

Согласовано на заседании педагогического
совета
МОУ «СОШ №17»
Протокол заседания №_10_от
30.08.2023 _____

Утверждаю
Директор МОУ «СОШ №17»
Т.А.Данильцева
Приказ № 354-д от 30.08.2023 _____



Программа внеурочной деятельности «Зарница»

Вологда
2023

Пояснительная записка

Проблема гражданско-патриотического воспитания детей и молодежи актуальна всегда в плане подготовки подрастающего поколения к будущей жизни в обществе.

Любому обществу нужны здоровые, мужественные, смелые, инициативные, дисциплинированные, грамотные люди, которые были бы готовы работать, учиться на его благо и в случае необходимости встать на защиту.

Содержание военно-патриотического воспитания, определяемое его целью и задачами, обуславливается особенностями, динамикой и уровнем развития нашего общества, состоянием его экономической, духовной, социально-политической и других сфер жизни, проблемами формирования подрастающего поколения, главными тенденциями развития этого процесса.

С учетом этих факторов в содержании военно-патриотического воспитания можно выделить два основных, тесно взаимосвязанных между собой компонента. Первый характеризуется более широкой социально-педагогической направленностью. Он основывается на таких элементах, как позитивные мировоззренческие взгляды и позиции по основным социальным, историческим, нравственным, политическим, военным и другим проблемам, важнейшие духовно-нравственные, деятельностные качества (любовь к Родине, уважение к законности, ответственность за выполнение конституционных обязанностей по защите Отечества и обеспечению безопасности его граждан и другие).

Социально-педагогический компонент содержания является доминирующим и составляет его ядро. Только сформировав личность гражданина и патриота России с присущими ему ценностями, взглядами, ориентациями, интересами, установками, мотивами деятельности и поведения, можно рассчитывать на успешное решение более конкретных задач по подготовке к реализации функции защиты Отечества, военной и другим, связанным с ней, видами государственной службы.

В современных условиях, когда решается проблема профессионализации личного состава Вооруженных Сил РФ, других войск, воинских формирований и органов, значительно возрастает роль и значение специфического компонента содержания военно-патриотического воспитания. Это предполагает его более глубокую и последовательную дифференциацию, основательную и всестороннюю разработку в соответствии с теми конкретными задачами (и, прежде всего, практического характера), которые возлагаются на защитников Отечества в процессе прохождения военной и других, связанных с ней, видов государственной службы.

Поэтому патриотическое воспитание представляет собой организованный и непрерывный процесс педагогического воздействия на сознание, чувства, волю, психику и физическое развитие учащихся, поэтому оно должно включать в себя: духовно-нравственное воспитание, военно-историческую подготовку, подготовку по основам военной службы (начальную военную подготовку), военно-техническую и специальную подготовку детей и подростков.

Отсюда можно сделать вывод, что работа по военно-патриотическому воспитанию с детьми должна проводиться комплексно, в единстве всех его составных частей совместными усилиями органов государственного управления, а также образовательных учреждений, семьи, общественных организаций и объединений, Вооруженных сил РФ, других силовых структур.

Цель военно-патриотического кружка «Зарница» - развитие у молодежи гражданственности, патриотизма как важнейших духовно нравственных и социальных ценностей, формирование у неё профессионально значимых качеств, умений и готовности к их активному проявлению в различных сферах жизни общества, особенно в процессе военной и других, связанных с ней, видов государственной службы, верности

конституционному и воинскому долгу в условиях мирного и военного времени, высокой ответственности и дисциплинированности.

Для достижения этой цели требуется выполнение следующих основных задач:

1) утверждение в сознании и чувствах молодёжи патриотических ценностей, взглядов и убеждений, уважения к культурному и историческому прошлому России, к традициям, повышение престижа государственной, особенно военной службы.

2) обеспечение учащимся оптимальных условий для:

- подготовки по основам военной службы
- физической подготовки
- специальной подготовки
- прикладной физической подготовки

В основе курса лежат теоретические и практические сведения по военно-патриотической подготовке. Элективный курс предусматривает использование следующих форм работы: лекции, практические занятия (тренировки), семинары, участие в соревнованиях.

Результатом изучения данного курса будет участие школьников в военно-патриотических соревнованиях «Зарница».

Содержание материала в программе курса плавно переходит от теории к практике. Это связано с тем, что теоретические знания, полученные на лекционных занятиях, необходимо применять на практике.

Материал курса разделен на 4 взаимосвязанных раздела:

- огневая подготовка;
- строевая подготовка;
- основы первой медицинской помощи;
- военно-историческое знание.

На каждом занятии присутствует элемент общефизической подготовки.

Программа курса рассчитана на 132 часа. Курс предусматривает консультационную работу с учащимися, повторение и применение полученных знаний, а также контроль знаний и умений. При изучении курса целесообразно использовать следующие виды деятельности: работу с учебной, научно-познавательной литературой, работу в группе, индивидуальные занятия, практические занятия.

Планируемые результаты.

После окончания курса учащиеся должны:

- уметь самостоятельно разбирать и собирать оружие, а также производить регламентные работы по обслуживанию вверенного оружия (чистку, смазку основных механизмов, мелкий ремонт);

- владеть строевыми приемами, уметь двигаться строем, уметь выполнять воинское приветствие;

- уметь прекращать дальнейшее воздействие травмирующих факторов, проводить простейшие лечебные мероприятия и обеспечивать скорейшую транспортировку пострадавшего в лечебное учреждение, предупреждать опасные последствия травм, кровотечений, инфекций и шока.

- знать историю родного края, помнить и чтить односельчан-участников ВОВ, знать и помнить дни воинской славы РФ, символику РФ, а также правила приема в военно-учебные заведения.

Критерием успешности прохождения данного курса является умение применить полученные теоретические знания на практике. Динамика интереса к курсу будет отслеживаться через повышенный интерес к занятиям, эмоционально-психологическое

состояние учащихся на занятиях, стремление к получению новых знаний и желание преодолеть возникающие трудности. Итоговый контроль предусматривает проверку теоретических знаний, умений и практических навыков.

Учебно-тематический план

Средняя группа

Тема		Количество часов
Раздел 1. Огневая подготовка		
1. Пулевая стрельба в России	История и задачи развития пулевой стрельбы в России. Успехи российских стрелков на международной арене. Победители и призеры чемпионатов Европы, мира и Олимпийских игр.	2
2. Теоретические основы стрельбы	Выстрел. Отдача винтовки. Элементы траектории полета пули. Стабилизация полета пули. Рассеивание пуль. Определение средней точки попадания. Влияние однообразия прикладывания винтовки к плечу. Углы возвышения и бросания. Диоптрический прицел.	2
3. Устройство пневматической винтовки ИЖ38	Общие сведения. Назначение и устройство основных частей. Работа частей и механизмов. Хранение оружия. Углубленное изучение устройства винтовки и работы ее частей и механизмов.	2
4. Меры безопасности при стрельбе и правила обращения с оружием	Права и обязанности стрелка. Правила выполнения стрельбы. Правила обращения с оружием. Правила проведения соревнований по стрельбе.	2
5. Подготовка пневматической винтовки к стрельбе	Заряжание винтовки. Принятие положения для стрельбы сидя за столом или стоя около стойки с опорой локтями на стол или стойку. Прицеливание с открытым прицелом, наводка, нажатие на спусковой крючок, режим дыхания. Проверка боя винтовки. Регулировка прицела по вертикали и по горизонтали. Контроль прицела.	2
6. Техника стрельбы из пневматической винтовки ИЖ38	Стрельба по мишени № 8 из положения сидя за столом или стоя с опорой локтями на стол или стойку. Дистанция – 10 м. Количество выстрелов – 25 (5 пробных + 20 зачетных)	2
	Стрельба по мишени № 8 из положения стоя без упора. Дистанция – 10 м. Количество выстрелов – 25 (5 пробных + 20 зачетных). Задание – выполнить нормативы спортивных разрядов.	2

	<p>Стрельба по мишени № 8 из положения с колена. Дистанция – 10 м. Количество выстрелов – 13 (3 пробных + 10 зачетных). Задание – выбить не менее 70 очков.</p>	2
	<p>Стрельба по мишени № 8 из двух положений: сидя за столом или лежа с упора, затем стоя. Дистанция – 10 м. Количество выстрелов – 25 (5 пробных + 10 зачетных на каждое положение). Цель – подготовка к сдаче нормативов спортивных разрядов.</p>	2
	<p>Стрельба по мишени № 8 из трех положений: сидя за столом или лежа с упора, затем с колена, затем стоя. Дистанция – 10 м. Количество выстрелов – 35 (5 пробных + 10 зачетных на каждое положение). Цель – подготовка к сдаче нормативов высших разрядов.</p>	2
	<p>Скоростная стрельба по силуэтным падающим мишеням из положения стоя. Дистанция – 10 (5) м. Количество выстрелов – 8 (3 пробных по мишени № 8 или спортивной «П» для проверки боя винтовки – без ограничения времени + 5 зачетных с минимальным временем по секундомеру). И.п. – пули и заряженная винтовка с открытым стволом лежат на столе, а стрелок стоит около стола. Задание – поразить все мишени за минимальное время. Цель упражнения – выработка необходимых качеств скоростной стрельбы (смелость, решительность). Это упражнение имеет и огромное прикладное значение.</p>	2
Раздел 2. Строевая подготовка		
1. Строй и его элементы.	<p>Понятия строй, шеренга, линия машин, колонна. Понятия элементов строя: фланг, фронт, тыльная сторона строя, интервал, дистанция, ширина строя, глубина строя.</p>	3
2. Строи отделения и взвода.	<p>Развернутый строй, двухшеренговый строй, походный строй. Понятия ряда, направляющего, замыкающего. Обязанности военнослужащего перед построением в строю</p>	3

3. Строевая стойка и выполнение команд.	Правила принятия строевой стойки. Команды: «СМИРНО!», «СТАНОВИСЬ!», «ВОЛЬНО!», «ЗАПРАВИТЬСЯ!»	2
4. Повороты на месте.	Приемы поворотов. Команды «Напра-ВО!», «Нале-ВО!», «Кру-ГОМ!»	2
5. Движение	Строевой шаг, походный шаг, движение бегом.	2
6. Воинское приветствие.	Понятие воинского приветствия. Обязанности военнослужащего при выполнении воинского приветствия. Выполнение воинского приветствия на месте: без головного убора, при надетом головном уборе. Выполнение воинского приветствия в движении: без головного убора, при надетом головном уборе, при обгоне начальника.	2
7. Выход из строя и возвращение в строй.	Команды, выполняемые при выходе из строя и возвращении в строй. Правила выхода и возвращения в строй. Правила подхода и отхода от начальника.	2
Раздел 3. Основы первой медицинской помощи.		2
1. Общие принципы оказания первой помощи.	Понятие и сущность первой медицинской помощи. Правила и принципы оказания медицинской помощи. Осмотр пострадавшего	2
2. Обращение с пострадавшим.	Правила снятия одежды с пострадавшего. Особенности снятия одежды при повреждении конечностей, кровотечениях, ожогах.	2
3. Средства первой помощи.	Стандартные средства медицинской помощи: аптечки, перевязочный материал, шкафчики, санитарные сумки. Импровизированные средства медицинской помощи: платки, простыни, палки, доски, зонты и т.д.	2
4. Кровотечение.	Понятие кровотечений. Виды кровотечений.	2
5. Остановка внешнего кровотечения	Остановка капиллярного, венозного и артериального кровотечений. Использование средств медицинской помощи при остановке кровотечений.	2
6. Остановка иных наружных кровотечений.	Правила остановки кровотечений из уха, из легких, из пищеварительного тракта, из носа и после удаления зуба. Правила использования средств медицинской помощи. Правила обращения с пострадавшим при наружных кровотечениях.	2
7. Внутреннее кровотечение.	Кровотечение в брюшную полость. Кровотечение в плевральную область. Причины возникновения внутренних кровотечений. Признаки внутренних	2

	кровотечений. Правила обращения с пострадавшим при внутренних кровотечениях.	
8. Кровотечение из головы.	Правила использования средств медицинской помощи, правила обращения с пострадавшим, когда необходимо звонить врачу.	2
9. Повреждение связочно-сумочного аппарата	Понятие повреждения связочно-сумочного аппарата, признаки повреждения, первая медицинская помощь при повреждении связочно-сумочного аппарата.	2
Раздел 4. Военно-исторические знания.		
1. История родного края.	Вологжане – участники ВОВ.	2
2. Дни воинской славы РФ.	История возникновения дней воинской славы. Ф.З. «О днях воинской славы».	2

Всего: 68 часов

Старшая группа

Тема	Содержание занятий	Количество часов
Раздел 1. Огневая подготовка		
1. Пулевая стрельба в России	История и задачи развития пулевой стрельбы в России. Успехи российских стрелков на международной арене. Победители и призеры чемпионатов Европы, мира и Олимпийских игр.	2
2. Теоретические основы стрельбы	Выстрел. Отдача винтовки. Элементы траектории полета пули. Стабилизация полета пули. Рассеивание пуль. Определение средней точки попадания. Влияние однообразия прикладывания винтовки к плечу. Углы возвышения и бросания. Диоптрический прицел.	2
3. Устройство пневматической винтовки ИЖ38	Общие сведения. Назначение и устройство основных частей. Работа частей и механизмов. Хранение оружия. Углубленное изучение устройства винтовки и работы ее частей и механизмов.	2
4. Меры безопасности при стрельбе и правила обращения с оружием	Права и обязанности стрелка. Правила выполнения стрельбы. Правила обращения с оружием. Правила проведения соревнований по стрельбе.	2
5. Подготовка пневматической винтовки к стрельбе	Заряжание винтовки. Принятие положения для стрельбы сидя за столом или стоя около стойки с опорой локтями на стол или стойку. Прицеливание с открытым прицелом, наводка, нажатие на спусковой крючок, режим дыхания. Проверка боя винтовки.	2

	Регулировка прицела по вертикали и по горизонтали. Контровка прицела.	
6. Техника стрельбы из пневматической винтовки ИЖ38	Стрельба по мишени № 8 из положения сидя за столом или стоя с опорой локтями на стол или стойку. Дистанция – 10 м. Количество выстрелов – 25 (5 пробных + 20 зачетных)	2
	Стрельба по мишени № 8 из положения стоя без упора. Дистанция – 10 м. Количество выстрелов – 25 (5 пробных + 20 зачетных). Задание – выполнить нормативы спортивных разрядов.	2
	Стрельба по мишени № 8 из положения с колена. Дистанция – 10 м. Количество выстрелов – 13 (3 пробных + 10 зачетных). Задание – выбить не менее 70 очков.	2
	Стрельба по мишени № 8 из двух положений: сидя за столом или лежа с упора, затем стоя. Дистанция – 10 м. Количество выстрелов – 25 (5 пробных + 10 зачетных на каждое положение). Цель – подготовка к сдаче нормативов спортивных разрядов.	2
	Стрельба по мишени № 8 из трех положений: сидя за столом или лежа с упора, затем с колена, затем стоя. Дистанция – 10 м. Количество выстрелов – 35 (5 пробных + 10 зачетных на каждое положение). Цель – подготовка к сдаче нормативов высших разрядов.	2
	Скоростная стрельба по силуэтным падающим мишеням из положения стоя. Дистанция – 10 (5) м. Количество выстрелов – 8 (3 пробных по мишени № 8 или спортивной «П» для проверки боя винтовки – без ограничения времени + 5 зачетных с минимальным временем по секундомеру). И.п. – пули и разряженная винтовка с открытым стволом лежат на столе, а стрелок стоит около стола. Задание – поразить все мишени за минимальное время. Цель упражнения – выработка необходимых качеств скоростной стрельбы (смелость, решительность). Это упражнение имеет и огромное прикладное значение.	3
	Скоростная дуэль стрельба по силуэтным	2

	<p>падающим мишеням из положения стоя одновременно двумя стрелками – «дуэлянтами». Дистанция – 10 (5) м. Количество выстрелов – 8 (3 пробных по мишени № 8 или спортивной «П» для проверки боя винтовки – без ограничения времени, а затем 5 зачетных по силуэтным падающим мишеням с минимальным временем, пока один из «дуэлянтов» первым не поразит все 5 мишеней). Стрельбу ведут на скорость одновременно два стрелка – каждый по своим мишеням. И.п. – пули и заряженные винтовки с открытыми стволами лежат на столах перед стрелками. Стрелки стоят около столов. Стрельба начинается по команде руководителя. Задание – за минимальное время поразить все 5 мишеней, опередив противника «дуэлянта».</p> <p>Цель упражнения – выработка необходимых качеств скоростной стрельбы в условиях психологического напряжения соревнований</p>	
7. Функциональная подготовка стрелков	<p>Всесторонняя подготовка стрелков, включающая общую и специальную физическую, теоретическую, техническую и психологическую подготовку.</p>	2
Раздел 2. Строевая подготовка		
1. Строй и его элементы.	<p>Понятия строй, шеренга, линия машин, колонна. Понятия элементов строя: фланг, фронт, тыльная сторона строя, интервал, дистанция, ширина строя, глубина строя.</p>	2
2. Строи отделения и взвода.	<p>Развернутый строй, двухшеренговый строй, походный строй. Понятия ряда, направляющего, замыкающего. Обязанности военнослужащего перед построением в строю</p>	2
3. Строевая стойка и выполнение команд.	<p>Правила принятия строевой стойки. Команды: «СМИРНО!», «СТАНОВИСЬ!», «ВОЛЬНО!», «ЗАПРАВИТЬСЯ!»</p>	2
4. Повороты на месте.	<p>Приемы поворотов. Команды «Напра-ВО!», «Нале-ВО!», «Кру-ГОМ!»</p>	2
5. Движение	<p>Строевой шаг, походный шаг, движение бегом.</p>	2
6. Военское приветствие.	<p>Понятие воинского приветствия. Обязанности военнослужащего при выполнении воинского приветствия. Выполнение воинского приветствия на месте: без головного убора, при надетом головном уборе. Выполнение воинского приветствия в движении: без головного убора, при надетом головном уборе, при обгоне начальника.</p>	2

7. Выход из строя и возвращение в строй.	Команды, выполняемые при выходе из строя и возвращении в строй. Правила выхода и возвращения в строй. Правила подхода и отхода от начальника.	2
Раздел 3. Основы первой медицинской помощи.		2
1. Общие принципы оказания первой помощи.	Понятие и сущность первой медицинской помощи. Правила и принципы оказания медицинской помощи. Осмотр пострадавшего	2
2. Обращение с пострадавшим.	Правила снятия одежды с пострадавшего. Особенности снятия одежды при повреждении конечностей, кровотечениях, ожогах.	2
3. Средства первой помощи.	Стандартные средства медицинской помощи: аптечки, перевязочный материал, шкафчики, санитарные сумки. Импровизированные средства медицинской помощи: платки, простыни, палки, доски, зонты и т.д.	2
4. Кровотечение.	Понятие кровотечений. Виды кровотечений.	2
5. Остановка внешнего кровотечения	Остановка капиллярного, венозного и артериального кровотечений. Использование средств медицинской помощи при остановке кровотечений.	2
6. Остановка иных наружных кровотечений.	Правила остановки кровотечений из уха, из легких, из пищеварительного тракта, из носа и после удаления зуба. Правила использования средств медицинской помощи. Правила обращения с пострадавшим при наружных кровотечениях.	2
7. Внутреннее кровотечение.	Кровотечение в брюшную полость. Кровотечение в плевральную область. Причины возникновения внутренних кровотечений. Признаки внутренних кровотечений. Правила обращения с пострадавшим при внутренних кровотечениях.	2
8. Кровотечение из головы.	Правила использования средств медицинской помощи, правила обращения с пострадавшим, когда необходимо звонить врачу.	2
9. Повреждение связочно-сумочного аппарата	Понятие повреждения связочно-сумочного аппарата, признаки повреждения, первая медицинская помощь при повреждении связочно-сумочного аппарата.	2
Раздел 4. Военно-исторические знания.		
1. История	История жизни города в войну и его восстановления в послевоенное время.	2
2. Дни воинской славы РФ.	История возникновения дней воинской славы. Ф.3. «О днях воинской славы».	2

3. Правила приема в военно-учебные заведения.	Военно-учебные заведения РФ. Кандидаты для зачисления в военно-учебные заведения. Профотбор в военно-учебные заведения. Нормативы физической подготовки. Общеобразовательная подготовка при поступлении.	2
---	--	---

Содержание курса

Раздел 1. Огневая подготовка.

Вопросы к теоретической части раздела для контроля знаний учащихся.

1. Расскажите об истории развития пулевой стрельбы в России.
 2. Расскажите об участии российских спортсменов на чемпионатах мира, Европы и Олимпийских играх.
 3. Что называется выстрелом?
 4. Что влияет на дальность и точность полета пули?
 5. До каких пор действует сила отдачи винтовки?
 6. Как называется наука, изучающая движение пули?
 7. Что такое траектория полета пули?
 8. От чего зависит величина силы сопротивления воздуха?
 9. Расскажите о способах стабилизации полета пули.
 10. Явление естественного рассеивания пуль.
 11. Расскажите о причинах рассеивания пуль.
 12. Что называется отклонениями пробоин?
 13. Для какой цели необходимо определять среднюю точку попадания пуль?
 14. Какие способы определения средней точки попадания пуль вы знаете?
 15. Расскажите о технических характеристиках винтовки ИЖ38.
 16. Какие пули используются для стрельбы из пневматических винтовок?
 17. Назначение и устройство основных частей пневматической винтовки.
 18. Расскажите о положении частей и механизмов винтовки при хранении и до заряжания.
 19. Что происходит с механизмом винтовки при зарядании?
 20. Как работают части и механизм винтовки при выстреле?
 21. Основные правила ухода за пневматической винтовкой.
 22. Какие правила безопасности и правила выполнения стрельб должен знать стрелок?
 23. Как производится приведение винтовки к нормальному бою?
 24. Что такое точность стрельбы?
 25. Что такое кучность стрельбы?
 26. Порядок организации и проведение соревнований по стрельбе.
- Стрельба из пневматической винтовки
- Подготовительные упражнения при обучении стрельбе по круглым мишеням
- Упражнение 1. Это упражнение является тренировочным и используется на начальном этапе обучения. Изготовка к стрельбе из винтовки сидя за столом с опорой локтями о стол. Рекомендуется как начинающим, так и опытным стрелкам для выработки и поддержания автоматизма и постоянства усилия и мест удержания оружия.
- Упражнение выполняется в заданном для стрельбы положении. Стрелок принимает изготовку без прицеливания, обращая внимание на постоянство мест удержания винтовки и постоянство усилия удержания.
- После освоения правильной изготовки надо тренироваться в длительности изготовки, постепенно увеличивая время удержания винтовки до утомления (но не

переутомления). Это упражнение будет способствовать увеличению статической выносливости позы для стрельбы, а значит, повышению мастерства стрельбы. Затем следует изготовка с прицеливанием.

Рекомендуется применение удлинителя прицельной линии.

Изготовка для стрельбы из винтовки сидя за столом или около стойки с опорой локтями на стол или стойку. Эта изготовка является самой простой и удобной для начального обучения пулевой стрельбе из винтовки. Положение тела стрелка наиболее



Рис. 1. Изготовка для стрельбы сидя за столом: а – вид сбоку; б – вид спереди

привычное, не требуется никакого напряжения, устойчивость винтовки и рук наибольшая, а зарядание оружия самое удобное.

Стрелок садится за стол или становится около стойки, выбирая наиболее удобную для себя позу. Все тело несколько повернуто вправо от линии прицеливания. Рекомендуется при стрельбе слегка прислоняться грудью к ребру стола или стойки, но при этом сохранять свободную позу с минимальным напряжением грудных мышц.

Винтовку надо взять правой рукой за шейку ложа так, чтобы большой палец обхватил шейку ложа слева - сверху, а остальные три пальца – слева - снизу.левой рукой взять цевье ложа снизу так, чтобы большой палец обхватывал левый бок цевья, а остальные четыре пальца обхватывали цевье с правого бока. Винтовка должна лежать не на пальцах, а на ладони, ближе к большому пальцу. Затем надо наклониться над столом и опереться на него локтями. При этом левые локоть и плечо должны быть выдвинуты вперед как можно дальше. Левый локоть должен находиться под винтовкой или несколько левее – в зависимости от телосложения стрелка. Правый локоть располагается сбоку, ближе к себе. Винтовку надо вставить затыльником в выемку правого плеча и прижать к нему. Голову опустить на приклад так, чтобы она всем весом опиралась на гребень приклада, а мышцы шеи не напрягались. Глаза по возможности смотрят прямо в прицел.

Ноги стрелок располагает так, как ему удобно, примерно на ширине плеч.

Самоконтроль принятого положения производится 2–3 раза. Он заключается в том, что после принятия данного положения стрелок закрывает глаза на несколько секунд, затем открывает их и проверяет совмещение точек наводки винтовки и прицеливания. Если оказалось, что ровная мушка винтовки не совпадает с точкой прицеливания, то надо уточнить наводку винтовки, не нарушая систему «стрелок – оружие», т.е. не сдвигая винтовку относительно тела стрелка.

Если точка наводки винтовки оказалась сбоку по отношению к точке прицеливания, то надо повернуть все тело вместе с винтовкой вокруг вертикальной оси, проходящей через точку опоры левого локтя, до совмещения точки наводки винтовки с точкой прицеливания.

Если точка наводки винтовки оказалась ниже (выше) точки прицеливания, то надо немного отодвинуться (придвинуться) со стулом от стола или встать немного дальше (ближе) от стойки, но не сдвигать с места локти.

Учебный удлинитель прицельной линии оружия. Учебный удлинитель предназначен для выработки навыков лучшей устойчивости оружия во время тренировки в стрельбе. Он представляет собой деревянный стержень длиной 300 мм с высокой и широкой мушкой на дальнем конце. Ближний конец – направляющая – изготавливается диаметром 4,3 мм, чтобы она вставлялась в канал ствола с дульной части. При этом длина прицельной линии увеличивается на 300 мм. Поэтому при неточностях прицеливания мушка удлинителя даст отклонение на 70% больше, чем мушка оружия, что будет заметно самому стрелку. Устойчивость оружия будет быстро расти. Высоту мушки удлинителя

надо сделать примерно 20 мм, чтобы мушка оружия не загромождала мушку удлинителя. Ширину мушки удлинителя следует сделать около 5 мм, чтобы она занимала ширину прорези прицела. Окрасить ее нужно в черный цвет.

Упражнение 2. Контроль однообразия прицеливания из винтовки. Контроль однообразия прицеливания с использованием прицельных станков и ручных указок контроля прицеливания. Это упражнение можно проводить с ожидающей сменой в другом помещении.

Винтовка жестко закрепляется в прицельном станке. На дистанции 5 (10) м вывешивается белый лист бумаги размером приблизительно 400-300 мм или более. Около него находится помощник – один из учащихся с ручной указкой контроля прицеливания и карандашом.

Преподаватель без учеников наводит винтовку со станком в лист бумаги (но не в середину), а затем прицеливается и дает команды помощнику двигать указку по листу бумаги: «Выше», «Ниже», «Правее», «Левее». Когда указка расположится рядом с нижним краем черного круга – «яблочком» точно на линии прицеливания «с просветом», руководитель дает команду: «Отмечай!», и помощник через центральное отверстие в указке ставит карандашом точку на бумаге. Эта точка будет контрольной для обучаемых стрелков.

После того как помощник уберет указку, учащиеся по одному подходят к прицельному станку с винтовкой, смотрят в прицел и дают необходимые команды помощнику о перемещении указки. После команды: «Отмечай!» помощник делает отметку карандашом. Затем первый стрелок еще два раза наводит указку. Поставив три точки наводки указки, помощник соединяет их прямыми линиями. Получается треугольник рассеивания наводки указки стрелком. Чем меньше этот треугольник, тем точнее умеет прицеливаться стрелок.

Для оценки этого упражнения на указке надо вырезать оценочные отверстия диаметрами 1,5, 3,0 и 10,0 мм.

Помощник накладывает указку на треугольник рассеивания наводки указки стрелка, подбирая наименьшее оценочное отверстие, в которое уместится весь треугольник. При этом треугольник рассеивания стрелка должен примерно совмещаться с контрольной точкой наводки преподавателя, хотя в отдельных случаях этого может и не быть. Самое главное – выработать у начинающих стрелков однообразие прицеливания.

Ручная указка контроля прицеливания для начинающих стрелков. Ручная указка предназначена для тренировки навыков прицеливания. Изготавливается диск диаметром около 100 мм из тонкого листа металла, пластика и т.п. В середине диска наклеивается черный круг от мишени. В центре просверливается отверстие диаметром 1–2 мм для отметки карандашом контрольных точек прицеливания. На краю диска делается три оценочных отверстия диаметрами 1,5, 2,5 и 5 мм для дистанции 5 м. При стрельбе на 10 м отверстия следует сделать в два раза больше. С другого края диска крепится рукоятка длиной 300 мм.

Упражнение 3. Прицеливание из винтовки по фигурным мишеням М.А. Иткиса. Данное упражнение развивает и закрепляет координацию движений стрелка. Он принимает заданную изготовку к стрельбе, прицеливается в прямую крестообразную мишень. Затем медленно и плавно передвигает ровную мушку по мишени вверх – вниз и слева направо, останавливаясь посередине. Преподаватель контролирует точность наводки оружия по ортоскопу (описание ортоскопа см. ниже). То же самое надо проделать по диагональной крестообразной мишени, а затем по кольцеобразной. Задание – удержание ровной мушки с наименьшими колебаниями. Данные размеры мишеней рекомендуются для дистанции 5 м для начинающих стрелков. Чем выше мастерство стрельбы, тем меньше должны быть размеры мишеней.



Фигурные мишени М.А. Иткиса. Нарисовать данные мишени на листе бумаги согласно рисунку и закрепить на стене около

основных мишеней. Для начинающих стрелков размеры увеличенные, для разрядников – уменьшенные.

Магнитный прибор контроля наводки пневматического оружия типа ИЖ38 (ортоскоп)

Ортоскоп изготавливается путем переделывания из заводского прибора. Для этого надо выпрямить кронштейн его крепления так, чтобы он плотно прилегал к левой стороне оружия. Затем отпилить лишнюю часть кронштейна, оставив конец 40 мм. Сформировать ферритовый магнит и приклеить его (использовать клей «БФб», «Момент» и др.). Полученный прибор устанавливается сверху на заднюю часть ствольной коробки и удерживается на ней достаточно прочно силой магнитного поля. Снимается прибор с небольшим усилием одной рукой.

Упражнение 4. Принятие устойчивой изготочки для стрельбы из винтовки стоя без опоры длительностью до 5 мин. и более; самоконтроль изготочки. Принять заданную изготочку для стрельбы с винтовкой или ее макетом, прицелиться в мишень, задержать дыхание и закрыть глаза примерно на 10 сек. Затем открыть глаза и проверить точность совпадения точки наводки винтовки и точки прицеливания. Как правило, эти точки не совпадают. Надо постараться выяснить, из-за каких групп мышц и суставов произошло отклонение винтовки.

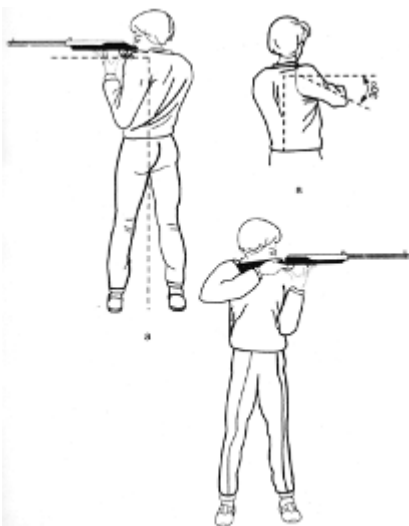
После этого найти такое изменение положения частей тела, чтобы изготочка была более устойчивой, т.е. с минимальным мышечным напряжением. Повторить это упражнение несколько раз, увеличивая время закрывания глаз примерно до 20 сек. и добиваясь большей точности положения частей тела без визуального корректирования.

Изготочка для стрельбы из винтовки стоя без опоры. Это положение является самым трудным, так как у стрелка имеются только две точки опоры – они весьма удалены от центра тяжести системы «стрелок – оружие». Поэтому надо предварительно хорошо усвоить приемы стрельбы сидя за столом. Сначала надо отработать приемы изготочки в положении стоя без прицеливания, а затем уже приступить к отработке всех элементов стрельбы. Только после этого можно приступать к практической стрельбе. Начинать стрелять рекомендуется по белому листу бумаги, чтобы не выработалась вредная привычка дергать спусковой крючок.

В дальнейшем необходимо продолжать тренировки в положении стоя без стрельбы, что позволит укрепить специальную физическую подготовку стрелка и повысить устойчивость системы «стрелок – оружие» во время выстрела.

Для стрельбы стоя надо встать около линии огня, не наступая на нее, примерно вполоборота направо по отношению к линии прицеливания. Ноги прямые, ступни примерно на ширине плеч или несколько уже, тяжесть тела распределена поровну на обе ноги, но есть небольшой наклон тела к носкам; туловище немного прогнуть назад, чтобы компенсировать тяжесть винтовки; носки раздвинуты без напряжения в удобном для стрелка положении.

Зарядив винтовку, стрелок производит ее прикладку. Для этого, удерживая винтовку правой рукой за шейку приклада, надо взять левой рукой за цевье под прицелом и вставить затыльник приклада в выемку правого плеча. В зависимости от телосложения или прижать локоть левой руки к грудной клетке и животу, или опереться локтем на тазобедренный сустав.



Поднять правый локоть до положения ниже горизонтального примерно на 30 см и удерживать его во время стрельбы без напряжения. Затем кистью левой руки поддержать винтовку внизу.

Применяются четыре способа поддержки винтовки снизу кистью левой руки.

Первый способ – винтовка поддерживается на всех выпрямленных пальцах ногтевыми фалангами. Большой

палец поддерживает винтовку под спусковой скобой, а остальные четыре пальца, собранные вместе, противостоят большому и поддерживают спереди и снизу цевье ложи.

Второй способ – большой палец также находится под спусковой скобой, а остальные четыре пальца, собранные вместе, прижаты к ладони так, что цевье ложи будет лежать на средних фалангах.

Третий способ – пальцы левой руки сжаты, но ладонь раскрыта. Средние фаланги поддерживают цевье ложи, а ладонь – спусковую скобу.

Четвертый способ – пальцы левой руки сжимаются в кулак, и цевье винтовки лежит на фалангах пальцев.

Каждый стрелок должен выбрать для удобный для него способ поддержки винтовки стоя без опоры и отработать его.

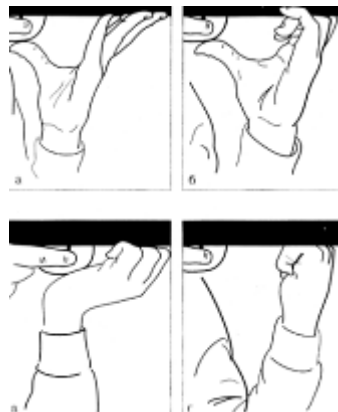
Рис.3 Изготовка для стрельбы стоя: а - вид слева - сзади, б - вид справа - спереди, в- вид сзади

основных

себя наиболее при стрельбе

Самоконтроль изготовления для стрельбы стоя.

Самоконтроль



г. Способы поддержания винтовки при стрельбе стоя: а – выпрямленных пальцев ногтевыми фалангами; б – теми же фалангами пальцев; в – средними фалангами и открытой ладонью; г – основными фалангами пальцев, сжатыми в кулак

Самоконтроль изготовления заключается в том, что стрелок проверяет правильность угла поворота корпуса к мишени, постановку ног и положение пальцев левой руки. Когда все эти элементы изготовления будут отработаны, после каждого нового заряжания поднятая винтовка окажется наведенной точно в цель.

Самоконтроль производится следующим образом. После изготовления и прицеливания стрелок закрывает глаза на несколько секунд. При этом его тело несколько расслабляется. Когда стрелок откроет глаза, винтовка будет направлена в точку прицеливания, если изготовление была правильной. Но если она была неточной, винтовка окажется направленной в сторону, так как во время закрывания глаз тело приняло менее напряженную позу. Для уточнения изготовления в таком случае надо переставить ступни ног. Если винтовка оказалась направленной ниже (выше) точки прицеливания, то надо придвинуть (отодвинуть) пальцы левой руки, поддерживающие цевье винтовки.

При стрельбе стоя во время предварительной и подготовительной фаз выстрела не рекомендуется сразу реагировать на отклонения мушки от точки прицеливания – надо сохранять выдержку и спокойствие.

Упражнение 5. Тренировка в стрельбе без пуль из винтовки. Задание – координация всех подготовительных действий стрелка: удержание винтовки, прицеливание, нажатие на спусковой крючок, режим дыхания, координация всех действий при стрельбе.

Изготовиться для стрельбы и прицеливаться в мишень. Удерживать наводку винтовки в течение 2–10 мин. в зависимости от подготовки стрелка. При этом приклад винтовки все время находится в выемке плеча, руки устойчиво держат винтовку, положение ведущего глаза относительно прицела фиксируется прижатой к прикладу щекой.

Дыхание ровное и неглубокое. Через равные промежутки времени дыхание надо задерживать на полувдохе на 7–10 сек. для выработки полного автоматизма однообразного и плавного нажатия на спусковой крючок.

Повторить то же самое с прицеливанием с помощью учебного удлинителя прицельной линии.

Это упражнение повышает специальную физическую выносливость стрелка и дает значительное улучшение результатов стрельбы.

Раздел 2. Строевая подготовка

Строевая подготовка организуется и проводится на основе Строевого устава

Вооруженных сил Российской Федерации.

Строевая подготовка включает: одиночные строевые приемы без оружия и с оружием; слаживание подразделений при действиях в пешем порядке и на машинах; строевые смотры подразделений.

Строевая подготовка воинов совершенствуется на занятиях по тактической, огневой, физической подготовке и на других занятиях, при построениях, передвижениях и в повседневной жизни.

Строй и его элементы.

Строй — установленное Строевым уставом размещение военнослужащих, подразделений и частей для их совместных действий в пешем порядке и на машинах.

Шеренга — строй, в котором военнослужащие размещены один возле другого на одной линии на установленных интервалах.

Линия машин — строй, в котором машины размещены одна возле другой на одной линии.

Колонна — строй, в котором военнослужащие расположены в затылок друг другу, а подразделения (машины) — одно за другим на дистанциях, установленных Уставом или командиром.

Строй имеет следующие элементы:

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

Фронт — сторона строя, в которую военнослужащие обращены лицом (машины — лобовой частью).

Тыльная сторона строя — сторона, противоположная фронту.

Интервал — расстояние по фронту между военнослужащими (машинами), подразделениями и частями.

Дистанция — расстояние в глубину между военнослужащими (машинами), подразделениями и частями.

Ширина строя — расстояние между флангами.

Глубина строя — расстояние от первой шеренги (впереди стоящего военнослужащего) до последней шеренги (позади стоящего военнослужащего), а при действиях на машинах — расстояние от первой линии машин (впереди стоящей машины) до последней линии машин (позади стоящей машины).

Строи отделения и взвода. В зависимости от назначения строи бывают развернутые и походные.

Развернутый строй — строй, в котором подразделения построены на одной линии по фронту в одношеренговом или двухшеренговом 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.

Двухшеренговый 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 названия шеренг не изменяются.

Два военнослужащих, стоящих в двухшеренговом строю в затылок один другому, составляют *ряд*. Если за военнослужащим первой шеренги не стоит в затылок военнослужащий второй шеренги, такой ряд называется *неполным*. При повороте двухшеренгового строя кругом военнослужащий неполного ряда переходит во впереди стоящую шеренгу.

Развернутый строй применяется для проведения проверок, расчетов, смотров, парадов, а также в других необходимых случаях.

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

Направляющий — военнослужащий (подразделение, машина), движущийся головным в указанном направлении. По направляющему соотносят свое движение остальные военнослужащие (подразделения, машины).

Замыкающий — военнослужащий (подразделение, машина), движущийся последним в колонне.

Походный строй применяется для передвижения подразделений при совершении марша, прохождения торжественным маршем, с песней, а также в других необходимых случаях.

Развернутый строй отделения (взвода) может быть одношереножный или двухшереножный. Отделение численностью четыре человека и менее всегда строится в одну шеренгу.

Походный строй отделения может быть в колонну по одному или в колонну по два. Отделение численностью четыре человека и менее строится в колонну по одному. Походный строй взвода может быть в колонну по три (во взводе из четырех отделений — в колонну по четыре), в колонну по два или в колонну по одному.

Обязанности военнослужащего перед построением и в строю. 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 (из машины) без разрешения;

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

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

Строевая стойка и выполнение команд. Строевая стойка является основным элементом строевой выучки. Она принимается по команде «*СТАНОВИСЬ!*» или «*СМИРНО!*».

По этой команде необходимо стать прямо, без напряжения, каблуки поставить вместе, а 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 посередине 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 отдавании и получении приказа, при докладе, во время исполнения Государственного гимна Российской Федерации, при выполнении воинского приветствия, а также при подаче команд.

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

По команде «*ЗАПРАВИТЬСЯ!*», не оставляя своего места в строю, можно поправить оружие, обмундирование и снаряжение. При необходимости выйти из

строя за разрешением обращаются к непосредственному начальнику. Перед командой заправиться подается команда «**ВОЛЬНО!**».

Повороты на месте. Повороты на месте выполняются по командам «**Направо-ВО!**», «**Нале-ВО!**», «**Кру-ГОМ!**». 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. При этом необходимо сочетать перенос тяжести тела на ту ногу, в сторону которой делается поворот, с одновременным резким поворотом корпуса в сторону поворота и сильным упором на носок другой ноги, сохраняя устойчивое положение туловища. Повороты выполняются с соблюдением всех правил строевой стойки.

Движение. Движение совершается шагом или бегом. Скорость движения шагом 110-120 шагов в мин. (размер шага 70-80 см). Скорость движения бегом 165-180 шагов в мин. (размер шага 85-90 см).

Шаг бывает строевой и походный.

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

Движение строевым шагом начинается по команде «**Строевым шагом — МАРШ!**» (в движении — «**Строевым — МАРШ!**»). По предварительной команде следует подать корпус несколько вперед, перенести тяжесть его на правую ногу, сохраняя устойчивость; по исполнительной команде начать движение с левой ноги полным шагом.

При движении строевым шагом ногу оттянутым вперед носком выносят на высоту 15-20 см от земли и ставят 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 при этом полусогнуты, голову необходимо держать прямо, смотреть перед собой.

Движение походным шагом начинается по команде «**Шагом — МАРШ!**».

При движении походным шагом ногу следует выносить свободно, не оттягивая носок, и ставить ее на землю, как при обычной ходьбе; руками производятся свободные движения около тела. При движении походным шагом по команде «**СМИРНО!**» переходят на



строевой шаг. При движении строевым шагом по команде **Строевой шаг: а - движение «ВОЛЬНО!»** следует идти походным шагом.

строевым шагом; б - шаг на

Движение бегом начинается по команде «**Бегом — месте МАРШ!**».

Воинское приветствие. Воинское приветствие является воплощением товарищеской сплоченности военнослужащих, свидетельством взаимного уважения и проявлением общей культуры.

Все военнослужащие обязаны при встрече (обгоне) приветствовать друг друга, строго соблюдая правила, установленные Строевым уставом Вооруженных Сил Российской Федерации. Подчиненные и младшие по воинскому званию приветствуют

первыми, а при равном положении первым приветствует тот, кто считает себя более вежливым и воспитанным.

Военнослужащие обязаны, кроме того, приветствовать: могилу Неизвестного солдата; братские могилы воинов, павших в боях за свободу и независимость Отечества; Боевое Знамя воинской части, а также Военно-морской флаг с прибытием на военный корабль и при убытии с него; похоронные процессии, сопровождаемые воинскими подразделениями.

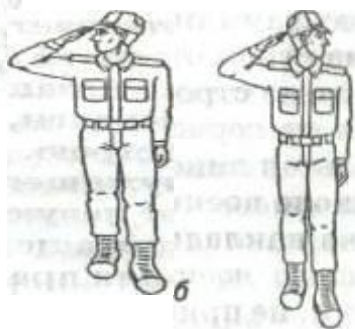
Воинское приветствие выполняется на месте и в движении, с надетым головным убором и без него.

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

Если головной убор надет, то, кроме того, необходимо приложить кратчайшим путем правую руку к головному убору так, чтобы пальцы были вместе, ладонь — прямой, средний палец касался нижнего края головного убора (у козырька), а локоть был на линии и высоте плеча. При повороте головы в сторону начальника (старшего) положение руки у головного убора остается без изменения. Когда начальник (старший) минует выполняющего воинское приветствие, голову поставить прямо и одновременно с этим опустить руку.



(старшего)
прекратить
и,
Пройдя



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

Выполнение воинского приветствия: а - на месте; б- в движении

При надетом головном уборе одновременно с постановкой ноги на землю повернуть голову в сторону начальника и приложить правую руку к головному убору, левую руку держать неподвижно у бедра. Пройдя начальника (старшего), одновременно с постановкой левой ноги на землю голову поставить прямо, а правую руку опустить.

При обгоне начальника (старшего) воинское приветствие следует выполнять с первым шагом обгона. Со вторым шагом голову поставить прямо и правую руку опустить. Если у военнослужащего руки заняты ношей, воинское приветствие выполняется поворотом головы в сторону начальника (старшего).

Выход и возвращение в строй. Для выхода военнослужащего из строя подается команда, например: «Рядовой Иванов! ВЫЙТИ ИЗ СТРОЯ НА ПЯТЬ ШАГОВ!». Военнослужащий, услышав свою фамилию, отвечает: «Я», а по команде о выходе из строя отвечает: «Есть»; строевым шагом выходит из строя на указанное количество шагов, считая от первой шеренги, останавливается и поворачивается лицом к строю.

При выходе военнослужащего из второй шеренги он слегка накладывает левую руку на плечо впереди стоящего военнослужащего, который делает шаг вперед и, не приставляя правой ноги, шаг в правую сторону, пропускает выходящего из строя военнослужащего, затем становится на свое место. При выходе военнослужащего из первой стоящей шеренги его место занимает стоящий за ним военнослужащий второй шеренги.

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

Для возвращения военнослужащего в строй подается команда, например: *«Рядовой Петров! СТАТЬ В СТРОЙ!»* или только *«СТАТЬ В СТРОЙ!»*.

По команде *«Рядовой Петров!»* военнослужащий, стоящий лицом к строю, услышав свою фамилию, поворачивается к начальнику и отвечает: *«Я»*, а по команде *«СТАТЬ В СТРОЙ!»*, приложив руку к головному убору, отвечает: *«Есть»*, поворачивается в сторону движения, с первым шагом опускает руку и, двигаясь строевым шагом, кратчайшим путем становится на свое место в строю. Если подается только команда *«СТАТЬ В СТРОЙ!»*, военнослужащий возвращается в строй без предварительного поворота к начальнику.

Подход к начальнику и отход от него. Подход к начальнику может осуществляться из строя и вне строя по команде, например: *«Рядовой Иванов! КО МНЕ (БЕГОМ КО МНЕ)!»*. Военнослужащий, услышав свою фамилию, отвечает: *«Я»*, а по команде *«КО МНЕ (БЕГОМ КО МНЕ)!»* отвечает: *«Есть»*.

Если военнослужащий находится в строю, он выходит из строя, делая один-два шага от первой шеренги прямо, на ходу поворачивается в сторону начальника, кратчайшим путем строевым шагом подходит (подбегает) к нему и, остановившись за два-три шага, прикладывает правую руку к головному убору и докладывает о прибытии. Например: *«Товарищ лейтенант! Рядовой Иванов по вашему приказанию прибыл!»*. По окончании доклада руку опускает.

При подходе к начальнику вне строя военнослужащий за пять-шесть шагов до него переходит на строевой шаг. Затем действует, как и при подходе к начальнику при вызове из строя.

При отходе от начальника военнослужащий, получив разрешение идти, прикладывает правую руку к головному убору, отвечает: *«Есть»*. Затем поворачивается в сторону движения, с первым шагом опускает руку и, сделав три-четыре шага строевым, продолжает движение походным шагом. При отходе от начальника для возвращения в строй военнослужащий действует, как и при команде *«СТАТЬ В СТРОЙ!»*.

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

Раздел 3 Основы первой медицинской помощи

Первая помощь – это совокупность простых, целесообразных мер по охране здоровья и жизни пострадавшего от травмы или внезапно возникшего заболевания. Правильно оказанная первая помощь сокращает время специального лечения, способствует быстрейшему заживлению ран и часто является решающим моментом при спасении жизни пострадавшего. Первая помощь должна оказываться сразу на месте происшествия быстро и умело еще до прихода врача или до транспортировки пострадавшего в больницу.

Каждый человек должен уметь оказать первую помощь по мере своих способностей и возможностей.

Сущность первой помощи заключается в прекращении дальнейшего воздействия травмирующих факторов, проведении простейших лечебных мероприятий и в обеспечении скорейшей транспортировки пострадавшего в лечебное учреждение, предупреждении опасных последствий травм, кровотечений, инфекций и шока.

При оказании первой помощи необходимо:

- 1) вынести пострадавшего с места происшествия;
- 2) обработать поврежденные участки тела и остановить кровотечение;

3) иммобилизовать переломы и предотвратить возможные осложнения (травматический шок, западение языка, аспирацию и т.п.);

4) доставить или же обеспечить транспортировку пострадавшего в ближайшее лечебное учреждение.

При оказании первой помощи следует руководствоваться следующими принципами: 1) правильность и целесообразность; 2) быстрота; 3) обдуманность, решительность и спокойствие.

При осмотре пострадавшего устанавливают: 1) вид и тяжесть травмы; 2) способ обработки раны, места повреждения; 3) необходимые средства первой помощи в зависимости от данных возможностей и обстоятельств.

При оказании первой помощи необходимо установить: 1) обстоятельства, при которых произошла травма; 2) время возникновения травмы; 3) место возникновения травмы.

Обращение с пострадавшим. При оказании первой помощи необходимо уметь обращаться с пострадавшим, в частности уметь правильно снять одежду. Это особенно важно при переломах, сильных кровотечениях, при потере сознания. Переворачивать и тащить за вывихнутые и сломанные конечности – это значит усилить боль, вызвать серьезные осложнения и даже шок.

Пострадавшего необходимо правильно приподнять, а в случае необходимости и перенести на другое место.

Приподнимать раненого следует осторожно, поддерживая снизу. Для этого нередко требуется участие двух или трех человек.

При повреждении верхней конечности одежду сначала снимают со здоровой руки. Затем с поврежденной руки стягивают рукав, поддерживая при этом всю руку снизу. Подобным образом снимают с нижних конечностей брюки.

Если снять одежду с пострадавшего трудно, то ее распарывают по швам. Для снятия с пострадавшего одежды и обуви необходимо участие двух человек.

При кровотечениях в большинстве случаев достаточно просто разрезать одежду выше места кровотечения. При ожогах, когда одежда прилипает или даже припекается к коже, материю следует обрезать вокруг места ожога; ни в коем случае ее нельзя отрывать. Повязка накладывается поверх обожженных участков.

Обращение с пострадавшим является весьма важным фактором в комплексе средств первой помощи. Неправильное обращение с раненым снижает ее эффективность.

Средства первой помощи. При оказании первой помощи нельзя обойтись без перевязочного материала. В соответствии с требованиями оказания первой помощи налажено производство средств первой помощи: аптечек, шкафчиков, санитарных сумок, которые должны быть в каждой семье, в школах, в мастерских, в автомашинах.

Аптечки (шкафчики) первой помощи оснащены стандартными фабричного производства средствами первой помощи: перевязочным материалом, лекарственными препаратами, дезинфицирующими средствами и несложными инструментами.

Однако бывают случаи, когда вместо стандартных средств приходится применять то, что имеется в распоряжении оказывающего помощь в данный момент. Речь идет о так называемых импровизированных подручных средствах.

При срочном оказании первой помощи в быту, в поле, на автострадах приходится применять импровизированные, временные средства. К ним можно отнести чистый носовой платок, простыню, полотенце и различное белье. Для иммобилизации переломанных конечностей могут служить палки, доски, зонтики, линейки и т.д. Из лыж, санок и веток деревьев можно изготовить импровизированные носилки.

Кровотечение – это истечение крови из сосудов, наступающее чаще всего в результате их повреждения (травматическое кровотечение). Кровотечение может также возникнуть при разъедании сосудов болезненным очагом (туберкулезным, раковым, язвенным) (нетравматическое кровотечение).

Виды кровотечений. Кровотечения, при которых кровь вытекает из ран или же естественных отверстий тела наружу, принято называть наружными кровотечениями. Кровотечения, при которых кровь скапливается в полостях тела, называются внутренними кровотечениями.

Среди наружных кровотечений чаще всего наблюдаются кровотечения из ран, а именно:

- 1) капиллярное – возникает при поверхностных травмах; кровь из раны вытекает по каплям;
- 2) венозное – возникает при более глубоких ранах (например, резаных, колотых): при этом виде кровотечения наблюдается обильное вытекание крови темно-красного цвета;
- 3) артериальное – возникает при глубоких рубленых, колотых ранах; артериальная кровь ярко-красного цвета, бьет струей из поврежденных артерий, в которых она находится под большим давлением;
- 4) смешанное – возникает в тех случаях, когда в ране кровоточат одновременно вены и артерии: чаще всего такое кровотечение наблюдается при достаточно глубоких ранах.

Остановка кровотечения. Первой задачей при обработке любой значительно кровоточащей раны является остановка кровотечения. Действовать при этом следует быстро и целенаправленно, так как значительная потеря крови при травме обессиливает пострадавшего и даже представляет собой угрозу для его жизни. Если удастся предотвратить большую кровопотерю, это намного облегчит стационарное лечение пострадавшего, уменьшит последствия травмы и ранения.

1. Остановка капиллярного кровотечения. При капиллярном кровотечении нет выраженных признаков пульсации в ране, а потеря крови сравнительно небольшая. Такое кровотечение можно быстро остановить, наложив на кровоточащий участок чистую марлю (покровная повязка). Поверх марли кладут слой ваты и рану перевязывают. Если в распоряжении нет ни марли, ни бинта, то кровоточащее место можно перевязать чистым носовым платком. Накладывать прямо на рану мохнатую ткань нельзя, так как на ее ворсинках находится большое количество бактерий, которые вызывают заражение раны. По этой же причине непосредственно на открытую рану нецелесообразно накладывать и вату.

2. Остановка венозного кровотечения. Опасным моментом венозного кровотечения наряду со значительным объемом потерянной крови является то, что при ранениях крупных вен, особенно шейных, может произойти засасывание воздуха в сосуды через поврежденные места. Проникший в сосуды воздух может затем попасть в сердце. В таких случаях возникает смертельное состояние – воздушная эмболия.

Венозное кровотечение лучше всего останавливается давящей повязкой. На кровоточащий участок накладывают чистую марлю, поверх нее – неразвернутый бинт или сложенную несколько раз марлю, в крайнем случае – сложенный чистый носовой платок. Примененные подобным образом средства действуют в качестве давящего фактора, который прижимает зияющие концы поврежденных сосудов. При прижатии бинтом такого давящего предмета к ране просвет сосудов сдавливается и кровотечение прекращается.

В случае, если у оказывающего помощь нет под рукой давящей повязки, а у пострадавшего сильно кровоточит поврежденная вена, то кровоточащее место надо сразу же прижать пальцами ниже места повреждения, а затем туго перебинтовать. Наиболее удобными для этих целей являются карманная давящая повязка или индивидуальный пакет, которые продаются в аптеках.

3. Остановка артериального кровотечения. Артериальное кровотечение является самым опасным из всех видов кровотечений, так как при нем может быстро наступить полное обескровливание пострадавшего. При кровотечениях из сонной, бедренной или подмышечной артерии пострадавший может погибнуть через три или даже две с половиной минуты.

Артериальное кровотечение можно остановить при помощи давящей повязки, но при кровотечении из крупной артерии следует немедленно остановить приток крови к раненому участку, придавив артерию пальцем выше места ранения. Однако эта мера является временной. Артерию прижимают пальцем до тех пор, пока не подготовят и не наложат давящую повязку. При кровотечении из крупных артерий (например, из бедренной артерии) наложение одной только давящей повязки иногда оказывается недостаточным. В таких случаях приходится накладывать петлю, жгут или же импровизированный жгут. Если у оказывающего помощь под рукой нет ни стандартного жгута, ни петли, то вместо них можно применить косынку, носовой платок, галстук, подтяжки. Жгут или петлю на конечность накладывают сразу же выше места кровотечения. Для этих целей очень удобна карманная повязка (индивидуальный пакет), исполняющая одновременно роль как покровной, так и давящей повязки. Место наложения жгута или петли покрывают слоем марли, для того чтобы не повредить кожу и нервы. Наложённый жгут полностью прекращает приток крови в конечность, но если петлю или жгут на конечности оставить на длительное время, то может даже произойти ее отмирание. Поэтому для остановки кровотечений их применяют только в исключительных случаях, а именно на плече и бедре (при отрыве конечности при ампутации). Сразу же после наложения жгута его следует замаркировать: число, месяц, год, часы, минуты! Время безопасного действия жгута – не более двух часов, после чего его на 3–5 мин. нужно снять или ослабить во избежание некроза нижерасположенных тканей.

При наложении петли или жгута пострадавшего в течение двух часов в обязательном порядке следует доставить в лечебное учреждение для хирургической обработки.

Кровотечение верхней конечности можно остановить при помощи пакетика бинта, вложенного в локтевой сгиб или в подмышечную впадину, при одновременном стягивании конечности жгутом. Подобным образом поступают при кровотечениях из нижней конечности, вкладывая в подколенную ямку клин. Правда, такой метод остановки кровотечения в последнее время применяется лишь изредка.

При кровотечении из главной шейной артерии – сонной – следует немедленно сдавить рану пальцами или же кулаком: после этого рану «набивают» большим количеством чистой марли. Этот способ остановки кровотечения называется тампонированием.

После шинирования кровоточащих сосудов пострадавшего следует напоить каким-либо безалкогольным напитком и как можно скорее доставить в лечебное учреждение.

Иные внешние кровотечения. Первую помощь приходится оказывать не только при кровотечениях из ран, но и при иных видах наружных кровотечений, среди которых некоторые также относятся к числу травматических.

Кровотечение из носа. Такое кровотечение возникает при ударе в нос, при сильном сморкании или же чихании, при тяжелых травмах черепа, а также при некоторых заболеваниях, например, гриппе, повышенном артериальном давлении. Пострадавшего укладывают на спину с несколько приподнятой головой, на переносицу кладут холодные компрессы или же лед. При носовом кровотечении нельзя сморкаться и промывать нос водой. Кровь, стекающую в носоглотку, пострадавший должен выплевывать. Если кровь выделяется преимущественно через носовые ходы, их можно затампонировать ватными тампонами, смочив их физиологическим раствором (минеральной водой) или сосудосуживающими каплями (адреналин, галазолин и т.п.).

Кровотечение после удаления зуба. При этом виде кровотечений достаточно положить на место удаленного зуба комочек марли или ваты, который больной затем зажимает зубами.

Кровотечение из уха. Кровотечение из уха наблюдается при ранениях внешнего слухового прохода и при переломах черепа. На раненое ухо накладывают чистую марлю, а затем его перевязывают. Пострадавший лежит с несколько приподнятой головой. Делать промывание уха нельзя.

Кровотечение из легких. При сильных ударах в грудную клетку, при переломах ребер, при туберкулезе, когда очаг заболевания разъедает какой-либо легочный сосуд, возникает легочное кровотечение. Пострадавшие откашливают ярко-красную вспененную кровь; дыхание затруднено. Пострадавшего укладывают в полусидящем положении, под спину ему подкладывают валик, на который он может опереться. На открытую грудь кладут холодный компресс. Больному запрещают говорить и двигаться.

Кровотечение из пищеварительного тракта. Кровотечение из пищевода возникает при его ранении или же при повреждении его вен, при некоторых заболеваниях печени. Кровотечение из желудка наблюдается при желудочной язве или опухоли, которые разъедают сосуды, проходящие в стенках желудка, а также при травмах желудка. Признаком является рвота, при которой рвотные массы представляют собой темно-красную и даже свернувшуюся кровь. Пострадавшего укладывают в полусидящем положении с согнутыми в коленях ногами. На брюшную область кладут холодный компресс. Необходим полный покой. Пострадавшему нельзя давать ни пить, ни есть. Оба вида кровотечений требуют немедленного хирургического вмешательства (срочная госпитализация).

Внутренние кровотечения:

Кровотечение в брюшную полость. Такое кровотечение возникает при ударе в живот; в ряде случаев при этом наблюдается разрыв печени. У женщин внутрибрюшное кровотечение бывает при внематочной беременности. Внутрибрюшное кровотечение характеризуется сильными болями в области живота. Пострадавший впадает в шоковое состояние или же теряет сознание; живот напряжен, мало участвует в дыхании, болезнен, может быть вздутым. Влажные, холодные кожные покровы. Слабый и частый пульс. Больного укладывают на носилки без подушки, можно дать немного воды, затем транспортировать в больницу.

Кровотечение в плевральную полость. Кровотечение такого типа возникает при ударе, повреждении грудной клетки. Кровь скапливается в плевральной полости и в пораженной половине сдавливает легкое, тем самым препятствуя его нормальной деятельности. Пострадавший дышит с трудом, при значительном кровотечении даже задыхается. Его укладывают на носилки на поврежденную сторону. Если есть нарушение целостности кожных покровов, накладывается циркулярная окклюзионная повязка. Необходимо обеспечить немедленную транспортировку пострадавшего в лечебное учреждение.

Кровотечения из головы:

Что нужно знать. В большинстве случаев кровотечение можно остановить, просто зажимая рану носовым платком. Сильно кровоточащая поверхностная рана головы далеко не всегда так опасна, как кажется на первый взгляд: сильно кровоточить может и небольшой порез.

Что надо делать. Прижмите рану куском чистой сухой ткани. Плотно, но осторожно в течение 5–10 мин. прижимайте ткань к ране, пока кровотечение не остановится. Если кровь просочилась через ткань, не убирайте ее с раны, чтобы не помешать формированию кровяного сгустка. На первый кусок ткани наложите другой. Если рана неглубокая, промойте ее теплой водой с мылом и просушите. Не нужно промывать глубокие и сильно кровоточащие раны. Если кровотечение приостановилось, пусть даже и не остановилось совсем, перевяжите рану чистой тканью.

За чем нужно следить. Если приостановить кровотечение не удастся, проверьте, нет ли у пострадавшего признаков шока. Если у пострадавшего кружится голова, если он теряет сознание, а его кожа становится бледной, холодной и влажной, если дыхание у него поверхностное и учащенное, а пульс слабый и частый – не прекращайте попыток остановить кровотечение.

Когда обращаться к врачу. Если у больного глубокая рана и кровотечение остановить не удастся, звоните 03. Если вам кажется, что рана велика и нужно наложить шов, или если путем промывания из нее не удалось удалить грязь и песок, доставьте пострадавшего в пункт неотложной помощи. Чем скорее начнется лечение, тем легче избежать инфекции.

Носовое кровотечение:

Что нужно знать. Чаще всего носовые кровотечения возникают из-за того, что пострадавший дышит сухим воздухом, часто сморкается и чихает, а также в результате травмы.

Что надо делать. Успокоить пострадавшего. Если пострадавший успокаивается, кровотечение уменьшается. Попросите пострадавшего наклониться вперед и, по крайней мере, на 10 мин. зажать нос, чтобы образовался кровяной сгусток. Не разрешайте пострадавшему сморкаться и втягивать носом воздух в течение нескольких часов. Если кровотечение не прекращается или возобновляется, попросите повторить прием, описанный выше. Наложите холодный компресс на переносицу. Если кровотечение прекратилось, аккуратно смажьте нос внутри вазелином с помощью ватного тампона: это предохранит слизистую оболочку носа от пересыхания.

Когда обращаться к врачу. Если через 15–20 мин. после начала оказания первой помощи кровотечение не останавливается или возобновляется, если кровь, не переставая, стекает в горло, вызовите врача.

Повреждение связочно-сумочного аппарата. Повреждения связочно-сумочного аппарата – растяжение связок, надрывы и разрывы.

Признаки: боль, отек в области травмы, припухлость сустава, нарушение функции сустава. При полном разрыве связок, кроме перечисленного, наблюдается изменение оси конечности.

Первая помощь: воздействовать холодом на место травмы, наложить давящую повязку, надежно фиксирующую сустав. При необходимости сустав иммобилизовать шиной! Боль можно притупить аэрозолем (хлорэтил и т.п.). Обязательна консультация травматолога.

Повреждения мышц и сухожилий. Повреждения мышц и сухожилий – растяжение, надрывы, разрывы.

Признаки: боль, кровоизлияние разной степени выраженности, затруднение движения в суставах из-за боли в мышцах, повышенная плотность тканей или углубления под кожей в сочетании с валиком по краям.

Что нужно знать. При растяжении происходит надрыв или разрыв связки, мышцы или сухожилия.

Что нужно делать. Устроить пострадавшего поудобнее, поднять травмированную конечность выше уровня сердца: это уменьшит отек. Наложить на болезненную область холодный компресс на 10–15 мин.: это уменьшит боль и отек. Если конечность продолжает отекать, меняйте холодные компрессы каждые 20–30 мин., пока отек не начнет уменьшаться. При необходимости дайте болеутоляющее средство, используйте дозы препарата, указанные в инструкции по его применению. Если травмирована область голеностопного сустава или коленного сустава, наложите плотную (но не тугую) повязку. Если травмировано плечо, локоть или запястье, фиксируйте руку с помощью косыночной повязки и привяжите повязку к туловищу. Через 48 ч, если боль не утихнет, а отек спадет, попросите подвигать травмированной конечностью в разные стороны. Не позволяйте

нагружать травмированную конечность, пока боль при нагрузке не пройдет полностью. При легких растяжениях это занимает 7–10 дней, при тяжелых – 4–6 недель.

Когда обращаться к врачу. Если сильно болит и опухло место повреждения, подвижность в месте повреждения утрачена частично или полностью, имеется деформация и, возможно, перелом кости, боль в месте повреждения не утихает через 48 ч после травмы или через 48 ч после травмы двигательная активность травмированной конечности не восстанавливается, обратитесь к врачу.

Раздел 4. Военно-исторические знания.

История родного края.

Дни воинской славы России. Победы русского оружия над врагами Отечества всегда широко отмечались русской общественностью. В дооктябрьский период Русской Православной Церковью были установлены так называемые викториальные дни, в которые совершались молебны и другие праздничные мероприятия. Это были особые дни, когда общество, чествуя армию и флот, воздавало дань воинскому подвигу, славе и доблести своих защитников, а служивые люди, поднимаясь над буднями, по-особому представляли смысл ратной службы, глубже ощущали свою сопричастность к славным деяниям наших предков.

Возрождая одну из лучших российских военных традиций, 13 марта 1995 г. был принят Федеральный закон «О днях воинской славы (победных днях) России» (№ 32-ФЗ), в список которых вошли часть викториальных дней и наиболее выдающиеся события военной истории как дооктябрьского, так и советского периодов. В соответствии с данным законом установлены дни воинской славы России.

18 апреля — День победы русских воинов князя Александра Невского над немецкими рыцарями на Чудском озере (Ледовое побоище, 1242 г.). Тревожным было положение Северо-Западной Руси в начале XIII в. В июле 1240 г. 100 шведских кораблей встали на стоянку в устье Невы. Новгородский князь Александр Ярославич с дружиной и ополченцами, совершив стремительный переход, внезапно напал на лагерь шведов. В жаркой сече 5-тысячный лагерь шведов был разгромлен. За эту блестящую победу народ нарек 20-летнего полководца Александра Невским.

Осенью того же года начали свое наступление рыцари немецкого Ливонского ордена, обосновавшегося и в Прибалтике. Немецкие рыцари воспользовались отвлечением русского войска на борьбу со шведами и захватили Изборск, Псков, стали продвигаться к Новгороду. Однако войска под командованием Александра Невского, перейдя в контрнаступление, взяли штурмом крепость Копорье на побережье Финского залива, а затем освободили и оплот рыцарей — Псков.

Решающее сражение, окончательно освободившее русскую землю, произошло в апреле 1242 г. на скованном льдом Чудском озере.

Неприятельское войско выстроилось «свиньей». Александр Невский расположил русское войско в следующем боевом порядке: в центре первой линии, перед «челом», находился растянутый по фронту передовой полк пехоты, первые ряды которого составляли лучники, на флангах стояли усиленные полки пехоты правой и левой руки, за ними — конница, разделенная на две части. Позади «чела» Александр поставил свою немногочисленную, но тяжеловооруженную конную дружину. Такое построение позволяло не только парировать прорыв центра своего боевого порядка, но и осуществить двусторонний охват с целью нанесения ударов по флангам и тылу противника, окружить и полностью уничтожить последнего.

Окруженные немцы, прекратив сопротивление, бросали оружие и сдавались. На протяжении 7 км, вплоть до противоположного берега, русские гнали противника. В панике рыцари падали на рыхлый лед и тонули в студеной воде.

Эта победа укрепила моральный дух русских людей, вселила надежду на успех борьбы с чужеземными захватчиками. Александр Невский был причислен Русской Православной Церковью к лику святых.

21 сентября — День победы русских полков во главе с великим князем Дмитрием Донским над монголо-татарскими войсками в Куликовской битве (1380 г.). Страшные бедствия принесло монголо-татарское иго на русскую землю. Но во второй половине XIV в. начался распад Золотой Орды, где фактическим правителем становится один из старших ханов — Мамай. В то же время на Руси шел процесс образования сильного централизованного государства путем объединения русских земель под властью Московского княжества. Усиление Московского княжества встревожило Мамаю. В 1378 г. он послал на Русь сильное войско под командованием мурзы Бегича. Войско князя Московского Дмитрия Ивановича встретило ордынцев на реке Воже и наголову их разбило.

Мамай, узнав о поражении Бегича, стал готовиться к большому походу на Русь. Он вступил в союз с великим князем литовским Ягайло и рязанским князем Олегом. Летом 1380 г. Мамай начал поход. Недалеко от места впадения реки Воронеж в Дон ордынцы разбили свои станы и, кочуя, ожидали вестей от Ягайло и Олега. Князь Дмитрий решил разгромить полчища Мамаю до подхода к ним войска Ягайло, чтобы не допустить вторжения врага в глубь русской земли.

Утром 8 (21) сентября, после поединка русского воина-инока А. Пересвета с монгольским богатырем Челубеем, которые за смерть рухнули с коней, пронзенные копьями, разгорелась ожесточенная битва. Князь Дмитрий Иванович сражался в первых рядах своих войск. В течение трех часов войско Мамаю безуспешно пыталось прорвать центр и правое крыло русской рати, которая отразила натиск врага. Тогда Мамай всеми силами обрушился на левый фланг и начал теснить русских воинов. Он ввел в намечавшийся прорыв весь свой резерв. И в этот момент в тыл прорвавшейся конницы противника ударил засадный полк. Враг не выдержал неожиданного удара и стал отходить, а затем и пустился в бегство. Дружины русских преследовали его на протяжении 30-40 км. Войско Мамаю было полностью разгромлено. Отряды Ягайло, узнав о победе русских, вернулись в Литву. Битва на Куликовом поле серьезно подорвала военное могущество Золотой Орды и ускорила ее последующий распад. Она способствовала дальнейшему росту и укреплению Русского единого государства, подняла роль Москвы как центра объединения.

4 ноября — День освобождения Москвы силами народного ополчения под руководством Кузьмы Минина и Дмитрия Пожарского от польских интервентов (1612 г.).

Тяжелые испытания выпали на долю Руси в конце XVI — начале XVII в. Страну раздирали боярские заговоры и интриги. Из-за неурожая в 1601—1603 гг. наступил ужасный голод. Период смуты и хаоса длился 15 лет: с января 1598 г. (когда умер последний Рюрикович — сын Ивана Грозного Федор) по январь 1613 г. (когда Земский собор избрал царем Михаила Романова). Эти факторы и учитывали польские паны, стремясь поработить Русь. В своих коварных планах они использовали авантюристов — самозванцев Лжедмитрия I (1605) и Лжедмитрия II (1608), выступавших под именем сына Ивана IV — царевича Дмитрия. После их неудач началась открытая польская интервенция. Под предводительством короля Сигизмунда III поляки перешли русскую границу и в сентябре 1609 г. осадили Смоленск. В ночь на 21 сентября 1610 г. боярское правительство впустило в столицу польские войска — бояре фактически передали государственную власть неприятелю. Это предательство дорого обошлось Москве и России. Начались пожары, насилие.

Угроза потери национальной независимости вызвала глубокое беспокойство в патриотически настроенных кругах дворянства и других сословий, всего населения. В сентябре 1611 г. в Нижнем Новгороде началось формирование ополчения, которое сыграло решающую роль в освобождении Москвы от поляков. Оно состояло из отрядов дворян, горожан, крестьян центральных и северных районов России, жителей Поволжья всех национальностей. Посадские люди выдвинули руководителем ополчения князя Дмитрия Михайловича Пожарского.

Вместе с ним организатором и руководителем ополчения был Кузьма Минин, происходивший из нижегородских посадских людей.

В августе 1612 г. отряды ополченцев разгромили под столицей польскую армию. У оккупантов осталось последнее пристанище — Кремль, который попал в прочную осаду. 26 октября 1612 г. польский гарнизон капитулировал. Весть об освобождении Москвы воодушевила всю страну. Были созданы условия для восстановления государственной власти в России. Благодарные потомки открыли в столице России памятник. На его гранитном постаменте бронзовыми буквами начертано: *«Гражданину Минину и князю Пожарскому благодарная Россия, лета 1818 г.»*.

10 июля — День победы русской армии под командованием Петра I над шведами в Полтавском сражении (1709 г.). В 1700 — 1721 гг. Россия вела со Швецией тяжелую Северную войну за возвращение исконных русских земель и выход в Балтийское море. Шведский король Карл XII имел первоклассную армию и флот. Он нанес поражение польско-саксонской и русской армиям (в первые годы войны), планировал овладеть Смоленском и Москвой. Весной 1709 г. Карл XII предпринял поход на Москву через Харьков и Белгород. Стремясь разгромить русскую армию в генеральном сражении, предводитель шведов решил быстро овладеть Полтавой, находившейся на пути движения его армии.

Гарнизон Полтавы насчитывал 4 тыс. солдат и 2,5 тыс. вооруженных горожан. Защитники Полтавы отбили все попытки шведов штурмом овладеть городом. Тем самым они задержали шведскую армию на три месяца, дав возможность русским войскам подготовиться к генеральному сражению.

27 июня (8 июля) 1709 г. на берегу реки Ворсклы, близ Полтавы, русские полки нанесли сокрушительный удар прославленной шведской армии. Враг потерял более 9 тыс. человек убитыми, 19 тыс. человек пленными, в том числе весь генералитет. Было захвачено 137 знамен и штандартов. Русские потеряли 1345 человек убитыми и 3290 ранеными. Преследуя разбитую шведскую армию, конница Меншикова на Днепре у села Переволочна заставила капитулировать еще 15 тыс. шведов. Карл XII вместе с украинским изменником Мазепой и небольшой охраной бежал в Турцию.

Шведы были изгнаны из Финляндии, Польши, Прибалтики. Победа под Полтавой предопределила победоносный для России исход Северной войны.

9 августа — День первой в российской истории морской победы русского флота под командованием Петра I над шведами у мыса Гангут (1714 г.). Морское сражение у мыса Гангут — славная страница истории русского флота. Это была первая морская победа над сильнейшим в то время шведским флотом, который до той поры не знал поражений. Шведские корабли попытались заблокировать в Финском заливе русский гребной флот, готовившийся к проведению десантной операции на финском побережье. Воспользовавшись штилем, сделавшим громадные шведские суда беспомощными, галеры русского флота прорвали блокаду.

На следующий день, 9 августа 1714 г., у западного берега Гангутского полуострова (финское название — Ханко) русские галеры обнаружили и окружили шведскую эскадру, отрезав ее от главных сил.

Петербург торжественно встречал героев Гангута. Над городом гремели залпы артиллерийских салютов, тысячи жителей столицы заполнили набережные Невы, по которой следовали победоносные русские суда с захваченными шведскими кораблями. Петр I, произведенный в вице-адмиралы, назвал победу у Гангута «второй Полтавой».

24 декабря — День взятия турецкой крепости Измаил русскими войсками под командованием А. В. Суворова (1790 г.). Особое значение в ходе русско-турецкой войны 1787-1791 гг. имело взятие Измаила — цитадели турецкого владычества на Дунае. Крепость была построена под руководством немецких и французских инженеров в соответствии с новейшими требованиями фортификации. С юга ее защищал Дунай, имеющий здесь ширину в полкилометра. Вокруг крепостных стен был вырыт ров шириной 12

м и глубиной 6-10 м, в некоторых его местах стояла вода глубиной до 2 м. Внутри города имелось множество каменных построек, удобных для обороны. Гарнизон крепости насчитывал 35 тыс. человек и 265 орудий.

В ноябре 1790 г. русские войска начали осаду Измаила. Две попытки взять крепость окончились неудачей. И тогда главнокомандующий русской армией генерал-фельдмаршал Г. А. Потемкин поручил взятие неприступной крепости А. В. Суворову. Началась усиленная подготовка к штурму.

Стремясь избежать кровопролития, Суворов направил коменданту Измаила ультиматум о сдаче крепости, на что последовал ответ: «Скорее небо обрушится на землю и Дунай потечет вверх, чем сдастся Измаил». 24 декабря 1790 г. русские войска девятью колоннами с разных сторон двинулись на штурм крепости. Речная флотилия подошла к берегу и под прикрытием огня артиллерии высадила десант. Умелое руководство Суворова и его соратников, отвага солдат и офицеров решили успех боя, продолжавшегося 9 часов. Турки оборонялись упорно, но Измаил был взят. Неприятель потерял 26 тыс. убитыми и 9 тыс. пленными. Было захвачено 265 орудий, 42 судна, 345 знамен. Суворов указал в рапорте потери русской армии в 1815 человек убитыми и 2455 ранеными.

Примечателен тот факт, что Измаил был взят армией, уступавшей по численности гарнизону крепости. Случай чрезвычайно редкий в истории военного искусства. Екатерина II повелела выбить медаль в честь А. В. Суворова за взятие Измаила и учредила офицерский золотой крест с надписью «За отменную храбрость» — для награждения за подвиги, совершенные при штурме Измаила.

8 сентября — День Бородинского сражения русской армии под командованием М.И. Кутузова с французской армией (1812 г.). В ходе Отечественной войны 1812 г. под давлением численно превосходящего противника русские войска вынуждены были с боями отходить вглубь страны. Главнокомандующий объединенными русскими армиями М. И. Кутузов решил остановить продвижение армии Наполеона на Москву у села Бородино. Здесь, в 120 км от столицы, было принято решение дать генеральное сражение.

Наполеон, оценив обстановку, решил нанести удар по левому флангу боевого построения русских войск, чтобы прижать их к реке и уничтожить. 26 августа (7 сентября) после мощной артиллерийской подготовки французская армия обрушивалась на войска П.И. Багратиона, оборонявшие Семеновские флеши. Позиции покрылись горами окровавленных тел. Смертельно раненного Багратиона увезли с поля сражения. В последнюю, восьмую, атаку Наполеон бросил 45 тыс. человек, поддержав их усилия огнем 400 орудий. К 12 часам дня флеши были захвачены противником, но русские войска не допустили прорыва на левом фланге.

Казалось, французы были близки к победе. Оставалось только сломить сопротивление в центре и овладеть Курганной батареей, получившей название батареи Раевского. Но в критический момент сражения Кутузов направил в обходной рейд казаков и кавалерию — они ударили по левому флангу французов. Чтобы остановить возникшую панику, Наполеон приостановил атаки на центр и направил часть своей гвардии для отражения русской конницы. Только после восстановления положения были возобновлены атаки на центр боевого порядка русских войск.

К вечеру русские войска уступили неприятелю не более 1,5 км. Отойдя на новую позицию, они вновь были готовы к сражению. Однако французы не решились продолжать атаки, опасаясь перехода русских войск к активным действиям.

1 декабря — День победы русской эскадры под командованием П. С. Нахимова над турецкой эскадрой у мыса Синоп (1853 г.). Морское сражение при Синопе произошло в самом начале Крымской войны. Начавшись в октябре 1853 г. между Россией и Турцией, эта война вскоре переросла в вооруженное столкновение России с сильной коалицией Турции, Англии, Франции и Сардинии. Это было последнее крупное сражение парусных

кораблей и первое, в котором использовались бомбические орудия (т. е. стрелявшие разрывными снарядами).

18 (30) ноября 1853 г. эскадра вице-адмирала П. С. Нахимова (6 линейных кораблей и 2 фрегата) в Синопской бухте нанесла упреждающий удар по противнику, неожиданно напав на турецкий флот, состоявший из 16 кораблей. Цвет турецкого флота (7 фрегатов, 3 корвета и 1 пароход) был сожжен, береговые батареи уничтожены. Турки потеряли убитыми и ранеными около 4 тыс. человек. Еще около 200 попали в плен. Эскадра Нахимова не потеряла ни одного корабля. Блестящая победа русского флота лишила турок господства на Черном море, не позволила им высадить войска на побережье Кавказа. В Синопском бою наглядно проявилась эффективность передовой системы обучения и воспитания воинов-черноморцев. Высокое боевое мастерство, показанное моряками, было достигнуто упорной учебой, тренировками, походами, овладением всеми тонкостями морского дела.

23 февраля — День победы Красной Армии над кайзеровскими войсками Германии (1918 г.) — День защитника Отечества. После победы в октябре 1917 г. социалистической революции одновременно с демобилизацией старой армии разрабатывались проекты строительства новой. 15 января 1918 г. Совет Народных Комиссаров принял Декрет о создании Красной Армии, а 29 января — об организации Рабоче-Крестьянского Красного Флота. По всей стране развернулась работа по созданию отрядов Красной Армии.

Одновременно советская делегация вела переговоры с Германией, предлагая ей заключить мир без аннексий и контрибуций. Но цели германских империалистов были далеко не мирными. Они потребовали, чтобы к Германии отошла территория размером свыше 150 тыс. кв. км.. Польшу, Украину, Литву, Латвию, Эстонию германское командование хотело превратить в зависимые государства. Советское правительство вынуждено было пойти на эти тяжелые условия мира. Вести войну при фактическом отсутствии армии, в условиях разрухи в стране и при нежелании масс воевать — значило погубить Советскую республику.

Главными противниками заключения мира выступили Троцкий и «левые коммунисты». Троцкий, возглавлявший советскую мирную делегацию в Бресте, выдвинул лозунг «Ни мира, ни войны» и заявил, что Советская страна аннексионистского мира не подпишет, но войну прекращает и полностью демобилизует армию. Мирные переговоры были прерваны.

Воспользовавшись этим, германское командование 18 февраля начало наступление крупными силами по всему русско-германскому фронту. На защиту Отечества поднялся и стар, и млад. 22 и особенно 23 февраля в Петрограде, Москве, Екатеринбурге, Челябинске и других городах с огромным подъемом прошли митинги рабочих, на которых принимались решения о вступлении в ряды Красной Армии и партизанские отряды. Для отпора врага только в столице было мобилизовано около 60 тыс. человек, из них около 20 тыс. сразу же отправлено на фронт.

23 февраля 1918 г. молодая Рабоче-Крестьянская Красная Армия приостановила продвижение немецких войск под Псковом и Нарвой. Этот день и стал считаться днем рождения Красной Армии, а позже — Днем защитников Отечества.

5 декабря — День начала контрнаступления советских войск под Москвой. По количеству войск, военной техники и вооружения, размаху и напряженности боевых действий битва под Москвой в 1941-1942 гг. была одной из крупнейших в истории второй мировой войны. Она происходила на территории до 1 тыс. км по фронту и до 350-400 км в глубину, что по площади равнялось Англии, Ирландии, Исландии, Бельгии и Голландии, вместе взятым. Свыше 200 суток шли яростные, ожесточенные и кровопролитные бои, в которых с обеих сторон сражались свыше 7 млн. солдат и офицеров, около 53 тыс. орудий и минометов, около 6,5 тыс. танков и штурмовых орудий, более 3 тыс. боевых самолетов. Битва под Москвой явилась решающим военным событием первого года Великой Отечественной войны.

За доблесть и мужество, проявленные в ожесточенных и кровопролитных боях, 40 соединениям и частям были присвоены гвардейские звания, 36 тыс. солдат и офицеров были награждены орденами и медалями. Битва под Москвой явилась началом коренного перелома в Великой Отечественной войне.

2 февраля — День разгрома советскими войсками немецко-фашистских войск в Сталинградской битве (1943 г.). Сталинградская битва началась 17 июля 1942 г. и закончилась 2 февраля 1943 г. По характеру боевых действий она делится на 2 периода: оборонительный, продолжавшийся до 19 ноября 1942 г., и наступательный, завершившийся разгромом крупнейшей стратегической группировки врага в междуречье Дона и Волги. Цель наступления фашистских войск летом 1942 г. состояла в том, чтобы прорваться к Волге и нефтеносным районам Кавказа; захватить Сталинград — важный стратегический и крупнейший промышленный пункт; перерезать коммуникации, связывающие центр страны с Кавказом; овладеть плодородными районами Дона, Кубани и нижней Волги.

13 сентября враг начал штурм Сталинграда, намереваясь мощным ударом сбросить его защитников в Волгу. Разгорелись ожесточенные бои, особенно в районе вокзала и за Мамаев курган. Борьба шла за каждую улицу, каждый квартал, каждое здание. О накале боев говорит тот факт, что вокзал в течение двух дней 13 раз переходил из рук в руки.

В середине ноября немцы занимали большую часть города, но их наступательные возможности окончательно иссякли. 19 ноября 1942 г. на врага обрушилась лавина огня и металла. Так началась грандиозная стратегическая наступательная операция Красной Армии по окружению и уничтожению вражеской группировки под Сталинградом. 2 февраля 1943 г. окруженные фашистские войска были полностью разгромлены.

Победа под Сталинградом ознаменовала коренной перелом в Великой Отечественной войне и оказала определяющее влияние на весь ее дальнейший ход.

27 января — День снятия блокады города Ленинграда (1944 г.). С первых дней войны одним из стратегических направлений, по планам гитлеровского командования, было ленинградское. Ленинград входил в число важнейших объектов, намеченных для захвата. Битва за Ленинград, самая продолжительная в ходе всей Великой Отечественной войны, шла с 10 июля 1941 г. по 9 августа 1944 г. Советские войска в ходе 900-дневной обороны Ленинграда сковывали крупные силы германской армии и всю финскую армию. Это несомненно способствовало победам Красной Армии на других участках советско-германского фронта.

Ленинградцы показали образцы стойкости, выдержки и патриотизма. За время блокады погибло около 1 млн. жителей, в том числе более 600 тыс. — от голода.

Уже в июле — сентябре 1941 г. в городе было сформировано 10 дивизий народного ополчения. Несмотря на тяжелейшие условия, промышленность Ленинграда не прекращала свою работу. Помощь блокадникам осуществлялась по льду Ладожского озера. Эта транспортная магистраль получила название «Дорога жизни».

12-30 января 1943 г. была проведена операция «Искра» по прорыву блокады Ленинграда. Она явилась переломным моментом в битве за город.

В результате Ленинградско - Новгородской стратегической наступательной операции было нанесено тяжелое поражение гитлеровской группе армий «Север». 27 января 1944 г. ленинградцы праздновали снятие блокады. Вечером состоялся салют из 324 орудий, о котором наша известная поэтесса *А. А. Ахматова* написала такие незабываемые строки:

И в ночи январской беззвездной,
Сам дивясь небывалой судьбе,
Возвращенный из смертной бездны,
Ленинград салютует себе.

9 мая — День Победы советского народа в Великой Отечественной войне 1941—1945 годов (1945 г.). 1418 дней и ночей советские люди вели кровопролитную войну

против фашистских агрессоров и сокрушили их. Народ отстоял свободу и независимость своего Отечества, спас от фашистского порабощения мировую цивилизацию.

Великая Отечественная война народов СССР явилась составной частью и главным содержанием всей Второй мировой войны, в орбиту которой было вовлечено более 60 государств. Боевые действия велись на обширных пространствах Европы, Азии и Африки, на морских и океанских просторах. Германо-итало-японский фашистский блок, расширяя агрессию, упорно стремился к завоеванию мирового господства. На пути к этой цели непреодолимым препятствием встал Советский Союз. Судьба всей второй мировой войны решалась на советско-германском фронте — он был главным фронтом борьбы против фашизма. СССР взял на себя и до конца вынес основную тяжесть борьбы с агрессором. Именно нашей стране и ее Вооруженным силам принадлежала решающая роль в победоносном исходе Второй мировой войны.

8 мая 1945 г. гитлеровская Германия безоговорочно капитулировала. А 2 сентября 1945 г. сложила оружие и милитаристская Япония.

9 мая — самый светлый праздник всего российского народа, день нашей немеркнувшей воинской славы.

Как показывает исторический опыт, в ратном деле россияне всегда были в числе первых. Но вовсе не из-за любви к завоеваниям. Так уж сложилась история страны — нам все время приходилось отстаивать свою независимость. Поэтому беспримерная стойкость и мужество — в крови у русских воинов! Будем же помнить их славные победы! Будем же достойными их славы!

Правила приема в военно-учебные заведения. Для подготовки командных, инженерно-технических и специальных кадров Вооруженных Сил РФ предназначены военно-учебные заведения. К ним относятся военные академии, военные училища, военные институты, военные факультеты и военные кафедры при гражданских вузах, курсы подготовки и переподготовки офицерского состава, а также Суворовские военные училища и Нахимовское военно-морское училище. Наше государство предоставляет молодежи все возможности получить военное образование, стать офицерами Вооруженных Сил Российской Федерации

В качестве кандидатов для зачисления в военно-учебные заведения курсантами рассматриваются граждане Российской Федерации, имеющие документ государственного образца о среднем (полном) общем, среднем профессиональном образовании или диплом о начальном профессиональном образовании, если в нем есть запись о получении гражданином среднего (полного) общего образования, из числа: граждан в возрасте от 16 до 22 лет, - не проходивших военную службу, граждан, прошедших военную службу, и военнослужащих, проходящих военную службу по призыву, - до достижения ими возраста 24 лет, военнослужащих, проходящих военную службу по контракту (кроме офицеров) - до достижения ими возраста 24 лет.

Кандидаты, поступающие: в Военный институт физической культуры, должны иметь спортивные звания или спортивные разряды не ниже второго по одному из видов спорта, в Московскую военную консерваторию (военный институт) - профессиональные навыки игры на одном из инструментов духового оркестра.

Лица из числа граждан, прошедших и не проходивших военную службу, изъявившие желание поступать в военно-учебные заведения, районными (городскими) призывными комиссиями рассматриваются как кандидаты для поступления в вузы. Лица, желающие поступить в военно-учебные заведения, подают заявление в районный (городской) военный комиссариат по месту жительства до 20 апреля года поступления. Военное училище организует встречу, размещение, питание, медицинское и культурное обеспечение, а также обеспечение пособиями и литературой всех кандидатов, прибывших для поступления. Размещение и питание бесплатно. Поступающие в военно-учебные заведения юноши подвергаются следующим проверкам (профессиональному отбору): медицинское освидетельствование, военно-

профессиональная направленность, психологические качества, физическая подготовленность, общеобразовательная подготовка, медицинское освидетельствование, т.е. проверка состояния здоровья, проводится на предмет кандидата к поступлению в избранный вуз.

Военно-профессиональная направленность и индивидуальные психологические качества проверяются при собеседовании кандидата со специалистами профессионального отбора и при тестировании.

Физическая подготовленность оценивается по результатам выполнения упражнений: бег на 3 км, подтягивание на перекладине, бег на 100 м, плавание на 100 м. Наставлением по физической подготовке для гражданской молодежи установлены следующие нормативы:

№ п/п	Наименование упражнения	Единицы измерения	Оценка		
			Отл.	Хор.	Удовл.
1	Бег на 3 км	мин, с	12,00	12,45	13,30
2	Подтягивание на перекладине	кол-во раз	11	9	7
3	Бег на 100 м	с	13,6	14,2	14,8
4	Плавание	м	100	75	50

Материально-методическое оснащение программы

Материально–техническая база

- видеофильмы: «Оружие Калашникова», « Ракетные войска стратегического назначения», « Мины ВС РФ», « Вооружение Российской армии»;
- комплекты плакатов: «Строевая подготовка», «Тактическая подготовка», «Проведение аварийно - спасательных работ в зоне бедствий», «Гражданская оборона»;
- макеты: автомата Калашникова, противопехотных мин, ручных гранат;
- комплект магазинов с учебными патронами к автомату Калашникова;
- пневматические винтовки;
- противогазы ГП – 5, общевойсковой защитный комплект, сапёрные лопаты;
- полоса препятствий, спортивный городок, строевая площадка, переносной стрелковый тир, спортивный зал.

Учебно – методическая литература:

1. Государственная программа «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации на 2006-2010 годы».
2. «Инструкция об организации обучения граждан Российской Федерации начальным знаниям в области обороны и их подготовке по основам военной службы», 2011.
3. Журнал «Основы безопасности жизни», 2000-2011.
4. Боевой устав мотострелковых войск 1982 .
5. Наставление по стрелковому делу 1987.
6. Общевоинские уставы Вооруженных сил РФ 2005.
7. Кур стрельб (КС-2003).
8. Журнал «Военные знания», 2000-2011.