуты.

Заслушав ответы учащихся, руководитель отмечает их достоинства и недостатки, обращает внимание на использование имеющихся на поле боя воронок, ям, траншей, подбитой техники и приступает к тренировке по группам; наблюдает за учащимися и на положительных примерах учит остальных. Желательно, чтобы учащиеся сами могли увидеть недостатки. Для этого можно задать вопросы: какие недостатки в движении допускает учащийся Петров? Какой способ передвижения следует избрать на участке таком-то?

Подачей сигналов руководитель направляет действия «противника» и проверяет, как учащиеся ведут наблюдение и реагируют на обстановку при передвижении.

С выходом учащихся на указанный рубеж следует разобрать их действия, передать оружие и снаряжение следующей группе, поставить ей задачу и приступить к тренировке.

В конце занятия руководитель выстраивает учащихся, проверяет наличие оружия, экипировки и средств материального обеспечения; напоминает тему, цель занятия и рассказывает, как она достигнута; на ярких примерах из опыта ведения боевых действий раскрывает требования уставов к действиям солдата в современном бою; анализирует действия учащихся, их моральную и физическую подготовку и объявляет оценки; дает задание на самоподготовку; объявляет тему, время и место проведения следующего занятия по тактической подготовке.

*2. Действия при вспышке ядерного взрыва*

Действия при ядерном взрыве отрабатываются в ходе всего занятия и закрепляются на всех последующих практических занятиях по основам военной службы.

Действия при ядерном взрыве желательно вначале показать на плакате, затем на местности по элементам и в целом по команде. Главное, что должны усвоить обучающиеся, это то, что при ядерном взрыве (на занятиях по команде «Вспышка с фронта! (с тыла, слева, справа)» положено залечь на местности лицом вниз, головой в сторону, противоположную взрыву. При наличии в двух-трех шагах естественных укрытий, блиндажей, щелей, убежищ – занять их.

Следует обращать серьезное внимание обучающихся, чтобы они поднимали воротник куртки, кисти рук прятали под себя и плотно закрывали лицо. После прохождения ударной волны, не ожидая команды, немедленно поднимались и продолжали выполнять решаемую задачу боя.

**2. Огневая подготовка**

**Комплексное занятие по огневой подготовке**

Тема: «Приемы и правила стрельбы, стрельба из автомата (карабина) с места по неподвижной цели днем».

Цели:

1. Отработать навыки в стрельбе по неподвижной цели днем:

- из малокалиберной винтовки;

- из автомата (карабина) боевыми патронами.

2. Совершенствовать практические навыки в метании ручных наступательных гранат на меткость.

3. Отработать навыки наблюдения за полем боя и определения расстояния до цели.

Содержание:

1. Ведение огня из автомата (карабина) с места по неподвижной цели днем. Приемы и правила стрельбы из автомата. Изготовка к стрельбе1, прицеливание.

2. Стрельба с места из малокалиберной винтовки по неподвижной цели днем (1 УНС – упражнение начальных стрельб).

3. Выполнение второго упражнения начальных стрельб из автомата (карабина) (2 УНС).

4. Характерные задержки при стрельбе из автомата и способы их устранения.

5. Наблюдение за полем боя, определение расстояний до цели.

6. Приемы и правила метания ручных наступательных гранат на меткость с места.

Время: 6 часов.

Место проведения: стрельбище или тир на базе воинской части с шестью учебными местами.

Данный вариант комплексного занятия рассчитан на шесть учебных групп обучающихся, которые последовательно отрабатывают вопросы программы на шести учебных местах.

Выполнению второго упражнения начальных стрельб из автомата должны предшествовать стрельба из малокалиберной винтовки и тренировка ведения огня из автомата по неподвижной цели днем.

***Инструктивная записка для проведения занятий на учебном месте № 1***

Тема: «Ведение огня из автомата с места по неподвижной цели днем».

Цели:

1. Выработать начальные навыки в изготовке к стрельбе из автомата с места по неподвижной цели днем.

2. Отработать производство выстрела с использованием учебных стрелковых приборов.

Материальное обеспечение: автоматы – 6 шт.; учебные патроны образца 1943 г. – 50 шт.; учебные стрелковые приборы – 2 шт.; мишень № 4 (грудная фигура с кругами) на щите 0,75 х 0,75 м – 6 шт.; сигнальные флажки – две пары.

1-й учебный вопрос

*Меры безопасности при стрельбе (5 мин)*

Проверка знаний по безопасности при стрельбе.

2-й учебный вопрос

*Изучение 2 УНС (упражнение начальных стрельб) (10 мин)*

Рассказ содержания 2 УНС, показ на схеме и на местности.

3-й учебный вопрос

*Изготовка к стрельбе, производство и прекращение стрельбы из положения для стрельбы лежа с упора (3 мин):*

1. Подготовка упора для стрельбы.

2. Показ приемов изготовки к стрельбе из автомата лежа с упора.

3. Тренировка учащихся в выполнении приемов изготовки к стрельбе из автомата лежа с упора.

4. Проверка через ортоскоп правильности прицеливания для производства выстрела.

5. Тренировка учащихся в прицеливании, производстве выстрела и прекращении стрельбы.

Руководитель: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

***Инструктивная записка для проведения занятий на учебном месте № 2***

Тема: «Стрельба с места из малокалиберной винтовки по неподвижной цели днем (1 УНС)».

Цель: научить меткой стрельбе из малокалиберной винтовки по неподвижной цели днем.

Материальное обеспечение: малокалиберные винтовки – 6 шт.; малокалиберные патроны – по 6 шт. на обучаемого; упоры; мишень № 4 (грудная фигура с кругами) на щите 0,5 х 0,5 м, уменьшенная в четыре раза – 6 шт.; плакат 1 УНС на щите – 1 шт.

1-й учебный вопрос

*Изучение условий и порядка выполнения 1 УНС (5 мин)*

Проверить знание учащимися условий и порядка выполнения 1 УНС.

2-й учебный вопрос

*Стрельба из малокалиберной винтовки по неподвижной цели лежа с упора (40 мин)*

Показать порядок стрельбы и объяснить условия ее выполнения из малокалиберной винтовки лежа с упора:

1. Распределить группу учащихся на смены, назначить старших смен; смены в порядке очередности выполняют упражнение по команде руководителя.

2. Раздать смене по три малокалиберных патрона.

3. Подать команды: «Смена, на рубеж открытия огня шагом марш!», «Смена, стой!», «Лежа – заряжай!»

4. На рубеже открытия огня, учащиеся изготавливаются к стрельбе, заряжают оружие и докладывают.

5. Заслушать доклады обучаемых: «Такой-то, к стрельбе готов».

6. Подать команду смене на открытие огня: «По грудной фигуре, три в середину, – огонь!»

7. Заслушать доклад учащихся об окончании стрельбы: «Такой-то стрельбу закончил».

8. Подать команду: «Разряжай!» Стреляющие разряжают оружие и докладывают: «Такой-то, оружие разряжено».

9. Подать команды: «Смена, встать», «Оружие к осмотру!», «Смена, к мишеням бегом – марш!»

10. Заслушать доклады обучаемых о результатах стрельбы: «Товарищ капитан, учащийся Петров выполнял первое упражнение, цель поражена...»

11. Заслушав доклады обучаемых, руководитель стрельбы делает краткий разбор выполнения упражнения, в котором обращает внимание обучаемых на действия при изготовке к стрельбе, правильность выполнения приемов и способов стрельбы.

12. Объявить оценки и дать команду следовать на очередное учебное место.

*Условия выполнения первого упражнения начальных стрельб (1 УНС)*

Цель для стрельб: мишень № 4 (грудная фигура с кругами), уменьшенная в четыре раза, на щите 0,50 х 0,50 м.

Дальность до цели: 25 м.

Количество патронов: 6 шт. (2 раза по три патрона).

Время на стрельбу: неограниченное.

Положение для стрельбы: лежа с упора.

Упражнение выполняется двумя сериями выстрелов по три патрона в каждой. В первой серии после каждого выстрела руководитель стрельбы подводит обучаемого к мишени, указывает на допущенные ошибки и отмечает попадание. Во второй серии выстрелов обучаемый выполняет упражнение на оценку, при этом осмотр мишени производится по окончании стрельбы.

Оценка:

«отлично» – 25 очков;

«хорошо» – 21 очко;

«удовлетворительно» – 18 очков.

Руководитель: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

***Инструктивная записка для проведения занятий на учебном месте № 3***

Тема: «Выполнение 2 УНС из автомата»

Цель: дать начальные навыки учащимся в стрельбе с места из автомата боевыми патронами по неподвижной цели днем.

Материальное обеспечение: автоматы – 6 шт.; мишень № 4 (грудная фигура с кругами) на щите 0,75 х 0,75 м – 6 шт.; боевые патроны для автомата – по 6 шт. на обучаемого; флажки красные, белые – два комплекта.

Цель для стрельб: мишень № 4 (грудная фигура с кругами) на щите 0,75 х 0,75 м.

Дальность до цели: 100 м.

Количество патронов: 6 шт. (2 раза по 3 боевых патрона).

Время на стрельбу: неограниченное.

Положение для стрельбы: лежа с упора.

Оценка:

«отлично» – 25 очков;

«хорошо» – 20 очков;

«удовлетворительно» – 15 очков.

Выполнение упражнения.

Стрельба ведется из автомата. Упражнение выполняется двумя сериями выстрелов по три патрона в каждой. В первой серии после каждого выстрела руководитель стрельбы подводит обучаемого к мишени, указывает на допущенные ошибки и отмечает попадание. Во второй серии выстрелов обучаемый выполняет упражнение на оценку, при этом осмотр мишени производится по окончании стрельбы.

1-й учебный вопрос

*Изучение условий и порядка выполнения 2 УНС (5 мин)*

Проверить знание учащимися условий и порядка выполнения 2 УНС.

2-й учебный вопрос

*Стрельба из автомата по неподвижной цели лежа с упора (40 мин)*

Показать порядок стрельбы и объяснить условия ее выполнения из автомата лежа с упора:

1. По прибытии смены вручить каждому стреляющему оружие.

2. Приказать раздатчику выдать смене по три патрона.

3. Подать команду: «Смена, магазины снарядить!»

4. Стреляющие, получив патроны, осматривают их, снаряжают патронами магазины и укладывают их в сумки. По команде руководителя следуют в исходное положение.

5. По прибытии в исходное положение руководитель стрельбы уточняет каждому стреляющему порядок выполнения упражнения: огневую позицию, место и положение для стрельбы, сектор стрельбы и очередность стрельбы.

6. По сигналу «Огонь!» руководитель подает команду: «К бою!»

7. Обучаемые занимают указанные огневые позиции на рубеже открытия огня, изготавливаются к стрельбе, заряжают оружие и докладывают: «Такой-то к стрельбе готов».

8. Руководитель стрельбы, приняв доклады, проверяет изготовку для стрельбы каждого обучаемого, подает команду автоматчикам: «По грудной фигуре три одиночным!»

10. Проверяет установку прицела и постановку переводчика в положение «ОД».

11. Подает команду: «Огонь!»

12. Обучаемые наблюдают в указанном секторе стрельбы и при обнаружении цели самостоятельно открывают огонь.

13. По окончании стрельбы, стреляющие докладывают: «Такой-то, стрельбу закончил» и ставят оружие на предохранитель.

14. По команде руководителя стрельбы «Разряжай!» стреляющие разряжают оружие и докладывают: «Такой-то, оружие разряжено, поставлено на предохранитель».

15. По команде «Оружие к осмотру!» руководитель стрельбы, подходя к стреляющим, осматривает оружие (патронники и магазины).

16. Дает команду: «Смена, к мишеням шагом марш!».

17. Стреляющие останавливаются возле мишеней и поочередно докладывают: «Товарищ капитан, учащийся Петров поразил цель и выбил ... очков».

18. Руководитель отмечает пробоины на мишенях и возвращает смену в исходное положение.

Во второй серии выстрелов, при выполнении упражнения на оценку, заслушивает доклад каждого обучаемого: «Товарищ капитан, учащийся Петров выполнял 2 УНС. В ходе стрельбы наблюдал: грудная фигура поражена (не поражена), выбил … очков, боеприпасы израсходованы полностью (осталось столько-то патронов), задержек при стрельбе не было (были такие-то)».

19. Заслушав доклады, руководитель стрельбы делает краткий разбор выполнения упражнения, в котором обращает внимание обучаемых на:

• действия обучаемых при изготовке к стрельбе, правильность выполнения приемов и способов стрельбы;

• умение вносить поправки в исходные установки и корректировать ведение огня;

• выполнение условий упражнения и требований безопасности.

20. После проведения разбора руководитель стрельбы объявляет оценки, приказывает сдать раздатчику неизрасходованные боеприпасы и следовать на очередное учебное место.

Руководитель: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

***Инструктивная записка для проведения занятий на учебном месте № 4***

Тема: «Характерные задержки при стрельбе и способы их устранения»

Цель: выработать начальные навыки в определении характера задержек и способа их устранения.

Материальное обеспечение: автоматы Калашникова – 3 шт.; учебные патроны образца 1943 г. – по 6 шт. на автомат, из них со сточенной закраиной – 3 шт.; дульца гильз – 3 шт.; стреляные гильзы – 3 шт.; разрезной или разобранный автомат – 1 шт.

1-й учебный вопрос. *Меры предупреждения задержек*

1. Руководитель, построив обучаемых, осматривает оружие, проверяет наличие материальной части, объявляет тему и цель занятия.

2. Приступая к изучению первого учебного вопроса, руководитель указывает, что каждый учащийся обязан знать и выполнять следующие меры по предупреждению задержек:

• оружие содержать в полной исправности;

• строго соблюдать правила разборки и сборки, чистки и смазки, осмотра и подготовки оружия к стрельбе;

• перед стрельбой тщательно осматривать патроны (неисправные и грязные патроны не применять);

• при стрельбе и передвижениях оберегать оружие от ударов и засорения;

• в бою соблюдать режим огня, не допуская перегрева ствола.

3. Закрепив изложенный материал опросом нескольких учащихся, руководитель приступает к характеристике задержек.

2-й учебный вопрос.*Классификация задержек*

Все задержки безотносительно к виду оружия целесообразно разделить на три группы:

• задержки, возникающие при заряжании оружия (при движении подвижной системы) – неподача патрона и утыкание патрона;

• задержки, возникающие при стрельбе – осечка;

• задержки, возникающие при разряжании или перезаряжании оружия – неизвлеченные гильзы, прихват или неотражение гильзы.

3-й учебный вопрос.*Порядок и способы устранения возникающих задержек*

1. Руководитель искусственно создает на оружии ту или иную задержку, называет ее и дает объяснение.

2. Учащиеся внимательно осматривают оружие и уясняют сущность показанной задержки.

3. После этого руководитель спрашивает о причинах, вызвавших данную задержку.

4. Далее руководитель объявляет способы устранения задержки и показывает их, обращая внимание учащихся на основной способ устранения всех задержек – перезаряжание.

5. Наработка практических навыков закрепляет знания обучаемых. Для этого на оружии одного из обучаемых необходимо создать ту или иную задержку, предложить дать ей полную характеристику: название, причины, ее вызывающие, и способы их устранения.

6. Остальные обучаемые наблюдают за действиями отвечающего; при ошибках и неточностях в ответе и действиях они исправляют и дополняют его.

Руководитель: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

***Инструктивная записка для проведения занятия на учебном месте № 5***

Тема: «Наблюдение за полем боя и определение расстояний»

Цель: привить начальные навыки в наблюдении за полем боя и в определении расстояний.

Материальное обеспечение: бинокль, флажки – 2 комплекта, бумага, карандаши.

1-й учебный вопрос

*Выбор и оборудование места для наблюдения (15 мин)*

Руководитель выводит обучаемых на подготовленный для занятий участок местности, объявляет тему, цель и порядок проведения занятия.

Занятие начинается с постановки руководителем задачи наблюдателю (обучаемому). Руководитель объясняет обучаемым тактическую обстановку, указывает ориентиры, положение и характер действий противника, место разведки, устанавливает сектор наблюдения и порядок доклада о результатах разведки. Затем руководитель высылает на дальний рубеж сектора наблюдения учащегося, выполняющего роль наблюдателя противника, с красным флажком. Ему ставится задача: наблюдать за выдвижением обучаемых и, как только будет обнаружено выдвижение кого-либо из учащихся, поднять красный флажок и указать направление.

Пока учащийся (наблюдатель противника) выдвигается в указанный район, руководитель кратко, в течение 3-4 мин, рассказывает об условиях выдвижения к месту наблюдения и показывает, как нужно в данной обстановке выдвигаться на указанный рубеж наблюдения.

Место для наблюдения должно обеспечивать хороший обзор, маскировку, укрытие от огня противника и иметь удобные подходы.

Не рекомендуется располагаться для наблюдения на вершинах холмов и курганов, вблизи отдельно стоящих предметов и сооружений (дерево, куст, строение, мост, перекресток дорог и т.д.), т.к. они могут служить ориентирами и привлечь внимание противника. Если окажется, что отдельный предмет очень удобен для наблюдения, то размещаться около него лучше с теневой стороны. В окопе, воронке или канаве надо располагаться так, чтобы сзади были насыпь, бугор или куст, на фоне которых голова наблюдателя была бы незаметна.

Подав сигнал учащемуся (наблюдателю противника) о начале действий, руководитель предоставляет обучаемым 2-3 мин для изучения местности и предлагает каждому поочередно по команде выдвинуться на избранное в указанном секторе место и оборудовать его для наблюдения так, чтобы не быть замеченным противником. Если противник поднимает красный флажок и указывает направление движения наблюдателя, то руководитель возвращает учащегося в исходное положение и после разбора повторяет выдвижение.

Вместе с последним обучаемым выдвигается руководитель, который следит за тем, чтобы учащиеся при оборудовании мест для наблюдения соблюдали правила маскировки и в то же время вели наблюдение за полем боя.

Для маскировки используются табельные и подручные материалы, которые по своей форме и окраске не изменяют общего фона местности, прилегающей к месту наблюдения.

2-й учебный вопрос

*Наблюдение за полем боя и определение расстояний до цели (30 мин)*

При наблюдении с оборудованного места и определении расстояний обучаемые составляют простейшую схему ориентиров местности с указанием сторон света и расстояний до ориентиров.

После того как обучаемые изучат местность в секторе наблюдения (на что отводится не более 10 мин), руководитель начинает показ целей в намеченном порядке. Обнаруженные цели, обучаемые наносят на схему, записывая наименования и расстояния до них, определяя угол между целью и ориентиром.

Для определения положения обнаруженной цели на местности необходимо измерить ее удаление (дальше или ближе, вправо или влево) от ближайшего ориентира, расстояние до которого указано на схеме ориентиров. Удаление в стороны от ориентира измеряется в тысячных, а удаление по дальности – в метрах.

Результаты наблюдения заносятся в журнал наблюдения по следующей форме:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Время наблюдения | Где и что замечено | Кому и когда доложено |
| 12.35 | Ориентир 2, вправо 40, дальше 100, в окопе – наблюдатель | Капитану Кузнецову в 12.40 |
|  |  |  |

После выполнения упражнения всеми учащимися и изучения схем местности, составленных ими в ходе занятия, руководитель объявляет действительные расстояния до целей и местных предметов и сооружений, производит разбор действий обучаемых и оценивает результаты каждого: с выставлением отметок.

*Руководитель: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*

***Инструктивная записка для проведения занятия на учебном месте № 6***

Тема: «Метание ручных наступательных гранат на местности с места»

Цель:отработать навыки в подготовке и в метании ручных наступательных гранат на меткость (первое упражнение).

Материальное обеспечение:учебные ручные наступательные гранаты – 12 шт.; учебные запалы – 12 шт.; мишень № 8 – 1 шт.; флажки – 3 пары (красные и белые); гранатные сумки – 6шт.; секундомер.

1-й учебный вопрос

*Подготовка ручных гранат к метанию (10 мин)*

Объяснить порядок метания гранаты. Он складывается из *изготовки для метания* и *метания:*

• изготовка включает в себя *заряжание гранаты* и *принятие исходного положения для метания;*

• заряжание производится по команде «Подготовить гранаты!».

Объяснить и показать порядок осмотра гранаты изапала перед заряжанием. При осмотре гранаты надо проверить, нет ли на корпусе глубоких вмятин и ржавчины, а на трубе – сквозных повреждений, не засорена ли трубка.

При осмотре запала надо убедиться, нет ли на нем грязи, ржавчины и помятостей, разведены ли в стороны концы предохранительной чеки.

Показать порядок заряжания гранаты по команде «Подготовить гранату!» Вынуть гранату из гранатной сумки, взять ее в левую руку, правой рукой вывинтить пробку из гнезда флянца. После этого правой рукой вынуть запал из гнезда гранатной сумки, вставить его в трубку и ввинтить до отказа.

Приступить к обучению учащихся правилам заряжания гранаты. Сначала по разделениям, а затем в целом. Подготовить гранату на три счета по разделениям: «Делай – раз», «Делай – два», «Делай – три»:

• по счету «Делай – раз» вынуть гранату из гранатной сумки и правой рукой переложить гранату в левую руку, трубкой кверху, ввинтить пробку;

• по счету «Делай – два» правой рукой взять запал за трубку ударного механизма и осторожно ввернуть запал в трубку гранаты до отказа;

• по счету «Делай – три» гранату уложить в гранатную сумку

2-й учебный вопрос

*Приемы метания ручных наступательных гранат на меткость (35 мин)*

Метание гранат производится по команде «Гранатой – огонь!». Для метания гранаты необходимо:

• взять гранату в руку и пальцами плотно прижать спусковой рычаг к корпусу гранаты;

• продолжая плотно удерживать спусковой рычаг, другой рукой сжать (выпрямить) концы предохранительной чеки и за кольцо пальцем выдернуть ее из запала;

• размахнуться и бросить гранату в цель. После метания оборонительной гранаты укрыться. Оружие при этом должно находиться в левой руке в положении, обеспечивающем немедленную изготовку к действию. Разъяснить по схеме условия первого упражнения.

Цель для метания:бегущая фигура (мишень № 8) из курса стрельб в круге радиусом 3 м.

Дальность до цели: 30 м. Время: 40 с.

Количество гранат:2 учебно-имитационные (учебные).

Положение для метания: стоя с места.

Оценка:

«отлично» – попасть в круг двумя гранатами;

«хорошо» – попасть в круг первой гранатой;

«удовлетворительно» — попасть в круг второй гранатой.

*Выполнение упражнения*

Объяснить и показать лично приемы метания ручной наступательной гранаты стоя с места по бегущей фигуре (мишень № 8) в круге радиусом 3 м.

Выполнить команду «Подразделениям гранатами – огонь!»: «Делай – раз», «Делай – два», «Делай – три», «Делай – четыре»:

• по счету «Делай – раз» встать лицом к цели; перенести оружие в левую руку, а правой достать гранату из сумки;

• по счету «Делай – два» гранату взять в правую руку и выдернуть предохранительную чеку;

• по счету «Делай – три» сделать правой ногой шаг назад, согнув ее в колене, и, поворачивая (как бы закручивая) корпус вправо, произвести замах гранатой по дуге вниз и назад;

• по счету «Делай – четыре», быстро выпрямляя правую ногу и поворачиваясь грудью к цели, метнуть гранату, пронося ее над плечом и выпуская с дополнительным рывком кисти. Тяжесть тела в момент броска перенести на левую ногу, оружие энергично подать назад

Провести тренировкуучащихся в метании ручных наступательных гранат по элементам, а затем – в целом.

После усвоения техники метания гранат, *обучаемые приступают к выполнению первого упражнения в метании ручных наступательных гранат на меткость с места.*

Для этого необходимо:

обозначить флажками исходное положение в десяти метрах (при метании учебных гранат) и от него рубеж метания гранат;

поставить обучаемому задачу: «Учащийся Петров, уничтожить противника (бегущую фигуру в круге радиусом 3 метра)!»;

подать команду: «Подготовить гранаты!», а затем – «На рубеж для открытия огня шагом – марш!», «Гранатой – огонь!».

По команде «Гранатой – огонь!» обучаемый перекладывает оружие в левую руку, вынимает гранату из сумки, выдергивает предохранительную чеку и бросает гранату в цель.

Руководитель по истечении 40 с вместе с обучаемым выдвигается к цели, осматривает цель, возвращает учащегося в исходное положение, разбирает его действия и объявляет оценку.

После отработки первого упражнения всеми обучаемыми руководитель производит разбор действий учащихся и оценивает результаты каждого с выставлением отметок.

Руководитель: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**3. Строевая подготовка**

Занятие 1. Строй и управление строем. Обязанности военнослужащего перед построением и в строю

Цели:

1. Дать представления учащимся о строе и основных его элементах.

2. Научить учащихся выполнять строевые приемы по командам.

3. Ознакомить с обязанностями военнослужащего перед построением и в строю.

Содержание:

1. Строй и его элементы.

2. Управление строем.

3. Обязанности военнослужащего перед построением и в строю.

Время: 45 мин.

Построив учащихся в одну шеренгу, преподаватель ОБЖ выходит на середину строя, становится в восьми – десяти шагах от него, объявляет тему занятия, цель и основные вопросы.

*1. Строй и его элементы*

Значительную часть времени в армии военнослужащий проводит в строю.

**Строй** – установленное Уставом размещение военнослужащих для их совместных действий в пешем порядке и на машинах. Они бывают одношереножными и двухшереножными.

**Шеренгой** называется строй, в котором военнослужащие размещены один возле другого на одной линии на установленных интервалах.

Преподаватель ОБЖ объясняет обучаемым, что сейчас они стоят в развернутом одношереножном строю. В соответствии с Уставом, он дает определения и называет элементы этого строя.

**Фланг** – правая (левая) оконечность строя. При поворотах строя названия флангов не изменяются.

**Фронт** – сторона строя, в которую военнослужащие обращены лицом.

**Тыльная сторона строя** – сторона, противоположная фронту.

**Интервал** – расстояние по фронту между военнослужащими.

**Дистанция –** расстояние в глубину между военнослужащими.

**Ширина строя –** расстояние между флангами.

Закончив объяснение одношереножного строя, преподаватель ОБЖ перестраивает группу учащихся в две шеренги, называет и показывает элементы двухшереножного строя: первую и вторую шеренги, дистанцию между шеренгами, ряд, полный ряд, неполный ряд.

**Двухшереножный строй –** строй, в котором военнослужащие одной шеренги расположены в затылок военнослужащим другой шеренги на дистанции одного шага (вытянутой руки, наложенной ладонью на плечо впереди стоящего военнослужащего). Шеренги называются первой и второй. При повороте строя названия шеренг не изменяются.

**Ряд** – два военнослужащих, стоящих в двухшереножном строю в затылок один другому. Если за военнослужащим первой шеренги не стоит в затылок военнослужащий второй шеренги, такой ряд называется неполным.

При повороте двухшереножного строя кругом военнослужащий неполного ряда переходит во впереди стоящую шеренгу.

Одношереножный и двухшереножный строй могут быть сомкнутыми или разомкнутыми.

В **сомкнутом строю** военнослужащие в шеренгах расположены по фронту один от другого на интервалах, равных ширине ладони между локтями.

**В разомкнутом строю** военнослужащие в шеренгах расположены по фронту один от другого на интервалах в один шаг или на интервалах, указанных командиром.

После показа и объяснения преподаватель ОБЖ предлагает двум-трем обучаемым показать и рассказать своими словами, как они поняли определение строя и его элементов, и приступает к их отработке.

В такой же последовательности отрабатываются понятия: «колонна», «походный строй» и его элементы (направляющий, замыкающий).

**Колонна –** строй, в котором военнослужащие расположены в затылок друг к другу.

**Походный строй –** строй отделения; может быть в колонну по одному или в колонну по два. Походный строй применяется для передвижения подразделений при совершении марша и в других случаях.

**Направляющий –** военнослужащий, движущийся головным в указанном направлении.

**Замыкающий –** военнослужащий, движущийся последним в колонне.

*2. Управление строем*

Второй вопрос темы **«Управление строем»** включает команды, порядок их подачи и действия по ним. Преподаватель ОБЖ объясняет, что управление строем осуществляется командами и приказаниями, которые подаются командиром голосом, сигналами и личным примером, а также передаются с помощью технических и подвижных средств. Команды и приказания могут передаваться по колонне через назначенных наблюдателей.

Команда разделяется на предварительную и исполнительную; команды могут быть и только исполнительные.

**Предварительная команда** подается отчетливо, громко и протяжно, чтобы находящиеся в строю военнослужащие поняли, каких действий от них требует командир.

По всякой предварительной команде военнослужащие, находящиеся в строю, принимают строевую стойку, в движении переходят на строевой шаг, а вне строя поворачиваются в сторону начальника и принимают строевую стойку.

**Исполнительная команда** подается после паузы, громко, отрывисто и четко. По исполнительной команде производится немедленное и точное ее выполнение. С целью привлечь внимание подразделения или отдельного военнослужащего в предварительной команде, при необходимости, называются наименование подразделения или звание и фамилия военнослужащего.

Например: «Отделение (1 отделение) – стой!»; «Рядовой Петров, кру-гом».

Чтобы отменить или прекратить выполнение приема, подается команда «Отставить». По этой команде принимается положение, которое было до выполнения приема.

Для закрепления полученных знаний преподаватель ОБЖ подает голосом несколько команд, состоящих из предварительной и исполнительной части, а обучаемые выполняют эти команды. Например: «Группа, напра-во», «Шагом – марш» и др.

*3. Обязанности военнослужащего перед построением и в строю*

Изучение третьего учебного вопроса целесообразно начать с проверки усвоения обучаемыми положений Строевого устава, которые они изучали самостоятельно по учебнику. При необходимости преподаватель ОБЖ напоминает и в доступной форме объясняет, что военнослужащий обязан:

• проверить исправность своего оружия, закрепленных за ним вооружения и военной техники, боеприпасов, средств индивидуальной защиты, шанцевого инструмента, обмундирования и снаряжения;

• аккуратно заправить обмундирование, правильно надеть и подогнать снаряжение, помочь товарищу устранить замеченные недостатки;

• знать свое место в строю, уметь быстро, без суеты занять его, в движении сохранять равнение, установленные интервал и дистанцию; соблюдать требования безопасности; не выходить из строя без разрешения;

• в строю без разрешения не разговаривать и не курить; быть внимательным к приказаниям и командам своего командира, быстро и точно их выполнять, не мешая другим;

• передавать приказания, команды без искажений, громко и четко.

Чтобы обучаемые усвоили первоначальные знания и умения в выполнении требований Устава «Военнослужащий обязан», преподаватель ОБЖ отрабатывает действия солдата в строю посредством выполнения команд «Группа — разойдись», «Группа, в одну шеренгу — становись» и наблюдает, чтобы обучаемые по предварительной команде «Группа, в одну шеренгу» повернулись в сторону преподавателя ОБЖ и приняли строевую стойку, а по исполнительной команде «Становись» — быстро, без суеты занимали свое место в строю и принимали строевую стойку.

Убедившись в том, что обучаемые правильно выполняют свои обязанности по команде «Становись», «Равняйсь», «Смирно», преподаватель ОБЖ подает команду «Вольно» и наблюдает, чтобы учащиеся без разрешения не выходили из строя и не разговаривали.

Занятие 2. Строевые приемы и движение без оружия

Цели:

1. Ознакомить учащихся со строевыми приемами без оружия.

2. Научить производить повороты на месте.

3. Привить навыки выполнения действий по командам в движении строевым шагом.

Содержание:

1. Строевая стойка.

2. Повороты на месте.

3. Движение строевым шагом.

4. Движение шагом или бегом.

Время– 45 мин.

Приняв доклад старшего учебной группы о готовности к занятиям, преподаватель ОБЖ объявляет тему, цели и основные вопросы занятия. Перед отработкой учебных вопросов целесообразно преподавателю пройти вдоль строя и проконтролировать внешний вид учащихся, при необходимости сделать замечания.

Занятие следует начинать с проверки степени усвоения обучаемыми уставных положений предыдущего занятия, в частности элементов строя. После этого перейти к отработке первого учебного вопроса.

*1. Строевая стойка*

Преподаватель указывает на важность изучения строевой стойки, являющейся основным элементом строевой выучки. Затем он показывает строевую стойку, поясняя, по каким командам и в каких случаях она принимается. В Строевом уставе сказано:

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

Строевая стойка на месте принимается и без команды; при отдании и получении приказа, при докладе, во время исполнения Государственного гимна Российской Федерации, при выполнении воинского приветствия, а также при подаче команд».

Закончив показ и объяснение, преподаватель подает команду «Разойдись», выстраивает группу обучаемых в одну шеренгу и проверяет каждого учащегося, отмечая недостатки в выполнении уставных приемов и действий, и приступает к разучиванию строевой стойки по элементам.

Для выработки правильной постановки тела, ног, рук, плеч и головы преподаватель отрабатывает вначале подготовительные упражнения на четыре счета по командам:

«Делай – раз» – стать прямо, каблуки поставить вместе, носки развернуть на ширину ступни, ноги в коленях выпрямить;

«Делай – два» – грудь приподнять, а все тело несколько подать вперед; живот подобрать; плечи развернуть;

«Делай – три» – руки опустить так, чтобы кисти, обращенные ладонями внутрь, были сбоку и посредине бедер, а пальцы полусогнуты и касались бедра;

«Делай – четыре» – голову держать высоко и прямо, не выставляя подбородка; смотреть прямо перед собой; быть готовым к немедленному действию.

После отработки подготовительных упражнений преподаватель тренирует обучаемых в выполнении строевой стойки в целом, проверяя каждого в отдельности. С этой целью он подает команды, например: «Группа, в одну шеренгу – становись», «Группа – смирно».

Чтобы проверить, правильно ли обучаемые приняли строевую стойку, преподаватель подает команду «Смирно» и требует поднять носки ног. Те, кто строевую стойку принял правильно, носки ног поднять не смогут, так как тело слегка наклонено вперед и основная тяжесть его приходится на носки. (Старый армейский проверенный на практике прием.)

Для обучения учащихся выполнению команд «Вольно», «Заправиться» преподаватель объясняет и показывает действия по этим командам. Так, по команде «Вольно» обучаемый должен стоять свободно, ослабить в колене правую или левую ногу, но не сходить с места, не ослаблять внимания и не разговаривать.

А по команде «Заправиться» учащийся обязан, не оставляя своего места в строю, поправить оружие, обмундирование и снаряжение. При необходимости выйти из строя он должен за разрешением обратиться к непосредственному начальнику. Преподаватель поясняет, что перед командой «Заправиться» подается команда «Вольно».

С целью выполнения изучаемых действий по командам «Вольно», «Заправиться» преподаватель проводит различные построения, добиваясь концентрации внимания и слаженности действий обучаемых в составе группы.

*2. Повороты на месте*

**Повороты на месте** выполняются по командам: «Напра-во», «Нале-во», «Кру-гом».

В Строевом уставе указано:

«Повороты кругом, налево производятся в сторону левой руки на левом каблуке и на правом носке; повороты направо – в сторону правой руки на правом каблуке и на левом носке.

Повороты выполняются в два приема:

- первый прием – повернуться, сохраняя правильное положение корпуса, и, не сгибая ног в коленях, перенести тяжесть тела на впереди стоящую ногу;

- второй прием – кратчайшим путем приставить другую ногу».

Для отработки поворотов на месте преподаватель выстраивает учебную группу в одну шеренгу, показывает прием в целом, а затем, сопровождая свои действия пояснениями, выполняет поворот направо (налево) по разделениям. После показа и объяснения преподаватель размыкает шеренгу на один шаг и приступает к разучиванию приемов по разделениям на два счета, подавая команды: «Напра-во (пол-оборота напра-во) по разделениям делай – раз» или «Нале-во (пол-оборота нале-во) по разделениям делай – раз».

На счет «Делай – раз» обучаемые должны повернуться в указанную сторону на правом (левом) каблуке и левом (правом) носке, сохраняя положение тела как при строевой стойке, и, не сгибая ног в коленях, перенести тяжесть тела на впереди стоящую ногу.

На счет «Делай – два» кратчайшим путем приставить другую ногу (не отбрасывая ее в сторону и так, чтобы носки ног были развернуты по линии фронта на ширину ступни) и принять положение строевой стойки.

Аналогично следует разучивать повороты кругом, требуя от обучаемых резкого и четкого поворота тела на 180°, не допуская размахивания руками.

В конце занятия преподаватель закрепляет изученные приемы и действия, отмечает степень их выполнения и дает задание для самостоятельной отработки приемов: «Напра-во», «Нале-во», «Кру-гом».

Занятие 3. Движение шагом или бегом

В Строевом уставе отмечается, что: «движение совершается шагом или бегом. Движение шагом осуществляется с темпом 110-120шагов в минуту. Размер шага – 70-80 см. Шаг бывает *строевой* и *походный».*

Преподаватель сообщает обучаемым, в каких случаях применяют **движение шагом,** рассказывает о скорости движения шагом и размере шага, а также о команде, по которой начинается движение.

*Движение строевым шагом*

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

Строевой шаг требует от учащихся большого напряжения, собранности и координации движения рук и ног. В Строевом уставе определено:

**При движении строевым шагом** ногу с оттянутым вперед носком выносить на высоту 15-20 см от земли и ставить ее твердо на всю ступню.

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

Преподаватель после показа строевого шага и объяснения в целом отработку действий начинает с **подготовительного упражнения** для рук по разделениям на два счета.

На счет «Делай – раз» необходимо согнуть правую руку в локте и поднять ее так, чтобы кисть была выше пряжки пояса на ширину ладони и на расстоянии ладони от тела, а локоть находился на уровне кисти руки. Левую руку отвести назад до отказа в плечевом суставе. Пальцы рук полусогнуты. Голову держать прямо, смотреть перед собой.

«Делай – два» – левой рукой произвести движение около тела вперед, а правой рукой произвести движение около тела назад до отказа в плечевом суставе.

Для разучивания данного подготовительного упражнения преподаватель размыкает группу на один шаг и подает команду: «Движение руками по разделениям на два счета: делай – раз, делай – два». В дальнейшем это упражнение в качестве закрепления целесообразно применять в комплексе с одновременным обозначением шага на месте.

Устранять ошибочные действия следует после выполнения команд: «Отставить» или «Учащийся Пелепенко – отставить».

Движение строевым шагом учащиеся разучивают на два счета. Для движения подается команда «Строевым шагом по разделениям, делай – раз, делай – два». Обучаемые по команде «Делай» подают корпус несколько вперед, перенося его тяжесть больше на правую ногу, сохраняя устойчивость; по исполнительной команде «раз» делают с левой ноги полный шаг, вынося ногу с оттянутым вперед носком на высоту 15-20 см от земли, и ставят твердо на всю ступню. Затем отделяют от земли правую ногу, одновременно делая движения правой рукой вперед, а левой назад до отказа.

По команде на счет «Делай – два» учащиеся повторяют движение с правой ноги, а затем по команде на счет «Делай – раз» – с левой ноги и т.д. Отработав действия по разделениям, преподаватель отрабатывает строевой шаг в целом по команде «Строевым шагом – марш». Вначале движение выполняется в медленном темпе, примерно 60-80 шагов в минуту, а в последующем, по мере усвоения, в 110-120 шагов в минуту при раз­мере шага – 70-80 см.

При движении преподаватель наблюдает и корректирует, чтобы учащиеся ставили ноги строго по оси движения, а корпус не отклонялся в сторону с постановкой ноги на землю.

*Движение походным шагом*

Движение походным шагом применяется во всех случаях, где не применяют строевой шаг.

По команде «Шагом — марш» преподаватель показывает выполнение действия в целом и поясняет: по *предварительной* команде следует подать тело несколько вперед, перенести тяжесть его больше на правую ногу, сохраняя устойчивость; по *исполнительной* команде следует начать движение с левой ноги полным шагом (70-80 см).

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

Для отработки движения походным шагом учебную группу целесообразно построить в колонну по одному с дистанцией 4-6 шагов. Скорость движения постепенно следует довести до определенной уставом (110-120 шагов в минуту).

При движении походным шагом по команде «Смирно» следует перейти на строевой шаг. При движении строевым шагом по команде «Вольно» необходимо идти походным шагом.

*Движение бегом*

После отработки движения походным шагом преподаватель переходит к отработке движения бегом.

Он сообщает обучаемым о том, что движение бегом осуществляется с темпом 165-180 шагов в минуту, размер шага – 85-90 см, и показывает технику выполнения дей­ствия в доступном для восприятия темпе, на основе изложенных в уставе требований:

Движение бегом начинается по команде «Бегом – марш». При движении с места по предварительной команде тело слегка подать вперед, руки полусогнуть, отведя локти несколько назад; по исполнительной команде начать бег с левой ноги, руками производить свободные движения вперед и назад в такт бега.

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

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

Тренировку обучаемых преподаватель проводит в колонне при дистанции 4-6 шагов. Учащиеся бегают вокруг строевой площадки, а преподаватель находится в центре круга, корректируя их действия.

Особое внимание на занятиях следует уделить отработке **шага на месте,** так как это имеет важное значение и для отработки приемов строевой стойки и в дальнейшем – строевого шага.

В Строевом уставе отмечено: «Обозначение шага на месте производится по команде «На месте, шагом – марш» (в движении – «На месте»). По этой команде шаг обозначать подниманием и опусканием ног, при этом ногу поднимать на 15-20 см от земли и ставить ее на всю ступню, начиная с носка; руками производить движения в такт шага. По команде «Прямо», подаваемой одновременно с постановкой левой ноги на землю, сделать правой ногой еще один шаг на месте и с левой ноги начать движение полным шагом. При этом первые три шага должны быть строевыми».

Преподаватель показывает шаг на месте в целом и по разделениям. На счет «Делай – раз» – поднять левую ногу на 15-20 см от земли; правую руку при этом поднять так, чтобы кисть была выше поясного ремня на ширину ладони и на расстоянии ширины ладони от тела; левую руку отвести назад до отказа в плечевом суставе.

На счет «Делай – два» поставить левую ногу на землю, руки опустить, кисти – сбоку посередине бедра.

Для отработки приемов преподаватель подает команду «На месте, шагом – марш».

После тренировки шага на месте преподаватель отрабатывает команды для прекращения движения. Например: «Учащийся Петров – стой».

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

В ходе занятий для изменения скорости движения подаются команды: «Шире шаг», «Короче шаг», «Чаще шаг», «Реже шаг», «Полшага», «Полный шаг».

Для перемещения одиночных обучаемых на несколько шагов в сторону подается команда. Например: «Учащийся Петров, два шага вправо (влево), шагом – марш».

По этой команде сделать два шага вправо (влево), приставляя ногу после каждого шага.

Для перемещения вперед или назад на несколько шагов подается команда. Например: «Два шага вперед (назад), шагом – МАРШ». По этой команде сделать два шага вперед (назад) и приставить ногу.

При перемещении вправо, влево и назад движение руками не производится.

В **заключение занятия** преподаватель проводит закрепление изученных приемов и действий при движении, обучаемые по команде переходят с походного шага на строевой, а при движении строевым шагом – на походный шаг.

Преподаватель подводит итоги и сообщает тему четвертого занятия. Дает по учебнику задание изучить раздел «Развернутые строи отделения».

Занятие 4. Строи отделения

Цели:

1. Ознакомить учащихся со строями отделения.

2. Приобрести навыки в перестроениях из одной шеренги в две и наоборот.

3. Добиться четких и слаженных действий учебной группы в развернутом и походном строю.

Содержание:

1. Развернутый строй.

2. Походный строй.

Время:45 мин.

После доклада старшего учебной группы о готовности к занятию преподавателю ОБЖ желательно пройти вдоль строя и проконтролировать внешний вид учащихся, соблюдение ими формы одежды. При наличии замечаний необходимо по возможности добиваться их устранения.

После краткого напоминания о прошлом занятии преподаватель объявляет тему, цель и основные вопросы очередного занятия

*1. Развернутые строи отделения*

**Развернутый строй** – строй, в котором подразделения построены на одной линии по фронту в одношереножном или двухшереножном строю (в линию машин) или в линию колонн на интервалах, установленных уставом или командиром.

Развернутый строй применяется для проведения проверок, расчетов, смотров, парадов, а также в других необходимых случаях и может быть *одношереножный* или *двухшереножный.*

Построение отделения в одношереножный (двухшереножный) строй производится по команде «Отделение, в одну шеренгу (в две шеренги) – становись». Отделение выстраивается согласно штату влево от командира. Отделение численностью четыре человека и менее всегда строится в одну шеренгу.

Для отработки развернутого строя отделения преподаватель ОБЖ выстраивает группу в развернутый одношереножный строй, показывает учащимся, в каком порядке они должны занимать свои места в строю.

Убедившись в том, что учащиеся усвоили действия построения по команде, преподаватель проводит тренировку, добиваясь слаженности действий. Для отработки построения группы учащихся преподаватель становится в положение «Смирно», подает команду: «Группа (учащиеся поворачиваются в его сторону и принимают строевую стойку), в одну шеренгу – становись», учащиеся выстраиваются влево от него. Добившись слаженности и четкости построения, преподаватель ОБЖ обучает выполнению команд «Равняйсь» или «Налево – равняйсь», «Смирно» с целью выровнять группу на месте построения.

В уставе определено, что по команде «Равняйсь» все, кроме правофлангового, поворачивают голову направо (правое ухо выше левого, подбородок приподнят) и выравниваются так, чтобы каждый видел грудь четвертого человека, считая себя первым.

По команде «Налево — равняйсь» все, кроме левофлангового, голову поворачивают налево (левое ухо выше правого, подбородок приподнят). При выравнивании учащиеся могут несколько передвигаться вперед, назад или в стороны. По окончании выравнивания подается команда «Смирно», по которой все учащиеся быстро ставят голову прямо.

При выравнивании отделения после поворота его кругом в команде указывается сторона равнения. Например: «Направо (налево) — равняйсь».

По команде «Отделение — разойдись» учащиеся должны выйти из строя.

Для сбора отделения подается команда «Отделение – ко мне», и все учащиеся бегом собираются к преподавателю и по его дополнительной команде выстраиваются.

Преподаватель ОБЖ показывает действия по указанным командам.

Убедившись, что обучаемые поняли строевые приемы, по команде построения отделение отрабатывает действия в целом. Затем группа строится в одношереножный строй. Преподаватель наблюдает, чтобы учащиеся быстро и без суеты занимали свои места в строю с учетом установленного интервала, равного ширине ладони между локтями, приняли строевую стойку, быстро поставили голову прямо. Важно, чтобы при отработке и других команд учащиеся действовали строго по уставу.

Затем преподаватель проверяет ранее изученные действия – по команде «Вольно» обучаемые стоят свободно, ослабляют в колене ногу, не сходят с места и не разговаривают, а по команде «Заправиться» поправляют одежду и при необходимости выйти из строя за разрешением обращаются к преподавателю ОБЖ.

**Двухшереножный строй** – строй, в котором учащиеся одной шеренги расположены в затылок военнослужащим другой шеренги на дистанции одного шага (вытянутой руки, наложенной ладонью на плечо впереди стоящего учащегося). Шеренги называются первой и второй. При повороте строя названия шеренг не изменяются.

Перед изучением приемов по перестроению отделения преподаватель объясняет, что для перестроения отделения из одной шеренги в две предварительно производится расчет на первый и второй по команде «Отделение, на первый и второй – рассчитайсь».

По этой команде каждый учащийся, начиная с правого фланга, по очереди быстро поворачивает голову к стоящему слева от него, называет свой номер и быстро ставит голову прямо; левофланговый голову не поворачивает. Так же производится расчет по общей нумерации по команде «Отделение, по порядку – рассчитайсь».

В двухшереножном строю левофланговый второй шеренги по окончании расчета строя по общей нумерации докладывает: «Полный» или «Неполный».

Отработка действий для расчета начинается с показа приемов преподавателем. Он подает команду и сам ее выполняет. Быстро поворачивая голову к стоящему слева от него учащемуся, называет свой номер (первый) и ставит голову прямо.

Рядом стоящие учащиеся, заранее подготовленные преподавателем, последовательно поворачивают голову к стоящему слева от каждого из них учащемуся, называют номер (второй) и быстро ставят голову прямо и т.д. Левофланговый, называя свой номер, голову не поворачивает.

Затем преподаватель ОБЖ проводит тренировку учащихся в составе группы. Выполнение команды «Группа, по порядку – рассчитайсь» проводится по вышеизложенной методике.

Перестроение отделения на месте из одной шеренги в две производится по команде «Отделение, в две шеренги – стройся».

По исполнительной команде вторые номера делают с левой ноги шаг назад, не приставляя правой ноги, шаг вправо, чтобы стать в затылок первым номерам, и приставляют левую ногу. Действия учащихся отрабатываются в такой последовательности: преподаватель, с помощью заранее подготовленных учащихся, показывает действия второго номера при построении из одной шеренги в две и обратно.

Объяснение сопровождается показом приема в целом, а затем по разделениям на три счета:

«Делай – раз» – шаг назад с левой ноги, не приставляя правой ноги;

«Делай – два» – шаг вправо правой ногой;

«Делай – три» – приставить левую ногу.

Для перестроения отделения на месте из сомкнутого двухшереножного строя в одношереножный строй отделение предварительно размыкается на один шаг по команде «Отделение, на один шаг влево, разом-кнись», после чего подается команда «Отделение, в одну шеренгу – стройся».

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

Закрепление отработанных приемов перестроения группы из одной шеренги в две и из сомкнутого двухшереножного строя в одношереножный строй выполняется в целом в комплексе с размыканием группы на месте по команде «Группа, вправо (влево, от средины) на столько-то шагов, разом-кнись (бегом, разом-кнись) и смыканием группы на месте по команде «Группа, вправо (влево, к средине) сом-кнись (бегом, сом-кнись)».

Преподаватель с помощью подготовленных учащихся показывает строевые приемы при размыкании и смыкании, обращая внимание обучаемых на одновременность поворота головы в сторону фронта при размыкании и постановку ноги после поворота, а при смыкании обучаемые по мере подхода самостоятельно останавливаются и поворачиваются налево (направо).

*2. Походный строй*

**Походный строй** – строй, в котором подразделение построено в колонну или подразделения в колоннах построены одно за другим на дистанциях, установленных уставом или командиром.

Походный строй отделения может быть в колонну по одному или в колонну по два.

Построение отделения в колонну по одному (по два) на месте производится по команде «Отделение, в колонну по одному (по два) – становись».

Приняв строевую стойку и подав команду, преподаватель ОБЖ становится лицом в сторону движения, а группа учащихся выстраивается, согласно ранее произведенному расчету по порядку номеров). Отделение численностью четыре человека и менее строится в колонну по одному.

Перестроение отделения из колонны в развернутый строй преподаватель ОБЖ производит поворотом группы учащихся налево, подав команду «Группа, нале-во», а перестроение группы учащихся из развернутого строя в колонну преподаватель ОБЖ производит поворотом группы направо по команде «Группа, напра-во». При повороте двухшереножного строя командир отделения делает полшага вправо.

Приемы перестроения группы преподаватель отрабатывает посредством перестроения группы учащихся из развернутого одношереножного строя в колонну по одному и обратно. При этом особое внимание обращается на выполнение поворотов на месте: сохраняют ли учащиеся правильное положение корпуса, не сгибают ли ноги в коленях, кратчайшим ли путем приставляют другую ногу.

Перестроение группы из колонны по одному в колонну по два преподаватель ОБЖ производит, подав команду «Группа, в колонну по два, шагом – марш» (на ходу – «Марш»). По исполнительной команде «Марш», преподаватель в качестве направляющего идет вполшага, вторые номера, выходя вправо, в такт шага занимают свои места в колонне. Группа учащихся двигается вполшага до команды «Прямо» или «Группа – стой».

Затем преподаватель показывает перестроение группы учащихся из колонны по два в колонну по одному по команде: «Группа, в колонну по одному, шагом – марш».

По исполнительной команде направляющий идет полным шагом, а остальные учащиеся группы – вполшага; по мере освобождения места вторые номера в такт шага заходят в затылок первым номерам и продолжают движение полным шагом.

После тренировки в перестроении группы учащихся из колонны по одному в колонну по два и обратно преподаватель ОБЖ объясняет и с подготовленной группой учащихся показывает действия группы для перемены направления движения по команде «Группа, правое плечо вперед – марш».

По команде направляющий заходит налево до команды «Прямо», а остальные учащиеся группы следуют за ним. После тренировки по команде «Группа, левое плечо вперед — марш» направляющий заходит направо до команды «Прямо», а остальные следуют за ним.

Затем преподаватель показывает действия группы по команде «Группа, за мной – марш». Группа учащихся следует за преподавателем. Закрепление действий он проводит по команде «Группа, за мной бегом – марш», а затем «Группа, шагом – марш».

По окончании занятия преподаватель проводит соревнование между группами учащихся по выполнению наиболее сложных приемов, изученных на занятиях по «Основам строевой подготовки».

Высокий уровень подготовленности, если он сочетается с вполне достижимыми целями, дает благоприятную динамику самосовершенствования. При слабой подготовке целесообразность соревнования ничтожна, так как необходимо снижать уровень целей. Хорошая подготовленность учащихся повышает самооценку, стремление проверить свои возможности, достижение которых существенно влияет на социальный статус в коллективе и дает уверенность в успехе в условиях армейской службы.

**4. Физическая подготовка**

**Примерные планы учебно-тренировочного занятия**

***Вариант 1*** *(на спортплощадке)*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Содержание** | **Время (мин)** | **Организационно-методические указания** |
| **Подготовительная часть – 7 мин** | | |
| Построение, объяснение задач и содержания занятий, проверка личного состава | 1 | Взвод – в двухшереножном строю |
| Строевые приемы, упражнения на месте, упражнения в движении | 6 | Проводить в составе взвода. Темп выполнения упражнений – средний. Каждое упражнения повторить 4–6 раз |
| **Основная часть - 40 мин** | | |
|  |  | Основную часть занятия организовать групповым способом на трех учебных местах |
| Упражнение на перекладине: комбинированное силовое упражнение (подъем переворотом, подтягивание, подъем силой, поднимание ног) – ознакомление и разучивание | 11 | Разучивание проводить в целом. Упражнение выполнять в парах |
| Упражнение в прыжках: прыжок ноги врозь через козла в длину - совершенствование | 11 | Выполнять потоком с постепенным отодвиганием мостика. Особое внимание обращать на замах и прогиб после толчка руками |
| Упражнение на брусьях: сгибание и разгибание рук в упоре, угол в упоре – совершенствование | 11 | Выполнять на концах жердей на максимальное количество движений |
| Комплексная тренировка - эстафета «Переноска тяжестей» | 7 | Проводить среди отделений. Повторить 3 раза |
| **Заключительная часть - 3 мин** | | |
| Ходьба в медленном темпе, упражнения в глубоком дыхании и для расслабления мышц | 2 | Проводить в колонне по одному |
| Подведение итогов занятия | 1 | Взвод - в двухшереножном строю |

***Вариант 2*** *(в условиях спортивного зала)*

*Задачи занятия*:

1) расширение двигательного опыта посредством использования и освоения физических упражнений;

2) воспитание уверенности в своих силах, целеустремленности, смелости и решительности;

3) развитие силовых способностей и общей выносливости.

*I. Подготовительная часть занятия (8 мин)*

Построение, объявление темы и задач урока. Медленный бег 2-3 мин. Общеразвивающие упражнения без предметов для мышц рук, плечевого пояса, туловища, ног (круговые движения руками вперед и назад, наклоны туловища в стороны, вперед, назад, круговые движения туловищем, махи ногами, приседания, прыжки на месте и др.). Специальные беговые упражнения. Бег с ускорением (3 раза по 50 м) с последующим переходом на бег по инерции (10-15 м).

*II. Основная часть занятия (32 мин)*

1. Прохождение полосы препятствий:

- бег 10 м;

- преодоление коня в ширину способом прыжок боком;

- кувырок вперед;

- залезание на гимнастическую стенку на одних руках;

- передвижение по гимнастической стенке приставными шагами;

- спрыгивание на маты;

- кувырок в сторону;

- прыжки через гимнастическую скамейку на обеих ногах;

- бег 10 м до финиша.

2. Развитие силовых способностей:

- сгибание и разгибание рук в упоре лежа;

- подъем силой в упор из виса на перекладине;

- поднимание туловища из положения лежа на спине в течение 20-30 с;

- подтягивание на перекладине (хватом сверху и хватом снизу);

- приседание на одной ноге;

- игра «Перетягивание в парах».

3. Развитие общей выносливости:

- бег в равномерном темпе – 8 мин. ЧСС во время бега – 150-160 уд/мин.

*III. Заключительная часть занятия (5 мин)*

1. Упражнения на восстановление дыхания в движении (ходьбе) и на месте:

а) ходьба ровным шагом с поднятой головой и расправленной грудью: вдох на 8 шагов, задержка дыхания – на 4 шага, выдох – на 8 шагов, задержка дыхания – на 4 шага;

б) в быстром темпе сделать 10 сильных вдохов-выдохов, после этого глубокий вдох, задержка дыхания от 7 до 14 с, медленный выдох;

в) вдох с одновременным поднятием рук над головой, задержать дыхание, резко наклониться вперед и бросить руки вниз с энергичным выдохом через рот со звуком «Ха». С медленным вдохом поднять руки над головой и выпрямиться, а с медленным выдохом через нос опустить руки вниз. Повторить 3-4 раза.

*Методические рекомендации*.

1. Во время выполнения дыхательных упражнений особое внимание следует обратить внимание занимающихся на полноту выдоха.

2. Упражнения на расслабление мышц.

3. Построение. Измерение частоты сердечных сокращений. Подведение итогов урока.

4. Общие и индивидуальные задания на дом.

# Приложение № 13

# Дополнительные материалы

**1. Порядок выполнения нормативов по теме «Радиационная, химическая и биологическая защита» (РХБЗ)[[4]](#footnote-4)**

***Норматив № 1*** – Надевание противогаза или респиратора.

*Исходное положение*: обучаемые в составе подразделения находится на позиции, в боевой или специальной технике, ведут боевые действия, отдыхают на привале и т.д. Противогазы и респираторы в походном положении. Неожиданно подается команда «ГАЗЫ» или «РЕСПИРАТОР НАДЕТЬ», обучаемые приступают к выполнению норматива.

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование норматива | Условия (порядок) выполнения норматива | | Категория обучае-мых | Оценка по времени | | |
| Отл. | Хор. | Уд. |
| Надевание противогаза или респиратора | Надевание противогаза | | | | | |
| 1. задержать дыхание, закрыть глаза, взять оружие «на ремень» (положить на землю, зажать между ног или поставить у опоры); 2. снять головной убор, а при опущенном подбородочном ремне откинуть головной убор назад; 3. вынуть противогаз, взять шлем-маску обеими руками за утолщенные края у нижней части так, чтобы большие пальцы были снаружи, а остальные внутри ее; 4. приложить нижнюю часть шлем-маски под подбородок и резким движением рук вверх и назад надеть шлем-маску на голову так, чтобы не было складок, а стекла очков пришлись против глаз; 5. устранить перекос и складки, если они образовались при надевании шлем-маски, сделать полный выдох, открыть глаза и возобновить дыхание; 6. надеть головной убор, закрепить противогаз на туловище (если это не было сделано ранее). | | Солдаты | 7 с | 8 с | 10 с |
| Расчет, отделение | 8 с | 9 с | 11 с |
| Взвод | 9 с | 10 с | 12 с |
| Надевание респиратора | | | | | |
| 1. снять головной убор или на подбородочном ремне откинуть его назад; 2. вынуть респиратор из сумки для противогаза; 3. надеть полумаску на лицо так, чтобы подбородок и нос разместились внутри нее, одна не растягивающаяся тесьма наголовника располагалась бы на теменной части головы, а другая - на затылочной; 4. прижать концы носового зажима к носу. | | Солдаты | 11 с | 12 с | 14 с |
| Расчет, отделе-ние | 12 с | 13 с | 15 с |
| Взвод | 13 с | 14 с | 16 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; 3. концы носового зажима респиратора не прижаты к носу. | | | | |
| До  неуд. | 1. Допущено образование таких складок или перекосов, при которых наружный воздух может проникнуть через шлем-маску. | | | | |

***Норматив № 3* –** Надевание общевойскового защитного комплекта и противогаза.

*Исходное положение:* обучаемые в составе подразделения ведут боевые действия, находятся в районе расположения, в укрытиях или закрытых машинах. Средства защиты при обучаемых. По команде «ПЛАЩ В РУКАВА, ЧУЛКИ, ПЕРЧАТКИ НАДЕТЬ», «ГАЗЫ» или «ЗАЩИТНЫЙ КОМПЛЕКТ НАДЕТЬ», «ГАЗЫ» обучаемые приступают к выполнению норматива.

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование норматива | | Условия (порядок) выполнения норматива | Категория  обучаемых | Оценка по времени | | |
| Отл. | Хор. | Уд. |
| Надевание общевойскового защитного комплекта и противогаза | | «ПЛАЩ В РУКАВА, ЧУЛКИ, ПЕРЧАТКИ НАДЕТЬ», «ГАЗЫ» | | | | |
| Обучаемые надевают защитные чулки, защитные плащи в рукава, противогазы, защитные перчатки и при действии на машинах выстраиваются около них.  Время на выполнение норматива засчитывается с момента подачи команды до построения обучаемых у машины (укрытия). | На открытой местности | 3 мин | 3 мин 20 с | 4 мин |
| В укрытиях и закрытых машинах | 4 мин 40 с | 5 мин | 6 мин |
| «ЗАЩИТНЫЙ КОМПЛЕКТ НАДЕТЬ», «ГАЗЫ» | | | | |
| Обучаемые надевают средства защиты в виде комбинезона, противогазы, а при действии на машинах выстраиваются около них.  Время на выполнение норматива засчитывается с момента подачи команды до построения обучаемых у машины (укрытия). | На открытой местности | 4 мин 40 с | 5 мин | 6 мин |
| В укрытиях и закрытых машинах | 8 мин | 9 мин | 11 мин |
| Ошибки, снижающие оценку | На один балл | 1. надевание защитных чулок производится с застегнутыми хлястиками; 2. не правильно застегнуты борта плаща или не полностью надеты чулки; 3. не закреплены закрепками держатели шпеньков или не застегнуты два шпенька; 4. при надевании плаща в виде комбинезона снаряжение и противогаз не надеты поверх защиты. | | | | |
| До  неудовл. | 1. Допущено образование таких складок на противогазе или перекосов, при которых наружный воздух может проникнуть через шлем-маску; 2. Не полностью навинчена (ввернута) противогазовая коробка. | | | | |

**2. Упражнения физической подготовки призывника[[5]](#footnote-5)**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Упражнения*** | | ***Оценки*** | | |
| ***№*** | ***Названия (единицы измерения)*** | ***удовлетво-рительно*** | ***хорошо*** | ***отлично*** |
| ***I. Упражнения на развитие силы и силовой выносливости*** | | | | |
| 1 | Подтягивание на перекладине (количество раз) | 7 | 13 | 18 |
| 2 | Наклоны туловища вперёд (лёжа на спине, руки за голову, ноги закреплены – количество раз) | 35 | 50 | 58 |
| 3 | Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа (количество раз) | 28 | 40 | 50 |
| ***II. Упражнения на развитие быстроты и выносливости*** | | | | |
| 1 | Бег на 60 м (сек) | 8,9 | 8,5 | 8,3 |
| 2 | Бег на 100 м (сек) | 14,6 | 13,6 | 13,0 |
| 3 | Челночный бег на 10х10 м (сек) | 27,5 | 25,3 | 24,5 |
| 4 | Бег на 400 м (мин. сек) | 1.12,5 | 1.04,2 | 1.01,7 |
| 5 | Бег на 1 км (мин. сек) | 3.53 | 3.29 | 3.20 |
| 6 | Бег на 3 км (мин. сек) | 13.40 | 11.54 | 11.03 |
| 7 | Метание гранаты 600 г на дальность (м) | 29 | 36 | 42 |
| 8 | Лыжная гонка на 5 км (мин. сек) | 28.20 | 24.33 | 22.36 |
| 9 | Плавание на 100 м в спортивной форме вольным стилем (мин. сек) | 2.06 | 1.40 | 1.25 |

**3. Комплексы вольных упражнений для проведения**

**утренней физической зарядки**

*Упражнение 1. Комплекс вольных упражнений № 1*

Выполняется на 16 счетов.

Исходное положение – строевая стойка.

«Раз, два» – поднимаясь на носки, медленно поднять руки вперед и затем – вверх, пальцы сжаты в кулак, ладони направлены внутрь, смотреть вверх, потянуться.

«Три» – опускаясь на обе ступни, с силой согнуть руки, прижав их к телу, кулаки к плечам, смотреть прямо.

«Четыре» – разогнуть руки вверх, прогнуться, смотреть вверх.

«Пять» – соединяя носки ног, присесть до отказа на всей ступне, ладони на бедрах, локти в стороны.

«Шесть» – выпрямиться, поднимая руки вперед и отводя их в стороны и назад до отказа (с рывком в конце движения), пальцы сжаты в кулак.

«Семь» – присесть до отказа на обе ступни, ладони на бедрах, локти в стороны.

«Восемь» – прыжком встать, ноги врозь на широкий шаг, руки на пояс.

«Девять» – разгибая левую руку и отводя ее в сторону и до отказа назад (пальцы сжаты в кулак), одновременно повернуть туловище налево, ноги с места не сдвигать, смотреть на кисть левой руки.

«Десять» – повернуть туловище прямо, руки на пояс.

«Одиннадцать» – разгибая правую руку и отводя ее в сторону и назад до отказа (пальцы сжаты в кулак), одновременно повернуть туловище направо, ноги с места не сдвигать, смотреть на кисть правой руки.

«Двенадцать» – повернуть туловище прямо, руки на пояс.

«Тринадцать» – резко наклониться вперед до касания земли руками, ноги прямые.

«Четырнадцать» – выпрямляясь, поднять руки вперед и, отводя их в стороны и назад, прогнуться.

«Пятнадцать» – резко наклониться вперед до касания земли руками, ноги прямые.

«Шестнадцать» – выпрямляясь, прыжком соединить ноги и принять строевую стойку.

*Упражнение 2. Комплекс вольных упражнений № 2*

Выполняется на 16 счетов.

Исходное положение — строевая стойка.

«Раз, два» — с силой отвести плечи и руки до отказа назад, повернуть кисти, сжатые в кулаки, ладонями вперед и, поднимаясь на носки, движением в стороны медленно поднять прямые руки вверх, кулаки разжать, потянуться.

«Три» – опускаясь на обе ступни, с силой согнуть руки, прижав их к телу, кулаки к плечам, лопатки сблизить, смотреть прямо.

«Четыре» – сделать широкий выпад влево с резким разгибанием рук в стороны и поворотом головы налево, пальцы разжать, ладони направить книзу.

«Пять» толчком приставить левую ногу к правой и с силой согнуть руки, прижав их к телу, кулаки к плечам, лопатки сблизить, смотреть прямо.

«Шесть» – сделать широкий выпад вправо с резким разгибанием рук в стороны и поворотом головы направо, пальцы разжать, ладони направить книзу.

«Семь» – толчком приставить правую ногу к левой и с силой согнуть руки, прижав их к телу, кулаки к плечам, лопатки сблизить, смотреть прямо.

«Восемь» – прыжком поставить ноги врозь на широкий шаг, руки вверх, ладони с хлопком соединить над головой, а туловище отклонить назад.

«Девять» – резко наклониться вперед, руки между ног, ноги не сгибать.

«Десять» – выпрямиться, поднимая руки вперед на высоту плеч, повернуть туловище налево и резким движением развести руки в стороны до отказа, пальцы сжать в кулак, ладони вперед, ступни с места не сдвигать.

«Одиннадцать» – не останавливаясь, повернуть туловище направо и повторить наклон вперед, руки между ног.

«Двенадцать» – не останавливаясь, выпрямиться и повторить то же движение, что и на счет «десять», только с поворотом туловища направо.

«Тринадцать» – не останавливаясь, повернуть туловище налево и повторить наклон вперед, руки между ног.

«Четырнадцать» – выпрямляясь, прыжком свести ноги на ширину плеч (ступни поставить параллельно) и присесть до отказа, руки вперед ладонями книзу, пальцы разжать.

«Пятнадцать» – прыжком поставить ноги врозь на широкий шаг, руки вверх – в стороны ладонями внутрь.

«Шестнадцать» – прыжком соединить ноги, опустить руки и принять строевую стойку.

**4. Требования безопасности при проведении стрельб[[6]](#footnote-6)**

1. Стрельбы из спортивного оружия (малокалиберной или пневматической винтовки) проводятся в целях подготовки к выполнению начального упражнения стрельб из автомата и в системе факультативных занятий в оборудованном, имеющем разрешение тире (стрельбище) под руководством педагогического работника образовательного учреждения, осуществляющего обучение граждан начальным знаниям в области обороны и их подготовку по основам военной службы (преподаватель учебного пункта) (далее именуется - педагогический работник).

2. Стрельбы боевыми патронами из автомата (карабина) проводятся только на оборудованных войсковых стрельбищах и тирах под руководством опытных офицеров воинской части или военного комиссариата.

3. Безопасность при проведении стрельб обеспечивается четкой организацией, точным соблюдением мер безопасности и высокой дисциплинированностью всех участников стрельбы.

4. Стрелять на стрельбище или в тире, где не обеспечена безопасность, боевыми и малокалиберными патронами, а также пульками из пневматической винтовки или доверять руководство стрельбой кому-либо из граждан запрещается.

В тире и на стрельбище запрещается:

производить стрельбу из неисправного оружия и при поднятом белом флаге;

брать или трогать на огневом рубеже оружие или подходить к нему без команды руководителя стрельб;

заряжать оружие до команды руководителя стрельб;

прицеливаться и направлять оружие в стороны и тыл, а также в людей;

выносить заряженное оружие с огневого рубежа;

находиться на огневом рубеже посторонним, кроме стреляющей смены;

оставлять где бы то ни было заряженное оружие или передавать другим лицам без разрешения руководителя стрельб;

производить стрельбу непараллельно директрисе (направлению) стрельбища (тира);

стрелять в тире одновременно из разных видов оружия;

находиться на огневом рубеже кому бы то ни было до сигнала (команды) «Огонь» и после сигнала (команды) «Отбой» старшего руководителя стрельб.

5. Выдача гражданам боевых патронов производится специально назначенным военнослужащим соединения, воинской части. Подготовка каждого обучающегося к стрельбе боевыми патронами проверяется офицером соединения, воинской части (военного комиссариата) в присутствии педагогического работника.

6. Выдача малокалиберных патронов производится только педагогическим работником исключительно на огневом рубеже. Если показ попаданий делается после каждого выстрела, выдается только по одному патрону.

7. Заряжается оружие на огневом рубеже и только по команде «Заряжай» руководителя стрельб.

8. Чистка оружия производится в специально отведенных местах под руководством педагогического работника.

9. Для проведения стрельбы из спортивного оружия руководитель образовательного учреждения издает письменный приказ, в котором указывает:

дату, место, наименование класса (курса) и количество привлекаемых обучающихся;

вид, количество и номера спортивного оружия, которое будет использоваться при стрельбе, количество необходимых патронов (пулек);

наименование упражнения;

фамилию педагогического работника;

необходимые средства оказания первой медицинской помощи.

10. Для учета израсходованных патронов (пулек) педагогический работник составляет акт, в котором указывает дату и место, наименование упражнения, количество стрелявших и количество израсходованных патронов (пулек).

Акт подписывается педагогическим работником, классным руководителем и утверждается руководителем образовательного учреждения.

11. О всех несчастных случаях, происшедших во время стрельб, немедленно сообщается в ближайший врачебный пункт, в местные органы внутренних дел и органы исполнительной власти, осуществляющие управление в сфере образования, руководителю образовательного учреждения как о чрезвычайном происшествии.

**5. Рекомендации**

**по оценке результатов учебных сборов[[7]](#footnote-7)**

Результаты учебных сборов оцениваются по следующим направлениям:

по тактической подготовке – выбор места для стрельбы, трассировка окопа, передвижение на поле боя перебежками и переползанием;

по огневой подготовке – неполная разборка автомата Калашникова, знание работы частей и механизмов, подготовка к стрельбе, меры безопасности, выполнение начального упражнения стрельбы из АК (третье упражнение из малокалиберной винтовки), первое упражнение по метанию ручной гранаты;

по строевой подготовке – строевая стойка, повороты на месте и в движении, строевой шаг, воинское приветствие на месте и в движении, строй отделения, взвода;

по радиационной, химической и биологической защите – приемы и способы радиационной, химической и биологической защиты; преодоление участка местности, зараженного радиоактивными (отравляющими) веществами; действия солдата по сигналам оповещения и вспышке ядерного взрыва; выполнение нормативов одевания средств индивидуальной защиты;

по медицинской подготовке – остановка кровотечения, наложение повязки на раны верхних и нижних конечностей;

по физической подготовке – в объеме требований, предъявляемых к новому пополнению воинских частей и к кандидатам, поступающим в военно-учебные заведения.

Индивидуальная оценка каждого гражданина складывается из оценок, полученных за выполнение каждого норматива:

«отлично», если не менее 50 процентов нормативов выполнено на «отлично», остальные – на «хорошо»;

«хорошо», если не менее 50 процентов нормативов выполнено на «отлично» и «хорошо», остальные – не ниже «удовлетворительно»;

«удовлетворительно», если не более чем по одному из нормативов получена оценка «неудовлетворительно»;

«неудовлетворительно», если по нормативам получены две и более оценки «неудовлетворительно».

Общая оценка за учебные сборы выставляется:

«отлично», если оценки, полученные по тактической и огневой подготовке, – «отлично», а по строевой – не ниже «хорошо», при примерном или удовлетворительном поведении;

«хорошо», если оценки, полученные по тактической и огневой подготовке, – не ниже «хорошо», а по строевой – не ниже «удовлетворительно», при примерном или удовлетворительном поведении;

«удовлетворительно», если не более чем по одному разделу учебной программы получена оценка «неудовлетворительно» при примерном или удовлетворительном поведении;

«неудовлетворительно», если по двум и более разделам учебной программы получены оценки «неудовлетворительно».

# Список литературы

*Нормативно-правовые документы*

1. Федеральный закон «О воинской обязанности и военной службе» от 28 марта 1998 года № 53-ФЗ (в ред. от 29.12.2017 N 473-ФЗ);
2. Положение «О подготовке граждан Российской Федерации к военной службе» (Утверждено Постановлением Правительства Российской Федерации от 31 декабря 1999 г. № 1441 – в ред. Постановлений Правительства РФ от 15.06.2009 N 481, от 24.12.2014 № 1469, от 29.12.2016 № 1540);
3. Концепция федеральной системы подготовки граждан Российской Федерации к военной службе на период до 2020 года (распоряжение Правительства Российской Федерации от 3 февраля 2010 г. № 134-р).
4. Приказ Министра обороны РФ № 96, Минобрнауки РФ № 134 от 24 февраля 2010 года «Об утверждении инструкции об организации обучения граждан Российской Федерации начальным знаниям в области обороны и их подготовки по основам военной службы в образовательных учреждениях среднего (полного) общего образования, образовательных учреждениях начального профессионального и среднего профессионального образования и учебных пунктах»;
5. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 мая 2012 г. № 413 «Об утверждении Федерального государственного образовательного стандарта среднего (полного) общего образования»;
6. Федеральные государственные образовательные стандарты среднего профессионального образования;
7. Приказ Минздравсоцразвития РФ от 04.05.2012 г. № 477н «Об утверждении перечня состояний, при которых оказывается первая помощь, и перечня мероприятий по оказанию первой помощи».

*Основные источники:*

1. Боевой устав по подготовке и ведению общевойскового боя, часть 3 «Взвод, отделение, танк» (Введен в действие приказом главнокомандующего Сухопутными войсками от 24 февраля 2005 года № 19). – М.: Военное издательство, 2005;
2. Наставлению по использованию средств индивидуальной защиты. М.: Минобороны, 1991.
3. Наставление по физической подготовке в Вооруженных Силах Российской Федерации (НФП-2009). – М.: Воениздат, 2009;
4. Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации. - М.: Военное издательство, 2007;
5. Петров С.В. Первая помощь в экстремальных ситуациях /С.В. Петров, В.Г. Бубнов. - М.: Изд-во ЭНАС, 2000. - 145 с.;
6. Смирнов А.Т. Основы военной службы Учебник. - М.: Просвещение, 2011;
7. Стрелковая подготовка в курсе «Основы безопасности жизнедеятельности» 10-11 кл.: метод. Рекомендации / Н.Г. Харьков. – М.: Дрофа, 2010;
8. Хромов Н.И. Преподавание ОБЖ в школе и среднем специальном образовательном учреждении: методическое пособие. – М.: Айрис-пресс, 2008;
9. Хромов Н.И. Методика проведения практических занятий по основам военной службы. 10-11 классы / Н.И. Хромов. – М.: Дрофа, 2011. – 127, [1] с.: ил. – (Учителю новой школы).

*Интернет-источники:*

1. Официальный сайт министерства обороны Российской Федерации. Режим доступа: http://www.mil.ru/;
2. Официальный сайт министерства образования и науки Российской Федерации. Режим доступа: <http://www.mon.ru/>;
3. Электронный ресурс «Военная литература». Режим доступа: http:// www.militera.ru/.

1. Приложение № 5 к Инструкции об организации обучения граждан Российской Федерации начальным знаниям в области обороны и их подготовки по основам военной службы в образовательных учреждениях среднего (полного) общего образования, образовательных учреждениях начального профессионального и среднего профессионального образования и учебных пунктах, введенной приказом МО РФ и Минобрнауки РФ от 24 февраля 2010 года № 96/134. (п. 44). [↑](#footnote-ref-1)
2. По каждому виду подготовки в расписании указывается конкретная тема учебного занятия [↑](#footnote-ref-2)
3. Темы учебных занятий приведены в таблице 1, с. 11. [↑](#footnote-ref-3)
4. Приложение № 1 к Наставлению по использованию средств индивидуальной защиты. М.: Минобороны, 1991. [↑](#footnote-ref-4)
5. Приложение № 17 к Наставлению по физической подготовке в Вооруженных Силах Российской Федерации (НФП-2009). Введено в действие приказом Министра обороны Российской Федерации № 200 от 21 апреля 2009 г. [↑](#footnote-ref-5)
6. Приложение № 8 к Инструкции об организации обучения граждан Российской Федерации начальным знаниям в области обороны и их подготовки по основам военной службы в образовательных учреждениях среднего (полного) общего образования, образовательных учреждениях начального профессионального и среднего профессионального образования и учебных пунктах, введенной приказом МО РФ и Минобрнауки РФ от 24 февраля 2010 года № 96/134. Приложение N 8 к Инструкции (п. 47). [↑](#footnote-ref-6)
7. Приложение № 9 к Инструкции об организации обучения граждан Российской Федерации начальным знаниям в области обороны и их подготовки по основам военной службы в образовательных учреждениях среднего (полного) общего образования, образовательных учреждениях начального профессионального и среднего профессионального образования и учебных пунктах, введенной приказом МО РФ и Минобрнауки РФ от 24 февраля 2010 года № 96/134. (п. 53) [↑](#footnote-ref-7)