

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Оренбургской области Управление

образования администрации г. Оренбурга «Средняя

общеобразовательная школа № 53»

РАССМОТРЕНО

на Педагогическом совете

[укажите ФИО]
№1 от «29» августа 2025 г.

СОГЛАСОВАНО

ЗД по УВР

Щавелева Е.А. №1
от «29» августа 2025 г.

УТВЕРЖДЕНО

**Директор МОАУ
"СОШ № 53"**

Путинцева Л.И.
№200 от «29» августа 2025 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного предмета «Начальная военная подготовка и первая помощь,

основы преподавания первой помощи, основы ухода за больными»

для обучающихся 10 класса

Оренбург 2025

10 класс

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	всего	Количество часов			Дата проведения
			Контрольная работа	Теоретическое занятие	Практическое занятие	
1	Основные виды тактических действий. Организационно-штатная структура мотострелкового отделения (взвода).	1		1		05.09.2025
2	Основы действий мотострелкового отделения в обороне и наступлении.	1			1	12.09.2025
3	Действия мотострелкового отделения в разведке	1			1	19.09.2025
4	Действия мотострелкового отделения в разведке	1			1	26.09.2025
5	Действия мотострелкового отделения в дозоре	1			1	03.10.2025
6	Действия мотострелкового отделения в дозоре	1			1	10.10.2025
7	Виды, назначение и тактико-технические характеристики стрелкового оружия и ручных гранат Сухопутных войск	1		1		17.10.2025
8	Общее устройство автомата Калашникова и ручных гранат. Уход за стрелковым оружием, его хранение и сбережение	1			1	24.10.2025
9	Требования безопасности при обращении с оружием и боеприпасами. Правила стрельбы из стрелкового оружия и метания ручных гранат	1			1	07.11.2025
10	Выполнение упражнения начальных стрельб из стрелкового оружия и упражнения в метании учебно имитационных ручных гранат	1			1	14.11.2025
11	Выполнение упражнения начальных стрельб из стрелкового оружия и упражнения в метании учебно имитационных ручных гранат	1			1	21.11.2025
12	Выполнение упражнения начальных стрельб из стрелкового оружия и упражнения в метании учебно имитационных ручных гранат	1			1	28.11.2025
13	Выполнение упражнения начальных стрельб из стрелкового оружия и упражнения в метании учебно имитационных ручных гранат	1			1	05.12.2025
14	Основные образцы вооружения и военной техники Сухопутных войск	1		1		12.12.2025
15	Боевое применение беспилотных	1			1	19.12.2025

	летательных аппаратов (БПЛА)					
16	Средства радиосвязи отделения (взвода). Входная контрольная работа.	1	1		1	26.12.2025
17	Правила ведения переговоров на средствах связи	1		1		16.01.2026
18	Общая последовательность действий на месте происшествия с наличием пострадавших. Соблюдение правил личной безопасности и обеспечение безопасных условий для оказания первой помощи (возможные факторы риска, их устранение).	1			1	23.01.2026
19	Простейшие меры профилактики инфекционных заболеваний, передающихся при непосредственном контакте с человеком, его кровью и другими биологическими жидкостями.	1			1	30.01.2026
20	Оценка обстановки на месте происшествия. Отработка приёмов экстренного извлечения пострадавшего из труднодоступного места (пострадавший в сознании, пострадавший без сознания).	1			1	06.02.2026
21	Отработка приёмов перемещения пострадавших на руках одним, двумя и более участниками оказания первой помощи. Отработка навыков определения сознания у пострадавшего. Отработка приёмов восстановления проходимости верхних дыхательных путей. Оценка признаков жизни у пострадавшего.	1			1	13.02.2026
22	Отработка вызова скорой медицинской помощи, других специальных служб. Отработка приёмов искусственного дыхания «рот ко рту», «рот к носу», с применением устройств для искусственного дыхания. Отработка приёмов давления руками на грудину пострадавшего. Выполнение алгоритма сердечно-лёгочной реанимации.	1			1	20.02.2026
23	Отработка приёма перевода пострадавшего в устойчивое боковое положение. Отработка приёмов удаления инородного тела из верхних дыхательных путей пострадавшего. Отработка проведения обзорного осмотра пострадавшего. Проведение подробного осмотра пострадавшего. Отработка приёмов временной остановки наружного кровотечения	1			1	27.02.2026

	при ранении головы, шеи, груди, живота, таза и конечностей, наложение табельного и импровизированного кровоостанавливающего жгута (жгута-закрутки, ремня), прямое давление на рану, наложение давящей повязки					
24	Отработка наложения окклюзионной (герметизирующей) повязки при ранении грудной клетки. Отработка приёмов наложения повязок при наличии инородного предмета в ране живота, груди, конечностей. Отработка приёмов первой помощи при переломах. Иммобилизация (подручными средствами, аут иммобилизация). Отработка приёмов фиксации шейного отдела позвоночника. Отработка приёмов наложения повязок при ожогах и отморожениях различных областей тела.	1			1	06.03.2026
25	Отработка приёмов придания оптимального положения тела пострадавшему при отсутствии сознания, травмах различных областей тела, значительной кровопотере. Отработка приёмов оказания психологической поддержки пострадавшим при различных острых стрессовых реакциях	1			1	13.03.2026
26	Первая помощь: роль своевременного оказания первой помощи; функционирование системы первой помощи в России. Нормативно-правовое регулирование оказания первой помощи в Российской Федерации: законодательство Российской Федерации в сфере первой помощи; права, обязанности и ответственность при оказании первой помощи; оснащение средствами и устройствами для оказания первой помощи, состав и назначение компонентов аптечки для оказания первой помощи пострадавшим в дорожно-транспортных происшествиях (автомобильной), аптечки для оказания первой помощи работникам.	1		1		20.03.2026
27	Пути эффективного обучения. Методы и формы учебной деятельности при обучении оказанию первой помощи. Организация учебного занятия: условия успешного обучения первой	1		1		27.03.2026

	помощи; мотивация и пути её повышения; особенности проведения учебного занятия в форме лекции.					
28	Проведение практического занятия и четырёхступенчатый метод обучения. Технология активного обучения: анализ конкретных неотложных ситуаций с наличием пострадавших и принятие решений; имитационный тренинг, решение ситуационных задач.	1		1		10.04.2026
29	Использование наглядных пособий и современного учебного оборудования на занятиях по первой помощи. Основные правила разработки учебного занятия. Структура учебного занятия по обучению оказанию первой помощи	1		1		17.04.2026
30	Разработка занятия по обучению оказанию первой помощи. Отработка приёмов проведения лекции, практического занятия, ситуационной задачи	1			1	24.04.2026
31	Технология активного обучения: анализ конкретных неотложных ситуаций с наличием пострадавших и принятие решений; имитационный тренинг, решение ситуационных задач.	1			1	01.05.2026
32	Технология активного обучения: анализ конкретных неотложных ситуаций с наличием пострадавших и принятие решений; имитационный тренинг, решение ситуационных задач.	1			1	08.05.2026
33	Технология активного обучения: анализ конкретных неотложных ситуаций с наличием пострадавших и принятие решений; имитационный тренинг, решение ситуационных задач.	1			1	15.05.2026
34	Использование современного учебного оборудования на занятиях по обучению оказанию первой помощи. Использование наглядных пособий и современного учебного оборудования на занятиях по первой помощи. Контрольная работа.	1	1		1	22.05.2026
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	2	6	28	

Входная контрольная работа. Сдача норматива.

Как произвести неполную разборку и сборку АК-74



1 шаг

Основные части и механизмы автомата и его принадлежности

Для начала надо узнать, общее устройство АК-74. Кликайте на рисунок и запоминайте, как называется и выглядит та или иная часть.

Основные части и механизмы автомата и его принадлежности:

- 1 – ствол со ствольной коробкой, с ударно-спусковым механизмом, прицельным приспособлением, прикладом и пистолетной рукояткой, а у пулемета и с сошкой;
- 2 – дульный тормоз-компенсатор;
- 3 – крышка ствольной коробки;
- 4 – затворная рама с газовым поршнем;
- 5 – затвор;
- 6 – возвратный механизм;
- 7 – газовая трубка со ствольной накладкой;
- 8 – цевье;

- 9 – магазин;
- 10 – штык-нож;
- 11 – шомпол;
- 12 – пенал принадлежности.

2 шаг

Теперь приступаем к разборке.

3 шаг



Отделить магазин, если вы это не сделаете, при разборке заряженного автомата велика вероятность того что нечаянно попавший на курок палец кого-нибудь застрелит. Это будет означать что упражнение вы не выполнили.

Нажимая **большим пальцем** на защелку, подать нижнюю часть магазина вперед и отделить его.

4 шаг

Снять автомат с предохранителя, перезарядить автомат и произвести выстрел в небо

Если этого не сделать, то патрон, оставшейся досланным, может выстрелить. Чем это грозит, читайте в предыдущем шаге.



5 шаг

Вынимаем пенал – находится в прикладе



6 шаг

Дальше надо **выбить шомпол**. Именно выбить, а не вытащить (как на рисунке) – так на много быстрее. Выбив осуществляется пяткой ладони по центру шомпола. Только осторожно – можно ладонь распороть.

7 шаг



Отделить крышку наствольной коробки.левой рукой обхватить шейку приклада, большим пальцем этой руки нажать на выступ направляющего стержня возвратного механизма, правой рукой приподнять вверх заднюю часть крышки ствольной коробки и отделить крышку.



8 шаг

Отделить возвратный механизм. Удерживая автомат левой рукой за шейку приклада, правой рукой подать вперед направляющий стержень возвратного механизма до выхода его пятки из продольного паза ствольной коробки; приподнять задний конец направляющего стержня и извлечь возвратный механизм из канала затворной рамы.

9 шаг



Отделить затворную раму с затвором. Продолжая удерживать автомат левой рукой правой рукой отвести затворную раму назад до отказа, приподнять ее вместе с затвором и отделить от ствольной коробки.

10 шаг



Взять затворную раму в левую руку затвором кверху; правой рукой отвести затвор назад, повернуть его так, чтобы ведущий выступ затвора вышел из фигурного выреза затворной рамы, и вывести затвор вперед.

11 шаг



Отделить газовую трубку со ствольной накладкой. Удерживая автомат левой рукой, правой рукой надеть пенал принадлежности прямоугольным отверстием на выступ замыкателя газовой трубки. Повернуть замыкатель от себя до вертикального положения и снять газовую трубку с патрубка газовой камеры.

12 шаг

Сборку осуществлять в обратном порядке

Присоединить газовую трубку со ствольной накладкой. Удерживая автомат левой рукой, правой рукой надвинуть газовую трубку передним концом на патрубок газовой камеры и прижать задний конец ствольной накладки к стволу; повернуть с помощью пенала принадлежности замыкатель на себя до входа его фиксатора в выем на колодке прицела.

Присоединить затвор к затворной раме. Взять затворную раму в левую руку, а затвор в правую руку и вставить затвор цилиндрической частью в канал рамы; повернуть затвор так, чтобы его ведущий выступ вошел в фигурный вырез затворной рамы, и продвинуть затвор вперед.

Присоединить затворную раму с затвором к ствольной коробке. Взять затворную раму в правую руку так, чтобы затвор удерживался большим пальцем в переднем положении.левой рукой обхватить шейку приклада, правой рукой ввести газовый поршень в полость колодки прицела и продвинуть затворную раму вперед настолько, чтобы отгибы ствольной коробки вошли в пазы затворной рамы, небольшим усилием прижать ее к ствольной коробке и продвинуть вперед.

Присоединить возвратный механизм. Правой рукой ввести возвратный механизм в канал затворной рамы; сжимая возвратную пружину, подать направляющий стержень вперед и, опустив несколько книзу, ввести его пятку в продольный паз ствольной коробки.

Присоединить крышку ствольной коробки. Вставить крышку ствольной коробки передним концом в полукруглый вырез на колодке прицела; нажать на задний конец крышки ладонью правой руки вперед и книзу так, чтобы выступ направляющего стержня возвратного механизма вошел в отверстие крышки ствольной коробки.

Спустить курок с боевого взвода и поставить на предохранитель. Нажать на спусковой крючок и поднять переводчик вверх до отказа.

Присоединить дульный тормоз-компенсатор. Навернуть дульный тормоз-компенсатор на резьбовой выступ основания мушки (на ствол) до упора. (Если он снимался при разборке).

Присоединить, шомпол.

Вложить пенал в гнездо приклада. Уложить принадлежность в пенал и закрыть его крышкой, вложить пенал дном в гнездо приклада и утопить его так, чтобы гнездо закрылось крышкой.

Присоединить магазин к автомату. Удерживая автомат левой рукой за шейку приклада или цевье, правой рукой ввести в окно ствольной коробки зацеп магазина и повернуть магазин на себя так, чтобы защелка заскочила за опорный выступ магазина.

Советы и предупреждения:

- Норматив разборки - 15 сек. Норматив сборки - 25 сек. Всего 40 сек.
- При разборке аккуратно кладите все отсоединенные части на стол параллельно друг другу. Вам самим потом удобнее будет при сборке.

Итоговая контрольная работа Вариант 1.

1. Какая служба не входит в систему обеспечения безопасности города?

- А) служба спасения
- Б) служба связи
- В) служба газа

2. Укажите причину затопления жилища:

- А) неисправность запорных устройств (кранов)
- Б) неисправность электропроводки и освещения
- В) сквозные трещины в перегородках

3. Отравление бытовым газом в квартире (доме) может произойти в результате:

- А) полного сгорания газа
- Б) неполного сгорания газа
- В) отключения электроэнергии в квартире

4. Придя домой, вы почувствовали запах газа. Выберите из предлагаемых вариантов ваше дальнейшее действие:

- А) позвонить родителям или в аварийную службу

- Б) пойти к соседям и позвонить родителям или в аварийную службу
- Д) зажечь спичку, чтобы определить место утечки газа

5. Определите из приведенных ниже причину пожаров в жилых зданиях:

- А) нарушение правил безопасности при пользовании электробытовыми и электронагревательными приборами
- Б) отсутствие первичных средств пожаротушения
- В) неисправность внутренних пожарных кранов

6. Из предложенных вариантов выберите причину транспортных аварий:

- А) отсутствие разметки на дороге
- Б) невнимательность участников дорожного движения
- В) отсутствие светофоров на перекрестках

7. Для выхода из автобуса в случае аварии можно использовать:

- А) вентиляционные люки
- Б) кабину водителя
- В) двери и окна

8. В ненастную, сырую погоду вы едете в троллейбусе. Неожиданно подул сильный ветер и произошел обрыв контактного провода, который упал на крышу троллейбуса. Водитель открыл двери для выхода пассажиров. Как вы будете покидать троллейбус? Укажите правильный ответ:

- А) через окно
- Б) будете выходить через двери по ступенькам
- В) будете покидать троллейбус через дверь только прыжком, чтобы не поразило током

9. Вам кажется, что кто-то идет за вами следом. Ваши действия:

- А) перейдете несколько раз улицу и, убедившись в своих подозрениях, побежите в людное место
- Б) остановитесь и уясните причину преследования
- В) броситесь бежать к телефонной будке

10. Вы заходите в свой подъезд и слышите громкие крики, смех, шум и понимаете, что этажом выше на лестничной клетке находится пьяная компания. Выберите из предлагаемых вариантов действий правильный:

- А) спокойно подниматься домой
- Б) ждать, пока они уйдут
- В) дожидаться взрослого знакомого человека, входящего в подъезд, и попросить проводить вас до квартиры

Итоговая контрольная работа

Вариант 2.

1. Какая служба не входит в систему обеспечения безопасности города?

- А) пожарная охрана
- Б) городская справочная служба
- В) служба газа

2. Из предложенных вариантов выберите причину возникновения опасных ситуаций в квартире (доме):

- А) неправильное обращение с техникой и бытовыми приборами
- Б) отсутствие аварийного освещения
- В) отсутствие сигнализации

3. Электротравма или электрический удар током происходит в результате:

- А) соприкосновения друг с другом нескольких оголенных электропроводов, находящихся под напряжением
- Б) прикосновения мокрыми руками к электророзетке
- В) прикосновения к неисправной отключенной электропроводке

4. В бытовой газ добавляют специальное вещество для того, чтобы:

- А) увеличить или уменьшить давление газа
- Б) изменить цвет газа, чтобы его было лучше видно
- В) обнаружить утечку газа по запаху

5. Выберите из названных ниже причину взрывов в жилых зданиях:

- А) утечка бытового газа
- Б) неосторожное обращение с огнем
- В) нарушение правил эксплуатации бытовых электроприборов

6. Что запрещается делать при пожаре в квартире? Выберите правильный ответ:

- А) выходить через задымленную лестничную площадку и пользоваться лифтом
- Б) при выходе по незадымлённой лестнице держаться за стены и поручни

В) при эвакуации из задымленного помещения пользоваться переносным карманным фонариком

7. Вы с родителями опаздываете на электричку. На путях перед вами стоит товарный поезд. Выберите из предлагаемых вариантов правильный ответ:

А) бежать через пути к платформе, обегая товарный поезд

Б) пройти до перехода и выйти на платформу

В) пролезть к платформе под товарными вагонами

8. Вас пригласили на дачу отмечать Новый год. На улице -29°C. От автобусной станции вы должны ехать по шоссе 17 км. На остановке автобуса вы узнаете, что автобусы начнут ходить только через два часа. Вам сказали, что вы можете дойти через лес за час. Выберите из предлагаемых вариантов единственно правильный:

А) пойти через лес

Б) попытаться доехать на какой-либо проезжающей мимо машине

В) вернуться домой

9. Из предложенных вариантов выберите причину транспортных аварий:

А) отсутствие светофоров на перекрестках

Б) отсутствие регулировщика на нерегулируемом перекрестке

В) неправильное поведение пассажиров

10. Вы идете из школы домой. К вам подходит незнакомец и предлагает покататься на машине. Выберите из предлагаемых вариантов действий правильный:

А) скажете, что сейчас не можете, но с удовольствием покатаетесь в следующий раз и попросите позвонить вам по домашнему телефону, чтобы договориться о времени и месте встречи

Б) скажете: «Нет. Я не поеду» и отойдете или перейдете на другую сторону дороги

В) согласитесь покататься только 10-15 минут при условии, что он потом проводит вас домой

Ответы:**Вариант 1.**

№ вопроса	ответ	№ вопроса	ответ
1	Б	8	В
2	А	9	А
3	Б	10	В
4	Б	1-4	«неудовлетворительно»
5	А	5-7	«удовлетворительно»
6	Б	8-9	«хорошо»
7	Б	10	«отлично»

Вариант 2.

№ вопроса	ответ	№ вопроса	ответ
1	Б	8	В
2	А	9	В
3	Б	10	Б
4	В	1-4	«неудовлетворительно»
5	А	5-7	«удовлетворительно»
6	А	8-9	«хорошо»
7	Б	10	«отлично»