



Кировское областное государственное профессиональное  
образовательное бюджетное учреждение  
«Нолинский техникум механизации сельского хозяйства»  
(КОГПОБУ «НТМСХ»)

УТВЕРЖДАЮ

Директор КОГПОБУ «НТМСХ»)   
Е.В.Пигозина  


ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО  
ОБРАЗОВАНИЯ ДЕТЕЙ И ВЗРОСЛЫХ  
Военно-патриотический клуб «СОВА»

Нолинск 2018

Организация-разработчик: Кировское областное государственное профессиональное образовательное бюджетное учреждение «Нолинский техникум механизации сельского хозяйства» (КОГПОБУ «НТМСХ»)

Разработал: Сунцов Алексей Владимирович, преподаватель-организатор основ безопасности жизнедеятельности КОГПОБУ «НТМСХ».

Рассмотрено Педагогическим советом КОГПОБУ «Нолинский техникум механизации сельского хозяйства». Протокол № 1 от 31.08.18 г

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА</b>	<b>стр.</b> 4
<b>1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ</b>	4
<b>2. СТРУКТУРА СОДЕРЖАНИЕ</b>	6
<b>3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ</b>	7

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая дополнительная образовательная программа «ВПК «СОВА»» вневойсковой подготовки молодежи призывного возраста (для занятий курсантов военно-патриотического клуба).

Программа предназначена для подготовки обучаемых (далее по тексту курсантов) Кировского областного государственного профессионального образовательного бюджетного учреждения «Нолинский техникум механизации сельского хозяйства».

При разработке Программы учитывались: новые направления в боевой подготовке парашютно-десантных (десантно-штурмовых) подразделений, туристической и поисковой подготовке.

### 1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

**1. Вневойсковая подготовка является основным содержанием подготовки молодежи призывного возраста к предстоящей службе в Вооруженных Силах России.**

Она организуется и проводится на основании требований Настоящей программы, Общевоинских уставов Вооружённых Сил Российской Федерации, Боевого устава по подготовке и ведению общевойскового боя, приказов и директив Министра обороны Российской Федерации, его заместителей, главнокомандующего Сухопутными войсками; организационно-; тематических планов общественно-государственной подготовки и организационно-методических указаний Главного управления по работе с личным составом Вооруженных Сил Российской Федерации; приказов и директив командующего войсками военного округа; наставлений, курсов, руководств, сборников нормативов, методических методических указаний по оперативной, мобилизационной и боевой подготовке Сухопутных войск рекомендаций по туризму и настоящей Программы.

Вневойсковая подготовка представляет собой целенаправленный, организованный процесс обучения и воспитания будущих военнослужащих, Защитников Отечества.

**2. Туристическая подготовка** имеет в виду прежде всего ознакомление студентов со своим краем, овладение определенным кругом знаний и умений, необходимых путешественникам.

Участники секции могут включаться в массовые походы и экспедиции, проводимые в нашем городе.

На занятиях, в походах, путешествиях, экскурсиях юные туристы научатся:

- составлять план путешествия и разрабатывать маршрут;
- составлять сметы по финансированию похода;
- фиксировать наблюдения;
- проводить простейшие исследования, обрабатывать и коллекционировать собранные материалы;
- ориентировать на незнакомой местности при помощи карты, компаса и по различным особенностям местных предметов;
- оказывать первую доврачебную помощь;
- знать основы пешего, водного, лыжного, горного, велосипедного туризма;
- делать пешие, лыжные, водные походы с грузом;
- уметь разбивать лагерь, ставить палатку, разводить костер, готовить пищу в походных условиях, изготавливать простейшее туристское оборудование.

Целью секции является дать студентам азы туризма, научить их выживать в трудных, полевых условиях, а также подготовка помощников в проведении туристских слетов, соревнований по туризму и ориентированию на местности.

Занятия секции носит преимущественно практический характер, но и теоретические занятия также важны в туризме.

**3. Специальная подготовка** – обучение, получение знаний и практических навыков и умений необходимых будущим военнослужащим при прохождении военной службы в подразделениях воздушно-десантных войск России.

В специальную подготовку включены занятия по физической, тактической, огневой, воздушно-десантной, разведывательной, инженерной, общественно-государственной, строевой, военно-медицинской, противопожарной подготовке, РХБ защите, общевоинским уставам, военной топографии.

*Специальная подготовка* с курсантами проводится в объеме, позволяющем получить первичные знания и умения, которые необходимы для самостоятельного ведения боя и подготовки по специальности в зависимости от последующего предназначения.

**Основные мероприятия специальной подготовки:**

издаются приказы по зачислению курсантов в Клуб;

занятия и тренировки по предметам и темам, без усвоения которых невозможно проводить занятия по тактической подготовке, на которые отводится половина времени, отведенного на специальную подготовку;

тактические занятия в комплексе с занятиями и тренировками по РХБ защите, огневой, инженерной, разведывательной, военно-медицинской подготовке, военной топографии;

проведение полевого выхода.

Кроме того, проводится индивидуально-воспитательная работа, выработка предложений (рекомендаций) военному комиссариату по распределению курсантов по шефским воинским частям (подразделениям).

В ходе занятий, наряду с приобретением необходимых знаний, умений и навыков, за счет создания соответствующей обстановки и условий, должны решаться задачи **психологической** подготовки курсантов – будущих военнослужащих, их готовности к преодолению опасностей и трудностей боевой обстановки, выработки способности выдерживать высокие нервно-психологические и физические нагрузки, которые могут возникнуть при подготовке и в ходе ведения боя. Это достигается внесением в ход проведения занятия элементов напряженности и внезапности, опасности и разумного риска, свойственных реальной боевой обстановке, многократной тренировкой курсантов в выполнении изученных приемов и действий, воспитанием уверенности в своих командирах, вооружении, военной технике и средствах защиты.

Специальную подготовку завершают контрольные занятия по всем предметам обучения с выставлением итоговых оценок.

**4. Поисковая работа**

Теоретическая и практическая подготовка учащихся техникума - членов поискового отряда.

Программа представляет собой образовательную систему, связанную с изучением истории ВОВ Кировской области и направлена на формирование у учащихся чувств патриотизма, нравственных устоев и национального самосознания. Деятельность по программе способствует сплочению коллектива, повышению образовательного и культурного уровня. Реализация программы создает условия для психологической подготовки участников поисковых экспедиций, развития индивидуальных способностей, дальнейшего самообразования. Программа поможет подготовить учащихся к участию в поисковых экспедициях. Программа включает в себя как теоретический материал, так и практические работы на местности, работу с документами,

архивами, также предусмотрено выполнение творческих заданий. После первого года обучения, молодой человек должен получить допуск к полевым работам. Зачетное занятие проводится в форме учебно-тренировочной экспедиции.

Учитывая специфику занятий в поисковом отряде, отличную от кружков и секций, включаются в программу мероприятия, свойственные клубам по интересам или общественным организациям. Такие, как, например, работа с письмами, участие в городских митингах, торжественных собраниях, благоустройство братских захоронений, подготовка к экспонированию музейных реликвий ит.д.

## **2. СТРУКТУРА И ПРИМЕРНОЕ СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

### **2.1. Объем часов**

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Объем часов</b>
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>300</b>
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>300</b>

## 2.2. Примерный тематический план и содержание программы «ВПК «СОВА»»

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работа (проект) (если предусмотрены)	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
<b>1 год обучения</b>			
Установочное занятие		2	1
<b>Раздел 1 Совершенствование военной подготовки полученной на занятиях ОБЖ</b>		<b>46</b>	
<b>Тема 1.1 Общевоинские уставы</b>	<b>Содержание учебного материала</b> Права, общие обязанности и ответственность военнослужащих. Воинская дисциплина, поощрения и дисциплинарные взыскания. Военная присяга и порядок приведения к Военной присяге. Суточный наряд. Права и обязанности лиц суточного наряда	6	2
<b>Тема 1.2 Строевая подготовка</b>	<b>Содержание учебного материала</b> Строи и управление ими. Обязанности военнослужащих перед построением и в строю. Строевые приемы и движение без оружия. Строевые приемы и движение с оружием. Вынос знамени.	20	2
<b>Тема 1.3 Физическая подготовка</b>	<b>Содержание учебного материала</b> Комплексные занятия. Преодоление препятствий. Гимнастика и атлетическая подготовка. Общефизическая подготовка.	20	2
<b>Раздел 2 Туристическая подготовка</b>		<b>52</b>	
<b>Тема 2.1 История туризма</b>	<b>Содержание учебного материала</b> История туризма. Туризм и краеведение в системе образования	2	1
<b>Тема 2.2 Ориентирование на местности</b>	<b>Содержание учебного материала</b> Топографическая подготовка Условные обозначения (знаки) Рельеф местности и его изображение на карте. Измерение расстояния. Способы ориентирования. Снаряжение ориентировщика. Техника безопасности. Техническая подготовка ориентировщика. Тактическая подготовка ориентировщика.	30	2

	Ориентирование по местным предметам. Действия в случае потери ориентировки. морально-полевая подготовка. Правила соревнования. Виды и характер соревнований Упражнения и игры с элементами ориентирования. Учебные соревнования по ориентированию		
<b>Тема 2.3 Туризм</b>	Понятие о технике пешеходного туризма Личное и групповое туристское снаряжение. Определение ориентирования по компасу. Подготовка и проведение похода. Техника безопасности. Особенности лыжного туризма. Ориентирование на лыжах. Питание в лыжном походе. Снаряжение туриста-лыжника для похода и путешествия. Техника движения на лыжах. Меры обеспечения безопасности в походе и при проведении занятий. Организация, подготовка и подведение итогов похода	<b>20</b>	<b>2</b>
<b>2 год обучения</b>			
<b>Раздел 3 Специальная подготовка</b>		<b>146</b>	
<b>Тема 3.1 Воздушно-десантная подготовка</b>	<b>Содержание учебного материала</b> Материальная часть людских десантных парашютов и парашютных приборов. Укладка людских десантных парашютов. Наземная отработка элементов прыжка с парашютом. Совершение прыжка из самолета Ан-2 (вертолета Ми-8) со стабилизацией падения 3 секунды с ручным раскрытием парашюта. Совершение прыжка из самолета Ан-2 (вертолета Ми-8) с оружием и снаряжением со стабилизацией падения 3 секунды с ручным раскрытием парашюта.	<b>54</b>	<b>2</b>
<b>Тема 3.2 Огневая подготовка</b>	<b>Содержание учебного материала</b> Требования безопасности при проведении занятий по огневой подготовке и обращении с оружием (вооружением) и боеприпасами. Стрелковое оружие. Приборы наблюдения и прицеливания, учебные стрелковые приборы. Реактивные противотанковые, ручные гранаты и боеприпасы. Основы и правила стрельбы из стрелкового оружия. Огневые (стрелковые) тренировки.	<b>50</b>	<b>2</b>
<b>Тема 3.3 Разведывательная подготовка</b>	<b>Содержание учебного материала</b> Организация, вооружение и тактика действий подразделений вероятного противника.	<b>22</b>	<b>2</b>
<b>Тема 3.4</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>20</b>	



<b>Радиационная, химическая и биологическая защита</b>	Боевые свойства и поражающие факторы ядерного, химического, биологического и оружия, основанного на новых физических принципах. Средства индивидуальной защиты и пользование ими.		
<b>Раздел 4 Поисковая работа</b>		<b>50</b>	<b>2</b>
<b>Тема 4.1 Правовые основы поискового движения</b>	<b>Содержание учебного материала</b> Вступительное занятие. Понятие общественной организации, правовые основы общественной организации, изучение устава отряда, цели и задачи поискового движения, права и обязанности поисковиков (вступительный инструктаж).	<b>4</b>	<b>1</b>
<b>Тема 4.2 Методика поиска</b>	<b>Содержание учебного материала</b> Изучение местности, сопоставление с картами 40-х годов (архивные документы). Технология поиска: шурф, полное вскрытие, обследование при помощи металлоискателя, щупа. Плановые, воинские и госпитальные, боевые, санитарные, мемориальные захоронения. Основные требования к проведению эксгумационных работ, меры безопасности и соблюдение санитарных норм. Все формы документов (заявление, обязательство, протоколы эксгумации, листы опроса, инструктажи, отчеты командиров, полевые дневники, летописи отрядов)	<b>10</b>	
<b>Тема 4.3 Меры безопасности</b>	<b>Содержание учебного материала</b> ТБ при обнаружении взрывоопасных предметов. Санитарные нормы жизни в полевых условиях и поисковой работы. Школа выживания - поведение в экстремальных условиях. Первая медицинская помощь.	<b>26</b>	
<b>Тема 4.4 Поисковая экспедиция</b>	Что такое Вахта Памяти? Категории Вахт Памяти, экспедиции. Организация жизни и работы в полевом лагере. Распорядок жизни в лагере и режим работы. Штаб Вахты Памяти. Обязанности членов отряда. Установка палатки в условиях непогоды. Сооружение простейших однодневных укрытий из подручных средств. Порядок и способы разведения костра. Правила пожарной безопасности в лесу.	<b>10</b>	
<b>Зачет</b>		<b>6</b>	
	<b>Всего:</b>	<b>300</b>	

Календарный график занятий 2018-2019 уч.год (150 часов)

												Сентябрь									
Понедельник																					
Вторник																	2	2	2		
Среда																					
Четверг																	2	2	2		
Пятница																					
Суббота																					
Воскресенье																					
Октябрь						Ноябрь						Декабрь									
Понедельник																					
Вторник	2	2	2	2	2				2	2	2	2				2	2	2	2		
Среда																					
Четверг	2	2	2	2					2	2	2	2	2			2	2	2	2		
Пятница																					
Суббота																					
Воскресенье																					

Январь							Февраль							Март							
Пн	Вт	Ср	Чт	Пт	Сб	Вс	Пн	Вт	Ср	Чт	Пт	Сб	Вс	Пн	Вт	Ср	Чт	Пт	Сб	Вс	
										2							2				
	2		2							2							2		2		
	2		2							2							2		2		
	2		2							2							2		2		
Апрель							Май							Июнь							
Пн	Вт	Ср	Чт	Пт	Сб	Вс	Пн	Вт	Ср	Чт	Пт	Сб	Вс	Пн	Вт	Ср	Чт	Пт	Сб	Вс	
	2		2																		
	2		2							2							2				
	2		2							2							2				
	2		2							2							2				
	2									2											

Комплект контрольно-оценочных средств для текущей, промежуточной и итоговой аттестации по программе

## 1. Задания для текущего контроля учебных достижений обучающихся

### **Права, общие обязанности и ответственность военнослужащих**

Военнослужащий Вооруженных Сил Российской Федерации - защитник Отечества. Права и общие обязанности военнослужащего. Порядок применения военнослужащими оружия. Должностные и специальные обязанности военнослужащих. Ответственность военнослужащего: дисциплинарная, административная, гражданско-правовая, материальная и уголовная.

### **Взаимоотношения между военнослужащими**

Единоначалие. Начальники и подчиненные. Старшие и младшие. Воинские звания военнослужащих ВС РФ.

Приказ (приказание), порядок его отдачи и выполнения. Инициатива военнослужащих.

### **О воинской вежливости и поведении военнослужащих**

Воинское приветствие. Обращение военнослужащих друг к другу, к начальникам и старшим. Обращение к военнослужащим во внеслужебное время и вне строя. Правила поведения солдата при нахождении вне расположения части.

### **Распределение времени и повседневный порядок**

Распорядок дня части. Подъем, утренний осмотр и вечерняя поверка. Учебные занятия. Завтрак, обед и ужин. Посещение военнослужащих.

### **Строй и управление ими**

Строй, шеренга, фланг, фронт, тыльная сторона строя, интервал, ширина строя, глубина строя, двухшереножный строй, ряд. Одношереножный и двухшереножный строи, колонна, развернутый строй, походный строй, направляющий, замыкающий. Управление строем. Команды.

### **Обязанности военнослужащих перед построением и в строю**

Проверка исправности оружия; заправка обмундирования; место в строю; поведение в строю; передача приказаний и команд.

### **Комплексные занятия**

**Занятие 1.** Определение исходного уровня физической подготовленности курсантов по упражнениям. Наставления по физической подготовке и Руководства по физической подготовке и спорту в ВДВ (РФП для ВДВ).

**Занятия 2 - 5. Ускоренное передвижение.** Обучение технике бега на короткие, средние и длинные дистанции; старта из положения лежа, с колена и стоя. Ознакомление со способами ускоренного передвижения в различных условиях местности.

**Преодоление препятствий.** Обучение курсантов выполнению:

приемов преодоления препятствий по условиям Общевоинского контрольного упражнения (ОКУ) с оружием и без него;

безопорных и опорных прыжков, прыжков в траншеи, ямы и др. углубления,

приемов передвижения в узких проходах; преодоления препятствий в составе групп;

приемов преодоления естественных препятствий;

передвижения по узкой опоре на высоте, вертикальному и горизонтальному канату;

лазания по деревьям; действий в разрушенных зданиях;

действий в условиях ограниченной видимости и подвижности;

приемов метания гранат на дальность и по цели.

**Спортивные и подвижные игры.** Подвижные игры: "попади мячом", "занеси мяч". Спортивные игры по упрощенным правилам: ручной мяч, футбол, баскетбол, волейбол.

## **ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ВОЕННОЙ СЛУЖБЫ**

**Основы обеспечения безопасности военнослужащих при прохождении ими военной службы.**

**Обязанности военнослужащего по соблюдению требований безопасности военной службы и по предупреждению заболеваний, травм и поражений**

**Занятие 1.** Безопасность военной службы и ее содержание. Требования Устава внутренней службы Вооруженных Сил Российской Федерации по обеспечению безопасности военной службы.

**Занятие 2.** Обязанности военнослужащего по соблюдению требований безопасности и мер предупреждения заболеваний, травм и поражений. Ответственность военнослужащих за невыполнение установленных и доведенных до него требований безопасности.

### **Основы пожаро-, электро- и взрывобезопасности**

**Занятие 1.** Условия безопасности военной службы и их общая характеристика. Пожарная безопасность, электробезопасность и взрывобезопасность - как важнейшие условия безопасности военной службы.

#### **Общие требования безопасности военнослужащих при выполнении ремонтно-строительных и хозяйственных работ**

**Занятие 1.** Основные виды ремонтно-строительных и хозяйственных работ, выполняемых в войсковой части. Требования безопасности при выполнении данных работ.

#### **Требования безопасности военнослужащих при несении боевого дежурства, караульной и внутренней служб, эксплуатации вооружения и военной техники**

**Занятие 1.** Общий порядок организации и несения боевого дежурства, эксплуатации вооружения и военной техники, несения службы в суточном наряде в воинской части. Деятельность командиров (начальников), иных должностных лиц воинской части по обеспечению безопасности личного состава при выполнении этих задач.

#### **Требования безопасности военнослужащих при проведении тактических учений, стрельб и других занятий по боевой подготовке**

**Занятие 1.** Боевая подготовка - как основное содержание повседневной деятельности войск (сил). Требования безопасности при проведении тактических учений, стрельб и иных мероприятий боевой подготовки.

#### **Действия военнослужащих при несчастных случаях, порядок оказания первой помощи пострадавшим**

**Занятие 1.** Несчастные случаи и военнослужащими: их обстоятельства, причины и возможные последствия. Практические действия военнослужащего при несчастном случае с сослуживцем по оказанию первой помощи.

### **ТАКТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА**

При обучении необходимо соблюдать последовательность в отработке тем и переходить от простого к сложному, добываясь сначала правильности выполнения приема, а затем быстроты его выполнения.

Основной формой обучения по **тактической подготовке** являются тактико-строевые занятия, на которых отбатывается техника выполнения приемов и способов действий солдата в бою. Молодые солдаты должны усвоить сигналы управления в бою, овладеть навыками действий в обороне и наступлении.

Обучение осуществляется командирами отделений и взводов на тактических учебных полях. Тактическая обстановка и местность должны способствовать качественной отработке учебных вопросов. Действия противника обозначаются управляемой мишенной обстановкой, макетами огневых средств и техники, а также различными средствами имитации.

#### **Вооружение и боевая техника части**

**Занятие 1** Ознакомление с вооружением и боевой техникой части и показ ее в действии.

#### **Действия при подъеме по тревоге**

**Занятие 1** П р а к т и ч е с к о е. Оповещение и порядок сбора. Приведение солдат в боевую готовность при нахождении в казарме и на занятиях. Экипировка солдата.

**Занятие 2** П р а к т и ч е с к о е. Тренировка в составе взвода и роты. Выполнение личным составом подразделения обязанностей согласно боевому расчету по тревоге.

#### **Сигналы для управления строем и машиной**

**Занятие 1** Изучение сигналов. Тренировка в передаче и приеме сигналов в дневных условиях.

#### **Действия солдата-десантника в бою**

**Занятие 1** Р а с с к а з. Характеристика общевойскового боя. Предназначение и боевые задачи парашютно-десантного отделения и взвода. Огневые средства отделения и взвода. Маневр силами и средствами. Походный, предбоевой и боевой порядки отделения и взвода. Обеспечение боевых действий отделения и взвода. Общие обязанности солдата в бою и по его штатному назначению.

**Занятие 2** П р а к т и ч е с к о е. Индивидуальная экипировка **солдата**. Полевое обмундирование и снаряжение (согласно нормам довольствия и времени года). Плащ-накидка, рюкзак десантный. Бронежилет. Разгрузка. Шлем стальной. Маскировочный костюм. Пехотная лопата (малая). Средства индивидуальной РХБ защиты, средства дегазации, специальной обработки, дозиметрического и химического контроля. Вооружение по штату и боеприпасы к нему согласно расчету. Индивидуальная аптечка. Индивидуальные перевязочные пакеты. Жгут кровоостанавливающий. Трубка для обеззараживания воды. Котелок, кружка, ложка, фляжка, туалетные принадлежности, полотенце и сменное белье. Спальный мешок. Сухой паек. Личные документы. Жетон с личным номером. Подбор экипировки, исходя из полученной боевой задачи и тренировка в ее размещении. Боевой комплект и его размещение в предметах экипировки.

**Занятие 3** П р а к т и ч е с к о е. **Сигналы и команды подаваемые в боевой обстановке.** Сигналы управления и оповещения, определенные Строевым уставом и дополнительные (установленные командиром):

сигнальными ракетами, дымами, рукой, флажками, лучом света (прожектором, фонарем), звуковыми средствами (стрельбой, свистом, сигнальной трубой, ударами в металлические предметы). Команды и сигналы, подаваемые голосом и по средствам связи. Тренировка в выполнении сигналов и команд днем и ночью.

**Занятие 4 Тактико-строевое. Обязанности наблюдателя.** Выбор места для наблюдения, его занятие, оборудование и маскировка, оснащение наблюдательного поста. Назначение сектора и зон для наблюдения. Изучение местности, определение расстояний до ориентиров и местных предметов. Определение расстояний до целей: по отрезкам местности, по степени видимости и кажущейся величине. Измерение вертикальных и горизонтальных углов. Приемы наблюдения за противником и местностью, действиями соседей и за сигналами командира на месте и в движении. Выработка наблюдательности. Демаскирующие признаки различных целей, их обнаружение. Сочетание наблюдения невооруженным глазом и с использованием средств наблюдения: оптических прицелов, биноклей, труб разведчика, стереотруб (в том числе против солнца). Наблюдение в ночных условиях, порядок освещения местности, подслушивание. Соблюдение светомаскировки. Целеуказание от ориентиров и местных предметов. Доклад о результатах наблюдения. Смена наблюдателей.

**Занятие 5 Тактико-строевое.** Передвижение на поле боя. Выбор места и скрытное расположение на нем для наблюдения и ведения огня; самоокапывание и маскировка. Выбор пути движения. Приемы и способы передвижения на поле боя: ускоренным шагом или бегом (в полный рост или пригнувшись), перебежками и переползанием. Применение различных способов передвижения в зависимости от интенсивности огня противника и рельефа местности. Сочетание огня с движением. Использование не поражаемого пространства, местных предметов и укрытий в ходе передвижения для наблюдения и ведения огня. Самоокапывание под огнем противника. Тренировка в одиночном (в составе группы, подразделения) передвижении на поле боя с использованием защитных свойств местности и местных предметов. Наблюдение за полем боя и доклад о результатах наблюдения.

**Занятие 6 Тактико-строевое.** Действия в тылу противника. Ориентирование и приведение в готовность к бою после приземления. Выдвижение к объекту. Обнаружение и уничтожение огневых средств противника. Действия при появлении самолетов (вертолетов) противника. Преодоление заграждений и препятствий. Действия на рубеже перехода в атаку и в атаке. Уничтожение противника в окопах огнем, гранатами и в рукопашном бою. Способы уничтожения объекта.

**Занятие 7 Контрольно-проверочное занятие.** Содержание занятия определяет командир батальона.

## **ВОЗДУШНО-ДЕСАНТНАЯ ПОДГОТОВКА**

По воздушно-десантной подготовке курсанты совершают два прыжка с парашютом из самолета. Подготовка к совершению прыжка начинается с первой недели обучения. **Во время общевоинской подготовки курсанты совершают два прыжка из самолета Ан-2 на базе НОУ «Кировский аэроклуб ДОСААФ» или АНО «Центральный аэроклуб РТ ДОСААФ России» по задачам 1, 2.**

### **Материальная часть людских десантных парашютов и парашютных приборов**

**Занятие 1** Назначение, технико-эксплуатационные характеристики, устройство, схема работы основного и запасного парашютов в воздухе. Правила эксплуатации людских десантных парашютов и их хранения.

**Занятие 2** Назначение, технические данные и устройство парашютного прибора. Правила подготовки и монтажа прибора на парашют.

**Занятие 3** Контрольное. Прием зачетов по знанию материальной части людских десантных парашютов и парашютных приборов.

### **Укладка людских десантных парашютов**

**Занятие 1** Подготовка рабочего места для укладки парашютов. Этапы укладки основного парашюта, правила их выполнения и контроля. Подгонка подвесной системы. Оформление документации на укладку парашюта.

**Занятие 2** Подготовка рабочего места для укладки парашютов. Поэтапная укладка основного и запасного парашютов. Оформление документации на укладку парашютов. (Н-ВДП-1).

**Занятие 3** Подготовка рабочего места для укладки парашютов. Поэтапная укладка основного и запасного парашютов. Оформление документации на укладку парашютов. (Н-ВДП-1).

**Занятие 4** Подготовка рабочего места для укладки парашютов. Поэтапная укладка основного и запасного парашютов. Оформление документации на укладку парашютов. (Н-ВДП-1).

**Занятие 5** Укладка людских десантных парашютов.

### **Наземная отработка элементов прыжка с парашютом**

**Занятие 1** Подгонка оружия и снаряжения для прыжка с парашютом. Устройство рюкзака десантника и размещение в нем предметов боевой выкладки. Подгонка и надевание рюкзака в походное положение и в положение для прыжка. Устройство грузового контейнера и упаковка в него грузов. Правила крепления контейнера на парашютисте и действия с ним в воздухе. Отработка элементов прыжка с парашютом на снарядах воздушно-десантного комплекса.

**Занятие 2** Тренировка на снарядах воздушно-десантного комплекса в подготовке к выполнению прыжка из самолета Ан-2 (вертолета Ми-8).

Подгонка оружия и снаряжения, надевание парашютов. Отработка элементов прыжка на снарядах воздушно-десантного комплекса. Действия парашютиста в самолете. Отделение от самолета. Действия парашютиста при стабилизации падения, при снижении и приземлении. Действия парашютиста в аварийной обстановке. Практическое совершение прыжков с парашютной вышки.

**Занятие 3** Тренировка на снарядах воздушно-десантного комплекса в подготовке к выполнению прыжка из самолета Ил-76 (Ан-22, Ан-12). Подгонка и крепление оружия и снаряжения, надевание парашютов. Отработка элементов прыжка на снарядах воздушно-десантного комплекса. Действия парашютиста в самолете по командам и сигналам «Приготовиться», «Пошел», «Отставить», отделение от самолета, действия в воздухе при снижении и приземлении. Действия парашютиста в аварийной обстановке и правила применения запасного парашюта. Практическое совершение прыжков с парашютной вышки.

**Занятие 4** Контрольное. Тренировка на снарядах воздушно-десантного комплекса в подготовке к выполнению прыжка из самолета Ил-76 (Ан-2, Ан-26, Ан-22). Подгонка и крепление оружия и снаряжения, надевание парашютов. Отработка элементов прыжка на снарядах воздушно-десантного комплекса. Действия парашютиста в самолете по командам и сигналам «Приготовиться», «Пошел», «Отставить», отделение от самолета, действия в воздухе при снижении и приземлении. Действия парашютиста в аварийной обстановке и правила применения запасного парашюта. Практическое совершение прыжков с парашютной вышки.

### **Совершение прыжка из самолета Ан-2 (вертолета Ми-8) со стабилизацией падения 3 секунды и ручным раскрытием парашюта**

**Занятие 1** Укладка парашютов для совершения прыжка.

**Занятие 2** Предпрыжковая тренировка на снарядах воздушно-десантного комплекса.

**Занятие 3** Совершение прыжка с парашютом.

## **ОГНЕВАЯ ПОДГОТОВКА**

### **Требования безопасности при проведении занятий по огневой подготовке и обращении с оружием (вооружением) и боеприпасами**

**Занятие 1** Требования безопасности при проведении занятий по огневой подготовке, обращении с оружием (вооружением) и боеприпасами, возможные последствия их нарушения (показать на конкретных примерах). Ответственность, обязанности должностных лиц и личного состава по соблюдению требований безопасности.

### **Стрелковое оружие**

**Занятие** Назначение, боевые свойства и устройство автомата, его разборка и сборка. Работа частей и механизмов автомата при зарядании и стрельбе. Возможные задержки при стрельбе и способы их устранения. Требования безопасности при обращении с оружием.

**Занятие 2** Осмотр и подготовка автоматов к стрельбе. Снаряжение магазина (ленты) патронами и зарядание оружия. Приведение оружия к нормальному бою и выверка прицелов. Уход за стрелковым оружием и гранатометами, их хранение и сбережение.

### **Приборы наблюдения и прицеливания, учебные стрелковые приборы**

**Занятие 1** Назначение, основные характеристики и устройство оптических дневных прицелов к снайперской винтовке и гранатометам, а также биноклей, стереотрубы и перископа разведчика. Порядок пользования ими. Уход, хранение и сбережение прицелов, биноклей, стереотрубы и перископа разведчика.

**Занятие** Назначение, основные характеристики и общее устройство ночного прицела к автомату, пулемету, снайперской винтовке и ручному гранатомету. Подготовка прицела к работе. Осмотр и выверка ночного прицела. Уход за прицелом, его хранение и сбережение.

**Занятие 3** Назначение и устройство командирского ящика, прицельного станка, стрелковых тренировочных приборов, приспособлений для учебной стрельбы из гранатометов, учебно-имитационных ручных гранат и других приборов. Порядок подготовки приборов к работе и правила пользования ими. Уход за приборами и их сбережение.

### **Основы и правила стрельбы из стрелкового оружия**

**Занятие 1** Явление выстрела. Начальная скорость пули. Траектория и ее элементы. Прямой выстрел. Нормальные (табличные) условия стрельбы. Влияние внешних условий на полет пули. Пробивное (убойное) действие пули.

**Занятие 2** Назначение исходных установок (выбор прицела и точки прицеливания) для ведения огня из автомата с места по неподвижным и появляющимся целям. Корректирование стрельбы. Определение поправок на отклонение метеорологических условий от нормальных и их учет при назначении исходных установок для стрельбы. Решение огневых задач.

### **Огневые (стрелковые) тренировки**

Действия при оружии по командам "К бою" и "Отбой". Изготовка к стрельбе из стрелкового оружия с места (после передвижения, в движении) из различных положений (лежа, с колена, стоя) из окопов (из-за укрытий). Обучение (тренировка) в однообразии и точности прицеливания днем и ночью.

Разведка целей и определение исходных установок для стрельбы. Определение поправок на угол места цели, ветер, температуру воздуха и движение цели.

Производство выстрела: прицеливание, контроль дыхания, управление спусковым крючком. Ведение огня из положений лежа, сидя, с колена, стоя; с использованием дневного и ночного прицелов в условиях ограниченной видимости; по неподвижным (появляющимся) и движущимся целям. Наблюдение за результатами стрельбы и ее корректирование. Решение огневых задач по применению правил стрельбы.

Занятие огневой позиции, перемещение короткими перебежками и переползанием. Прикрытие огнем друг друга.

Выполнение упражнений начальных, подготовительных и учебных стрельб. Обучение меткости стрельбы.

Метание учебно-имитационных ручных осколочных гранат на дальность и меткость с места (из окопа), в движении и из боевой машины. Задержки и неисправности, возникающие при стрельбе, способы их устранения (нормативы по огневой подготовке определяются решением руководителя занятия).

## **РАЗВЕДЫВАТЕЛЬНАЯ ПОДГОТОВКА**

Обучение по **разведывательной подготовке** проводится на классных и тактико-строевых занятиях. В классах изучаются организация, вооружение и тактика действий подразделений армий иностранных государств в сочетании с демонстрацией наглядных пособий. На тактико-строевых занятиях отрабатываются выбор, занятие и маскировка места для наблюдения, приемы наблюдения и обнаружения противника. Методика проведения этих занятий аналогична методике проведения занятий по тактической подготовке.

### **Организация, вооружение и тактика действий подразделений вероятного противника**

**Занятие 1** Форма одежды, знаки различия военнослужащих, опознавательные знаки и условные обозначения подразделений и техники армии вероятного противника. Тактико-технические характеристики основных образцов стрелкового, артиллерийского, бронетанкового вооружения вероятного противника.

**Занятие 2** Организация и тактика действий мотопехотного (пехотного) отделения (расчета) армии вероятного противника, незаконных вооруженных формирований (НВФ).

## **ИНЖЕНЕРНАЯ ПОДГОТОВКА**

В ходе проведения занятий по инженерной подготовке основные усилия направить на выработку у личного состава навыков в действиях: по выбору и фортификационному оборудованию, маскировке позиций, районов занимаемых, воинскими частями и подразделениями с использованием табельных комплектов и местных материалов, защитных и маскирующих свойств местности.

### **Инженерное оборудование позиций**

**Занятие 1** Назначение и классификация фортификационных сооружений. Сооружения открытого и закрытого типа, их характеристики и защитные свойства. Защитная толща от обычного, ядерного и нейтронного оружия. Расположение окопов и укрытий для личного состава и техники на местности. Материалы и изделия, применяемые при возведении фортификационных сооружений. Ознакомление с образцами окопов и укрытий для личного состава и техники, оборудованными на инженерном городке (тактическом поле).

**Занятие 2** Выбор места для оборудования одиночных окопов для стрельбы из автомата, пулемета, гранатомета. Отрывка и маскировка одиночных окопов для стрельбы лежа, с колена и стоя. Способы фортификационного оборудования окопов для защиты личного состава от нейтронного оружия (Н-Ф-32).

### **Скрытие и имитация объектов с применением средств инженерного вооружения, местных средств и материалов**

**Занятие 1** Общие сведения о принципах действия, особенностях и возможностях средств наземной и воздушной разведки (визуальной, оптической, радиолокационной, тепловой и лазерной). Сущность маскировки. Цели и задачи тактической маскировки. Принципы и основные правила скрытия и имитации. Демаскирующие признаки объектов.

**Занятие 2** П р а к т и ч е с к о е. Табельные маскировочные комплекты и средства скрытия личного состава. Назначение, тактико-технические характеристики, порядок установки (применения) маскировочных комплектов и средств скрытия личного состава. Скрытие личного состава, военной техники и вооружения с использованием маскировочных комплектов и средств скрытия личного состава (Н-Маск-54,56).

## **РАДИАЦИОННАЯ, ХИМИЧЕСКАЯ И БИОЛОГИЧЕСКАЯ ЗАЩИТА**

Занятия по **радиационной, химической и биологической защите** проводятся на учебном поле РХБ защиты, а также на тактическом учебном поле и в классах РХБ защиты.

Главное внимание обращается на твердое усвоение обучающимися поражающих факторов ядерного оружия и способов защиты от них, выработка у личного состава уверенности в том, что умелое использование защитных



свойств штатной техники, местности и других средств защиты значительно ослабит воздействие поражающих факторов оружия массового поражения, сильнодействующих ядовитых веществ и зажигательных средств.

Обучение приемам пользования средствами индивидуальной защиты осуществляется при действиях личного состава, как в пешем порядке, так и на штатной технике (рабочих местах) с внезапной подачей команд и сигналов.

### **Боевые свойства и поражающие факторы ядерного, химического, биологического и оружия, основанного на новых физических принципах**

**Занятие 1** Боевые свойства и поражающие факторы ядерного оружия. Виды ядерных взрывов и их отличие по внешним признакам. Краткая характеристика поражающих факторов ядерного взрыва и их воздействие на организм человека, боевую технику и вооружение.

Лучевая болезнь. Допустимые дозы облучения. Профилактика лучевых поражений.

Особенности поражающего действия нейтронных боеприпасов. Способы защиты личного состава, вооружения и военной техники: рассредоточение и маскировка, использование защитных свойств местности, техники, окопов, траншей и других сооружений, средств индивидуальной и коллективной защиты.

Противорадиационные препараты и порядок их использования.

Особенности защиты личного состава при радиационных авариях на предприятиях атомной энергетики (диверсиях с использованием радиоактивных веществ).

**Занятие 2** Назначение и боевые свойства химического оружия. Классификация отравляющих веществ. Типы ОВ состоящие на вооружении армий вероятного противника, их основные свойства. Характер заражения местности и объектов, способы обнаружения. Признаки поражения, само- и взаимопомощь при поражении отравляющими веществами. Средства применения отравляющих веществ.

Особенности защиты личного состава при авариях (диверсиях) на объектах содержащих сильнодействующие ядовитые вещества, их воздействие на организм человека. Способы обнаружения и защиты личного состава.

### **Средства индивидуальной защиты и пользование ими**

**Занятие 1** Практическое. Назначение и устройство фильтрующего противогаза. Подбор лицевой части, сборка, проверка исправности, укладка противогаза в сумку. Правила пользования противогазом, респиратором и средствами защиты органов дыхания от окиси углерода (Н – РХБЗ - 1, 2).

**Занятие 2** Практическое. Общевоинской защитный комплект (ОЗК). Назначение, устройство, подбор защитного плаща, чулок, перчаток. Правила пользования общевоинским защитным комплектом. (Н – РХБЗ – 4, 7, 8).

## **ОБЩЕВОИНСКИЕ УСТАВЫ**

### **Воинская дисциплина, поощрения и дисциплинарные взыскания**

Обязанности военнослужащего по соблюдению воинской дисциплины. Применяемые поощрения и налагаемые на солдат дисциплинарные взыскания.

Порядок наложения и приведения в исполнение дисциплинарных взысканий.

### **Военная присяга и порядок приведения к Военной присяге**

Защита Отечества - священный долг каждого гражданина Российской Федерации. Военная присяга и ее значение. Порядок приведения к Военной присяге военнослужащих и ответственность в случае ее нарушения.

### **Суточный наряд. Права и обязанности лиц суточного наряда**

**Занятие 1** Назначение суточного наряда, его состав и вооружение. Подчиненность и обязанности дневального по роте. Тренировка в выполнении обязанностей дневального по роте.

**Занятие 2** Практическое обучение действиям при подъеме, на утреннем осмотре, учебных занятиях, во время приема пищи, на вечерней поверке и при выполнении других мероприятий, предусмотренных расписанием дня.

## **ОБЩЕСТВЕННО-ГОСУДАРСТВЕННАЯ ПОДГОТОВКА**

Проводится по типовым планам Главного управления воспитательной работы ВС РФ для учебных частей. Информирование проводить два раза в неделю по 30 мин. перед проведением занятий

## **СТРОЕВАЯ ПОДГОТОВКА**

### **Строевые приемы и движение без оружия**

**Занятие 1** Строи, команды и обязанности солдата перед построением и в строю. Выполнение команд: "Становись", "Равняйся", "Смирно", "Вольно", "Заправиться", "Отставить", "Головные уборы - снять (надеть)".

**Занятие 2 - 3** Строевая стойка. Повороты на месте. Строевой шаг. Повороты в движении.

**Занятие 4** Выполнение воинского приветствия на месте и в движении.

## **Стрелковые приемы и движение с оружием**

**Занятие 1** Стрелковая стойка с оружием. Выполнение приемов с оружием на месте.

**Занятие 2** Действия с оружием в движении.

## **ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА**

### **Задачи обучения:**

- а д а п т а ц и я курсантов к будущим нагрузкам при прохождении военной службы в ВДВ;
- у л у ч ш е н и е физического развития и укрепление здоровья курсантов;
- п о в ы ш е н и е устойчивости организма к воздействию неблагоприятных факторов военно-профессиональной деятельности и окружающей среды;
- п р е и м у щ е с т в е н н о е развитие общей выносливости;
- ф о р м и р о в а н и е готовности к действиям в рукопашной схватке;
- в о с п и т а н и е сплоченности и совершенствование навыков в коллективных действиях на фоне больших физических и психических нагрузок.

### **Методические указания**

Физическая подготовка с личным составом организуется и проводится в соответствии с требованиями Наставления по физической подготовке, Руководства по физической подготовке для Воздушно-десантных войск, других руководящих документов Министерства обороны Российской Федерации.

Решение задач физической подготовки курсантов достигается в процессе проведения утренней физической зарядки, учебных занятий, физической тренировки в процессе учебно-боевой деятельности (попутной физической тренировки), спортивно-массовой работы.

Учебные занятия являются основной формой физической подготовки и проводятся в виде двухчасовых практических учебно-тренировочных занятий.

Практические учебно-тренировочные занятия направлены на обучение курсантов приемам, действиям и упражнениям в соответствии с перечнем упражнений для военнослужащих Воздушно-десантных войск. Занятия проводятся по разделам (темам) физической подготовки или комплексно.

На каждом занятии руководитель доводит до обучаемых требования безопасности и меры по предупреждению травматизма. Предупреждение травматизма обеспечивается: четкой организацией занятий и соблюдением методики их проведения; высокой дисциплинированностью курсантов и хорошим знанием ими приемов страховки и самостраховки; своевременной подготовкой учебных мест и инвентаря к занятиям; систематическим контролем за соблюдением установленных норм и требований безопасности руководителями занятий.

Содержание занятий и методика их проведения определяются специалистами физической подготовки центра в строгом соответствии с требованиями руководящих документов.

В целях повышения эффективности процесса обучения учебные занятия по физической подготовке с курсантами распределяются равномерно в течение недели.

Плотность и физическая нагрузка на практических занятиях регулируются руководителем в зависимости от уровня подготовленности обучаемых. Занятия по рукопашному бою и комплексные занятия планируются еженедельно по одному двухчасовому занятию.

Входной контроль уровня физической подготовленности курсантов проводится в течении первой недели обучения.

Итоговый контроль проводится в последнюю неделю учебного года (окончания изучения программы).

Методическую помощь при проведении учебных занятий оказывают специалисты физической подготовки.

Для группам, находящихся в пунктах постоянной дислокации, физическая подготовка проводится:

утренняя физическая зарядка (по вариантам, исходя из наличия учебно-материальной базы) ежедневно, кроме выходных и праздничных дней - один час занятий;

плановые учебные занятия в виде двухчасовых учебно-тренировочных занятий три раза в неделю в дни, когда не проводится спортивно-массовая работа в соответствии с данной программой;

спортивно-массовая работа:

по одному часу два раза в неделю - в послеобеденное время в будние дни;

три часа – в выходные и праздничные дни;

физическая тренировка в процессе учебно-боевой деятельности проводится в виде:

попутной физической тренировки (при выдвигении к местам проведения занятий по предметам боевой подготовки и при возвращении в центр, а также в период проведения прыжков с парашютом);

Для оказания методической и практической помощи в проведении попутной физической тренировки привлекаются специалисты физической подготовки.

Время на проведение попутной физической тренировки не входит в расчет учебного времени, отведенного на учебные занятия по физической подготовке.

### **Гимнастика и атлетическая подготовка**

В содержание занятий включаются силовые упражнения на перекладине, брусьях, опорные и безопорные прыжки, акробатические и комплексные упражнения, упражнения с тяжестями, на тренажерах и многопролетных снарядах, в равновесии, лазании, подвижные игры и эстафеты.

**Занятия 1, 2, 3, 4.** Разучивание упражнений №4 подтягивание на перекладине, №7 - подъем силой на перекладине, №9 - сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях, комплексная тренировка на гимнастических снарядах и тренажёрах.

### **Преодоление препятствий**

Занятия по преодолению препятствий направлены на формирование и совершенствование навыков в преодолении искусственных и естественных препятствий, выполнение специальных приемов и действий, метание гранат на точность, развитие быстроты, выносливости, совершенствование навыков в коллективных действиях на фоне больших физических нагрузок, воспитание уверенности в своих силах, смелости и решительности. Занятия проводятся на местности, с отдельными естественными (искусственными) препятствиями, или на специально построенных полосах препятствий в военной форме одежды.

В содержание занятий включаются:

преодоление горизонтальных и вертикальных препятствий индивидуально и в составе подразделений;  
специальные приемы и действия на сооружениях, макетах боевой техники, с грузом индивидуально и в составе подразделений;

метание гранат на точность;

контрольные упражнения на полосах препятствий

**Занятие 1** Разучивание и тренировка упражнения № 32 - общее контрольное упражнение на единой полосе препятствий. Тренировка в метании гранат на точность и дальность.

**Занятие 2** Тренировка упражнения № 35 - специальное контрольное упражнение на полосе препятствий для личного состава Воздушно - десантных войск. Тренировка в метании гранат на точность и дальность.

**Занятие 3** Разучивание и тренировка упражнения № 39 - бег с преодолением препятствий в составе подразделения. Тренировка в метании гранат на точность и дальность.

### **Комплексные занятия**

**Занятие 1** Комплексная тренировка на гимнастических снарядах и тренажёрах. Тренировка в выполнении приемов рукопашного боя с оружием. Тренировка в беге на 3км, спортивные и подвижные игры.

**Занятие 2** Контрольно – проверочное. Зачет по упражнениям: №4 – подтягивание на перекладине, приемы рукопашного боя (РБ-1), № 46 - бег на 3км.

### **ВОЕННАЯ ТОПОГРАФИЯ**

Все занятия по военной топографии проводятся на местности. Ориентирование на местности и движение по заданным азимутам проводится, как правило, на незнакомой местности. Знания и навыки, полученные на занятиях по военной топографии, закрепляются и углубляются на занятиях по тактической подготовке.

#### **Ориентирование на местности без карты и движение по заданному азимуту**

**Занятие 1** Способы ориентирования на местности без карты. Устройство компаса и порядок работы с ним. Определение сторон горизонта и своего местоположения по компасу, небесным светилам, местным предметам. Выбор и использование ориентиров на местности и обнаружение целей. Особенности ориентирования ночью, в горах, в лесу и зимой, а также при снижении на парашюте. (Н — Топ — 1).

**Занятие 2** Магнитный азимут и его определение. Определение азимута на местности и направлений по заданным азимутам. Движение по азимуту днем (ночью). Порядок обхода препятствий. (Н — Топ — 4).

### **ТУРИЗМ**

Турист должен знать: Историю туризма в России. Виды туризма.

История туризма в России. Роль туристских походов, путешествий, экскурсий, экспедиций в формировании характера студента, его нравственных принципов, патриотизма, повышения знаний.

Виды туризма: пешеходный, лыжный, водный, горный, велосипедный, характеристика каждого вида. Понятие о спортивном туризме.

#### **Организация и планирование туристско-краеведческой работы**

Должен знать: Состав актива, его обязанности и содержания работы.

Должен уметь: Составлять план туристско-краеведческой работы на месяц.

## Практическая работа № 1

Составление перспективного плана туристско-краеведческой работы на месяц.

### Формы туристско-краеведческой работы:

Должен знать: Разнообразие форм работы. Содержание работы лагеря, режим дня, система самообслуживания. Вопросы финансирования массовых мероприятий. Виды соревнований.

Должен уметь: Составлять документацию для туристского лагеря. Подготавливать учебную трассу для соревнований и сам принимать участие в соревнованиях.

**Разнообразие форм работы** (поход, путешествие, экскурсии, прогулка, слет, кружки и клубы, туристский лагерь, туристские вечера);

**Работа туристско-краеведческого объединения** (Цели и создание туристско-краеведческого объединения. Подготовка туристского актива – одна из главных задач работы туристско-краеведческого объединения);

**Туристский лагерь** (Содержание работы лагеря, режим дня, система самообслуживания. Задачи работы лагеря. Реализация принципов самоуправления и самообслуживания. Документация лагеря. Требования к месту расположения и планировке территории лагеря. Графики и досуг в лагере, общественно полезная работа членов туристского кружка);

*Организация, подготовка и проведение туристских походов*

### Подготовка похода.

Должен знать: Требования руководителя к участникам. Принцип самоуправления и самообслуживания: распределение обязанностей (должностей) в группе. Определение целей похода, допустимая продолжительность, протяженность и стоимость похода для данной группы.

Должен уметь: Разрабатывать «нитки» маршрута и план похода.

Исходные условия: определение целей похода, допустимая продолжительность, протяженность, сложность и стоимость похода для данной группы. Комплектование туристской группы, предварительный медицинский осмотр участников. Требования руководителя к участникам. Принцип самоуправления и самообслуживания: распределение обязанностей (должностей) в группе. Подготовка ответственных за участки работ. Составление плана подготовки похода. Выбор и изучение района похода, разработка маршрута. Главные требования к построению «нитки» маршрута и план-график похода. Понятие о тактике и технике туризма. Разработка календарного плана-графика похода. Оформление походной документации, утверждение похода.

## Практическая работа № 2

Разработка «нитки» маршрута и план похода.

### . Туристские должности в группе.

Должен знать: Должностные обязанности в группе.

Должен уметь: Применять свои должностные обязанности.

Должности в группе временные и постоянные.

Командир группы. Требования к командиру группы (туристский опыт, инициативность, авторитет...).

Другие постоянные должности в группе: заведующий питанием, заведующий снаряжением, проводник, краевед, санитар, фотограф, ремонтный мастер, ответственный за отчет о походе, культорг и т.д.

Временные должности. Дежурные по кухне. Их обязанности.

Дежурные (дублеры) по постоянным должностям: дежурный командир, дежурный штурман и т.д.

## Практическая работа № 3

Выполнение обязанностей по должностям в период подготовки, проведения похода и подведения похода.

### Финансовое, продовольственное и материально-хозяйственное обеспечение похода.

Должен знать: Общие положения финансирования туристских походов со студентами. Виды. Расходов. Составление и утверждение сметы расходов на поход. Распределение обязанностей в группе и их работа. Снаряжения для похода.

Должен уметь: Составлять сметы расходов на поход.

Общие положения финансирования туристских походов со студентами. Виды расходов. Источники финансирования. Родительские средства, дотации, привлеченные средства. Денежные операции в походе, ведение учетной документации.

Составление и утверждение сметы расходов на поход. Работа казначея в группе. Составление финансового отчета о походе.

Обязанности завхоза в туристской группе. Разработка типовых меню и режима питания с учетом сезона и вида туризма. Закупка, расфасовка и упаковка продуктов. Хранение и учет продуктов в походе. Пополнение продовольствия в пути. Работа дежурных поваров. График дежурства. Водно-солевой режим.

Снаряжение для похода: личное, групповое, специальное. Требование к снаряжению. Хранение и укладка снаряжения. Обязанности завхоза по снаряжению. Работа ремонтного мастера в группе. Подготовка и ремонт снаряжения. Проверка личного снаряжения участников похода. Распределение общественного снаряжения. Нормы весовых нагрузок юных туристов.

#### *Практическая работа № 4, 5*

Составление сметы на поход.

Рацион и организация питания в походе. Примерный перечень продуктов питания. нормы расходов продуктов. Составление типового меню питания в походе. Составление списков личного, группового снаряжения и ремонтного набора.

#### **Организация туристского быта. Привалы и ночлеги.**

Должен знать: Организацию работы по развешиванию лагеря.

Должен уметь: Устанавливать палатки, выбирать место для ночлега.

Привалы и ночлеги в походе. Продолжительность и периодичность привалов в походе в зависимости от условий.

Выбор места для привала и ночлега. Основные требования к месту привала и ночлега.

Организация работы по развешиванию и свертыванию лагеря: планирование лагеря, заготовка дров.

Установка палаток. Размещение вещей в них. Предохранение палаток от намокания и проникновения насекомых. Правила поведения в палатках.

Уборка места лагеря перед уходом группы.

Типы костров. Правила разведения костра, работа с топором, пилой при заготовке дров. Правила хранения и переноски колющих и режущих предметов.

Уход за одеждой и обувью в походе.

Меры безопасности при общении с огнем, кипятком. Правила купания.

#### *Практическая работа № 6, 7*

Определение мест, пригодных для организации привалов и ночлегов. Развешивание и свертывание лагеря. Разжигание костра.

#### **Основы топографии и ориентирования.**

Должен знать: Значение правильного питания в походе.

Должен уметь: Приготавливать пищу в походных условиях.

Два варианта организации питания в однодневном походе: на бутербродах и с приготовлением горячих блюд.

Организация питания в 2-3-х дневном походе. Составление меню, списка продуктов. Фасовка, упаковка и переноска продуктов в рюкзаках.

Приготовление пищи на костре.

Питьевой режим на маршруте.

#### *Практическая работа № 8*

Составление меню и списка продуктов для 1-3-дневного похода. Закупка, фасовка и упаковка продуктов. Приготовление пищи на костре.

#### **Основы топографии и ориентирования.**

Должен знать: Определение топографии и топографических карт. Значение топографических карт. Масштаб. Виды масштаба. Рельеф. Азимут.

Должен уметь: Копировать на кальку участки топографической карты и расшифровывать все обозначения. Ориентирование на местности по карте и компасу.

Определение топографии и топографических карт. Значение топографических карт в народном хозяйстве и обороне государства. Значение топографических карт для туристов.

Масштаб. Виды масштаба. Масштабы топографических карт.

Понятие о генерализации. Понятие о местных предметах и топографических знаках. Изучение топонимов по группам. Масштабные и немасштабные знаки, площадные (заполняющие) и контурные знаки. Сочетание знаков. Пояснительные цифровые и буквенные характеристики.

Что такое рельеф. Способы изображения рельефа на картах. Сущность способа горизонталей. Сечение. Заложение. Горизонталы основные, утолщенные и полугоризонталы. Бергштрих. Подписи горизонталей. Отметки высот, урезы вод. Типичные формы рельефа и их изображение на топографической карте. Характеристика местности по рельефу.

Измерение расстояния на карте. Курвиметр.

Три отличительных свойства карт: возраст, масштаб, нагрузка (специализация). Старение карт. Какие карты пригодны для разработки маршрутов и для ориентирования в пути.

Рамка топографической карты. Номенклатура. Географические и прямоугольные координаты (километровая сетка карты). Определение координат точек на карте.

Что такое азимут. Азимут истинный и магнитный. Магнитное склонение. Азимутальное кольцо. Дирекционный угол. Измерение и построение углов (направлений) на карте.

Компас. Типы компасов. Устройство компаса. Поверки компаса. Правила обращения с компасом. Четыре действия с компасом. Что такое визирование. Порядок действия при прямой и обратной засечках.

Способы и правила копирования карт. Правила ориентирования.

Определение сторон горизонта по небесным светилам. Угловая скорость Солнца. Нахождение Полярной звезды. Способы измерения расстояния на местности. Значение и способы тренировки глазомера. Средний шаг, его измерения. Измерение расстояния шагами и по времени движения.

## Практическая работа № 9

Ориентирование на местности по карте и компасу.

### **Техника безопасности при проведении туристских походов, занятий.**

Должен знать: Правила пользования транспортом. Правила движения по дорогам и улицам городов. Гигиенические требования при приготовлении пищи.

Должен уметь: Организовывать самостраховку.

Определение контрольных пунктов и сроков сообщения с маршрута. Установление связи с поисково-спасательной службой МЧС России.

Правила пользования транспортом. Правила движения по дорогам и улицам городов.

Обеспечение безопасности при преодолении естественных препятствий в походе. Меры безопасности при купании, обустройство бивака. Противопожарные мероприятия на биваке. Правила обращения с острым инструментом и примусом.

Гигиенические требования при приготовлении пищи. Использование в походе грибов и ягод. Ядовитые грибы и растения.

Питьевой режим в походе. Обеззараживание воды. Меры предосторожности при грозе, сильном ветре.

Приемы самоконтроля. Воспитание у юных туристов сознательной дисциплины, умение оценивать свои силы и возможности.

## Практические занятия № 10

Отработка техники преодоления естественных препятствий: склонов, подъемов. Использование альпенштока на склонах. Организация переправы по бревну с самостраховкой.

### **День в походе.**

Должен знать: Нитку маршрута похода. Требования к снаряжению, приготовлению пищи, к личной гигиене.

Должен уметь: Оказывать первую доврачебную помощь в походных условиях. Разбивать привалы, расставлять палатки. Уметь организовывать ночлеги в походных условиях.

Подготовка к выезду: место и время сбора группы, проверка готовности (одежда, обувь, снаряжения, продукты, маршрутные документы), исправление недостатков и линейки готовности, информация руководителя о плане дня, форме одежды, порядка движения группы.

Переезд к начальному пункту похода: поведение группы на улицах и на транспорте. Игры в дороге.

Начало маршрута: отметка о прибытии в начальный пункт, сообщение о выходе на маршрут, место руководителя, коллективный контроль, готовность к ведению записей на маршруте, серка часов.

Первый переход, первый привал. Продолжительность перехода в зависимости от времени и характера пути. Измерение скорости движения.

Требования к местам привалов. Расположение туристов на привале. Обращение с рюкзаками на маршруте и на привале.

Контроль руководителя и санитара за самочувствием участников пути и на привалах.

Дневной обеденный привал. Время и место привала. Организация работ по приготовлению пищи. Типы костров, виды топлива и растопки. Безопасность при костровых работах. Раздача пищи, мытье посуды. Уборка территории. Ликвидация костра.

Первый переход после обеденного перерыва. Дальнейшее движение по маршруту.

Требования к месту и организация бивака. Планировка места ночного бивака. Организация работ по оборудованию бивака. Приготовление ужина. Санитарно-гигиенические мероприятия на биваке: умывание, купание, санитарный контроль.

Сушка вещей у костра, разбор дня, информация о плане на завтра, передача дежурства по кухне, заготовка дров, воды, приготовление продуктов на утро. Отбой.

Подъем дежурных поваров, приготовление завтрака. Общий подъем, зарядка, утренний туалет, завтрак.

Особенности организации ночлега в населенных пунктах.

### **Подведение итогов похода.**

Должен знать: Оформление отчетных документов о походе.

Должен уметь: Составлять отчеты о походе. Изготовление альбомов с фотоснимками, выпуск стенгазеты.

Обсуждение итогов похода в группе, отчеты ответственных по участкам работы. Отчет руководителя.

Обработка собранных материалов. Составление отчета о походе, иллюстрированной схемы, изготовление фотографий, коллекций и пособий. Составление отчета о походе, иллюстрированные схемы, изготовление фотографий, коллекций и пособий. Составление отчета для организации, давшей задание.

Ремонт и сдача инвентаря, взятого напрокат.

Отчетные вечера, выставки по итогам походов.

### *Практическая работа № 11*

Составление схемы маршрута. Изготовление альбомов с фотоснимками, выпуск стенгазет. Тщательная обработка и окончательное редактирование походного дневника.

### **Личная гигиена туриста, профилактика различных заболеваний.**

Должен знать: Гигиенические основы режима труда, отдыха, занятия физкультурой и спортом. Понятие о гигиене.

Должен уметь: Применять средства личной гигиены в походах и во время тренировочного процесса.

Понятие о гигиене: гигиена физических упражнений и спорта, ее значение и основные задачи.

Гигиенические основы режима труда, отдыха, занятия физкультурой и спортом. Личная гигиена занимающихся туризмом: гигиена тела, гигиеническое значение водных процедур.

Гигиена обуви и одежды. Общая гигиеническая характеристика тренировок, походов и путешествий.

Сущность закаливания, его значение для повышения работоспособности человека и увеличения сопротивляемости организма к простудным заболеваниям. Роль закаливания в занятиях туризмом, гигиенические основы закаливания. Закаливание воздухом, солнцем, водой.

Систематические занятия физическими упражнениями как важное условие укрепления здоровья.

Вредное влияние курения и употребления спиртных напитков на здоровье и работоспособность спортсменов.

### **Практическая работа № 12**

Формирование походной медицинской аптечки и личной аптечки.

### **Основные приемы оказания первой доврачебной помощи.**

Должен знать: Походный травматизм. Профилактика заболеваний и травматизма. Заболевание в походе.

Должен уметь: Делать искусственное дыхание, непрямой массаж сердца. Оказывать первую помощь пострадавшему.

Соблюдение гигиенических требований в походе. Походный травматизм. Заболевания в походе.

Профилактика заболеваний, травматизма. Работа с группой по развитию самоконтроля и усвоению гигиенических навыков.

Помощь при различных травмах. Тепловой и солнечный удар, ожоги. Помощь утопающему, обмороженному, пораженному электрическим током. Искусственное дыхание, непрямой массаж сердца. Респираторные и простудные заболевания. Укусы насекомых и пресмыкающихся. Пищевые отравления и желудочные заболевания.

***Наложение жгута, ватно-марлевой повязки, обработка ран, промывание желудка.***

### **Практическая работа № 13**

Способы обеззараживания питьевой воды. Оказание первой помощи пострадавшему (определение травмы, диагноза, практическое оказание помощи).

## **Приемы транспортировки пострадавшего.**

Должен знать: Способы транспортировки и переноски пострадавшего его состояния.

Должен уметь: Изготавливать носилки, волокуши для транспортировки пострадавшего.

Зависимость способа транспортировки и переноски пострадавшего от характера им места повреждения, его состояние, от количества оказывающих помощь. Транспортировка на рюкзаке, на веревке, вдвоем на поперечных палках. Переноска вдвоем на шестах (или лыжах) со штормовками, на носилках – плетенках из веревок, на шесте. Изготовление носилок из шестов, волокуши из лыж.

Способы иммобилизации и переноски пострадавшего при травмах различной локации.

### *Практическая работа № 14*

Изготовление носилок, волокуш, разучивание различных видов транспортировки пострадавшего.

## **Топография и ориентирование на местности.**

### **Краткое сведение о спортивном ориентировании.**

#### **Топографическая подготовка.**

Должен знать: План, карту. Топографические и спортивные карты, их масштабы. Определение расстояния на карте.

Должен уметь: Работать со спортивными картами. Уметь определять расстояние на карте.

План, карта. Топографические и спортивные карты, их масштабы. Определение расстояния на карте.

### *Практическая работа № 15*

Знакомство ребят со спортивными картами. Закрепление навыка в определении расстояния на карте.

#### **Условные обозначения (знаки).**

Должен знать: Виды условных знаков. Местные предметы и методы изображения на карте.

Должен уметь: Читать карты местности и определять условные знаки.

Виды условных знаков: масштабные и внес масштабные, линейные и площадные. Значковый метод изображения. Пояснительные подписи. Условные знаки: населенные пункты, гидрография, дорожная сеть и сооружения на ней, растительный покров. Местные предметы и методы изображения их на карте.

### *Практическая работа № 16*

Игры и упражнения на местности, направленные на закрепление материала данной темы.

#### **Рельеф местности и его изображение на картах.**

Должен знать: Местные предметы и методы изображения их на карте. Изображение различных форм рельефа.

Должен уметь: Определять по горизонталям различных форм рельефа. Выбирать пути движения с учетом основных форм и элементов рельефа.

Изображение рельефа на топографических и спортивных картах горизонталями. Внес масштабные условные знаки для изображения рельефа. Виды горизонталей. Высота сечения. Указатели направления скатов (бергштрихи). Изображение различных форм рельефа: гора, вершина, хребет, седловина, лощина, макро-, мезо- и микрорельеф. Отдельные типы рельефа: пойменный, мелкосопочный, овражно-балочный. Влияние рельефа на выбор пути движения.

### *Практическая работа № 17*

Изучение элементов рельефа по моделям и на местности. Определение по горизонталям различных форм рельефа. Выбор пути движения с учетом основных форм и элементов рельефа.

#### **Измерение расстояния.**

Должен знать: Способы измерения расстояния на местности и на карте. Глазомерный способ измерения расстояния.

Должен уметь: Измерение своего среднего шага (пары шагов), построение графиков. Оценка пройденных расстояний по затраченному времени.

Способы измерения расстояний на местности и на карте. Курвиметр, использование нитки. Средний шаг, то чего зависит его величина. Как измерить средний шаг. Таблица перевода шагов в метры.



Глазомерный способ измерения расстояния. Способы тренировки глазомера. Определение расстояния по времени движения.

### Практическая работа № 18

Измерение своего среднего шага (пары шагов), построение графиков перевода пар шагов в метры для разных условий ходьбы. Упражнения на прохождение отрезков разной длины. Измерение кривых линий на картах разного масштаба курвиметром или ниткой. Оценка пройденных расстояний по затраченному времени. Тренировочные упражнения на микроглазомер на картах разного масштаба.

#### Способы ориентирования.

Должен знать: Ориентирование с помощью карты в походе. Виды ориентиров.

Должен уметь: Читать движение по легенде. Разрабатывать маршруты туристического похода на спортивной карте.

Ориентирование с помощью карты в походе. Виды ориентиров: линейный, точечный, звуковой, ориентир- цель, ориентир- маяк. Необходимость непрерывного чтения карты. Способы определения точек стояния на карте (привязки). Сходные (параллельные) ситуации. Составление абрисов. Оценка скорости движения. Движение по азимуту в походе, обход препятствий, сохранение общего заданного направления, использование солнца и тени. Привязка при потере видимости и при отсутствии информации на карте. Виды и организации разведки в походе, опрос местных жителей.

Движение по легенде (с помощью подробного текстового описания пути). Протокол движения.

### Практическая работа № 19

Упражнения по отбору основных контрольных ориентиров на карте по заданному маршруту, отыскивание на карте сходных (параллельных) ситуаций, определению способов привязки. Занятия по практическому прохождению мини-маршрута, движение по легенде.

Разработка маршрута туристического похода на спортивной карте, с подробным описанием ориентиров.

#### **Снаряжение ориентировщика. Техника безопасности.**

Должен знать: Специальное снаряжение ориентировщика. Размещение специального снаряжения на планшете. Технику безопасности при ориентировании на местности.

Должен уметь: Самостоятельно изготавливать простейшие планшеты. Подгонять спортивное снаряжение ориентировщика.

Специальное снаряжение ориентировщика. Требование к одежде, обуви, головному убору. Правила пользования снаряжением. Планшеты и их устройство, самостоятельное изготовление простейших планшетов. Размещение специального снаряжения на планшете. Подбор лыж, палок, лыжных мазей.

Правила поведения в незнакомом населенном пункте. Меры безопасности при ориентировании.

### Практическая работа № 20

Упражнения по определению азимута движения по тени от солнца, определение азимута в разное время дня.

Упражнения по определению сторон горизонта по местным предметам, по солнцу, луне, полярной звезде.

Определение точки стояния на спортивной карте, имитация ситуации потери ориентировки, построение алгоритма действий по восстановлению местонахождения.

#### **Морально-волевая подготовка.**

Должен знать: Значение всесторонней физической подготовки. Особенности тренировки юных ориентировщиков.

Должен уметь: Выполнять гимнастические упражнения с набивными мячами, парные упражнения, акробатические упражнения.

Спортивное ориентирование как средство укрепления здоровья, воспитания силы, смелости, выносливости, смекалки и находчивости.

Общая и специальная физическая подготовка. Значение всесторонней физической подготовки. Особенности тренировки юных ориентировщиков. Общие основы спортивной тренировки. Средства общей и специальной подготовки. Принципы обучения. Меры и приемы обучения. Техника бега. Специфические особенности техники бега в лесу. По пересеченной местности. Техника лыжных походов.

### Практическая работа № 21

Совершенствование тактико-технических навыков в форме учебных соревнований.

Виды туристических походов.

#### **Основные виды туристических походов. Их особенности.**

Пеший туризм.

Понятие о технике пешеходного туризма.

Должен знать: Особенности пешеходного туризма. Обычный режим движения в походе. Отклонения от обычного режима.

Должен уметь: Вязать туристические узлы.

Особенности пешеходного туризма. Обучение правилам и техническим приемам движения в нормальных и усложненных метеоусловиях, на подъемах и спусках, на бродах, по болоту, в густом лесу, через завалы, по осыпи. Обычный режим движения в походе. Отклонения от обычного режима. Движение на маршруте строем, обязанности проводника и замыкающего. Темп движения в разных условиях.

Особенности страховки при преодолении естественных препятствий. Альпеншток, веревки, репшнур, карабин. Вязка узлов, применяемых в туризме, их прочность, назначение, использование.

### **Практическая работа № 22**

**Вязание узлов, применяемых в пешеходном туризме.**

### **Практическая работа № 22**

**Подготовка и проведение похода. Техника безопасности.**

Должен знать: Правила организации и проведения туристских походов. Расчет питания, подбор и закупка продуктов. Укладка рюкзака. Технику безопасности в пешем походе.

Должен уметь: Разрабатывать маршрут и план-график учебно-тренировочных походов.

Правила организации и проведения туристских походов на территории России. Инструкция по проведению туристских походов и экскурсий со студентами.

Подбор группы. Определение цели и района похода. Распределение обязанностей в группе. Обязанности командира туристской группы, завхоза, краеведа, старшего проводника и других ответственных лиц.

Сбор сведений о районе похода: изучение карт, литературы, встречи с людьми, побывавшими в тех местах. Разработка маршрута, составление плана подготовки похода, план-графика движения, сметы расходов. Подбор личного и группового снаряжения.

Оформление походной документации, получение разрешения на выход в поход.

Расчет питания, подбор и закупка продуктов. Укладка рюкзаков.

### **Практическая работа № 23**

Обработка собранных материалов. Составление отчета о походе, иллюстрированной схемы, изготовление фотографий, коллекций и пособий. Составление отчета для организации, давшей задание.

Ремонт и сдача инвентаря, взятого напрокат.

Изготовление альбомов с фотоснимками, выпуск стенгазет. Окончательное редактирование походного дневника.

### **Лыжный туризм.**

Особенности лыжного туризма. Ориентирование на местности.

Должен знать: Специфика путешествий в зимних условиях. Основные требования при разработке лыжного маршрута.

Должен уметь: Обходить препятствия в лыжном походе. Ориентироваться по карте на местности.

Специфика путешествий в зимних условиях: состояние снежного покрова, короткий ходовой день, резкие изменения погоды и температуры.

Подбор и экипировка группы. Основные требования при разработке лыжного маршрута. Общие сведения об условных знаках. Обращение с картой и ее хранение в походных условиях.

10.3. Снаряжение туриста-лыжника для походов и путешествий.

### **Практическая работа № 23**

Должен знать: Требования к снаряжению для зимнего похода. Перечень личного и группового снаряжения.

Должен уметь: Устанавливать крепления на лыжи, смоление лыж, подготовка лыжных палок и их ремонт.

Ремонт и уход за снаряжением в походных условиях.

Требование к снаряжению для зимнего похода: хорошие теплоизоляционные свойства, ветра непроницаемость, легкость, наличие запасной одежды и обуви. Утепление обуви. Перечень личного и группового снаряжения.

Подготовка к транспортировке. Лыжи и крепления. Ремонтный набор и запасной инвентарь.

### **Практическая работа № 24**

Установка креплений на лыжи, смоление лыж, подготовка лыжных палок и их ремонт. Подготовка кострового имущества и его транспортировка.

Подготовка снаряжения, ремонт и уход за ними в походных условиях. Сушка одежды и обуви у костра. Меры предосторожности при сушке одежды и обуви.

Техника движения на лыжах. Меры обеспечения безопасности в походе и при проведении занятий.

Должен знать: Основные ходы на лыжах с рюкзаком.

Должен уметь: Оказывать первую медицинскую помощь при обморожениях. Ходьба на лыжах с рюкзаком по равнинной и пересеченной местности.

Основные ходы на лыжах с рюкзаком – обычный ход и «вперекидку». Характеристика основных естественных препятствий в лыжном походе и меры безопасности при их преодолении. Причины травм и оказание первой медицинской помощи при обморожении и др.

### Практическая работа № 25

Обработка собранных материалов. Составление отчета о походе, иллюстрирование схемы, изготовление фотографий, коллекций и пособий. Составление отчета для организации, давшей задание.

Ремонт и сдача инвентаря, взятого напрокат.

Изготовление альбомов с фотоснимками, выпуск стенгазет. Окончательное редактирование походного дневника.

### 2. Задания для промежуточной аттестации

Зачетные занятия проводятся по основным вопросам туристско-краеведческой, экскурсионной работы, десантной и общевойсковой и поисковой работы со студентами.

### 3. Итоговая аттестация

1. Совершение практических прыжков с парашютом
2. Участие в соревнованиях
3. Участие в поисковой Вахте Памяти.

### ЛИТЕРАТУРА.

1. Энциклопедия туризма – М.: БРЭ, 1993 г.
2. А.Е. Берман. Юный турист. – М.: ФиС, 1977 г.
3. П.И. Лукоянов. Зимние спортивные походы. – М.: ФиС, 1988 г.
4. А.А. Коструб. Медиц. Справочник туриста. – М.: Профиздат, 1990 г.
5. Питание в туристском путешествии. – М.: Профиздат, 1986 г.
6. С.П. Матюцкий. Туристу о растениях. – М.: Профиздат, 1988 г.
7. К.В. Бардин. Азбука туризма. – М.: Профиздат, 1991 г.
8. Ю.А. Штюрмер. Краткий справочник туриста. – М.: ФиС, 1985 г.
9. Сборник официальных документов по детско-юношескому туризму, краеведению и летнему отдыху детей. – М.: ЦДЮТур России, 1996 г.
10. П.И. Лукоянов. Зимние спортивные походы. – М.: ФиС, 1979 г.
11. Б.П. Моргунов. Туризм. – М.: Посвящение, 1981 г.
12. В. Алешин. И. Калиткин. Соревнования по спортивному ориентированию. – М.: ФиС, 1974 г.
13. А.Е. Берман. Путешествие на лыжах. – М.: ФиС, 1968 г.
14. А.А. Алексеев. Питание в туристском походе. – М.: ЦДЮТур России, 1996 г.
15. Г.Я. Рыжавский. Биваки. – М.: ЦДЮТур России, 1995 г.
16. А.С. Шибаев. Переправа. – М.: ЦДЮТур России, 1996 г.
17. И.В. Васильев. В помощь организаторам и инструкторам туризма. – М.: Профиздат, 1973 г.
18. Маслов А.Г. Программа для системы дополнительного образования детей. Юные инструкторы туризма. – М.: ЦДЮТур, 1999 г.
19. Вырламов В.Г. Основы безопасности в пешем походе. – М.: ЦРИБ «Турист», 1983 г.
20. Волович В.Г. Как выжить в экстремальной ситуации. – М.: Знание, 1990 г.
21. Стилвелл А. Техника выживания в экстремальных условиях. – М.: ФАИР-ПРЕСС, 2001 г.
22. Разведывательная подготовка подразделений ВДВ Москва, Военное издательство. 1995г. Гридин В.О.
23. Тактика подразделений воздушно-десантных войск Москва, Военное издательство. 1985г.
24. Учебник сержанта воздушно-десантных войск (часть 1, часть 2)
25. Наставления по физической подготовке (НФП 2009)
26. Руководства по физической подготовки и спорту в ВДВ (РФП для ВДВ)
27. Сборник программ по парашютной подготовке авиации ДОСААФ России 2010