

Муниципальное бюджетное образовательное  
учреждение  
дополнительного образования  
Петрозаводского городского округа  
«Детско-юношеский центр»



УТВЕРЖДАЮ

Директор МОУ СОШ № 9

А.В. Колоколов

«30» августа 2021 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МОУ ДО «ДЮЦ»

\_\_\_\_\_ Д.В. Рогаткин

«\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2021 г.

## Рабочая программа «Школа зарничника»

для учащихся 5-11 классов

Продолжительность программы: 2 года  
При изучении отдельных учебных модулей  
продолжительность программы может  
составлять 4 и 5 месяцев

**Учебная нагрузка:** 4 учебных часа в неделю

Из них:

- 2 учебных часа – МОУ ДО «ДЮЦ» (*теория  
и практика*)

- 2 учебных часа – МОУ СОШ № \_\_\_\_\_  
(*практика работы по программе в  
школе*)

Педагоги МОУ ДО «ДЮЦ», работающие по программе:

Мазаев Борис Андреевич

Трошев Петр Викторович

Учителя, работающие по программе в школе:

Гапонова Марина Александровна

Петрозаводск, 2021 г.

## **Пояснительная записка**

Программа «Школа зарничника» реализуется в соответствии с установками государственной программы «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации на 2021-2025 годы».

Главная задача образовательных стандартов второго поколения заключается в приближении школьной подготовки к реальной жизни. ФГОСы 2 поколения диктуют необходимость включения обучающихся в учебно-практическую деятельность в качестве активных субъектов, что должно обеспечить формирование у выпускников широкого спектра компетенций, востребованных в современном обществе. Подготовка зарничника рассматривается данной программой как инструмент для решения задач всестороннего личностного развития, активизации патриотического воспитания подростков, осознания ими своего долга перед Отечеством, популяризация службы в вооружённых силах РФ, привлечения общественности к воспитанию молодежи, изучения традиций и истории Российской Армии и Флота, развития физкультуры и спорта, овладения навыками безопасной жизнедеятельности.

Любовь к своему отечеству, соблюдение конституционных норм своей страны и уважение к традициям и культурному наследию своей и других наций – все это является целью патриотического воспитания подрастающего поколения. Военно-патриотическое воспитание является не менее важным аспектом во всей воспитательной системе, так как готовит будущих защитников отечества. В рамках данного направления в юношах и девушках воспитываются такие качества, как надежность и твердость характера, физическая выносливость, а также смелость. Все эти черты являются неотъемлемыми не только для тех, кому предстоит служить в армии, защищая свою страну, но и для рядовых профессий, например, врачей.

Неотъемлемой особенностью подготовки зарничников является командообразование. Только слаженные и сработанные действия участников команды могут привести команду к высоким результатам на военно-патриотической игре «Зарница-Победа».

### **Цели:**

- патриотическое и нравственное воспитание,
- морально-психологическая и физическая подготовка подростков к службе в Вооруженных Силах Российской Федерации.

### **Задачи:**

1. Популяризация здорового образа жизни.
2. Накопление психологического опыта, соответствующего поведения в условиях коллективной деятельности.
3. Развитие общих физических качеств: силы, быстроты, ловкости и выносливости.
4. Адаптация к условиям военной деятельности и выработка навыков безопасности жизнедеятельности (эмоционально-волевая устойчивость, внутренняя готовность к

выполнению требований воинской службы, ответственность, саморегуляция, быстрая ориентация в обстановке, коммуникативные качества).

*Сетевая форма программы – это возможность объединения ресурсов.*

Программа предлагает систему освоения специальностей и навыков, связанных с военным делом, в ходе подготовки школьных команд к городской игре «Зарница – Победа». На базе ДЮЦ будет организовано обучение по модулям, для которых не имеется достаточных условий на базе школ: стрельба, туристическая подготовка, рукопашный бой, первая помощь, сборка-разборка автомата. Для команд будут проводиться еженедельные занятия, а также возможны специальные учебные сборы с участием всех команд.

Роль педагога-куратора: школьный координатор игры «Зарница-Победа» осуществляет подготовку команды по направлениям, для которых созданы условия на базе школы.

*Программа предусматривает различные виды и формы образовательной деятельности:*

- обучающие семинары;
- занятия по темам;
- тематические выездные сборы;
- самостоятельное изучение тематических ресурсов Интернет.

По окончании программы проводится городская военно-патриотическая игра «Зарница-Победа» в соответствии с утвержденным Положением.

### **Ожидаемые результаты**

**В результате освоения программы обучающиеся будут знать** правила безопасного обращения с оружием, классификацию оружия, его устройство и принципы работы; правовые основы и общие принципы оказания первой помощи, состав и правила применения аптечки первой помощи, виды травм и повреждений, порядок оказания первой помощи в различных случаях; устройство обороны государства, состав и предназначение ВС РФ, основные принципы международного гуманитарного права, историю и значение основных военных и государственных символов, военную историю России и ее влияние на общемировую ситуацию; основные положения Строевого Устава ВС РФ; виды и предназначение средств лесного пожаротушения, тактику тушения пожаров; опасности и риски туристской деятельности, виды и предназначение туристского снаряжения, основы ориентирования, правила страховки и самостраховки.

**В результате освоения программы обучающиеся будут уметь** обращаться с оружием в рамках правил безопасности, готовить оружие к стрельбе, стрелять из различных положений и из разного вида оружия; оказывать первую помощь в соответствии с правилами безопасности при травмах и повреждениях различного рода; по команде командира выполнять различные перестроения, движения строем, в том числе и со знаменем, в соответствии со Строевым Уставом ВС РФ; выполнять комплекс приемов рукопашного боя без оружия на 8 счетов (упражнение №30); обращаться со средствами лесного пожаротушения, тушить лесной пожар; обращаться с туристическим снаряжением,

ориентироваться на местности, преодолевать спуски и подъемы с использованием систем страховки и самостраховки.

### Тематическое планирование

Программа построена на основе модульного принципа. Учащиеся могут осваивать программу как в течение всего срока – 2 года, так и осваивать часть учебной программы в объеме одного или нескольких учебных модулей в соответствии с учебно-тематическим планом.

### Учебно-тематический план

#### 1 год обучения

(Первый уровень)

№	Модуль	МОУ ДО «ДЮЦ»	МОУ СОШ	Всего
1	Оружие. Первый уровень	16	0	16
2	Туристическая подготовка. Первый уровень	14	6	20
3	Первая помощь. Первый уровень	18	10	28
4	Начальная боевая подготовка. Первый уровень	24	16	40
	<b>Модули программы, полностью изучаемые в школе:</b>			
5	Воинская слава России. Первый уровень	0	18	18
6	Строевая подготовка. Первый уровень	0	22	22
	<b>Итого</b>	<b>72</b>	<b>72</b>	<b>144</b>

#### 2 год обучения

(Второй уровень)

№	Модуль	МОУ ДО «ДЮЦ»	МОУ СОШ	Всего
1	Оружие. Второй уровень	16	0	16
2	Туристическая подготовка. Второй уровень	14	6	20
3	Первая помощь. Второй уровень	18	10	28
4	Начальная боевая подготовка. Второй уровень.	24	16	40
	<b>Модули программы, полностью изучаемые в школе:</b>			

5	Воинская слава России. Второй уровень	0	18	18
6	Строевая подготовка. Второй уровень	0	22	22
	<b>Итого</b>	<b>72</b>	<b>72</b>	<b>144</b>

## Содержание изучаемого курса

### Модуль 1. Оружие.

#### 1 уровень.

Безопасное обращение с оружием. Кодекс стрелка. Стрельба из пистолета. Стойка с оружием. Прицеливание. Обработка спускового крючка. Использование прицелов.

#### 2 уровень.

Приготовление оружия к стрельбе. Хват оружия. Перемещение с оружием. Различные положения для стрельбы. Стрельба из автомата.

### Модуль 2. Туристическая подготовка.

#### 1 уровень.

Понятие опасности в туристской деятельности. Фактор риска. Классификация факторов риска туристской деятельности. Опасности в туризме, мнимые и действительные. Туристическое снаряжение. Ориентирование по карте и компасу. Системы страховки. Преодоление подъемов. Преодоление спусков. Подвесные переправы.

#### 2 уровень.

Организация и подготовка спортивных туристских походов. Спортивное ориентирование. Ориентирование в заданном направлении, ориентирование по выбору, ориентирование по тропам, ориентирование на маркированной трассе. Системы страховки и самостраховки.

### Модуль 3. Первая помощь.

#### 1 уровень.

Понятие первой помощи. Права и обязанности участников оказания первой помощи. Оценка обстановки и обеспечению безопасных условий для оказания первой помощи (определение угрожающих факторов для собственной жизни и здоровья, и угрожающих факторов для пострадавшего, устранение угрожающих факторов, оценка количества пострадавших, перемещение пострадавшего). Номера телефонов и порядок вызова скорой помощи. Передача пострадавшего бригаде скорой медицинской помощи другим специальным службам. Обзорный осмотр пострадавшего на наличие кровотечений. Последовательность осмотра (голова, шея и шейный отдел позвоночника, грудь, живот и таз, конечности, грудной и поясничный отдел позвоночника). Основные критерии оценки нарушения сознания, дыхания (частоты), кровообращения. Контроль состояния пострадавшего (сознание, дыхание, кровообращение). Состав аптечки (Приказ Министерства здравоохранения и социального развития РФ № 169н от 05.03. 2011 г.). Профилактика инфекций, передающихся с кровью и биологическими жидкостями. Придание пострадавшему оптимального положения тела в зависимости от травмы или состояния. Транспортные положения («возвышенное», «полусидя», «противошоковое», «стабильно-боковое»), положения при кровопотере, при травмах головы, груди, живота, костей таза, позвоночника (в сознании, без сознания). Кровотечение и острая кровопотеря. Виды

кровотечений (наружное, внутреннее, артериальное, венозное, капиллярное, смешанное, паренхиматозное). Оценка кровопотери. Способы остановки кровотечений. Остановка артериального кровотечения (прямое давление на рану, пальцевое прижатие, максимальное сгибание конечности, наложение жгута). Особенности кровотечений при ранении шеи. Остановка носового кровотечения. Понятие о травматическом шоке. Противошоковые мероприятия (физиологически выгодное положение, остановка кровотечения, иммобилизация, охлаждение места травмы, противошоковое положение, общее согревание пострадавшего. Психологическая поддержка). Ранения. Виды ран. Осложнения ранений. Обработка кожи вокруг раны. Наложение повязок при травмах различных областей тела. Фиксация инородного тела в ране. Ушибы, вывихи, растяжения, переломы открытые и закрытые. Основные признаки. Достоверные признаки переломов. Осложнения переломов. Основные проявления травмы шейного, грудного, поясничного отделов (с повреждением или без повреждения спинного мозга). Проведение иммобилизации (с использованием изделий медицинского назначения, с помощью подручных средств, аутоиммобилизация). Приемы фиксации костей таза. Первая помощь при травме головы, лица, глаз, носа, ушей. Первая помощь при травме груди. Первая помощь при травме живота. Особенности ранений волосистой части головы. Черепно-мозговая травма. Острая дыхательная недостаточность. Лейкопластырная черепицеобразная повязка при закрытой травме груди. Открытая травма груди. Наложение окклюзионной (герметизирующей) повязки. Закрытая и открытая травма живота. Термические ожоги. Глубина и площадь поражения. Ожоговый шок. Виды гипертермии. Осложнения. Химические ожоги. Удаление с поврежденной поверхности и промывание поврежденной поверхности проточной водой. Особенности ожогов фенолом и негашеной известью. Гипотермия. Порядок оказания первой помощи. Способы согревания. Отморожение, особенности отморожений. Термоизолирующая повязка. Отравления. Пути попадания ядов в организм. Прекращение воздействия опасных химических веществ на пострадавшего. Промывание желудка путем приема воды и вызывания рвоты,

## 2 уровень.

Определение пульса на лучевой и сонной артериях. Определение точек пульсации артерий: височной, подчелюстной, сонной, подключичной, подмышечной, плечевой, бедренной. Оценка пульса. Острый живот. Судорожный синдром. Инсульт. Приступы удушья. Острый сердечный приступ. Сахарный диабет. Фиксация шейного отдела позвоночника. Воротник Шанца. Складные картонные шины. Использование подручных средств для оказания первой помощи. Оценка необходимости транспортировки пострадавших. Подробный осмотр пострадавшего в целях выявления травм, отравлений и других состояний. Особенности перекладывания (натаскивание на носилки, «скандинавский мост»). Жесткие и мягкие носилки. Понятие внезапной смерти. Способы определения сознания, дыхания, кровообращения. Понятие о сердечно-легочной реанимации. Показания к проведению. Базовый реанимационный комплекс (в соответствии с «Методическими рекомендациями по проведению сердечно-легочной реанимации» Европейского Совета по реанимации 2010 г. и результатами отечественных исследований, утвержденный Ученым Советом НИИ ОР РАМН 22 марта 2011 г. (Протокол №4) по согласованию с Секретариатом Европейского Совета по реанимации (Copyright European Resuscitation Council – www.erc.edu – 2010/0034). Устройства для искусственного дыхания. Инородные тела верхних дыхательных путей. Полная и частичная обструкция. Способ Геймлиха. Особенности применения у детей до пяти лет, тучных людей и беременных женщин. Повязка Дезо.

Особенности первой помощи при травмах лица, глаз, ушей, носа. Ожог верхних дыхательных путей. Отравление угарным газом и продуктами горения.

#### **Модуль 4. Начальная боевая подготовка**

1 уровень.

Наставление по физической подготовке и спорту в Вооруженных Силах РФ (НФП-2009). Комплексы рукопашного боя с оружием и без оружия. Устройство различных видов огнестрельного оружия. Стрельба из винтовки. Разнообразие огнестрельного оружия. Понятие, виды, специфика огнестрельного оружия.

2 уровень.

Устройство различных видов огнестрельного оружия. Стрельба из винтовки. Поражающее действие боеприпасов. Понятие, виды, специфика огнестрельного оружия. Пистолеты. Пистолеты-пулемёты. Автоматы. Винтовки. Пулеметы.

#### **Модуль 5. Воинская слава России**

1 уровень.

Государственная и военная символика – история и современность (сущность и значение государственных символов Российской Федерации – Флага Российской Федерации, Герба Российской Федерации, Гимна Российской Федерации, Знамени Победы, Знамен ВС РФ, ВВС РФ, ВМФ РФ и иных видов ВС РФ, Боевых Знамен, Военной Присяги); символика городов-Героев. Дни воинской славы России.

2 уровень.

Основы обороны государства. Вооруженные силы Российской Федерации (предназначение, состав, традиции и т.п.). Воинская обязанность и военная служба граждан (подготовка, прохождение службы по призыву и контракту). Знаменательные даты военной истории России. Герои битв.

#### **Модуль 6. Строевая подготовка**

1 уровень.

Отработка навыков: построение в одношереножный строй; ответ на приветствие; расчет; перестроение из одношереножного строя в двухшереножный и обратно; размыкание строя; смыкание строя; повороты на месте; движение строем в колонну по два; движение с песней; выполнение команды «Смирно! Равнение на ...»; перестроение в колонну по одному и обратно в движении (кроме 5-6 кл.); равнение на знамя; действия командира, в т. ч. отдача рапорта; вынос знамени, занимание места знаменщика и ассистентов в строю; относ знамени.

2 уровень.

Ознакомление со Строевым Уставом Вооруженных Сил РФ. Отработка строевых навыков.

## Список литературы

1. Руководство по 5,45-мм Автомату Калашникова (АК74, АКС74, АК74Н, АКС74Н) и 5,45 Ручному Пулемету Калашникова (РПК74, РПКС74, РПК74Н, РПКС74Н). Министерство обороны СССР. Военное издательство. 1982 г.
2. ФЗ "Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации" N 323-ФЗ от 21.11.2011 (Приказ Министерства здравоохранения и социального развития РФ от 4 мая 2012 г. N 477н об утверждении перечня состояний, при которых оказывается первая помощь, и перечня мероприятий по оказанию первой помощи).
3. Приказ Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации от 4 мая 2012 г. N 477н г. Москва "Об утверждении перечня состояний, при которых оказывается первая помощь, и перечня мероприятий по оказанию первой помощи", Приказ Министерства здравоохранения Российской Федерации от 7 ноября 2012 г. N 586н г. Москва "О внесении изменения в приложение N 2 к приказу Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации от 4 мая 2012 г. N 477н "Об утверждении перечня состояний, при которых оказывается первая помощь, и перечня мероприятий по оказанию первой помощи""
4. [Федеральные конституционные законы о государственных символах Российской Федерации, Федеральные законы, указы Президента РФ, постановления Правительства РФ.](#)
5. Строевой устав вооружённых сил Российской Федерации. Приказ Министра обороны Российской Федерации от 11 марта 2006 г. N 111
6. Наставление по физической подготовке в Вооруженных Силах Российской Федерации, утвержденное приказом Министра обороны Российской Федерации от 21 апреля 2009 г. N 200
7. Основы туризма. Кусков А.С., Джаладян Ю.А., Учебник. — М.: КНОРУС, 2008. — 400 с.