

Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования  
«Станция детского и юношеского туризма и экскурсий (юных туристов)»  
города Новотроицка Оренбургской области

Принята на заседании методического  
совета МАУДО «СДЮТурЭ»  
от «10» 09 2020 г.  
Протокол № 1

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУДО «СДЮТурЭ»  
Е.В.Махова  
«10» 09 2020 г.



## Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа

туристско-краеведческой направленности

### «ПОИСК»

Автор-составитель:

Комароцкий Юрий Иванович

педагог дополнительного образования

Срок реализации: 3 года

Возраст обучающихся: 13 - 17 лет

Новотроицк, 2020 г.

4	История Великой Отечественной войны 1941- 1945 г.г. (краткий курс)	40	40	-
4.1	Снятие блокады Ленинграда	6	6	-
4.2	Освобождение Новгородской области	8	8	-
4.3	Основные операции по освобождению территории СССР	10	10	-
4.4	Освобождение Европы	8	8	-
4.5	Итоги ВОВ	8	8	-
5	Специальная поисковая подготовка	90	54	36
5.1	История поискового движения	6	6	-
5.2	Техника безопасности при проведении поисковых работ	10	4	6
5.3	Военная археология	66	40	26
5.4	Поисковая документация	8	4	4
	ИТОГО	324	131	193

### ПРОГРАММА 4-ГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ.

#### I. Основы медицинских знаний.

Гигиена. Профилактика заболеваний.

Оказание первой медицинской помощи. Медпомощь при кровотечениях, ушибах, переломах, отравлении, ожогах, солнечных и тепловых ударов. Виды повязок. Наложение кровоостанавливающего жгута. Искусственная вентиляция легких и непрямой массаж сердца.

#### II. Физическая подготовка.

Предупреждение травматизма. Врачебный контроль. Самоконтроль. Упражнение на гимнастических снарядах: перекладине, брусьях.

Прыжки через коня. Силовые упражнения. Бег на середине и длинные дистанции. Подвижные эстафеты. Преодоление полосы препятствий. Спортивные игры: баскетбол, футбол, волейбол. Лыжная подготовка. Стрельба. Участие в соревнованиях по стрельбе из пневматического оружия.

#### III. Туристическая подготовка.

Усовершенствование снаряжения. Совершенствование навыков и умение полученных ранее. Подготовка к походу. Организация питания. Участие в походах и соревнованиях по туризму.

Чтение карты и составление схем. Копирование карт и схем. Прокладка и описание маршрута.

Особенности ориентирования в сложных условиях. Разведка, маркировка пути движения.

Участие в соревнованиях по топографии и ориентированию. Общегеографическая характеристика края. История края, события, происходившие на его территории.

#### IV. История Великой Отечественной войны 1941-1945 г.г.

Снятие блокады Ленинграда. Освобождение Ленинградской и Новгородской областей

Основные операции РККА по освобождению территории СССР. Освобождение стран Европы.

Личные вещи и другие источники. Воинские звания в РККА. Личные опознавательные знаки отличия в РККА.

Анатомическая экспертиза. Установление видовой и другой принадлежности костных останков.

Захоронение останков. Поиск родственников. Обработка запросов, Переписка. Переучет военнослужащих.

Поисковая документация. Ведение полевого дневника экспедиции. Карта эксгумации. Протокол эксгумации

### ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

За третий год обучения кружковцы совершенствуют навыки и практические знания по медицинской подготовке, специальной поисковой подготовке, военной истории, туризму, приобретенные ранее. Воспитанники принимают участие в практической работе с архивными документами, в работе по поиску защитников Отечества, в розыске родственников погибших солдат. Участвуют в организации экспозиций, выставок, в поисковых экспедициях, спортивных соревнованиях

### 4-й год обучения.

№ п/п	Разделы и темы	Общее количество часов	В том числе	
			Теоретич.	Практич.
1	Основы медицинских знаний	18	7	11
1.1	Личная гигиена. Профилактика заболеваний.	2	2	
1.2	Оказание первой медицинской помощи.	16	5	11
2	Физическая подготовка	104	16	88
2.1	Техника безопасности при занятиях физ. культурой	2	2	-
2.2	Общая физическая подготовка	34	4	30
2.3	Спортивные игры	26	2	24
2.4	Лыжная подготовка	12	2	10
2.5	Стрельба спортивная	30	6	24
3	Основы туристической подготовки	72	16	56
3.1	Техника безопасности при проведении походов	2	2	-
3.2	Личное и групповое туристическое снаряжение	4	2	2
3.3	Организация туристского быта	12	4	8
3.4	Участие в тур. походах	36	-	36
3.5	Ориентирование	4	2	2
3.6	Топография	12	4	8
3.7	Краеведение	2	2	-

## V. Специальная подготовка.

Действия при обнаружении взрывоопасных предметов.

Проведение разведки. Опрос населения, свободный поиск. Шурфовка. Верховое залегание останков. Признаки верхового залегания.

Глубинное залегание останков. Признаки глубинного залегания. Порядок эксгумации боевых и санитарных захоронений.

Установление личности военнослужащих. Документы, удостоверяющие личность военнослужащих в РККА. Медальоны, красноармейские книжки. Личные вещи и другие источники. Воинские звания в РККА. Личные опознавательные знаки отличия в РККА.

Анатомическая экспертиза. Установление видовой и другой принадлежности костных останков.

Захоронение останков. Поиск родственников. Обработка запросов, Переписка. Переучет военнослужащих.

Ведение полевого дневника экспедиции. Карта эксгумации. Протокол и акт эксгумации. Документирование поисковых работ.

## КОНЕЧНЫЙ ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ

В процессе практических занятий на основе собранного материала создаются:

- электронная база данных о уроженцах и жителях оренбургской области, участвовавших в защите Отечества в годы Второй мировой войны;
- экспозиции и временные выставки в музее поискового клуба (школьного);
- тематические рефераты по истории войны, биографиям героев и ветеранов войны;
- проводятся встречи с родственниками тех, кто считался пропавшим без вести на фронте, но его место и обстоятельства гибели установлены поисковиками;
- проводятся вечера-встречи с молодежью города, с ветеранами ВОВ;
- ведется работа с архивными документами.

Выполнение учащимися конкретных поручений (будь то розыск семей погибших солдат, участие в полевых поисковых экспедициях, подготовка публикаций для прессы или оформление экспозиции) позволяет судить об уровне освоения ими теоретического и практического материала.

За время обучения в объединении ребята должны научиться:

- работе с историко-архивными материалами;
- навыкам написания материалов для СМИ и азам издательской деятельности;
- основам археологии, краеведения, топографии, анатомии;
- навыками оказания первой медицинской помощи;
- принимать участие в создании экспозиции, выставок, проведении экскурсий;
- работе в полевых поисковых экспедициях, выживанию в экстремальных условиях.

Ожидаемым результатом практической работы в полевых поисковых экспедициях является обнаружение незахороненных останков защитников

## **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Одним из основных направлений патриотического воспитания молодежи является участие школьников в поисковой работе, более основательное изучение истории Великой Отечественной войны, героического прошлого страны.

Поисковая работа – деятельность, проводимая с целью обнаружения не погребенных останков воинов, погибших при защите Отечества, выявления неучтенных воинских захоронений, установления имен погибших и пропавших без вести, увековечивания памяти павших защитников Отечества.

Поисковые организации – общественные объединения, созданные на добровольной основе, осуществляющие деятельность по увековечиванию памяти павших при защите Отечества, прошедшие государственную регистрацию.

Поисковики – граждане, прошедшие специальную подготовку и аттестованные на право заниматься поисковой деятельностью.

Программа представляет собой образовательную систему, связанную с изучением истории Второй мировой войны, Великой Отечественной войны. Программа направлена на формирование у учащихся чувств патриотизма, нравственных устоев и национального самосознания.

Деятельность членов клуба способствует сплочению коллектива, повышению образовательного и культурного уровня.

Реализация программы создает условия для психологической подготовки школьников-руководителей поисковых отрядов и советов школьных музеев боевой славы, участников поисковых экспедиций, развития индивидуальных способностей, дальнейшего самообразования.

Программа помогает подготовить учащихся к общественной деятельности по увековечению памяти погибших земляков, глубокому изучению истории своей семьи и региона, к участию в поисковых экспедициях.

Программа включает в себя как теоретический материал, так и практические работы на местности, работу с документами, архивами, на компьютерах, также предусмотрено выполнение творческих заданий.

Данная программа подготовки для работы в поисковых экспедициях рассчитана на учащихся 8-11 классов общеобразовательных школ, а так же учащихся ПУ, студентов СУЗ. Она рассчитана на 4 года обучения. Содержание программы первого года обучения предполагает освоение начального курса подготовки поисковой работы. После второго года обучения воспитанники принимают непосредственное участие в поисковых экспедициях на местах боев времен ВОВ 1941-1945 гг.

Время обучения составляет 324 часов в год. Многодневные походы и участие в длительных поисковых экспедициях – вне сетки часов.

Формы и методы работы:

- теоретические занятия (работа с документами, беседы, лекции);
- практические занятия (сан.подготовка, занятия спортом, работа в архивах, на ПК, турпоходы, экскурсии, поисковые экспедиции);

3.1	Техника безопасности.	2	2	-
3.2	Личное и групповое туристическое снаряжение	4	2	2
3.3	Организация туристического быта	12	4	8
3.4	Участие в тур. походах	36	-	36
3.5	Ориентирование	4	2	2
3.6	Топография	12	4	8
3.7	Краеведение	2	2	-
4	История Великой Отечественной войны 1941- 1945 г.г. (краткий курс)	38	38	-
4.1	Основные события ВОВ	12	12	-
4.2	Причины неудач Красной Армии в начальный период войны. Потери Красной Армии.	6	6	-
4.3	Битва за Москву. Смоленское сражение	10	10	-
4.4	Блокада Ленинграда.	10	10	-
5	Специальная поисковая подготовка	90	54	36
5.1	История поискового движения	6	6	-
5.2	Техника безопасности при проведении поисковых работ	10	4	6
5.3	Военная археология	66	40	26
5.4	Поисковое снаряжение	8	4	4
	ИТОГО	324	131	193

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ 1-ГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ

### I. Основы медицинских знаний.

Личная гигиена. Понятие о гигиене. Гигиена одежды и обуви.

Профилактика заболеваний. Роль закаливания. Закаливание водой, воздухом. Походная медицинская аптечка. Примерная комплектация аптечки. Назначение и дозировка препаратов. Хранение и транспортировка. Оказание первой медицинской помощи. Травмы.

### II. Физическая подготовка.

Техника безопасности на занятиях физической культурой и спортом.

Упражнения для развития выносливости, силы, ловкости, быстроты. Элементы акробатики. Спортивные игры. Волейбол. Футбол. Баскетбол. Лыжная подготовка. Способы передвижения на лыжах. Преодоление подъёмов и спусков. Стрельба. Знакомство с пневматическим оружием. Основы стрельбы. Приёмы спортивной стрельбы

### III. Основы туристической подготовки.

Техника безопасности. Меры безопасности на занятиях по туризму, в туристических походах. Туристическое снаряжение. Личное и групповое снаряжение. Вязание узлов. Подготовка к походу. Укладка рюкзака. Установка палатки. Разбивка бивака. Разведение костров. Проведение

### III. Основы туристской подготовки.

Техника безопасности на занятиях по туризму.

Личное и групповое туристическое снаряжение. Совершенствование туристских умений и навыков, приобретенных ранее. Проведение турпоходов.

Ориентирование. Работа с компасом. Определение сторон горизонта с помощью солнца, луны, полярной звезды, при помощи местных предметов. Действия в случае потери ориентировки.

Топография. Элементы военной топографии. Чтение карт. Координатная сетка. Определение расстояний. Копирование карт. Участие в соревнованиях по топографии и ориентированию.

Краеведение. Территория и границы края. Рельеф, растительность и другие природные условия.

Климат. Его влияние на возможности проведения поисковых работ. Памятные события, происходившие на территории края. Край в период Великой Отечественной войны.

### IV. История Великой Отечественной войны 1941-1945 г.г.

Блокада Ленинграда. Синявинские операции 1942 и 1943 г.г. Любанская операция 1942 г. Причины неудачи операции. Значение операции в обороне Москвы и Ленинграда.

Части и соединения, принимавшие участие в операциях. Трагедия 2-ой Ударной армии.

### V. Специальная подготовка.

Изучение опыта работы поисковых формирований. Техника безопасности при проведении поисковых работ. Меры безопасности при обращении со взрывоопасными предметами. Боеприпасы времен Великой Отечественной войны. Определение степени их сохранности и опасности. Взрывчатые вещества, их классификация и сохранность. Химические и реактивные боеприпасы. Поисковая разведка. Археологический метод ведения раскопок. Техника работы с инструментом. Способы разведочных работ. Шурфовка. Приемы раскопок в условиях высоких грунтовых вод, затопление воронок, траншей.

Сравнительная характеристика структур РККА и Вермахта. Изменение штатной численности личного состава и вооружения стрелковых дивизий за период 1941-1945 г.г. Сведения о численности личного состава подразделений.

Вооружение, материальная часть, экипировка военнослужащих. Сравнительная характеристика экипировки и личного оружия военнослужащих РККА и Вермахта с союзниками.

Установление характера боевых действий. Определение количества безвозвратных потерь личного состава и вооружения. Донесения о боевом и численном составе. Донесения о потерях. Журналы боевых действий.

Классификация захоронений. Боевые и санитарные захоронения. Плановые захоронения. Не захороненные останки. Понятие об эксгумации. Эксгумация верхового залегания. Эксгумация верхового залегания. Эксгумация глубокого залегания останков. Скелет человека. Установление личности военнослужащих.

Поисковое снаряжение и инвентарь. Экипировка поисковика

5	Специальная поисковая подготовка	90	54	36
5.1	История поискового движения	6	6	-
5.2	Техника безопасности при проведении поисковых работ	10	4	6
5.3	Военная археология	68	40	28
5.4	Поисковая документация	6	4	2
	ИТОГО	324	131	193

## ПРОГРАММА 3-ГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ.

### *I. Основы медицинских знаний.*

Личная гигиена. Гигиена тела, гигиена одежды. Профилактика заболеваний. Походная медицинская аптечка. Применение медицинских препаратов. Оказание первой медицинской помощи при кровотечениях, ушибах, переломах, отравлении, ожогах, солнечных и тепловых ударов. Виды повязок. Наложение кровоостанавливающего жгута. Искусственная вентиляция легких и непрямой массаж сердца.

*II. Физическая подготовка.* Прыжки через коня. Силовые упражнения. Бег на середине и длинные дистанции. Подвижные эстафеты. Преодоление полосы препятствий. Спортивные игры: баскетбол, футбол, волейбол. Лыжная подготовка. Стрельба

### *III. Туристическая подготовка.*

Усовершенствование снаряжения. Совершенствование навыков и умение полученных ранее. Подготовка к походу. Организация питания. Участие в походах и соревнованиях по туризму.

Чтение карты и составление схем. Копирование карт и схем. Прокладка и описание маршрута.

Особенности ориентирования в сложных условиях. Разведка, маркировка пути движения.

Общегеографическая характеристика края. История края, события, происходившие на его территории.

### *IV. История Великой Отечественной войны 1941-1945 г.г.*

Прорыв блокады Ленинграда. Операция «Искра». Части и соединения, принимавшие участие в операции.

Бои под Старой Руссой. Демянский котел.

Боевые действия в районе Вязьмы, Юхнова. Бои подо Ржевом

### *V. Специальная подготовка.*

История поискового движения. Изучение опыта работы поисковых отрядов. Использование в работе информации, полученной от поисковых отрядов РФ и стран СНГ. Меры безопасности при обнаружении взрывоопасных предметов. Определение степени опасности ВОП.

Проведение разведки. Опрос населения, свободный поиск. Шурфовка. Верховое залегание останков. Признаки верхового залегания.

Глубинное залегание останков. Признаки глубинного залегания. Порядок эксгумации боевых и санитарных захоронений.

Установление личности военнослужащих. Документы, удостоверяющие личность военнослужащих в РККА. Медальоны, красноармейские книжки.

Отечество, захоронение с отдаием воинских и гражданских почестей, установление имен военнослужащих, пропавших без вести во время ВОВ.

Реализация Программы, позволит решить ряд проблем воспитательного, социального и духовного плана. Благодаря развитию у учащихся важнейших качеств, таких, как социальная зрелость, ответственность, чувство долга, верность традициям, стремление к сохранению и приумножению исторических и культурных ценностей, милосердие, значительно повысится их готовность к активному участию в основных сферах социально-значимой деятельности.

Литература:

1. Кирьян М.М. «Великая Отечественная война 1941-1945 гг.»
2. Словарь-справочник -М., Политическая литература 1990г.,
3. Котилевский С.С. «Теория и практика поисковых работ». Казань, 2004 г.
4. Кривошеев В.Г. «Гриф секретности снят: потери вооруженных сил СССР в войнах, боевых действиях и военных конфликтах» – М., Воениздат 1993 г.
5. Мартынов В.Е. и др. «Руководство по поисковым и эксгумационным работам» – М., ТОО «Люкс-арт», 1997г.
6. Щербанов В.К. и др. «Взрывоопасные предметы фронтовых полей России» г. Ростов на Дону, 1997 г.
7. Курилова В.И. Туризм-М. Просвещение 1988г.
8. Гаврилов Б.И. «Долина смерти»- М., Дубравва, 2006 г.
9. Шунков В.Н. «Красная Армия» - М.: АСТ; Мн.: Харвест, 2006 г.

- индивидуальная работа (написание рефератов, курсовых, работа над экскурсиями), групповая работа и т.д.

### Цели

Восстановление имен погибших и пропавших без вести защитников Отечества, достойное захоронение их останков, воспитание у молодого поколения патриотизма, любви к Родине, чувства высокой нравственности, духовности, бережного отношения к истории родной страны.

Для достижения целей нужно решать следующие задачи:

- обучать работе с историко-архивными материалами;
- обучать работе с электронными базами данных;
- обучать навыкам написания материалов для СМИ и азам издательской деятельности;
- обучать основам археологии, краеведения, топографии, анатомии;
- обучать оказанию первой медицинской помощи;
- привлекать к участию в создании экспозиций, выставок, проведении экскурсий,
- обучать работе в полевых условиях, выживанию в экстремальных условиях;
- формировать понятие о поисковом движении и его месте в современном мире

## УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ОБЪЕДИНЕНИЯ

### I год обучения

№ п/п	Разделы и темы	Общее количество часов	В том числе	
			Теоретич.	Практич.
1	Основы медицинских знаний	18	7	11
1.1	Личная гигиена. Профилактика заболеваний	2	2	
1.2	Походная медицинская аптечка	2	1	1
1.3	Оказание первой медицинской помощи.	14	4	10
2	Физическая подготовка	106	16	90
2.1	Техника безопасности при занятиях физ. культурой	2	2	-
2.2	Общая физическая подготовка	36	4	32
2.3	Спортивные игры	26	2	24
2.4	Лыжная подготовка	12	2	10
2.5	Стрельба спортивная	30	6	24
3	Основы туристической подготовки	72	16	56

## ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

За второй год обучения кружковцы должны получить более углубленные теоретические и практические знания по медицинской подготовке, специальной поисковой подготовке, военной истории, туризму, обладать необходимыми физическими качествами. Воспитанники принимают участие в практической работе с поисковым материалом, в организации экспозиций, выставок, в поисковых экспедициях, спортивных соревнованиях.

### **3-й год обучения.**

№ п/п	Разделы и темы	Общее количество часов	В том числе	
			Теоретич.	Практич.
1	Основы медицинских знаний	18	7	11
1.1	Личная гигиена. Профилактика заболеваний.	2	2	
1.2	Походная медицинская аптечка	2	1	1
1.3	Оказание первой медицинской помощи.	14	4	10
2	Физическая подготовка	106	16	90
2.1	Техника безопасности при занятиях физ. культурой	2	2	-
2.2	Общая физическая подготовка	36	4	32
2.3	Спортивные игры	26	2	24
2.4	Лыжная подготовка	12	2	10
2.5	Стрельба спортивная	30	6	24
3	Основы туристической подготовки	72	16	56
3.1	Техника безопасности при проведении походов	2	2	-
3.2	Личное и групповое туристическое снаряжение	4	2	2
3.3	Организация туристского быта	12	4	8
3.4	Участие в тур. походах	36	-	36
3.5	Ориентирование	4	2	2
3.6	Топография	12	4	8
3.7	Краеведение	2	2	-
4	История Великой Отечественной войны 1941- 1945 г.г. (краткий курс)	38	38	-
4.1	Прорыв блокады Ленинграда.	10	10	-
4.2	«Демянский котел»	10	10	-
4.3	Бои за Старую Руссу	8	8	-
4.4	Бои в районе Вязьмы, Юхнова, Ржева	10	10	-

туристских походов. Ориентирование. Способы ориентирования. Знакомство с компасом. Ориентирование по компасу и местным предметам. Азимут. Понятие о топографии. Топографические карты. Значение топокарт. Масштаб. Виды масштабов. Координаты. Условные обозначения. Топознаки. Краеведение. Природные особенности края. Растительность края, его рельеф, реки. История. Памятники истории и культуры.

***IV. История Великой отечественной войны. 1941-1945 г.г. (краткий курс)***

Основные события ВОВ. Причины неудач Красной Армии в начальный период войны. Потери Красной Армии. Наиболее кровопролитные сражения на территории России. Битва за Москву. Смоленское сражение.

***V. Специальная поисковая подготовка.***

История поискового движения. Понятие о поиске, поисковой деятельности. Необходимость поисковой работы. Техника безопасности. Меры безопасности на занятиях и при проведении поисковых работ. Основы знаний по военной археологии. Методика ведения поисковых работ. Раскоп. Отвал. Поисковый материал.

Поисковое снаряжение и инвентарь. Одежда и обувь. Поисковый инструмент. Навыки работы со щупом, крюком. Обычный щуп, глубинный. Металлоискатели и миноискатели.

### ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

За первый год обучения кружковцы должны приобрести начальные знания по медицинской подготовке, специальной поисковой подготовке, военной истории, туризму, обладать необходимыми физическими качествами

**2-ой год обучения.**

№ п/п	Разделы и темы	Общее количество часов	В том числе	
			Теоретич.	Практич.
1	Основы медицинских знаний	18	9	9
1.1	Оказание первой медицинской помощи.	10	4	6
1.2	Транспортировка пострадавшего	4	2	2
1.3	Лекарственные растения	4	3	1
2	Физическая подготовка	106	16	90
2.1	Техника безопасности при занятиях физ. культурой	2	2	-
2.2	Общая физическая подготовка	36	4	32
2.3	Спортивные игры	26	2	24
2.4	Лыжная подготовка	12	2	10
2.5	Стрельба спортивная	30	6	24
3	Основы туристической подготовки	72	16	56

3.1	Техника безопасности при проведении походов	2	2	-
3.2	Личное и групповое туристическое снаряжение	4	2	2
3.3	Организация туристского быта	12	4	8
3.4	Участие в тур. походах	36	-	36
3.5	Ориентирование	4	2	2
3.6	Топография	12	4	8
3.7	Краеведение	2	2	-
4	История Великой Отечественной войны 1941- 1945 г.г. (краткий курс)	38	38	-
4.1	Оборона Ленинграда. Блокада Ленинграда.	10	10	-
4.2	Операции Красной Армии по деблокации Ленинграда. Синявинские операции	14	14	-
4.3	Любаньская операция. Трагедия 2 Ударной армии	14	14	-
5	Специальная поисковая подготовка	90	54	36
5.1	Из опыта работы поисковых отрядов	6	6	-
5.2	Техника безопасности при проведении поисковых работ	10	4	6
5.3	Военная археология	66	40	26
5.4	Поисковое снаряжение	8	4	4
	ИТОГО	324	131	193

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ 2-ГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ.

### *I. Основы медицинских знаний.*

Оказание первой медицинской помощи. Травмы, кровотечения, ожоги, переломы, ушибы, солнечный и тепловой удар. Признаки пищевого отравления. Инфекционные заболевания. Применение лекарственных препаратов. Наложение повязок, шин.

Транспортировка пострадавшего. Способы транспортировки.  
Лекарственные растения. Применение лекарственных растений.

### *II. Физическая подготовка.*

Техника безопасности на занятиях физической культурой и спортом.  
Самоконтроль. Предупреждение травматизма.

Общая физическая подготовка. Упражнение на перекладине, брусьях.  
Упражнение с отягощениями. Полоса препятствий. Спортивные игры: баскетбол, футбол, волейбол. Лыжная подготовка. Способы передвижения. Стрельба. Совершенствование навыков. Участие в соревнованиях по стрельбе.