

Міністерство освіти і науки України



ЗАХИСТ ВІТЧИЗНИ

Методичні вказівки до проведення практичних занять

для студентів I курсу усіх спеціальностей

денної форми навчання



Ковель 2019

УДК 355.233(07)

З-38

До друку _____ Голова навчально-методичної ради Луцького НТУ

(підпис)

Електронна копія друкованого видання передана для внесення в репозитарій Луцького НТУ
_____ директор бібліотеки.

(підпис)

Затверджено навчально-методичною радою Луцького НТУ,

протокол № ____ від _____ року.

Рекомендовано до видання методичною радою КПЕК Луцького НТУ, протокол № ____ від

« ____ » _____ 2019 року.

_____ Голова методичної ради КПЕК Луцького НТУ

(підпис)

Розглянуто і схвалено на засіданні циклової методичної комісії гуманітарних та соціально-економічних дисциплін Ковельського промислово-економічного коледжу Луцького НТУ, протокол № ____ від _____ року.

Укладач _____ В.В. Лук'янович, викладач спеціаліст КПЕК Луцького НТУ

(підпис)

Рецензент: _____ О.М. Потапчук, к.п.н., викладач КПЕК Луцького НТУ

(підпис)

Відповідальний

за випуск: _____ Л.В. Борисюк, методист КПЕК Луцького НТУ

(підпис)

Захист Вітчизни [Текст]: Конспект лекцій для студентів I курсу усіх спеціальностей денної форми навчання/уклад. В.В. Лук'янович, –Ковель: КПЕК Луцького НТУ, 2016. – 60 с.

Методична розробка містить методичні рекомендації додатки та рекомендовану літературу

Видання призначене для студентів вищих навчальних закладів I-II рівнів акредитації.

© В.В. Борисюк, 2016

ЗМІСТ

1.	Вступ.....	4
2.	РОЗДІЛ I . ОСНОВИ НАЦІОНАЛЬНОЇ БЕЗПЕКИ УКРАЇНИ	
3.	РОЗДІЛ II. ЗБРОЙНІ СИЛИ УКРАЇНИ НА ЗАХИСТІ ВІТЧИЗНИ	
4.	Тема 1. Нормативно-правова база з військових питань. Військова присяга та військова символіка України	
5.	Тема 2 Історія розвитку українського війська	
6.	Тема 3 Основи міжнародного гуманітарного права	
7.	РОЗДІЛ III. СТАТУТИ ЗБРОЙНИХ СИЛ УКРАЇНИ	
8.	Тема 1. Військовослужбовці та стосунки між ними. Військова дисципліна	
9.	Тема 2. Організація внутрішньої служби	
10.	РОЗДІЛ IV. СТРОЙОВА ПІДГОТОВКА	
11.	Тема 1. Стрілецька зброя та поводження з нею	
12.	Тема 2. Ведення вогню з місця по нерухомих цілях і цілях, що з'являються	
13.	Тема 3. Ручні осколкові гранати та поводження з ними	
14.	РОЗДІЛ VI. ТАКТИЧНА ПІДГОТОВКА	
15.	Тема 1. Основні риси загальновійськового бою	
16.	Тема 2. Індивідуальні дії солдата та взаємодії у складі двійок та груп	
17.	Тема 3. Дії солдата у складі бойових груп	
18.	Тема 4. Основи військової топографії	
19.	РОЗДІЛ VII. ПРИКЛАДНА ФІЗИЧНА ПІДГОТОВКА	
20.	Тема 1. Силова підготовка та подолання перешкод	
21.	Тема 2. Основи самозахисту	
22.	РОЗДІЛ VIII. ОСНОВИ ЦИВІЛЬНОГО ЗАХИСТУ	
23.	Тема 1. Надзвичайні ситуації мирного та воєнного часу та загроза їх виникнення	
24.	Тема 2. Надзвичайні ситуації природного, техногенного, воєнного і соціально-політичного характеру	
25.	Тема 3. Основні способи захисту населення в надзвичайних ситуаціях	
26.	Тема 4 Основи рятувальних та інших невідкладних робіт	
27.	РОЗДІЛ IX. ДОМЕДИЧНА ПІДГОТОВКА	
28.	Тема 1. Базова підтримка життя.	
29.	Тема 2. Надання домедичної допомоги при кровотечах	
30.	Тема 3. Надання допомоги пораненим в умовах бойових дій	
31.	Додатки	
32.	Література.....	

Вступ

Метою навчального предмета «Захист Вітчизни» є формування в студентів життєво необхідних знань, умінь і навичок щодо захисту Вітчизни та системного уявлення про військово-патріотичне виховання як складову частину патріотичного виховання.

Відповідно до мети сформовано завдання предмета:

- підготовка студентів до захисту життя і здоров'я, забезпечення власної безпеки і безпеки інших людей у надзвичайних ситуаціях мирного і воєнного часу;
- ознайомлення студентів з основами нормативно-правового забезпечення захисту Вітчизни, цивільного захисту та охорони життя і здоров'я;
- набуття знань про задачі Збройних Сил України та інших військових формувань, їх характерні особливості; засвоєння основ захисту Вітчизни, цивільного захисту, основ медичних знань; здійснення психологічної підготовки молоді до захисту Вітчизни;
- підготовка студентів до захисту Вітчизни, професійної орієнтації молоді, служби у Збройних Силах України та інших військових формуваннях, визначених чинним законодавством.

Предмет «Захист Вітчизни» є обов'язковим навчальним предметом, який вивчається в навчальних закладах системи загальної середньої освіти.

У кожному періоді предмет вивчається юнаками та дівчатами окремо (лист-роз'яснення Міністерства освіти і науки України від 09.10.2002 № 1/9-444). Навчальний предмет при цьому в обох випадках називається «Захист Вітчизни» з уточненням («Основи медичних знань» для дівчат).

Поділ групи на підгрупи юнаків та дівчат здійснюється незалежно від кількості учнів у класі (але не менше ніж 5 осіб). Якщо у групі є менше 5 осіб, то студенти цієї групи навчаються за індивідуальними навчальними планами. Дівчата за їх власним бажанням (у разі згоди батьків, опікунів або піклувальників) навчаються за програмою для групи юнаків. Юнаки, які за станом здоров'я, релігійними поглядами не вивчають основи військової справи, навчаються за програмою для групи дівчат.

Навчально-польові заняття (збори) і заняття у лікувально-оздоровчому закладі проводяться з метою практичного закріплення рівня знань, умінь та навичок, наприкінці навчального року або поетапно (по мірі вивчення тем (розділів), наприкінці першого семестру та навчального року. Організуються 3-х денні (18 годин) навчально-польові заняття (збори) на базі військових частин, військових комісаріатів, базових навчальних закладів

та навчальних закладів які організуються та проводяться міськими/районними військовими комісаріатами та органами місцевого самоврядування.

Оцінювання навчальних досягнень з предмета «Захист Вітчизни» здійснюється відповідно до Критеріїв.

Під час складання контрольних вправ з прикладної фізичної підготовки необхідно врахувати деякі особливості, спрямовані на убезпечення студентів від нещасних випадків:

1. Контрольні вправи складають тільки студенти основної медичної групи, які на момент прийняття нормативу не скаржаться на погане самопочуття та стан здоров'я.
2. Перевірка безпечності місць занять та справності інвентарю.
3. Проведення розминки.

При здачі заліків та нормативів також мають ураховуватися фізіологічні особливості та релігійні погляди студентів.

Програма предмета «Захист Вітчизни» включає:

- пояснювальну записку;
- зміст навчального матеріалу та державні вимоги до рівня загальноосвітньої підготовки студентів;
- додатки, що включають: критерії оцінювання навчальних досягнень студентів, перелік об'єктів навчально-матеріальної бази , заходи безпеки на заняттях , нормативи та окремі положення курсу стрільб.

Зміст програмового матеріалу, у залежності від матеріальної бази навчального закладу та ін. може бути скореговано на 20 відсотків в межах розділу. Послідовність вивчення тем, викладач може коригувати самостійно.

Завершальний етап навчання наприкінці військово-польових занять (зборів) і занять у лікувально-оздоровчому закладі може бути проведено як військово-спортивне свято.

Практичне закріплення теоретичного матеріалу з розділу «Основи цивільного захисту» також передбачається під час проведення Тижнів безпеки життєдіяльності та Днів цивільного захисту.

Стрільба з автомата (малокаліберної гвинтівки) проводиться на відповідно обладнаних стрільбищах і в тирах згідно з планами військових комісаріатів на підставі наказів, погоджених з начальником гарнізону (командиром

військової частини, начальником вищого військового навчального закладу), органом управління освітою і керівником навчального закладу.

Основною організаційною формою вивчення предмета «Захист Вітчизни» в Ковельському промислово-економічному коледжі є пара, що проводиться викладачем згідно з навчальним планом, складеними відповідно до навчальної програми.

РОЗДІЛ І. ОСНОВИ НАЦІОНАЛЬНОЇ БЕЗПЕКИ УКРАЇНИ

Зміст розділу полягає із ознайомлення студентів про систему колективної безпеки та національної безпеки України, які існують національні інтереси України та загрози національній безпеці, «гібридна війна», сутність воєнної доктрини.

Особливості подання матеріалу

Національна безпека України є найважливішим для всіх її громадян. Потрібно виховувати у студентів почуття гордості за свою державу, вказувати на те що Україна є мирною державою, і не висуває претензій до держав з якими межує, чи до будь-яких інших держав, допомагає і бере участь у міжнародній миротворчій діяльності, вирішує всі міжнародні проблеми не воєнними засобами і забезпечує безпеку держави воєнними засобами. Сутність воєнної доктрини України. Співпраця з північно атлантичним альянсом (НАТО).

Зміст навчального матеріалу

- Система світової колективної безпеки.
- Поняття національної безпеки держави. Система національної безпеки України. Поняття «гібридна війна»
- Структура воєнної організації держави та її керівництво.
- Національні інтереси України та загрози національній безпеці. Воєнна доктрина України
- Розвиток національних Збройних Сил та інших військових формувань України - необхідна умова забезпечення могутності української держави.
- Міжнародне військове співробітництво та участь збройних формувань України в миротворчих місіях ООН. Формати відносин Україна – НАТО та структурами європейської системи колективної безпеки. Перспективи вступу України в НАТО

Очікувані результати навчально-пізнавальної діяльності студентів

Знаннєвий компонент:

- **характеризує** механізми і моделі системи світової колективної безпеки;
- **визначає:** основні положення Воєнної доктрини України та Стратегії національної безпеки України;
- **називає:** Структуру воєнної організації держави та її керівництво.
- **характеризує:** Воєнну доктрину України;
- **розуміє** проблематику національних інтересів та загроз українській державі; доцільність військового співробітництва з метою досягнення

безпеки країни; готовність Збройних Сил України до сучасних воєнних загроз та викликів та в умовах «гібридної війни»;

- **розуміє** принципи діяльності під час проведення гуманітарних операцій;
- **обґрунтовує** участь України в миротворчих операціях;
- **характеризує** формати відносин Україна - НАТО та структурами європейської системи колективної безпеки;
- **має уявлення** про діяльність НАТО;
- **розуміє** перспективи та переваги вступу України в НАТО.

РОЗДІЛ II. ЗБРОЙНІ СИЛИ УКРАЇНИ НА ЗАХИСТІ ВІТЧИЗНИ

Зміст розділу розглядає основи законодавства про призначення, структуру Збройних Сил України та військову службу, розкриваються історія українського війська. Вивчення розділу спрямовано на формування у молоді ідеалу людини-патріота, захисника Вітчизни на прикладах героїчної боротьби українського народу за незалежність.

Особливості подання матеріалу

Організаційні форми і методи навчання визначає викладач предмета. Вивчення навчального матеріалу щодо історії українського війська базується на знаннях студентів з історії України основної школи. Проблеми реформування та розвитку Збройних Сил України висвітлюються щорічником «Біла книга» Міністерства оборони України, який інформує про оборонну політику держави та інші заходи у цій сфері. Окремі навчальні питання розділу отримають розвиток під час виконання заходів військово-патріотичного виховання, використання резервного часу програми. Особливо це стосується розширення обізнаності та поглиблення знань зі спільних міжнародних військових навчань, миротворчих міжнародних акцій та місії ООН.

Студенти також оволодівають знаннями з міжнародного гуманітарного права. Викладачі самостійно вибирають форми і методи проведення занять, визначають питання, які потребують особливої уваги під час занять. Окремі навчальні питання з міжнародного гуманітарного права можуть розширюватися та вивчатися у резервний час, під час заходів військово-патріотичного виховання. У стислому вигляді основні нормативно-правові акти міжнародного гуманітарного права (а також пам'ятка військовослужбовцям Збройних Сил України щодо застосування цих норм) викладено у бойовому статуті.

Перевірка знань студентів здійснюється в ході засвоєння навчального матеріалу, а правил поведінки в бою - на тактичних заняттях під час навчально-польових занять (зборів).

Тема 1. Нормативно-правова база з військових питань. Військова присяга та військова символіка України

Зміст навчального матеріалу

- Нормативно-правова база з військових питань. Законодавство України про військову службу.
- Структура та завдання Збройних сил України
- Основні напрямки військово-професійної орієнтації учнів. Військові навчальні заклади, правила прийому, порядок підготовки та вступу до них.
- Історія походження військової присяги, бойового прапора, військової символіки збройних формувань України.
- Військова присяга - клятва на вірність українському народові, її значення, порядок прийняття та відповідальність за порушення.
- Бойовий прапор військової частини – символ честі, доблесті і слави.

Очікувані результати навчально-пізнавальної діяльності студентів

Знаннєвий компонент:

- **називає** основні закони України, що забезпечують обороноздатність держави; види військової служби;
- **розуміє** напрямки військово-професійної орієнтації студентів;
- **характеризує** особливості підготовки військових кадрів для ЗСУ та інших воєнізованих формувань.
- **знає** правила прийому, порядок підготовки та вступу до Військових навчальних закладів.
- **розуміє:** завдання строкової, контрактної, альтернативної служб та їх відмінності;
- **знає:** історію походження військової присяги, бойового прапора, військової символіки збройних формувань України.
- **характеризує:** текст військової присяги, її історію, порядок прийняття та значення, походження бойового прапора, військових відзнак та символіки України
- **пояснює:** значення і порядок прийняття присяги;
- **розуміє** наслідки порушення присяги.
- **характеризує:** особливості бойових прапорів військової частини, як символів честі, доблесті і слави.
- **має уявлення** про бойовий прапор військової частини

Тема 2 Історія розвитку українського війська

Зміст навчального матеріалу

- Додержавний давньослов'янський період або Слов'янське військо – (III – IX ст. н.е.); історія українського війська періоду Київської Русі; історія українського війська періоду козаччини;
- Українські військові формування та участь українців у військових подіях XX століття. ЗСУ незалежної України до 2014 року. Нова українська армія 2014-2017; видатні військові діячі українського народу.

Очікувані результати навчально-пізнавальної діяльності студентів

Знаннясвий компонент

- **називає:** основні історичні етапи розвитку українського війська;
- **характеризує:** історично-політичні умови формування Збройних Сил України;
- **називає** видатних військових діячів українського народу;
- **наводить** приклади визначних воєнних подій, битв українського війська.

Тема 3 Основи міжнародного гуманітарного права

Зміст навчального матеріалу

- Об'єктивна необхідність урегулювання ведення бойових дій за допомогою міжнародного гуманітарного права.
- Особливості ведення воєнних дій з врахуванням норм МГП. Заборонені засоби та методи ведення воєнних дій.
- Правила застосування норм МГП щодо розпізнавання осіб та об'єктів.
- Міжнародний правовий захист жертв війни та цивільних об'єктів. Захист дітей та жінок в МГП.
- Запобігання порушення норм МГП.

Очікувані результати навчально-пізнавальної діяльності студентів

Знаннясвий компонент

- **знає:** основні поняття та терміни міжнародного гуманітарного права; правила поведінки солдата в бою; міжнародні розпізнавальні знаки; принципи діяльності під час проведення гуманітарних операцій;
- **вміє** розпізнавати особи та об'єкти які знаходяться під захистом МГП;
- **розуміє:** особливості ведення воєнних дій з врахуванням норм МГП; механізм та види юридичної відповідальності за порушення норм МГП;.

- **характеризує** заборонені методи та засоби ведення воєнних дій.

РОЗДІЛ III. СТАТУТИ ЗБРОЙНИХ СИЛ УКРАЇНИ

Зміст розділу формує уявлення студентів про статuti Збройних Сил як про закони військової служби. У ньому розглядаються основні положення організації внутрішньої служби, повсякденної життєдіяльності військ.

Особливості подання матеріалу

Основою засвоєння військових статутів є загальне ознайомлення зі статутами Збройних Сил України. Організаційні форми і методи навчання викладач вибирає самостійно. Заняття проводяться, як правило, практично, на спеціально обладнаних місцях. Правила військової ввічливості, поведінки та військового вітання військовослужбовців відпрацьовуються створенням практичних ситуацій.

Удосконалення знань зі статутів Збройних Сил України, практичних навичок їх виконання здійснюється у ході навчально-виховного процесу, а також у ході навчально-польових зборів.

Тема 1. Військовослужбовці та стосунки між ними. Військова дисципліна

Зміст навчального матеріалу

- Поняття про військові статuti. Військові звання і знаки розрізнення. Начальники та підлеглі, старші та молодші, їх права і обов'язки.
- Дотримання військовослужбовцями статутних взаємовідносин. Правила військової ввічливості і поведінки військовослужбовців. Порядок звернення до начальників, віддання і виконання наказів.
- Військова дисципліна, її суть і значення. Обов'язки військовослужбовців з дотримання військової дисципліни. Заохочення та стягнення, що накладають на солдат (матросів), сержантів (старшин).

Очікувані результати навчально-пізнавальної діяльності студентів

Знаннявий компонент

Студент (студентка):

- **називає:** статuti Збройних сил України, основні їх вимоги;
- **розуміє:** військові звання і знаки розрізнення;
- **обґрунтовує:** поняття військова ввічливість, статутні, нестатутні відносини;
- **має уявлення:** про порядок звернення до начальників, віддання і виконання наказів;

- **характеризує:** правила військової ввічливості і поведінки військовослужбовців;
- **характеризує:** поняття щодо суті і значення військової дисципліни;
- **пояснює:** обов'язки військовослужбовців з дотримання військової дисципліни; заохочення та стягнення, що накладаються на солдат (матросів), сержантів (старшин);
- **наводить приклад** щодо заохочення та стягнення, що накладають на солдат.

Тема 2. Організація внутрішньої служби

Зміст навчального матеріалу

- Розподіл часу і повсякденний порядок.
- Розпорядок дня та його значення для виконання основних заходів повсякденної діяльності навчання й побуту особового складу підрозділів.

Очікувані результати навчально-пізнавальної діяльності студентів

- **Студент (студентка):**
- **характеризує:** розпорядок дня військової частини та його значення для виконання заходів повсякденної діяльності, побут особового складу підрозділів; призначення добового наряду роти;
- **знає:** основні положення внутрішньої служби.

РОЗДІЛ IV. СТРОЙОВА ПІДГОТОВКА

У розділі вивчаються стройові прийоми та рухи зі зброєю та без зброї, стройова підготовка навчального відділення, під час яких студенти оволодівають стройовими прийомами і діями.

Особливості подання матеріалу

Стройова підготовка є одним з важливих напрямів навчання і виховання студентської молоді. Вона вирішує такі завдання: дисциплінує студентів, загартовує їх фізично, виробляє гарну поставу, формує уміння правильно і швидко виконувати команди. Навички із виконання стройових прийомів вдосконалюються під час занять із вогневої, прикладної фізичної та ін підготовок.

Стройова підготовка студентів здійснюється на планових заняттях, а також під час шикування і пересувань протягом усього вивчення предмета. Заняття зі стройової підготовки починається з роз'яснення відповідних статей Стройового статуту Збройних Сил України, потім показуються стройові прийоми, що відпрацьовуються, далі проводиться тренування. Усі заняття

проводяться, як правило, на обладнаному стройовому майданчику навчального закладу з дотриманням такої методичної послідовності: тренування та перевірка прийомів, що вивчалися на попередніх заняттях; показ із коротким поясненням нового стройового прийому та розучування цього прийому (якщо прийом складний, він вивчається за елементами або за допомогою підготовчих вправ, потім у цілому; якщо прийом не складний, розучувати його спочатку в повільному темпі, а потім доводиться у процесі навчання до встановленого темпу); тренування до зразкового виконання розученого прийому з використанням індивідуального і попарного способів навчання; організація змагання на краще виконання прийому та проведення розбору занять.

Під час проходження навчально-польових занять (зборів) стройова підготовка студентів у складі навчальних підрозділів удосконалюється у ході занять з тактичної та вогневої підготовки.

Перевірка рівня знань студентів здійснюється у ході засвоєння навчального матеріалу. Вміння виконувати стройові прийоми та діяти у складі навчального відділення оцінюється протягом курсу навчання.

Тема 1. Стройові прийоми і рух без зброї

Зміст навчального матеріалу

- Строї та їх елементи. Обов'язки військовослужбовця перед шикуванням і в строю. Попередня та виконавча команди. Виконання команд «Ставай», «Рівняйсь», «Струнко», «Вільно».
- Стройове положення. Повороти на місці. Рух стройовим і похідним кроком. Повороти під час руху.
- Виконання стройових прийомів і руху без зброї.

Очікувані результати навчально-пізнавальної діяльності студентів

Знаннявий компонент

- **характеризує:** строї та їх елементи;
- **розуміє:** обов'язки солдата перед шикуванням і в строю; попередні та виконавчі команди;
- **має уявлення:** про виконання команд «Ставай», «Рівняйсь», «Струнко», «Вільно».

Діяльнісний компонент

- **виконує:** стройове положення, повороти на місці, рух стройовим і похідним кроком, повороти під час руху
- **дотримується:** стройових положень під час поворотів.
- **дотримується** команд, які подає викладач.
- **характеризує:** дії які виконуються в поворотах під час руху.

- **бере участь:** в тренування у виконанні стрійових прийомів і руху без зброї.
- **дотримується:** заходів безпеки під час виконання стрійових прийомів.
- **має уявлення:** про виконання стрійових прийомів і руху без зброї.

Тема 2. Стрій, відділення

Зміст навчального матеріалу

- Шиккування відділення в розгорнутий і похідний стрій. Розмикання і змикання відділення.
- Перешикування відділення з однієї шеренги у дві і навпаки.
- Рух відділення стрійовим і похідним кроком.

Очікувані результати навчально-пізнавальної діяльності студентів

Знаннясвий та діяльнісний компонент

Студент (студентка):

- здійснює шиккування відділення в розгорнутий і похідний стрій;
- виконує розмикання та змикання у складі відділення;
- виконує дії під час перешикування відділення з однієї шеренги у дві і навпаки;
- рухається у складі відділення стрійовим та похідним кроком.

РОЗДІЛ V. ВОГНЕВА ПІДГОТОВКА

Це один із основних розділів програми. Вогнева підготовка передбачає вивчення теоретичних положень основ стрільби, оволодіння прийомами та правилами стрільби зі стрілецької зброї і метання ручних гранат.

Особливості подання матеріалу

Вогнева підготовка проводиться на заняттях: з основ стрільби, вивчення зброї, прийомів і правил стрільби; із виконання вправ початкових і навчальних стрільб; на вогневих тренуваннях; із виконання вправи контрольних стрільб і вправи бойових стрільб під час навчально-польових занять (зборів).

Під час вивчення основ стрільби зі стрілецької зброї застосовують такі методи: розповідь, показ і тренування у вирішенні вогневих завдань із використанням навчально-тренувальних засобів, прицілів, наочних посібників. Практичні заняття з вивчення будови зброї і боєприпасів проводяться у кабінеті предмета з використанням навчальної зброї та її макетів. Основний метод занять – розповідь у поєднанні з показом будови, роботи частин і механізмів на схемах, плакатах, макетах та навчальних

зразках зброї, а також виконання практичних дій зі зброєю. Неможливість використання на заняттях зразків навчальної зброї компенсується їх комп'ютерним відображенням. Під час вивчення прийомів і правил стрільби та метання ручних гранат студентам прищеплюються знання та практичні навички у застосуванні зброї для ураження цілей різними способами. Головна увага звертається на навчання студентів виявленню цілей та визначення дальності до них, коректування стрільби, техніку метання гранат. Виконання прийомів і правил стрільби та метання ручних гранат удосконалюються на вогневих тренуваннях, стрільбах і тактичних заняттях.

Вогневі тренування і стрільби проводяться, як правило, у стрілковому тирі, на військовому стрільбищі. На вогневих тренуваннях студенти навчаються прийомам та правилам стрільби і метанню гранат, відпрацьовують нормативи, вирішують вогневі завдання, тренуються у спостереженні за полем бою, виявляють цілі і визначають дальності до них. У ході цих тренувань в студентів формуються і удосконалюються первинні навички із вогневої підготовки.

Перевірка знань і виконання нормативів з вогневої підготовки здійснюється під час проведення занять на навчальних місцях. Результати перевірки враховуються при визначенні поточної оцінки за заняття. Отримані оцінки за виконання вправ стрільб враховуються під час тематичного оцінювання.

Бали за виконання першої і другої навчальних вправ з метання ручних гранат та оцінка за виконання вправи бойових стрільб із автомата не впливають на загальний бал студентів з предмета.

Тема 1. Стрілецька зброя та поводження з нею

Зміст навчального матеріалу

- Історія розвитку та класифікація стрілецької зброї. Історія українського зброярства. Озброєння іноземних армій.
- Сучасна стрілецька зброя. Її класифікація, бойові властивості, принцип дії.
- Основи стрільби зі стрілецької зброї. Прийоми та правила стрільби зі стрілецької зброї.
- Поняття постріл.
- Лінія прицілювання (цілик, мушка, мішень).
- Правила та одноманітне прицілювання.
- Прийоми стрільби (вогневі тренування). Положення під час стрільби з місця (лежачи, з коліна, стоячи) та в русі. Вибір і зайняття правильної позиції для стрільби.
- **Правила та техніка ведення стрільби.**
- Спостереження за полем бою, вибір цілі для обстрілу. Призначення вихідних установок (вибір прицілу і точки прицілювання). Вибір

моменту для відкриття вогню. Ведення вогню, спостереження за його результатами. Корегування стрільби.

- Призначення та бойові властивості автоматів.
- Поняття про будову автоматичної зброї та роботу її частин та механізмів.
- Підготовка автомата до стрільби.
- Можливі затримки і несправності під час стрільби і способи їх усунення.
- Порядок неповного розбирання і складання та обслуговування.
- Тренування у неповному розбиранні та складанні автомату.
- Заходи безпеки при поводженні зі зброєю
- Малокаліберна і пневматичні гвинтівки та гладко ствольна рушниця. Загальна будова малокаліберної і пневматичної гвинтівок та їх характеристика.
- Загальна будова помпових та напівавтоматичних гладко ствольних рушниць.
- Основи стрільби з пневматичної гвинтівки. Помилки при стрільбі з гвинтівки та їх усунення.
- Стрільба з пневматичної гвинтівки.
- Загальна будова та види боєприпасів до стрілецької зброї. Маркування боєприпасів
- Спорядження магазину патронами і порядок зарядження автомата.
- Заходи безпеки при поводженні зі зброєю і боєприпасами.
- Мінно-вибухові пристрої. Класифікація, принципи дії, алгоритм дій при виявленні.

Очікувані результати навчально-пізнавальної діяльності студентів

Знаннясвий та діяльнісний компонент

Студент (студентка):

- **називає** основні етапи розвитку стрілецької зброї.
- **має уявлення** про історію українського зброярства;
- **називає та розрізняє** види сучасної стрілецької зброї (пістолети, гвинтівки, автомати, кулемети, гранатомети).
- **має уявлення** про принцип дії та бойові властивості стрілецької зброї
- **має уявлення** про постріл та лінію прицілювання, правильну роботу на спусковому гачку;
- **знає** прийоми і правила стрільби із стрілецької зброї;
- **виконує** прийоми стрільби із стрілецької зброї;
- **вміє** призначати вихідні дані для стрільби та розуміє корегування стрільби.
- **знає** види бойових положень для стрільби (стоячи, з коліна, лежачи)

- **виконує** дії під час приготування до стрільби, проведення і припинення вогню;
- **види бойових положень** для стрільби (стоячи, з коліна, лежачи)
- **називає** постріл і його періоди.
- **вміє виконувати** постріл;
- **здійснює** спостереження за полем бою,
- **вибирає** цілі для обстрілу.
- **вміє** призначати вихідні дані для стрільби та розуміє коректуру стрільби.
- **характеризує:** бойові властивості та загальну будову автомата;
- **порівнює** основні характеристики сучасної стрілецької зброї;
- **має уявлення** про призначення, загальну будову та бойові властивості автомата.
- **пояснює** принцип роботи автоматичної зброї;
- **дотримується:** заходів безпеки під час розбирання автомата.
- **називає** основні частини і механізми автомата.
- **розпізнає** основні частини автомата;
- **називає** призначення частин та механізмів автомата.
- **характеризує:** порядок чищення, змащення і зберігання зброї.
- **володіє навичками:** підготовки автомата до стрільби.
- **характеризує:** дії під час підготовки автомата до стрільби.
- **вказує:** можливі затримки і несправності під час стрільби і способи їх усунення.
- **характеризує:** затримки і несправності під час стрільби.
- **має уявлення:** про затримки під час стрільби.
- **виконує:** неповне розбирання та складання автомату.
- **вказує:** загальну будову пневматичної та малокаліберної гвинтівок та гладко ствольної рушниці.
- **знає** загальну будову пневматичної гвинтівки та гладко ствольної рушниці ;
- **пояснює** тактико-технічні характеристики пневматичної та малокаліберної гвинтівки.
- **вказує** правила з основ стрільби з пневматичної гвинтівки.
- **виконує** вправи стрільб, передбачені програмою та нормативи з вогневої підготовки;
- **дотримується правил** безпеки під час стрільби.
- **називає** основні види боєприпасів до стрілецької зброї; основні елементи бойового патрону.
- **порівнює** основні характеристики патронів
- **знає** калібри та види боєприпасів
- **виконує:** спорядження магазину патронами і порядок зарядження автомата.

- **називає** основні положення інструкції із заходів безпеки при поводженні зі зброєю
- **дотримується правил** безпеки при поводженні зі зброєю і боєприпасами
- **називає** основні види мінно-вибухових пристроїв.
- **має уявлення** про будову та принцип дії мінно-вибухових пристроїв.
- **називає** алгоритм дій при виявленні мінно-вибухового пристрою.

Тема 2. Ведення вогню з місця по нерухомих цілях і цілях, що з'являються

Зміст навчального матеріалу

- Основні заходи безпеки при проведенні стрільб в тирі та на військовому стрільбищі. Організація і порядок проведення стрільби з автомата.
- Влучність стрільби. Вибір цілі, прицілу та точки прицілювання.
- Підготовка упора, виготовлення до стрільби, лежачи з упору.
- Тренування у одноманітності прицілювання, вирішення завдань на визначення прицілу і точки прицілювання.
- Умови виконання вправ стрільби з пневматичної (малокаліберної) гвинтівки.
- Виконання вправ стрільби з пневматичної (малокаліберної) гвинтівки.
- Удосконалення знань з будови автомата.
- Тренування вправ стрільби з пневматичної (малокаліберної) гвинтівки.

Очікувані результати навчально-пізнавальної діяльності студентів

Знаннявий та діяльнісний компонент

Студент (студентка):

- **називає:** основні заходи безпеки при проведенні стрільб в тирі та на військовому стрільбищі.
- **пояснює** організацію і порядок проведення стрільби з автомата.
- **характеризує правила** влучності під час стрільби.
- **визначає** точки прицілювання.
- **вміє** виготовлятися до стрільби, лежачи з упору.
- **бере участь** у одноманітності прицілювання,
- **вирішує** завдання на визначення прицілу і точки прицілювання.
- **пояснює** умови виконання вправ стрільби з пневматичної (малокаліберної) гвинтівки.
- **здійснює** виконання вправ стрільби з пневматичної (малокаліберної) гвинтівки.

- **вказує** особливості стрільби з пневматичної (малокаліберної) гвинтівки.
- **узагальнює** знання з будови автомата.
- **здійснює** тренування вправ стрільби з пневматичної (малокаліберної) гвинтівки.

Тема 3. Ручні осколкові гранати та поводження з ними

Зміст навчального матеріалу

- Призначення, бойові властивості, загальна будова і принцип дії ручних гранат. Порядок огляду і підготовки гранат до застосування.
- Заходи безпеки під час поводження з ручними гранатами. Вивчення прийомів і правил метання ручних гранат.
- Виконання першої вправи з метання ручних гранат.

Очікувані результати навчально-пізнавальної діяльності студентів

Знаннясвий та діяльнісний компонент

Студент (студентка):

- **називає** бойові властивості ручних гранат.
- **характеризує** загальну будову і принцип дії ручних осколкових гранат;
- **пояснює** порядок огляду і підготовки гранат до застосування.
- **розпізнає** імітаційні та бойові гранати;
- **виконує:** метання ручних осколкових гранат з різних положень та позицій.
- **володіє:** навичками під час метання ручних осколкових гранат з різних положень та позицій.
- **називає** заходи безпеки під час поводження з ручними гранатами

Ціннісний компонент:

- **дотримується правил** безпеки при метанні гранат;
- **виконує** першу вправу з метання ручних гранат.

РОЗДІЛ VI. ТАКТИЧНА ПІДГОТОВКА

Тактична підготовка передбачає: основні положення щодо підготовки та ведення сучасного бою механізованим відділенням; прийоми і способи дій солдата в основних видах бою у складі відділення.

Особливості подання матеріалу

На теоретичних заняттях студенти вивчають загальні положення бойових статутів щодо підготовки та ведення загальновійськового бою. Основним

методом теоретичних занять є демонстрація бою відділення механізованого взводу сучасними графічно-інформаційними технологіями, в тому числі комп'ютерне моделювання бойових дій та імітація бою на місцевості. Основним методом навчання на *практичних (тактико-стройових, тактичних) заняттях є вправа (тренування)* з виконання прийомів і способів дій. На *практичних заняттях* студенти оволодівають прийомами і способами дій солдата в бою, удосконалюють дії солдата у складі відділення в основних видах бою. За необхідності можуть застосовуватися пояснення і показ. Викладачами створюються можливі ситуації, що вимагають прийняття рішень з дотримання кодексу поведінки учасниками бойових дій, під час відпрацювання яких студенти отримують практичні навички і удосконалюють теоретичні знання щодо застосування норм міжнародного гуманітарного права.

Особливістю практичних занять і військової тактичної гри є створення у ході тактичних дій екстремальних та стресових ситуацій за рахунок обмеження часу на виконання та ускладнення нормативних завдань, несподівана постановка ввідних та інше. Тим самим тактична підготовка сприятиме морально-психологічній готовності молоді до військової діяльності.

Під час занять відпрацьовуються нормативи, що є складовими змісту навчальних питань. Їх результати враховуються при оцінюванні навчання із тактичної підготовки.

У ході занять з військової топографії особлива увага звертається на вироблення в студентів практичних навичок у орієнтуванні на незнайомій місцевості та визначення захисних властивостей місцевості. Знання, вміння і навички, одержані на заняттях з військової топографії, удосконалюються на заняттях з тактичної і вогневої підготовки.

Перевірка рівня навчальних компетентностей студентів здійснюється у ході викладення навчального матеріалу, а також може уточнюватися під час занять на навчально-польових заняттях (зборах).

Тема 1. Основні риси загальновійськового бою

Зміст навчального матеріалу

- Поняття про бій.
- Види вогню та маневру, їх значення в бою.
- Основні види та риси ведення бою.
- Особиста зброя та екіпіровка солдата.

Очікувані результати навчально-пізнавальної діяльності студентів
Знаннєвий та діяльнісний компонент

- **розуміє:** що таке бій.
- **має уявлення:** про бій.
 - **вказує** види вогню та маневру;
 - **пояснює:** необхідність якісної підготовки екіпіровки та особистої зброї солдата до ведення бойових дій;
- **вміє:** припасовувати елементи екіпіровки.

Тема 2. Індивідуальні дії солдата та взаємодії у складі двійок та груп

Зміст навчального матеріалу

- Види носіння зброї (вільне, тактичне та в момент наближення до цілі)
- Пересування одиночно бійця на полі бою: переповзання (напівкарачки, по-пластунськи, щільне переповзання); перехід; перебігання.
- Використання укриття на полі бою та рельєфності поверхні землі.
- Нанесення гриму.
- Маскування зброї.
- Поняття про вогневу позицію в обороні. Вимоги до вибору місця для ведення вогню і спостереження. Послідовність обладнання і маскування окопу для стрільби лежачи. Вибір місця для ведення спостереження. Способи вивчення місцевості, виявлення цілей та доповідь про їх знаходження.
- Склад бойової групи. Розподіл обов'язків між військовослужбовцями та їх взаємодія у бойовій групі.
- Порядок дій у складі бойових груп.

Очікувані результати навчально-пізнавальної діяльності студентів

Знаннявий та діяльнісний компонент

Студент (студентка):

- **називає** види носіння зброї (вільне, тактичне та в момент наближення до цілі)
- **розуміє** види носіння зброї (вільне, тактичне та в момент наближення до цілі)
- **виконує** види носіння зброї (вільне, тактичне та в момент наближення до цілі); переповзання (напівкарачки, по-пластунськи, щільне переповзання); перехід; перебігання.
- **знає** як виконувати нанесення гриму та маскування зброї;
- **називає** вимоги до організації місця для ведення вогню і спостереження, види інженерних загороджень та їх демаскуючі ознаки; способи пересування на полі бою;
- **знає**, як вибирати вогневу позицію та обладнувати її, вести спостереження у заданому секторі, визначати розташування цілей відносно орієнтирів, доповідати про результати спостереження;

- **вказує:** завдання, прийоми і способи дій солдата на полі бою у складі бойової групи.
- **пояснює:** дії солдата на полі бою у складі бойової групи.
- **називає** склад бойової групи (двійки, груп).
- **розуміє** обов'язки солдата в бою у складі бойової групи;
- **виконує** способи пересування на полі бою,
- **оволодіває** прийомами і способами знищення противника в бою у складі бойової групи;
- **знає** особливості дій солдата у складі бойових груп.

Тема 3. Дії солдата у складі бойових груп

Зміст навчального матеріалу

- Завдання, прийоми і способи дій солдата на полі бою у складі бойової групи.
- Склад бойової групи (малі тактичні групи (до 8 чоловік).
- Розподіл обов'язків між військовослужбовцями та їх взаємодія у бойовій групі.
- Порядок дій у складі бойових груп.
- Бойові порядки та їх використання під час руху.

Очікувані результати навчально-пізнавальної діяльності студентів

Знаннявий та діяльнісний компонент

Студент (студентка):

- **вказує:** завдання, прийоми і способи дій солдата на полі бою у складі бойової групи.
- **пояснює:** дії солдата на полі бою у складі бойової групи.
- **називає** склад бойової групи малі тактичні групи (до 8 чоловік).
- **розуміє** обов'язки солдата в бою у складі бойової групи;
- **знає** бойові порядки та їх використання під час руху
- **виконує** способи пересування на полі бою (колона, шахматка клин, ланцюг), у тому числі у складі малої тактичної групи (до 8 чоловік).
- **оволодіває** прийомами і способами знищення противника в бою у складі бойової групи;
- **знає** особливості дій солдата у складі бойових груп.

Тема 4. Основи військової топографії

Зміст навчального матеріалу

- Суть орієнтування на місцевості.
- Визначення сторін горизонту за компасом, годинником та сонцем, зірками, місцевими предметами.

- Азимут магнітний і його визначення. Визначення азимута на місцевий предмет і напрямку руху за азимутом.
- Складання опису місцевості.
- Спосіб горизонталей як основний спосіб зображення рельєфу на топографічних картах. Система прямокутних та географічних координат. Висота перерізу рельєфу.
- Визначення абсолютних і відносних висот за топографічною картою. Визначення зон видимості.

Очікувані результати навчально-пізнавальної діяльності студентів

Знаннєвий та діяльнісний компонент

Студент (студентка):

- **характеризує** поняття орієнтування на місцевості;
- **має уявлення** про визначення сторін горизонту за компасом, годинником та сонцем, зірками, місцевими предметами;
- **розуміє** значення орієнтування на місцевості; систему прямокутних та географічних координат.
- **пояснює** порядок орієнтування на місцевості, рух за азимутом та яким чином здійснюється обхід перешкод;
- **визначає** сторони горизонту та азимут за предметами на місцевості;
- **визначає** відстані на місцевості за топографічною картою, сторони горизонту та азимут за предметами на місцевості; визначає абсолютні і відносні висоти та зони видимості; складає опис місцевості;
- **обґрунтовує** необхідність знання основ топографії для виконання бойового завдання;
- **вміє** користуватись та рухатись на місцевості за компасом і топографічною картою, навігатором тощо.

РОЗДІЛ VII. ПРИКЛАДНА ФІЗИЧНА ПІДГОТОВКА

У розділі значна увага приділяється розучуванню та систематизації прийомів самозахисту, розвитку основних фізичних якостей студентів засобами фізичних вправ (прискорене пересування, гімнастика, елементи видів спорту (національні бойові мистецтва, гирьовий спорт, атлетична гімнастика).

Особливості подання матеріалу

Прикладна фізична підготовка студентів здійснюється на планових заняттях та у процесі засвоєння інших основних розділів предмета. Висока ефективність занять досягається скороченням часу на перешикування і пересування, коротким поясненням, виконанням вправ усіма студентами одночасно.

На заняттях студенти оволодіють прийомами застосування зброї в бою (удари прикладом, уколи багнетом). Завданням цих занять є навчання студентів прийомам захисту зброєю та обеззброювання противника в оборонному бою.

Пересування навчальних підрозділів до місць занять під час вивчення інших розділів навчальної програми, у ході занять та під час повернення з них супроводжується фізичним тренуванням студентів.

Змістове наповнення теми «Прикладні фізичні вправи та елементи видів спорту (національні бойові мистецтва, гирьовий спорт, атлетична гімнастика)» вчитель може формувати самостійно із фізичних вправ, спрямованих на розвиток основних фізичних якостей учнів або з елементів зазначених видів спорту.

На опанування елементів теми можливо відведення приблизно однакової кількості годин. Однак не виключається варіанти збільшення чи зменшення кількості годин на вивчення окремих видів рухової діяльності.

Тема 1. Силова підготовка та подолання перешкод

Зміст навчального матеріалу

- Силкові вправи з вагою власного тіла та з обтяженнями. Біг по пересіченій місцевості. Подолання перешкод.
- Ознайомлення з елементами смуги перешкод.

Очікувані результати навчально-пізнавальної діяльності студентів

Знаннявий та діяльнісний компонент

Студент (студентка):

- **характеризує особливості:** бігу, подолання горизонтальних і вертикальних перешкод;
- **має уявлення** про техніку бігу по пересіченій місцевості
- **долає** перешкоди різними способами;
- **виконує** силкові вправи з вагою власного тіла та з обтяженнями

Ціннісний компонент:

- **дотримується** правил безпеки під час занять з прикладної фізичної підготовки

Тема 2. Основи самозахисту

Зміст навчального матеріалу

- Ознайомлення з національними бойовими мистецтвами (хортинг, бойовий гопак, спас тощо)

Очікувані результати навчально-пізнавальної діяльності студентів

- має поняття про національні бойові мистецтва

РОЗДІЛ VIII. ОСНОВИ ЦИВІЛЬНОГО ЗАХИСТУ

Розділ передбачає ознайомлення з нормативно-правовою базою цивільного захисту; розглядаються надзвичайні ситуації природного, техногенного, воєнного і соціально-політичного характеру, заходи і засоби захисту населення від надзвичайних ситуацій.

Особливості подання матеріалу

На заняттях студентів вивчають способи захисту від зброї масового ураження, набувають первинних навичок у використанні засобів індивідуального захисту, спеціальної обробки, а також навчаються діям в умовах застосування зброї масового ураження та інших надзвичайних ситуацій. Навички, які отримані на заняттях, вдосконалюються на заняттях з інших предметів навчання, особливо під час занять з тактичної підготовки.

З метою удосконалення умінь і навичок студентів як на планових заняттях, так і на польових заняттях з інших розділів предмета в обов'язковому порядку відпрацьовуються відповідні нормативи з основ цивільного захисту.

Тема 1. Надзвичайні ситуації мирного та воєнного часу та загроза їх виникнення

Зміст навчального матеріалу

- Єдина державна система цивільного захисту та її складові. Законодавче та нормативно-правове забезпечення її функціонування.

Очікувані результати навчально-пізнавальної діяльності студентів

Знаннявий та діяльнісний компонент

Студент (студентка):

- називає основні положення нормативно-правової бази цивільного захисту та міжнародні розпізнавальні знаки; складові єдиної державної системи цивільного захисту
- пояснює важливість знань основ цивільного захисту.

Тема 2. Надзвичайні ситуації природного, техногенного, воєнного і соціально-політичного характеру

Зміст навчального матеріалу

- Причини виникнення та класифікація надзвичайних ситуацій. Загальні ознаки надзвичайних ситуацій. Рівні надзвичайних ситуацій.
- Джерела небезпечних ситуацій у військовий час. Надзвичайні ситуації, які характерні для регіону, їх наслідки для життєдіяльності населення та суб'єктів господарювання. Потенційно небезпечні об'єкти міста (району) та їх коротка характеристика. Попередження виникнення можливих надзвичайних ситуацій.

Очікувані результати навчально-пізнавальної діяльності студентів

Знаннясвий та діяльнісний компонент

Студент (студентка):

- **характеризує** причини виникнення надзвичайних ситуацій, їх вплив на довкілля та безпеку життєдіяльності людини,
- **називає** види; загальні ознаки та рівні надзвичайних ситуацій;
- **оцінює** обстановку в надзвичайних ситуаціях та визначає заходи, щодо попередження надзвичайних ситуацій надзвичайних ситуацій суспільного, соціально-політичного та терористичного походження;
- **наводить** приклади виникнення надзвичайних ситуацій в Україні та за її межами; потенційно небезпечні об'єкти міста (району).
- **пояснює** негативний вплив надзвичайних ситуацій на довкілля та життєдіяльність людини;
- **дотримується правил** безпечної поведінки при виникненні надзвичайних ситуацій

Тема 3. Основні способи захисту населення в надзвичайних ситуаціях

Зміст навчального матеріалу

- Основні принципи щодо захисту населення. Повідомлення про загрозу і виникнення надзвичайних ситуацій та постійного його інформування про наявну обстановку. Навчання населення вмінню застосовувати засоби індивідуального захисту і діяти у надзвичайних ситуаціях. Укриття людей у сховищах, медичний, радіаційний та хімічний захист, евакуація населення з небезпечних районів. Спостереження та контроль за ураженістю навколишнього середовища, продуктів харчування та води радіоактивними, отруйними, сильнодіючими отруйними речовинами та біологічними препаратами.
- Порядок дій в умовах особливого періоду, під час артилерійського обстрілу, у натовпі, у разі виявленні підозрілого предмету.
- Надання екстреної психологічної допомоги (самодопомоги) при перебуванні в екстрених ситуаціях

- Складання та вміст тривожної валізи на випадок термінової евакуації або переходу до захисних споруд (підвалів, погребів тощо).
- Види терористичних проявів та способи дій терористів. Захист від терористичних проявів та дії населення в умовах надзвичайних ситуацій, пов'язаних з можливими терористичними проявами

Очікувані результати навчально-пізнавальної діяльності студентів

Знаннявий компонент

Студент (студентка):

- **характеризує** основні способи захисту населення в надзвичайних ситуаціях, призначення та будову основних засобів індивідуального захисту органів дихання та шкіри, сигнали і порядок оповіщення населення про виникнення надзвичайних ситуацій і порядок дій при цьому, способи проведення евакуації населення;
- **вміє користуватися** основними засобами індивідуального захисту органів дихання та шкіри.
- **класифікує** обладнання та пояснює порядок використання інженерних споруд для захисту населення;
- **характеризує** основні способи захисту населення в надзвичайних ситуаціях, способи проведення евакуації населення;
- **вміє користуватися** медичними засобами захисту (аптечка індивідуальна, індивідуальний протихімічний пакет (ІПП), пакет перев'язувальний індивідуальний(ІПП));
- **пояснює** правила безпеки під час захисту населення в надзвичайних ситуаціях,
- **характеризує** способи проведення евакуації населення;
- **виконує** алгоритм підготовки населення до евакуаційних заходів та розміщення населення.

Тема 4. Основи рятувальних та інших невідкладних робіт

Зміст навчального матеріалу

- Характеристика зон стихійного лиха (ураганів, затоплень, пожеж, хімічного, радіаційного та бактеріологічного зараження тощо).
- Сутність, зміст і послідовність виконання рятувальних та інших невідкладних робіт. Заходи забезпечення рятувальних та інших невідкладних робіт.
- Заходи безпеки при проведенні рятувальних робіт. Розшук уражених у завалах, а також в будинках, які пошкоджені і горять.

- Способи рятування людей з-під завалів, з верхніх поверхів напівзруйнованих будівель з використанням табельних і підручних засобів. Рятування людей із завалених і пошкоджених захисних споруд.

Очікувані результати навчально-пізнавальної діяльності студентів

Студент (студентка):

- **характеризує** порядок проведення рятувальних та інших невідкладних робіт; заходи забезпечення рятувальних та інших невідкладних робіт; заходи безпеки при проведенні рятувальних робіт.
- **називає** послідовність виконання рятувальних та інших невідкладних робіт, способи рятування людей з-під завалів, з верхніх поверхів напівзруйнованих будівель з використанням табельних і підручних засобів

РОЗДІЛ IX. ДОМЕДИЧНА ПІДГОТОВКА

Розділ передбачає вивчення порядку надання домедичної допомоги пораненим, невідкладні дії та організаційні заходи, спрямовані на врятування та збереження життя людини у невідкладному стані та мінімізацію наслідків впливу такого стану на її здоров'я, а також навчання практичним навичкам з рятування та збереження життя людини, яка перебуває у невідкладному стані, навчання користуванню індивідуальними засобами медичного захисту.

Особливості подання матеріалу

Головна увага на заняттях звертається на набуття студентами практичних навичок. Теоретичний матеріал повинний викладатися тільки в тому обсязі, який необхідний для свідомого виконання практичних прийомів.

Перевірка рівня знань, вмінь і навичок учнів здійснюється у ході навчальних занять, а також може уточнюватися під час занять з тактичної і вогневої підготовки.

Тема 1. Базова підтримка життя.

Зміст навчального матеріалу

- Рятувальний ланцюжок при раптовій зупинці серця. Алгоритм дій.
- Основні правила та порядок проведення реанімації.
- Звільнення дихальних шляхів від сторонніх предметів – западання язика, нижньої щелепи, слизу, води тощо – та відкриття верхніх дихальних шляхів (підняти підборіддя та висунути нижню щелепу).

- Штучне дихання – його різновиди, методика та техніка проведення штучної вентиляції легенів.
- Непрямий масаж серця, як спосіб відновлення діяльності серцево-судинної системи, методика його виконання.
- Застосування автоматичного зовнішнього дефібрилятора.
- Техніка проведення реанімаційних заходів одним та двома рятувальниками.

Очікувані результати навчально-пізнавальної діяльності студентів

Знаннявий та діяльнісний компонент

Студент (студентка):

- **знає** алгоритм дій з постраждалим без свідомості
- **володіє** основними правилами проведення реанімації
- **знає** порядок проведення реанімації.
- **володіє** маніпуляціями відновлення прохідності верхніх дихальних шляхів
- **вміє** проводити непрямий масаж серця і штучне дихання
- **знає** як користуватись автоматичним зовнішнім дефібрилятором.
- **вміє** розмістити постраждалого без свідомості у відновлювальну позицію
- **дотримується правил** безпеки під час реанімаційних заходів.

Тема 2. Надання домедичної допомоги при кровотечах

Зміст навчального матеріалу

- Види кровотеч. Неконтрольована кровотеча найбільш поширена причина серед попереджуваних смертей після травматичного ушкодження.
- Алгоритм дій при кровотечі.
- Техніка застосування прямого тиску на рану.
- Техніка накладання турнікета на верхні та нижні кінцівки.
- Техніка тампонування рани.
- Техніка накладання давлячої пов'язки.
- Техніка виносу поранених.

Очікувані результати навчально-пізнавальної діяльності студентів

Знаннявий та діяльнісний компонент

Студент (студентка):

- **знає** види кровотеч; основні принципи невідкладної допомоги
- **дотримується правил** особистої безпеки
- **знає** алгоритм дій при кровотечі

- **вміє** розпізнати кровотечу, що загрожує життю
- **розуміє** важливість негайної реакції на кровотечу, що загрожує життю
- **знає** способи зупинки кровотечі
- **застосовує** прямий тиск на рану
- **володіє** технікою накладання турнікета на верхні та нижні кінцівки.
- **вміє** проводити тампонування рани
- **володіє** методами виносу та переміщення поранених
- **дотримується правил** безпеки під час надання домедичної допомоги при кровотечах.

Тема 3. Надання допомоги пораненим в умовах бойових дій

Зміст навчального матеріалу

- Вступ до курсу тактичної медицини. Причини попереджуваних смертей при бойовій травмі. Етапи надання домедичної допомоги
- Надання допомоги на етапі під вогнем (CUF, Care Under Fire)
- План дій на етапі під вогнем. Техніка виносу пораненого з небезпечної зони
- Ознаки життєзагрозової зовнішньої кровотечі. Застосування турнікетів для кінцівок. Само- і взаємодопомога
- Надання домедичної допомоги в зоні тактичних умов (TFC, Tactical Field Care)
- Послідовність дій за алгоритмом «MARCH». Загальні причини зміни стану свідомості.
- Зупинка кровотеч, що загрожують життю. Принцип тампонування ран. Використання рекомендованих гемостатичних засобів. Використання компресійної пов'язки. Прямий тиск на рану
- Відновлення та забезпечення прохідності дихальних шляхів. Виведення нижньої щелепи. Безпечне введення носового (назофарингеального) повітропроводу. Визначення показань до проведення екстреного відновлення прохідності дихальних шляхів з допомогою хірургічного втручання (крікотиреотомії)
- Проникаючі поранення грудей. Огляд грудної клітки. Використання герметизуючих (оклюзійних) наклеюк. Поранення легень. Напружений пневмоторакс
- Повний огляд пораненого, зупинка всіх інших видів зовнішніх кровотеч. Тактично значущі ознаки шоку в поранених
- Надання домедичної допомоги при переломах, опіках, відмороженнях, проникаючому пораненні ока. Накладання шин. Застосування жорсткого щитка при травмі ока. Загальновійськовий набір пігулок
- Попередження гіпотермії та виявлення ознак черепно-мозкової травми. Підготовка до евакуації. Документація.

Очікувані результати навчально-пізнавальної діяльності студентів

Знаннявий та діяльнісний компонент

Студент (студентка):

- **розуміє** особливості та відмінності надання допомоги в цивільних і тактичних умовах.
- **розрізняє** етапи надання допомоги в умовах бойових дій.
- **дотримується** плану дій під час надання допомоги під активним вогнем супротивника.
- **вміє** розпізнати ознаки кровотечі, що загрожує життю.
- **володіє** методами виносу та переміщення поранених та вміє зупинити кровотечу, що загрожує життю, на етапі надання допомоги під активним вогнем противника.
- **знає** алгоритм дій на етапі допомоги в зоні тактичних умов.
- **володіє** технікою зупинки кровотеч, що загрожують життю.
- **володіє** маніпуляціями відновлення прохідності верхніх дихальних шляхів
- **вміє** проводити повний огляд грудної клітки та використовувати оклюзійні наклейки.
- **вміє** розпізнати ознаки напруженого пневмотораксу.
- **розуміє** необхідність виявлення та зупинки інших зовнішніх кровотеч.
- **вміє** розпізнати дві головні ознаки геморагічного шоку в пораненого.
- **володіє** технікою накладання шин та застосування жорсткого щитка при травмі ока.
- **визначає** необхідність прийому набору пігулок для пораненого.
- **розуміє** необхідність заходів з попередження гіпотермії.
- **вміє** розпізнати ознаки черепно-мозкової травми.
- **розуміє** важливість заповнення документації пораненого та підготовки до евакуації.

Критерії оцінювання навчальних досягнень учнів

1. Види оцінювання.

Основними видами оцінювання є: поточне; тематичне; підсумкове за семестр, перший і другий рік навчання та навчально-польові заняття (збори).

Поточне оцінювання здійснюється на всіх етапах навчальної діяльності у формах: опитування студентів на предмет засвоєння навчального матеріалу; тестового контролю; виконання студентами нормативних прийомів і вправ, письмових робіт; створення навчальних комп'ютерних (та іншого виду) моделей бойових дій і надзвичайних ситуацій, навчальних макетів (мішеней). Необхідність поточного оцінювання визначає викладач.

Тематичне оцінювання є обов'язковим для кожного розділу, оскільки основною структурною одиницею предмета є тема. Оцінка за тему виставляється шляхом узагальнення поточних оцінок за тему з урахуванням оцінок за виконання нормативних прийомів і вправ, письмових робіт, за створені навчальні моделі (макети).

2. Індивідуальна оцінка.

Рівень компетентності	Бали	Критерії оцінювання якості знань, умінь і навичок учнів
1	2	3
I. Початковий рівень	1	Студент (студентка) може розрізняти об'єкт вивчення і відтворити деякі його елементи. Володіє навчальним матеріалом на рівні елементарного розпізнавання і відтворення окремих фактів, елементів, об'єктів, що відтворюються учнем окремими словами чи реченнями з постійною допомогою викладача, виконує лише фрагменти практичних завдань
	2	Студент (студентка) фрагментарно відтворює незначну частину навчального матеріалу, має поверхові уявлення про об'єкт вивчення, виявляє здатність викласти думку на елементарному рівні, має елементарні навички, практичні завдання виконує лише з допомогою викладача
	3	Студент (студентка) відтворює менше половини навчального матеріалу, за допомогою викладача виконує елементарні завдання, розрізняє елементи техніки виконання нормативних вимог і здатний виконати незначну їх частину

II. Середній рівень	4	Студент (студентка) знає близько половини навчального матеріалу, здатний відтворювати його не в повному обсязі відповідно до тексту підручника або пояснення викладача
	5	Студент (студентка) розуміє основний навчальний матеріал, здатний дати визначення понять, але допускає помилки. За допомогою викладача може логічно відтворювати значну його частину
	6	Студент (студентка) виявляє знання і розуміння основних положень навчального матеріалу, відповіді його правильні, він може відтворити значну частину теоретичного матеріалу, за допомогою викладача може його аналізувати, порівнювати та робити висновки
III. Достатній рівень	7	Студент (студентка) виявляє знання і розуміння переважної більшості навчального матеріалу, здатний застосовувати його на рівні стандартних вимог, частково контролювати власні навчальні дії
	8	Знання студента (студентки) достатньо повні, він вільно застосовує вивчений матеріал у стандартних ситуаціях, вміє аналізувати, робити висновки. Самостійно застосовує теоретичні знання для виконання практичних завдань.
	9	Студент (студентка) вільно володіє вивченим матеріалом, вміє узагальнювати інформацію, застосовує її на практиці
IV. Високий рівень	10	Студент (студентка) володіє глибокими, міцними знаннями, здатний використовувати їх у нестандартних ситуаціях. Виявляє творчі здібності, самостійно визначає окремі цілі власної пізнавальної діяльності, знаходить джерела інформації та самостійно використовує їх при вирішенні поставлених завдань.
	11	Студент (студентка) володіє узагальненими знаннями з предмета, вільно висловлює власні думки, визначає програму особистої пізнавальної діяльності без допомоги вчителя знаходить джерела інформації і використовує одержані відомості відповідно до мети та завдань власної пізнавальної діяльності.

	12	Студент (студентка) має системні знання, виявляє здатність приймати творчі рішення, самостійно розвиває власні обдарування і нахили, вміє самостійно здобувати знання, рівень умінь і навичок дає змогу виконувати нормативи на бездоганному рівні
--	----	--

Додаток 2

Окремі положення курсу стрільби зі стрілецької зброї

Керівник стрільб відповідає за точне дотримання стріляючими правил безпеки, встановленого порядку, а також умов виконання вправи тими, хто стріляє. Йому підпорядковується оператор пункту управління мішеневим полем і всі посадові особи, призначені для обслуговування стрільб на дільниці.

Він зобов'язаний:

а) перед початком стрільби: довести до всього особового складу підрозділу сигнали про припинення вогню; перевірити стан та відповідність мішеневого обладнання умовам навчальної вправи і наявність зв'язку зі старшим керівником стрільб; перевірити готовність навчальних місць до занять; організувати контроль за проведенням стрільб; доповісти старшому керівникові про готовність до стрільби, кількість особового складу, що стріляє і виставити на пункті управління візуальний сигнал червоного кольору;

б) під час стрільби: керувати стрільбою на ділянці; вести облік снарядів (гранат), що не розірвались; при порушенні заходів безпеки негайно припинити стрільбу і доповісти старшому керівникові стрільби;

в) після закінчення стрільби: доповісти старшому керівникові про закінчення стрільби; організувати збирання гільз; доповісти старшому керівникові про результати стрільби. Провести аналіз стрільби, оголосити оцінки кожному учаснику стрільби.

Організація виконання вправ стрільби

При виконанні вправ дотримується такий порядок: командир взводу наказує командиру відділення, що буде стріляти, поставити бойове завдання підлеглим і одержати на пункті боєпостачання боєприпаси на чергову зміну стріляючих.

Боєприпаси видаються стріляючим поштучно за відомістю або у споряджених магазинах. Якщо необхідно, боєприпаси можуть видаватися роздатчиками боєприпасів у вихідному положенні. Учні, отримавши боєприпаси, оглядають їх, споряджають патронами магазини, вкладають магазини, гранати в сумки і під керівництвом командира відділення

(старшого зміни) прямують на вихідне положення, яке знаходиться не ближче 10 м від рубежу відкриття вогню.

Після прибуття зміни на вихідне положення керівник стрільб уточнює кожному учаснику стрільби порядок виконання вправи (вогневу позицію, місце і положення для стрільби, сектор стрільби, черговість стрільби тих, хто навчається, заходи безпеки).

Переконавшись у готовності зміни і дільниці до стрільби, керівник наказує підняти на дільничному пункті управління червоний прапор і доповідає про готовність до стрільби старшому керівникові стрільб.

За командою керівника стрільб «На вогневий рубіж вперед!» зміна виходить на вогневий рубіж.

Після сигналу «Вогонь» за командою керівника стрільб на дільниці «До бою!» учні готуються до стрільби, заряджають зброю і доповідають: «Такий-то до бою готовий». При виконанні вправ стрільби з місця учні, діючи відповідно до отриманого завдання, ведуть спостереження у вказаному секторі обстрілу, самостійно виявляють і уражають цілі із положення для стрільби, передбаченого умовами вправи.

Закінчивши виконання вправи, учні розряджають зброю, керівник стрільб на дільниці проглядає її, повертає зміну на вихідне положення, дає розпорядження замінити на пункті керування червоний прапор білим і заслуховує доповідь кожного учня про його дії під час виконання вправ, про спостереження за результатами стрільби, витратами боєприпасів, поломками і затриманням зброї.

Приблизна форма доповіді: «Товаришу майоре, учень Петренко виконав вправу контрольної стрільби з автомата. Під час стрільби спостерігав: грудна фігура уражена, атакуючий стрілець уражений, патрони використані повністю (не повністю, залишилось стільки-то патронів), затримок під час стрільби не було (були такі-то затримки)».

Заслухавши доповіді учнів і зробивши короткий розбір виконання вправ, керівник стрільб наказує здати на пункт бойового постачання або роздавальнику боєприпасів невикористані боєприпаси і перейти на чергове навчальне місце. Після цього доповідає старшому керівникові стрільб про закінчення стрільби зміною.

Після повернення зміни у вихідне положення старший керівник стрільб дає розпорядження підняти на командному пункті білий прапор, подати команду «Відбій» і, якщо це необхідно, оглянути мішені.

Вправи стрільби з малокаліберної (пневматичної) гвинтівки

Вправа 1. Стрільба з малокаліберної (пневматичної) гвинтівки.

Умови виконання:

- ціль - (мішень № 4) грудна фігура з колами, зменшена в 4 рази, нерухома;
- відстань до цілі - 25 м;
- кількість патронів - 3 шт.;

- час на стрільбу - не обмежений;
- положення для стрільби - лежачи з упору.

Оцінка: 12 балів – вибити 25 очок; 11 балів – вибити 24 очки; 10 балів – вибити 23 очки; 9 балів – вибити 22 очки; 8 балів – вибити 21 очко; 7 балів – вибити 20 очок; 6 балів – вибити 19 очок; 5 балів – вибити 17 очок; 4 бали – вибити 15 очок; 3 бали – вибити 12 очок; 2 бали – вибити 10 очок; 1 бал – менше 10 очок.

Примітка: при стрільбі з пневматичної гвинтівки, стрільба ведеться з положення «сидячи за столом з опорою на лікті» з відстані 5 м. по мішені «П».

Вправа № 2. Стрільба з малокаліберної (пневматичної) гвинтівки.

Умови виконання:

Ціль - мішень № 8 (ростова фігура, що біжить), зменшена у 8 разів, нерухома. Відстань до цілі — 25 м. Кількість патронів - 3 шт. Час на стрільбу — не обмежений. Положення для стрільби — лежачи з упору.

Оцінка:

Мішень поділити на три рівні частини.

12 балів - уразити мішень трьома пострілами, з яких три у верхню частину мішені; 11 балів — уразити мішень трьома пострілами, з яких два у верхню частину мішені; 10 балів - уразити мішень трьома пострілами, з яких один у верхню частину мішені; 9 балів — уразити мішень трьома пострілами, з яких три у середню частину мішені; 8 балів - уразити мішень трьома пострілами, з яких два у середню частину мішені; 7 балів - уразити мішень трьома пострілами, з яких один у середню і два у нижню частину мішені; 6 балів - уразити мішень двома пострілами, з яких один у верхню частину мішені; 5 балів — уразити мішень двома пострілами, з яких один у середню частину мішені; 4 бали - уразити мішень двома пострілами, з яких два у нижню частину мішені; 3 бали — уразити мішень одним пострілом у верхню частину мішені; 2 бали — уразити мішень одним пострілом у середню частину мішені; 1 бал — уразити мішень одним пострілом у нижню частину мішені.

Примітка: при стрільбі з пневматичної гвинтівки, стрільба ведеться з положення «сидячи за столом з опорою на лікті» з відстані 5 м. по мішені «П».

Вправа № 3. Стрільба з малокаліберної (пневматичної) гвинтівки по двом цілям.

Умови виконання:

Цілі - мішень № 8 (ростова фігура, що біжить), зменшена у 8 разів, нерухома та мішень № 4 (грудна фігура з колами), зменшена в 4 рази, нерухома. Відстань до цілі - 25 м. Кількість патронів - 6 шт. Час на стрільбу - не обмежений. Положення для стрільби - лежачи з упору.

Оцінка:

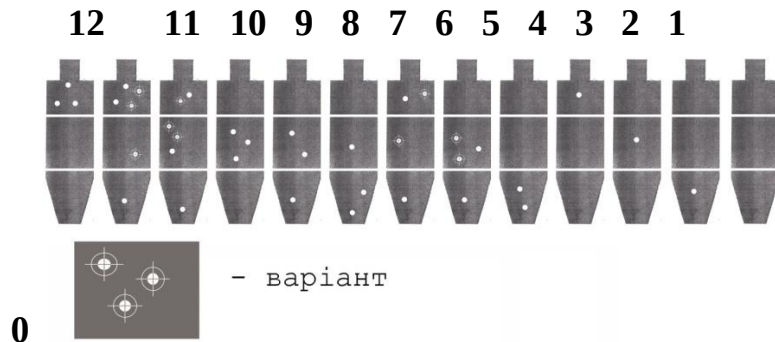
Пробні постріли виконуються по мішені № 8.

12 балів — уразити обидві мішені і вибити 28 очок; 11 балів — уразити обидві мішені і вибити 26 очок; 10 балів - уразити обидві мішені і вибити 24

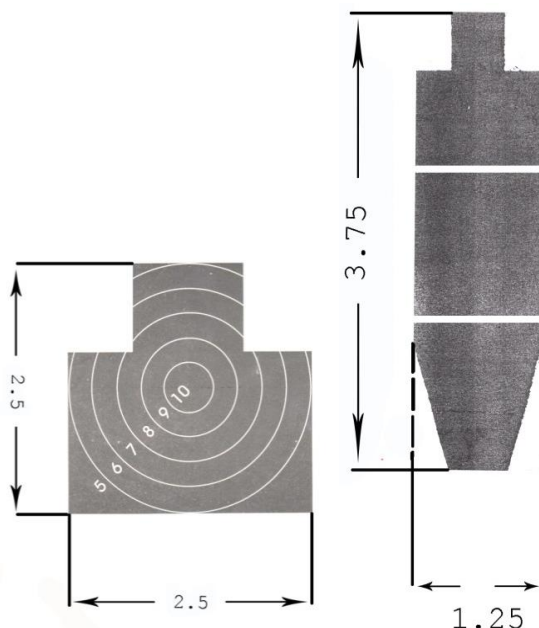
очок; 9 балів - уразити обидві мішені і вибити 23 очок; 8 балів - уразити обидві мішені і вибити 21 очок; 7 балів - уразити обидві мішені і вибити 19 очок; 6 балів - уразити обидві мішені і вибити 18 очок; 5 балів — уразити обидві мішені і вибити 16 очок; 4 бали — уразити обидві мішені і вибити 14 очок; 3 бали - уразити обидві мішені і вибити 13 очок; 2 бали - уразити обидві мішені і вибити 10 очок; 1 бал - уразити одну мішень № 8.

Примітка: при стрільбі з пневматичної гвинтівки, стрільба ведеться з з положення «сидячи за столом з опорою на лікті» з відстані 5 м. по мішеням: №4 - зменшеною в 20 разів, №8 – зменшеною в 40 разів.

Оціночні показники при стрільбі по мішені №8



Розміри мішеней для стрільби з пневматичної гвинтівки (в сантиметрах)



Початкова вправа стрільби з автомата

Стрільба з місця по нерухомих цілям і цілям, що з'являються. Цілі: - грудна фігура з колами (мішень №4) на щиті 0,75x0,75 м, нерухома; щит установлюється на рівні ґрунту (без просвіту);

- атакуючий (контратакуючий) стрілець - ростова фігура (мішень №8), яка з'являється на необмежений час.

Відстань до цілей: - до грудної фігури -100 м;

- до атакуючого (контратакуючого) стрільця 200 м.

Положення для стрільби - лежачи з упору. Кількість патронів - 9 (3+6).

Оцінка: (12-11-10 балів) - уразити обидві цілі і вибити (27-26-25 очок); (9-8-7 балів) - уразити обидві цілі і вибити (22-21-20 очок); (6-5 ^ бали) - уразити обидві цілі і вибити (17-16-15 очок); (3-2-1 бали) - уразити одну ціль або обидві цілі і вибити (12-11-10 очок).

Вправи з метання ручних гранат

Вправа 1. Метання ручної осколкової гранати під час руху.

Умови виконання:

Цілі — стрільці в окопі: три грудні фігури (мішень № 4), встановлені у визначеному габариті по фронту 10 м і в глибину 5 м на відкритій місцевості. Габарит розбивається у глибину на три частини: центральну — глибиною 1 м, ближню і дальню — глибиною по 2 м кожна.

Мішені встановлюються в центральній частині. Відстань до цілі — 25 м. Кількість гранат — 1 болванка масою 310 г. Положення для метання — під час руху з відстані 40 — 25 м.

Рівень компетентності: «високий» — влучити в центральну частину габариту; «достатній» — влучити в дальню частину габариту; «середній» - влучити в ближню частину габариту.

Вправа 2. Метання ручних протитанкових гранат. Умови виконання:

Ціль — танк (мішень № 12), встановлюється в габариті по фронту 3,5 м і в глибину 7 м. Габарит розбивається в глибину на три частини: центральну — глибиною 2,5 м, ближню і дальню - глибиною по 2,25 м кожна. Відстань до цілі — 20-15 м. Кількість гранат — 1 болванка масою 1070 г. Положення для метання — з окопу.

Рівень компетентності: «високий» - влучити в центральну частину габариту, «достатній» — влучити в дальню частину габариту; «середній» — влучити в ближню частину габариту.

Примітка: 1. Відстань до цілі вимірюється від передньої стінки окопу до середини центральної частини габариту.

2. Під час розподілу по балам ураховується якість виконання тактичних прийомів.

Вправа 3. Метання гранати з розбігу на дальність (вага гранати 600 г).

Умови виконання:

Форма одягу — військова, польова. Кількість гранат — 3 шт. Вправа виконується з макетом автомату, який тримається в правій (лівій) руці.

Зараховується краща з трьох спроб.

Оцінка: 12 балів - 42 м; 11 балів - 40 м; 10 балів -38 м; 9 балів - 36 м; 8 балів-34 м; 7 балів-32 м; 6 балів-30 м; 5 балів - 28 м; 4 бали - 26 м; 3 балів — 24 м; 2 бали — 22 м; 1 бал — 20 м.

Додаток 3

ОСОБЛИВОСТІ НАВЧАННЯ

І ВПРАВИ З ПРИКЛАДНОЇ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ

1. *Методика*

1.1. Навчальні заняття організовуються і проводяться за методикою, яка включає сукупність методів і методичних прийомів навчання, розвитку і виховання учнів.

1.2. Навчання спрямоване на формування у учнів прикладних рухливих навичок, прищеплення їм організаторсько-методичних умінь. Розвиток спрямовано на вдосконалення у учнів фізичних і спеціальних якостей, зміцнення здоров'я.

Виховання в процесі фізичної підготовки спрямоване на формування моральних і психічних якостей учнів.

1.3. Навчання фізичним вправам і прийомам включає *ознайомлення, розучування і вдосконалення*.

Ознайомлення сприяє створенню в учнів правильного уявлення про розучувану вправу. Для ознайомлення необхідно: назвати вправу, зразково її показати; пояснити техніку виконання; показати, при необхідності, вправу ще раз за частинами (розділами) з попутним поясненням техніки виконання. В процесі ознайомлення може проводитися опробування вправи учнями.

Розучування спрямоване на формування в учнів нових рухливих навичок. В залежності від підготовленості учнів і складності вправ застосовуються такі способи розучування:

в цілому, якщо вправа не складна і доступна для учнів, або її виконання за елементами (частинами) неможливе;

за частинами, якщо вправа складна і її можна розділити на окремі елементи;

за розділами, якщо вправа складна і її можна виконати із зупинками;

за допомогою підготовчих вправ, якщо вправу виконати в цілому не можна, через її складність, а розділити на частини неможливо.

Удосконалення спрямоване на закріплення в учнів рухливих навичок і умінь. Удосконалення у виконанні вправ, розвиток фізичних і спеціальних якостей забезпечується постійним фізичним тренуванням.

Основними *методами* тренувань є рівномірний, повторний, змінний, інтервальний, контрольний і змагальний.

1.4. Способами організації учнів при виконанні фізичних вправ можуть бути індивідуальний, груповий, фронтальний, поточний, круговий і змагально-круговий.

1.5. Навчальні заняття є основною формою фізичної підготовки і проводяться у вигляді: теоретичних, практичних (навчально-тренувальних, показових) занять.

1.6. Теоретичні заняття спрямовані на оволодіння учнями необхідними знаннями, передбаченими програмою навчання, і проводяться у вигляді лекцій та семінарів.

1.7. Практичні заняття є основним видом навчальних занять і проводяться за розділами прикладної фізичної підготовки (гімнастика, прискорене

пересування та легка атлетика, подолання перешкод, основи самозахисту) або комплексно, і повинні мати навчально-тренувальну спрямованість.

1.8. Навчально-тренувальні заняття складаються з трьох частин: підготовчої, основної, заключної.

Підготовча частина проводиться 6-8 хв. В ній вирішуються завдання організації, загального зміцнення організму і підготовки його до оволодіння військово-прикладними рухливими навичками в розвитку фізичних і спеціальних якостей в основній частині занять. Зміст підготовчої частини складають вправи, прийоми і дії загальнорозвиваючого характеру, які виконуються в русі і на місці. Загальнорозвиваючі вправи включають потягуючі вправи, вправи для м'язів рук і плечового пояса, тулуба, ніг, всього тіла, у парах, комплекси вільних вправ, стрибки. Підбір вправ залежить від завдань, які вирішуються в основній частині занять. Виконання вправ на місці і у русі починається із вихідного положення, яке приймається за командою «Вихідне положення ПРИЙНЯТИ». Вправа виконується за командою «Вправу почи-НАЙ». Для закінчення виконання на місці замість останнього рахунку подається команда «СТІЙ», в русі - «Вправу - ЗАКІНЧИТИ». Показ загальнорозвиваючих вправ, що виконуються на місці, керівник виконує стоячи обличчям (дзеркально) або боком до учнів, а що виконуються у русі - назустріч строю. Прості і раніше вивчені загальнорозвиваючі вправи тільки називаються керівником занять, всі інші - демонструються.

Складні вправи виконуються за розподілом, наприклад, «Упор присівши, роби-РАЗ, упор лежачи, роби-ДВА, упор присівши, роби-ТРИ, стрійова стійка, роби-ЧОТИРИ». Потім вправи виконуються за командою «Роби-РАЗ, роби-ДВА, роби-ТРИ, роби-ЧОТИРИ». Після цього вправи виконуються в цілому за командою «Вправу почи-НАЙ». Для підвищення щільності підготовчої частини раніше вивчені вправи виконуються одна за одною без пауз для відпочинку за командою «Потоком вправу почи-НАЙ».

1.9. Основна частина занять проводиться 35-40 хв. В ній вирішуються завдання оволодіння військово-прикладними рухами, навичками та їх удосконалення, розвиток фізичних і спеціальних якостей, виховання моральних і психічних якостей, удосконалення злагоженості навчальних підрозділів, формування умінь діяти в складних умовах. Зміст основної частини занять складають вправи, прийоми і дії, передбачені програмою з прикладної фізичної підготовки. Основна частина занять проводиться на трьох і більше навчальних місцях з наступною їх зміною і закінчується тренуванням у бігові чи комплексним тренуванням протягом 6-10 хв.

Виконання вправ на навчальних місцях організовується груповим чи фронтальним способом. При груповому способі підрозділ після закінчення підготовчої частини шикується в колону по три (чотири). Вказавши навчальні місця, керівник занять подає команду «Взвод, до місць занять кроком (бігом) - РУШ». За цією командою відділення взводу найкоротшим шляхом виходять до місць занять, розташовуються так, щоб вказані місця знаходились ліворуч від строю і визначають крок на місці, потім за

загальною командою зупиняються і повертаються ліворуч. Керівник занять подає команду «До виконання вправ - ПРИСТУПИТИ». Командири відділень виходять на середину строю, повертаються обличчям до підрозділів, називають виконувану вправу і подають команду «Відділення - ВІЛЬНО»; на заняттях з гімнастики - «Гімнастичну стійку - ПРИЙНЯТИ», учні відставляють праву ногу на півкрока вбік, руки з'єднують ззаду, вагу тіла рівномірно розподіляють на обидві ноги. Для зміни місць занять керівник подає команду «Вправу ЗАКІНЧИТИ». Після цієї команди командири відділень припиняють виконання вправ і шикують свій підрозділ, зміна місць занять проводиться за командою «Право-РУЧ», «Для зміни місць занять кроком (бігом) - РУШ». При першій зміні вказується порядок переходу.

1.10. При фронтальному способі керівник занять після закінчення підготовчої частини визначає перше навчальне місце і подає команду «До місця заняття кроком (бігом) - РУШ». Взвод висувається найкоротшим шляхом до вказаного місця, за командою керівника зупиняється і повертається ліворуч. Після виконання вправ підрозділ переходить до другого місця занять, потім до третього і т.д. В цьому випадку спочатку виконуються вправи з розвитку швидкості, спритності і дії, пов'язані з тонкою рухливою координацією, вправи на силу, а потім на витривалість.

1.11. Вихід учня із строю для виконання вправи проводиться за командою «Учень Петров, на вихідне положення кроком (бігом) - РУШ». Учень, почувши своє прізвище, приймає стройову стійку, відповідає: «Я», за командою про вихід на вихідне положення відповідає: «СЛУХАЮСЬ», а потім стройовим кроком чи бігом займає його. За командою «ДО СНАРЯДУ» чи «ВПЕРЕД» учень приймає стройову стійку і виконує вправу. Для поточного виконання вправи подається команда «Взвод, потоком, дистанція п'ять (десять) кроків - ВПЕРЕД».

1.12. Комплексні тренування проводяться з метою удосконалення фізичних, спеціальних, психічних якостей і військово-прикладних рухливих навичок. В їх зміст включаються вправи з різних тем прикладної фізичної підготовки, які вивчені як на цьому, так і на попередніх заняттях.

1.13. Заключна частина занять проводиться 2-3 хв. Завдання - приведення організму учня у відносно спокійний стан, наведення порядку на навчальних місцях та підведення підсумків занять. Зміст заключної частини становить ходьба, біг в уповільненому темпі, вправи в глибокому диханні і для розслаблення м'язів.

Безпека занять. Керівники занять зобов'язані вживати всіх заходів попередження травматизму в процесі фізичної підготовки. Попередження травматизму забезпечується: чіткою організацією і дотриманням методики занять; високою дисциплінованістю учнів, хорошими знаннями ними прийомів страхування та самострахування; своєчасною підготовкою місць занять та інвентаря; систематичним контролем за дотриманням встановлених правил і заходів безпеки з боку керівників занять.

Вправа 1. Підтягування на перекладині. Виконується з вису на прямих руках хватом зверху (положення вису фіксується 1-2 секунди). При підтягуванні підборіддя повинно бути вище перекладини.

Вправа 2. Згинання і розгинання рук в упорі на брусах. Виконувати в положенні упору, руки випрямлені, опускання проводиться до повного згинання рук, а розгинання - до повного їх випрямлення (положення упору фіксується 1-2с).

Вправа 3. Біг на 1км. Проводиться на будь-якій місцевості з загального чи роздільного старту. Старти і фініш обладнуються в одному місці.

Вправа 4. Метання гранати Ф-1 на дальність. Виконується з макетом автомату в руці будь-яким способом з розбігу без поворотів або з місця. Дальність кидка вимірюється від лінії кидання довжиною 4м і шириною 7см. Коридор шириною 10м розмічується паралельними білими лініями. Виконувати 3 (три) спроби підряд, залік за кращою.

Вправа 5. Загальна контрольна вправа на смузі перешкод. (ознайомлення з елементами)

Виконується без зброї. Дистанція - 400м. Вихідне положення - стоячи в траншеї: метнути гранату масою 600г із траншеї на 20м, по цегляній стінці (проломах) або по площі (2,6м x 1м) перед стінкою (зараховується пряме попадання); при непопаданні в ціль першою гранатою продовжувати метання (не більше 3-х гранат) до поразки цілі; за непопадання гранати до результату на фініші додається 5 сек. Вискочити із траншеї і пробігти 100м по доріжці у напрямку до лінії початку смуги; оббігти прапорець і перестрибнути рів шириною 2,5 м; пробігти проходами лабіринта; подолати паркан; залізти по вертикальній драбині на другий (зігнутий) відрізок зруйнованого моста; пробігти по балках, перестрибнути через розрив і зіскочити на землю із положення « стоячи » з кінця останнього відрізка балки; подолати три щаблі зруйнованої драбини і обов'язково торкнутись двома ногами землі між щаблями, пробігти під четвертим щаблем; пролізти у пролом стінки; зіскочити в траншею; пройти по ходу сполучення; вискочити із колодязя; стрибком подолати цегляну стінку; вибігти по похилій драбині на четвертий щабель і збігти по щаблях зруйнованої драбини; залізти по вертикальній драбині на балку зруйнованого моста; пробігти по балці, перестрибнути через розриви і збігти по нахиленій дошці; перестрибнути рів шириною 2 м, пробігти 20 м, оббігти прапорець і пробігти в зворотному напрямку 100 м по доріжці.

Примітка. Для подолання кожної перешкоди дозволяється не більше трьох спроб. Якщо пропущена будь-яка перешкода, порушено умови подолання перешкод, вправа вважається невиконаною.

БЕЗПЕКА ЗАНЯТЬ**1. Загальні вимоги безпеки*****під час проведення занять з предмета***

Безпека під час проведення занять з предмета забезпечується їх чіткою організацією, суворим дотриманням заходів безпеки, які визначаються статутами, курсом стрільб, відповідними керівництвами та настановами.

Керівники навчальних закладів зобов'язані вживати заходів щодо попередження загибелі та травмування учнів, встановлювати необхідні вимоги безпеки під час роботи з озброєнням та військовою технікою, під час здійснення маршу в район занять, проведення занять, стрільб, спеціальних занять і робіт, своєчасно доводити ці вимоги до учнів та добиватися їх суворого виконання.

Перед початком занять керівник навчального закладу зобов'язаний особисто впевнитись, що для цього створені безпечні умови, учні засвоїли вимоги безпеки та мають достатні практичні навички щодо їх виконання.

Відповідальність за дотримання учнями вимог безпеки на заняттях несуть викладачі предмета. Вони зобов'язані:

- вивчити з учнями вимоги безпеки під час проведення занять, прийняти заліки зі знання цих вимог та забезпечити постійний контроль за їх дотриманням;
- перевірити справність озброєння, військової та іншої техніки, яка виводиться (вивозиться) на заняття, звернувши особливу увагу на знання учнями правил поводження з ними;
- перевірити справність та припасування одягу (обмундирування), спорядження й засобів індивідуального захисту учнів з урахуванням пори року;
- під час проведення занять на військовій техніці, з озброєнням, у лісистій місцевості, під час розташування табором та в інших пожежонебезпечних місцях вимагати від учнів суворого дотримання вимог пожежної безпеки;
- визначати маршрути руху у пішому порядку (маршрути руху машин) та порядок пересування (перевезення) учнів до місць проведення занять;
- на заняттях використовувати тільки технічно справне навчальне обладнання, зразки озброєння та військову техніку.

2. Вимоги безпеки***під час проведення занять у кабінеті***

Безпека учнів під час занять у кабінеті предмета забезпечується постійним і неухильним дотриманням планів проведення занять, грамотною експлуатацією обладнання кабінету, а також визначених викладачем заходів безпеки.

До роботи з проекційною та відеоапаратурою, іншими апаратними засобами допускаються лише викладач та учні, які мають відповідні навички роботи з нею.

На заняттях зі зброєю – перевіряти її справність, переконатися у відсутності гострих задирок, заклинь та інших причин травматизму учнів. Обов'язково перевіряти зброю на розрядженість.

Забороняється проводити заняття з електрообладнанням без вентиляції, встановлення захисних загороджень і протипожежного обладнання та якщо учні не склали залік з правил електробезпеки. Вимагати особливої обережності в роботі з бензином, антифризом та іншими речовинами, які легко займаються чи є отруйними речовинами, а також під час роботи з індикаторними трубками військового приладу хімічної розвідки. Не допускати миття рук, деталей та одягу етилованим бензином.

У випадку проведення в кабінеті вправ початкових стрільб з пневматичної гвинтівки дотримуватися вимог безпеки для стрільби у стрілецькому тирі.

3. Вимоги безпеки

під час проведення занять на місцевості

Місцевість для занять обмежується. Обмежена ділянка місцевості доводиться до тих, хто навчається, при необхідності та за умов виконання вправ її межі позначаються попереджувальними знаками (позначками).

Використання холостих патронів на заняттях дозволяється тільки військовослужбовцям і викладачу предмета. Стрільбу холостими патронами дозволяється вести тільки з бойової зброї.

Метання навчальних гранат дозволяється, коли в радіусі не менше 100 від рубежу метання відсутні люди та об'єкти, що підлягають небезпеці. Категорично забороняється:

- брати в руки вибухонебезпечні предмети;
- використовувати бойові патрони на тактичних заняттях;
- проводити імітаційну стрільбу різного виду патронами з навчальної і саморобної зброї.

Виявлені в учнів вибухонебезпечні предмети підлягають негайному вилученню.

4. Вимоги безпеки

під час проведення стрільб у стрілецькому тирі

До навчальних стрільб у стрілецькому тирі допускаються учні, які пройшли інструктаж з вимог безпеки під час стрільб та склали заліки, результати яких зафіксовано у журналі, знають матеріальну частину зброї та можуть нею користуватися.

Під час навчальних стрільб у стрілецькому тирі потрібно дотримуватись наступних правил поведінки та вимог безпеки:

- без дозволу керівника учні не повинні: заходити до приміщення тиру; брати до рук зброю; виносити боєприпаси та зброю з приміщення тиру; заряджати та розряджати зброю; проводити підготовку до стрільби (прицілюватися); проводити стрільбу.

Забороняється:

- перебування учнів у приміщенні стрілецького тиру без викладача предмета або керівника стрілецького гуртка (далі — керівник);

- спрямовувати зброю в сторону від мішеней, наводити її на людей;
- брати зброю чи підходити до неї без команди.

Вимоги безпеки перед початком навчальних стрільб у стрілецькому тирі

Перед початком навчальних стрільб керівник повинен перевірити:

- знання учнями вимог безпеки при стрільбі;
- справність зброї, наявність боєприпасів та мішеней;
- стан приміщення стрілецького тиру, стан освітлення та обладнання.

Керівник повинен забезпечити належну поведінку і безпеку учнів на вихідному рубежі та безпечно проведення стрільб на вогневому рубежі.

Вимоги безпеки під час проведення навчальних стрільб

У приміщенні стрілецького тиру можуть знаходитися тільки учні, зазначені у списку допущених до стрільб.

На вихідному рубежі керівник роздає учням визначену кількість набоїв. Учні доповідають керівникові про їх отримання та чекають подальших команд. Учні підходять до зброї тільки після команди керівника «На вогневий рубіж кроком руш». Після команди керівника «Заряджай» учні самостійно заряджають зброю та доповідають керівникові про свою готовність. Учні проводять стрільбу тільки після команди керівника «По мішенях — вогонь». Після закінчення стрільб учні самостійно розряджають зброю і доповідають керівнику про їх закінчення. Керівник повинен оглянути зброю кожного учня, який закінчив стрільбу. Тільки після того, як усі учні повідомлять про закінчення стрільб, керівник дає команду «До мішеней кроком — руш» та разом з учням підходить до мішеней, де проводиться аналіз результатів стрільби кожного учня.

Вимоги безпеки після закінчення навчальних стрільб

Після закінчення стрільб керівник разом з командиром навчального взводу або старостою стрілецького гуртка переносять зброю у спеціально відведене місце, де проводять її огляд, чищення та змащування. Почищена зброя під наглядом керівника переноситься до кімнати її зберігання. У журналах «Обліку відвідування» та «Обліку видачі боєприпасів» керівник робить відповідні записи.

Вимоги безпеки у разі виникнення надзвичайної ситуації

У разі виникнення надзвичайної ситуації керівник негайно припиняє стрільби та виводить учнів з приміщення стрілецького тиру.

Потерпілим надається домедична медична допомога, викликається швидка медична допомога та інформується адміністрація навчального закладу про виникнення надзвичайної ситуації.

4. Вимоги безпеки під час проведення стрільб на військовому стрільбищі

Безпека під час стрільби досягається чіткою організацією стрільб, точним дотриманням правил та вимог безпеки, високою дисциплінованістю всіх військовослужбовців.

На кожній директрисі (військовому стрільбищі) з урахуванням особливостей та місцевих умов розробляється і вивіщується на командному пункті та на дільничних пунктах управління інструкція з вимог безпеки, яку повинен твердо знати особовий склад підрозділів, що виводяться на стрільбу.

Учні, які не засвоїли правила та вимоги безпеки, до стрільби та її обслуговування не допускаються.

Кожний учень повинен беззаперечно та точно виконувати всі правила та вимоги безпеки під час стрільби.

Викладачі предмета відповідають за точне виконання встановлених правил та вимог безпеки підпорядкованими учнями.

Для забезпечення безпеки перед кожною стрільбою виставляється оточення.

Пересування на полігоні дозволяється лише по дорогах та в районах, які позначені начальником полігона.

Забороняється заходити (заїжджати) на ділянки, де є снаряди, міни, бомби, вибухові речовини. Ці ділянки є забороненими зонами з відповідними попереджувальними написами.

Забороняється торкатися снарядів, мін, бомб, вибухових речовин, які не розірвалися, та предметів імітаційного обладнання. Кожний снаряд, міну, бомбу, заряд вибухової речовини, що не розірвалися, відразу ж після виявлення необхідно позначити покажчиком з попереджувальним написом та повідомити начальника полігона.

З метою контролю за безпекою стрільби та діями учнів, що стріляють, а також своєчасного попередження про появу людей, тварин і транспортних засобів на мішеневих полях або у небезпечних зонах місцевості, виявлення вибухів і місць падіння снарядів, що не розірвалися, організовується спостереження. Спостерігачі забезпечуються оптичними приладами (біноклями, стереотрубами) та планшетами. Кількість спостерігачів визначається керівником стрільби на ділянці для надійного забезпечення спостереження.

Дозвіл на відкриття вогню на директрисі (військовому стрільбищі, вогневому містечку) дає старший керівник стрільби. Ведення вогню дозволяється тільки після підняття на всіх ділянках та командному пункті червоних прапорів ВСП.

Стрільба негайно припиняється за командою керівника або самостійно кожним стріляючим у разі:

- появи людей, тварин і машин на мішеневому полі, низьколітніх апаратів, вертольотів над районом стрільби;

- падіння снарядів (гранат) за межами безпечної зони або поблизу бліндажа, у якому перебувають люди, та втрати зв'язку з бліндажем;

- доповіді або подання встановленого сигналу з поста оточення про небезпеку продовження стрільби;

- підняття білого прапора (ВСП, ліхтарів) на командному пункті;

- виникнення пожежі на мішеневому полі та на території полігона;

- втрати орієнтування тими, хто стріляє;

Для негайного припинення вогню тими, хто стріляє подається сигнал “Відбій», а також подається команда: “Стій! Припинити вогонь» та виставляється білий прапор (ВСП, ліхтар) замість червоного. За командою “Стій! Припинити вогонь» ті, хто стріляє, припиняють вогонь. Зброю розряджають. Зброю дозволяється заряджати тільки на рубежі відкриття вогню. У вихідне положення стріляючі повертаються тільки за командою керівника.

Категорично забороняється:

заряджати зброю бойовими та холостими набоями, а також бойовими та інертними гранатами до сигналу “Вогонь» (команди керівника, командира);

направляти зброю на людей, у бік або в тил стрільбища незалежно від того, заряджена вона чи ні;

відкривати та вести вогонь: з несправної зброї, несправними боєприпасами або боєприпасами, які не передбачені таблицями стрільби для цієї системи; за межі небезпечних напрямків стрільби; при піднятому білому прапорі на командному (дільничному) пункті та укриттях (бліндажах): по бліндажах, незалежно від того, перебувають у них люди чи ні, а також по інших спорудах (вишках, тригонометричних пунктах та декоративному обладнанню); у разі втрати зв'язку з керівником стрільби;

залишати де б то не було заряджену зброю або передавати її іншим особам; залишати на вогневій позиції (місці для стрільби) індивідуальну зброю без команди керівника стрільби.

Додаток 5

ОБ'ЄКТИ НАВЧАЛЬНО - МАТЕРІАЛЬНОЇ БАЗИ

1. **Кабінет** предмета Захист Вітчизни, призначений для проведення занять за програмою предмета.
2. **Кімната для зберігання зброї** обладнується у загальноосвітніх навчальних закладах для зберігання навчальної зброї, пневматичних, малокаліберних гвинтівок і боєприпасів до них, навчальної техніки і військово-технічного майна.
3. **Стрілецький тир** - це спеціально обладнане приміщення для стрільби з пневматичної і малокаліберної гвинтівки. У загальноосвітньому навчальному закладі під стрілецький тир обладнується будь-яке закрите приміщення, що відповідає вимогам безпеки, має спеціальне обладнання і за розмірами дозволяє виконувати вправи початкових і навчальних стрільб. Якщо такого приміщення немає, то виготовляється переносний кулеуловлювач, який дозволяє проводити вправи стрільб з пневматичної гвинтівки в кабінеті предмета, іншому місці, за умови неухильного дотримання правил проведення стрільб та вимог безпеки. Ділянка стрільб тиру включає (як і на військовому стрільбищі) вихідний рубіж, рубіж відкриття вогню та напрямок стрільб довжиною до 25-30 м.
4. **Стройовий майданчик** для проведення:
 - занять зі стройової підготовки;

- заходів з військово-патріотичного виховання учнів, урочистих заходів.

Стройова площадка розміром 8 х 16 м призначена для відпрацювання стройових прийомів учнями. Лінії, нанесені по периметру площадки з інтервалом 800 мм, призначено для відпрацювання руху стройовим кроком. Кола, нанесені по периметру площадки, - для відпрацювання стройового положення та поворотів на місці. Великі квадрати - для відпрацювання поворотів під час руху. Для навчальних закладів кількість великих квадратів у довжину площадки може бути зменшена до трьох. Усі лінії на плацу наносяться білою фарбою. Крім стройової площадки, на майданчику виділяється смуга для проходження навчальних підрозділів урочистим маршем.

5. Навчальні місця для занять з вогневої підготовки, складаються з місць для вогневих тренувань зі стрілецької зброї і мішенного поля. Місця тренувань вибираються і розгортаються на обмеженій ділянці місцевості, розгортаються у стрілецькому тирі або кабінеті предмета. На вказаних місцях виконуються розроблені викладачами підготовчі вправи, інші вогневі завдання, тому насиченість місць навчально-тренувальними засобами залежить від їх творчих здібностей.

6. Місце для метання ручних гранат - для відпрацювання першої та другої навчальних вправ з метання ручних гранат.

7. Навчально-тренувальний комплекс, - це обмежена ділянка місцевості з розгорнутими навчальними місцями для практичних занять і тренувань з основ військової справи. Ділянка вибирається в біля навчального закладу, її розміри визначаються шляхом моделювання. Наприклад, для занять з тактичної підготовки ділянка поділяється на смуги, в межах яких доведеться діяти навчальному підрозділу за навчальним завданням.

9. Виносне навчальне обладнання, - це навчальні стрілецькі прилади, що дозволяють викладачеві навчати стрільбі та виявляти помилки, що допускаються учнями. Вони звичайно включаються в комплект командирських ящиків (КЯ-56, КЯ-58, КЯ-73, КЯ-83). Окрім цих комплектів та іншого навчального обладнання, що поставляється, потребують виготовлення:

- комплекти мішеней для підготовчих вправ стрільб;
- комплект мішеней, тактичних знаків і позначок для тактико-стройових, тактичних занять і військової тактичної гри.

10. Єдина смуга перешкод, призначена для подолання горизонтальних і вертикальних перешкод індивідуально і в складі підрозділу, метання гранат на влучність. При відсутності смуги у навчальному закладі допускається проведення занять на місцевості, дообладнаній перешкодами і мішенями. Така місцевість повинна забезпечити подолання окремих природних, штучних перешкод (елементів смуги) висотою до 2 м різними способами (стрибки, перелітання), рух по вузькій опорі на незначній висоті (до 1 м), вистрибування із заглиблень, інші прийоми і дії.

Єдина смуга перешкод



1 - лінія початку смуги; 2 - ділянка швидкісного бігу довжиною 20 м; 3 - рів шириною угорі 2, 2.5 і 3 м, глибиною 1м; 4 - лабіринт довжиною 6 м, шириною - 2 м, висотою 1.1 м

(кількість проходів - 10, ширина проходу - 0.5 м); 5 - паркан висотою - 2 м, товщиною 0.25 м, з похилою дошкою довжиною 3.2 м, шириною 0.25 - 0.3 м; 6 - зруйнований міст висотою 2 м, що складається з трьох відрізків (прямокутних балок 0.2 х 0.2 м): перший довжиною 2 м, другий - 3.8 м зі згином у 135 градусів (довжина від початку до згину - 1 м), третій - 3.8 м зі згином 135 градусів (довжина від початку до згину 2.8 м), розриви між відрізками балок 1 м на початку другого і третього відрізків балок і в кінці перешкоди - вертикальні драбини з трьома ступенями; 7 - зруйнована драбина шириною 2м (висота східців 0.8; 1.2; 1.5 і 1.8 м, відстань між ними 1.2 м, біля високого східця - нахилена драбина довжиною 2.3 м з чотирма східцями); 8 - стінка висотою 1.1 м, шириною 2.6 м і товщиною 0.4 м з двома проломами (нижній розміром 1х0.4 м розташований на рівні землі, верхній розміром 0.5х0.6 м на висоті 0.35м від землі з прилягаючою до неї площиною 1х2.6 м; 9 - колодязь і хід сполучення (глибина колодязя 1.5 м, площа перетину вгорі 1х1 м; у задній стінці колодязя щілина розміром 1х0.5м, що сполучає колодязь з перекритим ходом сполучення глибиною 1.5 м, довжиною 8 м з одним згином; відстань від колодязя до траншеї по прямій - 6 м); 10 - траншея глибиною 1.5 м; 11 - бігова доріжка шириною 2 м.

Додаток 6

ОРІЄНТОВНІ НОРМАТИВИ

№	Норматив, умови (порядок) його виконання	КРИТЕРІЇ ОЦІНКИ											
		ВИСОКИЙ			СЕРЕДНІЙ			ДОСТАТНІЙ			НИЗЬКИЙ		
		12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
1.	Приготування до стрільби і ведення вогню з автомата. Учень знаходиться у вихідному положенні, автомат тримає «на ремінь», магазин у сумці для магазинів. За командою керівника роздавач видає 5 навчальних патронів. Стрільба виконується по мішенях з відстані 25м., 50 м., 100	Попадання в мішені (4-5 патронів)			Попадання в мішені (3-4 патрони)			Попадання в мішені (2-3 патрони)			Попадання в мішені (1-2 патрони)		
		Виконано правильно, чітко			Не більше			Не більше			Допущено		

	м. Учень споряджає магазин і укладає його у сумку. За командою «До бою!» виконує норматив: займає місце для стрільби, заряджає зброю, готується до ведення вогню і доповідає: «Такий-то до бою готовий!». За командою «Вогонь!» послідовно встановлює приціл, знімає із запобіжника і встановлює вид вогню та імітує два-три постріли. Доповідає про закінчення стрільби та за командою керівника розряджає зброю, надає для огляду, повертається у вихідне положення. Дії після команди «Вогонь» виконуються без урахування часу. Стрільба по мішенях виконується: на 25 м. з положення стоячи, на 50 м. з положення сидячи, на 100 м. з положення лежачи. Виконання стрільби 1 патрон на 25 м., 2 патрони на 50 м., 2 патрони на 100 м.		двох помил ок	трох помил ок	більше трьох помил ок Поруш ені заходи безпек и під час повод ження зі зброє ю
2.	Неповне розбирання автомату. Автомат на столі, учень знаходиться біля зброї. За командою «До розбирання автомату приступити!» здійснює неповне розбирання автомату та доповідає «Готово!» Час фіксується від подачі команди до доповіді учня. Після виконання нормативу називає частини автомату	Помил ок немає	Не більше однієї помил ки	Не більше двох помил ок	Допущ ено більше трьох помил ок
		13 с 15 с 18 с	1 9 с 2 0 с 2 1 с	2 2 с 2 3 с 2 5 с	2 7 с 2 9 с 3 1 с
3.	Складання автомату після неповного розбирання. За командою «До складання автомата приступити!» учень, дотримуючись послідовності, складає автомат та доповідає «Готово!».	Помил ок немає	Не більше однієї помил ки	Не більше двох помил ок	Допущ ено більше трьох помил ок
		23 24 25	2 2 3	3 3 3	3 3 4

	Час фіксується від подачі команди до доповіді учня	с	с	с	6 с	8 с	0 с	1 с	3 с	5 с	7 с	9 с	1 с
4.	Чищення і змащування каналу ствола автомата після неповного розбирання. Для чищення зброї потрібне ганчір'я, маслянка із рушничним мастилом. За командою «До чищення і змащування приступити!» учень виконує норматив №2 та доповідає «Готово!». Потім збирає приладдя для чищення каналу ствола і готує матеріал для змащування, називаючи елементи приладдя. Чищення і змащування каналу ствола автомата здійснюється без урахування часу	Помилки немає			Не більше однієї помилки			Не більше двох помилок			Допущено більше двох помилок		
5.	Спорядження магазину патронами. Учень стоїть біля столу, на якому знаходиться 30 патронів та магазин до автомата. За командою «До спорядження магазину приступити!», учень споряджає магазин патронами та доповідає «Готово!». Час фіксується від подачі команди до доповіді учня	35 с	40 с	45 с	4 6 с	4 8 с	5 0 с	5 1 с	5 3 с	5 5 с	5 7 с	5 9 с	1 х в 0 2 с
6.	Виявлення цілей, визначення їх місцезнаходження відносно орієнтирів, доповідь про результати спостереження. За командою керівника учень займає місце для спостереження. На відстані 200-500 м від спостерігача розмішені 9 цілей (мішеней). Завдання: виявити цілі, визначити їх місцезнаходження відносно орієнтирів і доповісти про результати спостереження	Виявлені цілі			Виявлені цілі			Виявлені цілі			Помилка у визначенні дальності 15%/20%/25%		
		9	8	7	6	5	4	3	2	1	0-2 0	0-2 5	0-3 0
7.	Пересування на полі бою. Вихідне положення – вогнева	Виконано правильно,			Не більше			Не більше			Допущено		

	позиція. Учні доводять тактичну обстановку, ставлять завдання вийти на новий рубіж. За командою керівника «Учень Петренко, на такий-то рубіж – вперед!» учень, враховуючи місцевість, долає 50 м: перебіжкою 15 м, переповзанням по-пластунські 20 м і перебіжкою – 15 м. Час відраховується від команди на пересування до досягнення вказаного рубежу і приготування до стрільби	чітко 1хв 55с 2 хв 2хв 05с	двох помил ок 2х в 10с 2х в 15с 2х в 20с	трох помил ок 2х в 25с 2х в 30с 2х в 35с	більше трох помил ок 2х в 40с 2х в 45с 2х в 50с
8.	Вибір місця для стрільби (спостереження), обладнання окопу для стрільби з автомату лежачи. Вихідне положення – лежачи, сидячи або стоячи. Учні доводять тактичну обстановку, ставлять завдання на вказаному рубежі вибрати місце для стрільби (спостереження) і обладнати окоп для стрільби лежачи. Відстань до рубежу не більше 50м.	Окоп обладнано правильно 30х в 32х в 35х в	Не більше двох помил ок. 37х в 30х в 32х в	Не більше трох помил ок. 35х в 37х в 30х в	Більше трох помил ок. 32х в 35х в 37х в
9.	Визначення сторін горизонту. Учень з компасом або годинником в руці знаходиться у вказаній точці місцевості. За командою керівника «До орієнтування приступити!» визначає сторони горизонту і доповідає «Готово!»	Помилки немає 4 хв 30с 4 хв 40с 4 хв 50с	Не більше однієї помил ки 5х в 4х в 30с 4х в 40с	Не більше двох помил ок 4х в 50с 5х в 30с 4х в 40с	Більше двох помил ок 4х в 50с 5х в 30с 4х в 40с
10.	Визначення магнітного азимуту на вказаний предмет за компасом. На місцевості учню вказується окремий предмет. За командою керівника «До визначення магнітного азимуту, приступити» він визначає азимут та доповідає. Час фіксується від подачі команди до доповіді	Помилки немає. Похибка не більше 3 град. 28с 30с 32с	Не більше однієї помил ки. Похибка не більше 6 град. 34с 36с 38с	Не більше двох помил ок. Похибка не більше 9 град. 40с 42с 44с	Більше двох помил ок. Похибка не більше 9 град. 46с 48с 50с
1	Визначення напрямку руху за	Помилки	Не	Не	

1.	вказаним магнітним азимутом за допомогою компасу. На місцевості учню вказується магнітний азимут. За командою керівника «До визначення напрямку руху, приступити» він визначає окремий орієнтир та доповідає. Час фіксується від подачі команди до доповіді.	немає. Похибка не більше 3 град.			більше однієї помилки. Похибка не більше 6 град.			більше двох помилки. Похибка не більше 9 град.			Більше двох помилки. Похибка не більше 9 град.		
		40с	45с	50с	55с	40с	45с	50с	55с	40с	45с	50с	55с
1 2.	Рух за азимутом. Учню видається схема (таблиця) даних для руху за азимутом, на якій вказані вихідний та кінцевий пункти 3-4 проміжних орієнтира, магнітні азимути та відстані між ними в метрах. Довжина маршруту не менше 2 км. дотримуючись маскування, пішим порядком учень повинен вийти до кінцевого пункту. Час враховується від видачі схеми до виходу у кінцевий пункт.	24х в	26х в	28х в	30х хв	32х хв	34х хв	36х хв	38х хв	40х хв	42х хв	44х хв	46х хв
1 3.	Одягання протигазу. Учні знаходяться в строю. Протигази у похідному положенні. За раптовою командою «Гази!» учні одягають протигази. Час відраховується з моменту подання команди до відновлення дихання після одягнення протигазу.	6,5с	7с	7,4с	7,7с	8с	8,4с	8,7с	9с	9,4с	9,7с	10с	10,4с
1 4.	Одягання респіратору Р-2. За раптовою командою «Респіратор одягнути!», учні одягають респіратори. Час відраховується з моменту подачі команди до відновлення дихання	10,5с	11с	11,4с	11,7с	12с	12,4с	12,7с	13с	13,4с	13,7с	14с	14,4с
1 5.	Одягання загальновійськового захисного комплексу (плащ у рукава). Засоби захисту учнів у похідному положенні. а) За командою «Плащ в рукава - Гази» або сигналом «Радіаційна небезпека» учні одягають протигази, захисні плащі в рукава,	2 хв 50 с.	3 хв	3 хв 07 с.	3х хв 14 с.	3х хв 20 с.	3х хв 35 с.	3х хв 45 с.	4х в	4х хв 10 с.	4х хв 20 с.	4х хв 30 с.	4х хв 40 с.

	захисні панчохи та рукавиці. Час відраховується від подачі команди керівника до одягання засобів захисту та доповіді «Готово!».												
	б)За командою «Захисний комплект одягнути - Гази» учні одягають панчохи, плащі у вигляді комбінезону, протигази, рукавиці. Час відраховується від подачі команди керівника до повного одягання засобів захисту та доповіді «Готово!».	4 хв 25 с.	4 хв 35 с.	4 хв 45 с.	4 хв 50 с.	5 хв 20 с.	5 хв 40 с.	6 хв 20 с.	6 хв 40 с.	7 хв 20 с.			
1 6.	Дії за сигналом «Хімічна тривога». Засоби захисту учнів у похідному положенні. Подається сигнал «Хімічна тривога». Ті хто навчаються одягають протигази, плащі у вигляді накидки і ведуть спостереження за місцевістю. Час відраховується від моменту подачі сигналу до повного одягання засобів захисту	33с	35с	37с	38 с	40 с	43 с	46 с	50 с	57 с	1х в. 04 с	1х в. 10 с	1х в. 20 с
1 7.	Тимчасова зупинка кровотечі. Учень знаходиться біля «пораненого», тримаючи в руках джгут.Час відраховується від команди: «До виконання нормативу приступити!» і до закріплення джгута. Після чого позначається час його накладання. Накладання джгута на стегно або плече Накладання закрутки на стегно або плече	Виконано без помилок			Допуще но не більше одної помилки			Допуще но не більше двох помилко			Допуще но більше двох помилко		
		20с	25с	30с	35 с	40 с	45 с	50 с	55 с	1х в.	1х в. 05 с	1х в. 10 с	1х в. 15 с
		50с	55с	1хв	1х в. 05 с	1х в. 10 с	1х в. 15 с	1х в. 20 с	1х в. 25 с	1х в. 30 с	1х в. 35 с	1х в. 40 с	1х в. 45 с

1 8.	Накладання пов'язки. Учень з перев'язочним матеріалом у руках знаходиться біля «пораненого». За командою «Пов'язку накласти!» починає накладання. Накладання пов'язки на голову (око, вухо). Накладання пов'язки на кість у вигляді вісімки, на передпліччя, ліктьовий суглоб. Накладання пов'язки на плечовий суглоб, груди. Накладання пов'язки на нижні кінцівки.	Виконано без помилок			Допуще но не більше одної помилки			Допуще но не більше двох помилок			Допуще но більше двох помилок		
		1хв. 50с	2хв	2хв 05с	2х в 10с	2х в 15с	2х в 20с	2х в 25с	2х в 30с	2х в 35с	2х в 40с	2х в 45с	2х в 50с
		1хв. 50с	2хв	2хв 05с	2х в 10с	2х в 15с	2х в 20с	2х в 25с	2х в 30с	2х в 35с	2х в 40с	2х в 45с	2х в 50с
		2хв 20с	2хв 30с	2хв 35с	2х в 40с	2х в 45с	2х в 50с	2х в 55с	3х в 05с	3х в 10с	3х в 15с	3х в 20с	3х в 25с
		1хв. 50с	2хв	2хв 05с	2х в 10с	2х в 15с	2х в 20с	2х в 25с	2х в 30с	2х в 35с	2х в 40с	2х в 45с	2х в 50с
1 9.	Надання першої допомоги при переломах. Учень знаходиться біля пораненого. Перев'язочний матеріал і шина в руках або поряд з учнем. За командою «Шину накласти!» учень накладає шину. Виконання нормативу закінчується підвішуванням руки на хустку (бинт, ремінь). Накладання шини з підручного матеріалу на плече. Накладання шини з підручного матеріалу на передпліччя.	Виконано без помилок			Допуще но не більше одної помилки			Допуще но не більше двох помилок			Допуще но більше двох помилок		
		3хв	3хв 30с	4хв	4х в 30с	5х в 30с	6х в 30с	7х в 30с	8х в 30с	9х в 30с	10х в 30с	11х в 30с	12х в 30с

	Накладання шини Крамера на нижню кінцівку.	2хВ 40с	2хВ 50с	3хВ	3х В 10 с	3х В 20 с	3х В 30 с	3х В 40 с	3х В 50 с	4х В	4х В 10 с	4х В 20 с	4х В 30 с
		3хВ	3хВ 30с	4хВ	4х В 30 с	5х В 30 с	6х В 30 с	7х В 30 с	8х В 30 с				
		19с	21с	23с	25с	27с	29с	31с	33с	35с	37с	39с	41с

Література

1. Захист Вітчизни: підручник для 10 — 11 класів / за ред. Квашньова Ю. О., Литвиненко А. О.— К.: Вежа, 2006.
2. Допризовна підготовка 10-11кл. Автори: Ю. О. Квашньов, Я. І. Конотопенко, Ю. В. Крамаренко, М. І. Томчук.
3. Дятленко С. М., Ганчева В. І., Василенко Є. Ю., Жевага С. І. Книга вчителя предмета «Захист Вітчизни».— Х.: Торсінг плюс, 2006.
4. Мелецький В. М., Добровольський В. В., Корж Є. П., Кравцов А. К. Захист Вітчизни. Тактична підготовка: навчально-методичний посібник.— Черкаси: ЧОПОПП, 2009.
5. Статути Збройних Сил України.— К.: ЗАТ ВІПОЛ, 2004.
6. Курс стрільб зі стрілецької зброї і бойових машин.— К.: 2009.
7. Вогнева підготовка механізованих підрозділів: навчально-методичний посібник.— К.: 2006.
8. Підручник сержанта механізованих військ.— К.: 2006.
9. Настанова з фізичної підготовки у Збройних Силах України.— К.: 1997.
10. Основи цивільного захисту / під ред. Бикова О. В., Осипенко С. І. та ін.— К.: ПП ФОРЕСТА-А, 2008.
11. М. І. Стеблюк. Цивільна оборона.— К.: Знання, 2004.
12. С. Л. Тамов. Організаційно-методичні основи військово-прикладної фізичної підготовки допризовної молоді.— К.: ВІПОЛ, 1986.

www.nbuv.gov.ua	Національна бібліотека України ім. І.І. Вернадського
www.britannica.com	Он-лайн енциклопедія «Британіка»
www.uk.wikipedia.org	Україномовна версія он-лайн енциклопедія «Вікіпедія»

Захист Вітчизни [Текст]: конспект лекцій для студентів усіх напрямів підготовки денної форми навчання/уклад. В.В. Лук'янович. – Ковель: КПЕК Луцького НТУ, 2019. – 60 с.

Комп'ютерний набір
Редактор

В.В. Лук'янович
О.С. Гордіюк

Підп. до друку 2019р.
Формат 60х84/16. Папір офс. Гарнітура Таймс.
Ум. друк. арк. _____. Обл.-вид. арк. 2,5.
Тираж _____ прим. Зам. 1.

Редакційно-видавничий відділ
Луцького національного технічного університету
43018 м. Луцьк, вул. Львівська, 75
Друк – КПЕК Луцького НТУ