

**Тамбовское областное государственное бюджетное образовательное учреждение
среднего профессионального образования
«Железнодорожный колледж»**

**Согласовано
МО воспитателей**

**Утверждаю
Директор ТОГБОУ СПО
«Железнодорожный колледж»
Г.М Белоусов**

**ПРОГРАММА
ВОЕННО-ПАТРИОТИЧЕСКОГО ОБЪЕДИНЕНИЯ
«ВИТЯЗИ»**

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.

На нашей планете есть много государств и земель, но одна у человека родная мать, одна у него и Родина.

На протяжении многих веков многочисленные вражеские орды опустошали российские земли. Поэтому нашему народу приходилось вести борьбу с чужеземными захватчиками за свое существование и независимость. Вот почему профессия воина, защитника Отечества, так всегда ценилась на Руси. Но для того, чтобы стать настоящим воином, солдатом надо много готовиться, тренироваться. Солдатами не рождаются, солдатами становятся в результате тяжелой, изнурительной подготовки. «Тяжело в ученье, легко в бою» - говорил великий русский полководец А. В. Суворов. Человек, который на протяжении всей своей жизни доказывал правоту этих слов.

Срок службы в рядах Вооруженных сил в настоящее время всего один год. Это, по-моему, мнению совершенно недостаточно для подготовки хорошего солдата. Но когда в Армию приходит юноша, уже имея определенные умения и навыки в военно-прикладных видах спорта, такие как: стрельба, рукопашный бой, ориентирование на местности и др, он намного быстрее сможет освоить военную профессию, стать настоящим воином, защитником Отечества.

Для того, чтобы подготовить юношей к службе в рядах Вооруженных сил физически и морально, и дать им практические навыки в повседневной жизни и призвано военно-патриотическое объединение «Витязи».

ЦЕЛЬ.

Повышение качества содержания работы по патриотическому воспитанию подрастающего поколения, подготовки юношей к военной службе, популяризации военно-прикладных и технических видов спорта.

ЗАДАЧИ.

- 1. Воспитание у детей доброжелательности, терпимости, способности к бескорыстному следованию принципам общего блага, стремления к самосовершенствованию во всех сферах жизнедеятельности*
- 2. Приобщение обучающихся к героической истории российского государства и подвигу народа в годы Великой Отечественной войны.*
- 3. Массовое привлечение подростков к систематическим занятиям физической культурой.*

Курс рассчитан на 110 часов. Занятия проводятся 2 раза в неделю 1 и 2 часа.

Материал программы дается в восьми разделах: общественно-государственная подготовка, строевая подготовка, огневая подготовка, гиревой спорт, рукопашный бой, легкая атлетика, полоса препятствий, одиночная подготовка воина разведчика.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО МАТЕРИАЛА.

Общественно-государственная подготовка. Военно-политическая обстановка в мире и основные источники угрозы безопасности Родины. Правовые основы прохождения военной службы. Права и обязанности военнослужащих. Дисциплинированность и исполнительность – важнейшие качества личности воина. Патриотизм – источник духовной силы российского воина.

Нормы воинского этикета и культуры общения военнослужащих. Верность воинскому долгу и честь Российского воина. Становление и основные этапы развития Российской государственности (15 – 20вв). Массовый героизм защитников Родины в годы Великой Отечественной войны (1941 – 1945гг). Подготовка военнослужащих зарубежных армий.

Строевая подготовка. Виды строя и управления им. Обязанности командиров и военнослужащих перед построением. Строевые приемы на месте. Перестроения на месте Повороты в движении. Строевые приемы и движения. Сдача рапорта.

Огневая подготовка. Изучение материальной части и правила стрельбы из ПВ. Изучение мер безопасности при стрельбе из ПВ. Тренировка в однообразии прицеливания. Практическое выполнение упражнения ВП -1 из ПВ. Меры безопасности при проведении стрельб из стрелкового оружия. Явление выстрела. Полет пули в воздухе. Устройство АКМ. Разборка, сборка, чистка, смазка. Выбор места для стрельбы, изготовка к стрельбе лежа, с упора. Прицеливание. Ведение огня. Ручные осколочные гранаты. Приемы и правила метания гранаты.

Рукопашный бой. Стойки. Прямой удар левой рукой. Передвижения в боевой стойке. Дистанция. Прямой удар правой рукой. Подставка. Боковые

удары руками. Защита от бокового удара подставкой. Удар рукой снизу. Подставка локтем. Защита уходом. Страховка. Блок (снизу в сторону). Комбинированные приемы защиты. Боковой удар рукой из-за спины. Уклон. Боковой удар ребром ладони Бой на ближней дистанции. Бой с двумя противниками. Бросок с захватом ноги. Боковые удары с разворотом ног. Передняя подсечка. Боковая подсечка. Упреждающий удар ногой в прыжке. Бросок через голову. Удушающие приемы. Бросок через бедро. Удар в колено (руки на полу). Бросок через плечо. Подсечка с разворотом. Обманный удар ногой в пах с переводом на боковой в голову. Высвобождение от захватов Защита от ударов ножом. Защита от ударов палкой.

Гиревой спорт. История возникновения и развития гиревого спорта. Значение гиревого спорта для физического развития человека. Общефизическая подготовка. Подготовительные упражнения с гирями 16 кг. Упражнения «толчок», «рывок». Упражнение – рывок двумя руками. Упражнение - толчок поочередно правой, левой руками. Упражнения на развитие силы и выносливости. Показательные выступления с гирями.

Одиночная подготовка разведчика. Скрытное и бесшумное передвижение в тылу противника. Маскировка. Виды маскировки. Разведка местности и местных предметов. Разведка и преодоление водных преград. Преодоление инженерных заграждений. Устройство и оборудование наблюдательного поста. Обязанности наблюдателя. Обеспечение жизнедеятельности и боеспособности в тылу противника.

Легкая атлетика. Тренировка на короткие дистанции в целом и по отдельным элементам.

Тренировка на длинные дистанции: девушки – 4000, 8000 м и 10000 м, юноши – 4000, 8000, 15000 м. Тактическая подготовка бегунов на длинные дистанции.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Поляков В. А., Воропаев В. И. Гиревой спорт. Метод. пособие. Москва: Физкультура и спорт, 2010.
2. Сапрунова В Туризм: эволюция, структура, маркетинг М., Ось-89 2011.
3. Шаповал Г. Д. История туризма. Минск., ИП, "Эноперспектива"-2011.

Согласовано
Начальник управления развития
культуры и спорта
администрации г. Мичуринска
_____ **М.В.Белоусов**

Утверждаю
Директор ТОГБОУ СПО
«Железнодорожный колледж»
_____ **Г.М Белоусов**

ПОЛОЖЕНИЕ

О военно-патриотическом объединении «Витязи»
«Железнодорожного колледжа» г. Мичуринска

Принято Общим собранием
Членов объединения

«_____»_____

ПРОТОКОЛ

Общего собрания инициативной группы по созданию военно-патриотического объединения «Витязи».

Присутствовало: 25 человек.

Президиум: Белоусов Г. М. – директор ТОГБОУ СПО
«Железнодорожный колледж»

Струкова Н. П. – заместитель директора по УВР

Прохоров В. С. – преподаватель ОБЖ

Тепляков Е – обучающийся группы 22

Секретарь – Языков Е.

Повестка дня.

1. Создание при железнодорожном колледже г. Мичуринска военно-патриотического объединения «Витязи».
2. Принять положение о работе объединения.

По первому вопросу заслушали Прохорова В. С., он предложил создать военно-патриотическое объединение «Витязи».

Постановили: обратиться к руководству «Железнодорожного колледжа» о создании объединения.

По второму вопросу заслушали Струкову Н. П.. Она предложила разработать положение о военно-патриотическом объединении, программу работы объединения.



Работа по военно-патриотическому воспитанию

**Обучающихся и студентов
железнодорожного колледжа
г. Мичуринска**

**Преподаватель-организатор ОБЖ
Прохоров Владимир Сергеевич**