

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа № 2»

«Рассмотрено»

протокол № 1 от 28.08.2020г.

заседания ШМО

Руководитель ШМО  Нерова С.В.

«Согласовано»

протокол № 1 от 31.08.2020г.

заседания НМС

Председатель НМС  Губогло З.И.

«Утверждено»

приказ № 327-о от 01.09.2020г.

Директор школы  Сивитская Е.А.



Рабочая программа общеобразовательной общеразвивающей программы дополнительного образования «Патриот»

Педагогический работник: Камерилов Александр Михайлович, педагог дополнительного образования

Класс: 10-11 класс

Срок реализации: 5 лет

Год обучения: 5 год

Разработана на основе: Общеобразовательной общеразвивающей программы дополнительного образования «Патриот»
(лицензия № 0000674, выданная Департаментом образования Администрации ЯНАО "20" августа 2014 г.)

Салехард
2020 год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Общеизвестно, что здоровье нации является одним из главнейших показателей её благополучия. От здоровья подрастающего поколения зависит будущее России. Однако учёные констатируют, что проблема сохранения здоровья детей не теряет своей актуальности. И более того, имеет тенденцию к нарастанию.

К сожалению, в иерархии человеческих потребностей, здоровый образ жизни находится далеко не на первом плане, а по сути своей именно он должен стать первейшей потребностью. Отсюда понятно, насколько важно, начиная с раннего детства, воспитывать у детей активное отношение к своему здоровью, понимание того, что здоровье – самая величайшая ценность, дарованная человеку природой.

Опыт работы со школьниками показывает, что у детей, не приученных заботиться о своём здоровье, неизбежны психологические срывы, им сложнее вникать в реалии «взрослой жизни». А ведь новое тысячелетие заставит их столкнуться с возросшей конкуренцией, когда больших успехов в жизни и карьере добиваются более здоровые и образованные сверстники.

Хорошая физическая подготовленность является фундаментом высокой работоспособности во всех видах учебной, трудовой и спортивной деятельности учащихся. У школьников среднего возраста основным видом деятельности становится умственный труд, требующий постоянной концентрации внимания, удержания тела в длительном сидячем положении за столом, необходимых в связи с этим волевых усилий. Всё это требует достаточно высокого развития силы и выносливости соответствующих групп мышц.

Физкультурно–спортивная программа «Патриот» помогает выработать быстроту, ловкость, выносливость, находчивость, настойчивость, смелость и мужество, коллективизм и дисциплинированность. Укрепление этих качеств, приобщение к физической культуре происходит одновременно с общественно-политическим, умственным, нравственным и общим физическим развитием.

В настоящее время в нашей стране возрождается система патриотического воспитания детей и подростков, в которой наряду с традиционными задачами подготовки подрастающего поколения к военной службе, появилась необходимость ориентировать ребят на выбор профессии спасателя, социального работника, пожарного, сотрудника правоохранительных органов.

Актуальность физкультурно–спортивной программы «Патриот» связана с тем, что события последнего десятилетия в нашей стране радикально изменили отношения значительной части общества к военной службе, сделали ее непрестижной для молодежи и усложнили комплектование Вооруженных Сил личным составом. Забота о военно-патриотическом воспитании подрастающего поколения приобретает сегодня для страны воистину судьбоносное значение. У многих россиян потеряны нравственные ориентиры, что особенно болезненно сказывается на молодежи. В этих условиях важно уделять особое внимание тем, кому сейчас 13 – 18 лет, кому через несколько лет строить новую Россию. Именно этот возраст наиболее благоприятен для воспитания таких незбываемых для гражданина и воина качеств, как патриотизм, гордость за свое Отечество, совесть.

Цель программы – создание наиболее благоприятных условий для формирования и развития личности, обладающей качествами гражданина, патриота Родины и способной успешно выполнять гражданские обязанности в мирное и военное время.

ОПИСАНИЕ МЕСТА ЗАНЯТИЙ В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

Для реализации содержания, учебных целей и задач программы «Патриот» в 7-11 классах, в учебном плане предусмотрено 700 часов на 5 лет (по 4 часа в неделю). Распределение времени в учебном плане по годам обучения осуществляется в соответствии с конкретными задачами подготовки. В каждом этапе поставлены задачи с учётом возраста занимающихся и их возможностей, требований подготовки к соревнованиям. Физкультурно–спортивная программа «Патриот» на 2019- 2020 учебный год рассчитана на 140 часов в 10- 11 классах (4 учебных часа в неделю). Программа охватывает 5 год обучения.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

Ученик должен знать:

- меры безопасности во время занятий;
- военские традиции Советской и российской армии;
- символы воинской чести;
- государственную символику России;
- элементы строя и обязанности в строю;
- материальную часть автомата Калашникова;
- требования к личному и групповому снаряжению;
- организацию привалов и ночлегов;
- принципы оказания первой медицинской помощи в чрезвычайных ситуациях.

Ученик получит возможность:

- выполнять строевые команды на месте и в движении;
- выполнять сборку-разборку автомата АК-74;
- выполнять приемы рукопашного боя;
- организовать ночлег в полевых условиях;
- ориентироваться на местности;
- выполнять комплексы физических упражнений;
- оказать первую медицинскую помощь при травмах и ранениях;
- оказать помощь при чрезвычайных ситуациях.

Личностные

- формирование чувства гордости за свой народ и страну;
- сохранение и совершенствование традиционных и поиск инновационных форм и методов работы по патриотическому воспитанию воспитанников и подготовки их к военной службе;
- формирование первоначальных ЗУН военно-прикладной направленности, необходимых для службы в Вооруженных Силах РФ, в специальных подразделениях ВС РФ, при действиях в чрезвычайных ситуациях и экстремальных условиях.

Метапредметные

- способствовать развитию социальной активности обучающихся: воспитывать чувство самостоятельности, ответственности;

- воспитывать коммуникабельность, коллективизм, взаимопомощь и взаимовыручку, сохраняя свою индивидуальность;
- дальнейшее развитие и совершенствование работы по воспитанию здорового образа жизни и негативного отношения к вредным для здоровья привычкам;
- организация свободного времени и занятости подростков;
- создание условий для сохранения физического, психического, нравственного здоровья воспитанников.

СОДЕРЖАНИЕ ГОДИЧНЫХ ЦИКЛОВ

№ п/п	Наименование предметов	Год обучения					Всего часов заняти й
		1 год	2 год	3 год	4 год	5 год	Всего
1.	Общая физическая подготовка	35	35	40	40	35	185
2.	Огневая подготовка	30	30	32	32	15	139
3.	Строевая подготовка	36	36	34	34	24	164
4.	Гражданская оборона	14	14	14	14	10	66
5.	Начальная военная подготовка	19	19	14	14	10	76
6.	Медицинская подготовка	6	6	6	6	6	30
7.	Пятидневные учебные сборы (осень 5 дн. по 8 час).	-	-	-	-	40	40
	ИТОГО:	140	140	140	140	140	700

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

5-й год обучения

1 блок. Общая физическая подготовка

№ п/п	Раздел	Количество часов:		
		Всего	Теория	Практика
1.	Теоретическое занятие	2	2	
2.	Основы знаний	1	1	
3.	Упражнения без предметов различного характера	2		2
4.	Упражнения с предметами различного характера (со штангой)	2		2
5.	Упражнения на тренажёрах	2		2
6.	Спортивные игры силовой направленности	2		2
7.	Упражнения без предметов различного характера (с гантелями)	2		2
8.	Упражнения с предметами различного характера (с одной и двумя гириями)	2		2
9.	Упражнения на тренажёрах	2		2
10.	Спортивные игры силовой направленности	2		2
11.	Упражнения с предметами различного характера (со штангой)	2		2
12.	Упражнения с предметами различного характера (с дисками от штанги)	2		2
13.	Упражнения на тренажёрах	2		2
14.	Спортивные игры силовой направленности	2		2
15.	Специальные упражнения для развития двигательных качеств	2		2
16.	Упражнения с использованием сопротивления партнера	2		2
17.	Упражнения с эспандерами, эластичными жгутами	2		2
18.	Сдача зачетов	2		2
	Итого:	35	3	32

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА

- Тема 1.** Теоретические занятия. 2 часа. **Теория.** Оказание первой помощи. Меры безопасности на занятиях в тренажёрном зале.
- Тема 2.** Основы знаний. 1 час. **Теория.** Спортивный массаж.
- Тема 3.** Упражнения без предметов различного характера. 2 часа. **Практика.** Комплекс упражнений.
- Тема 4.** Упражнения с предметами различного характера. 2 часа. **Практика.** Комплексные упражнения со штангой.
- Тема 5.** Упражнения на тренажёрах. 2 часа. **Практика.** Комплекс упражнений.
- Тема 6.** Спортивные игры силовой направленности. 2 часа. **Практика.** Игра в волейбол.
- Тема 7.** Упражнения с предметами различного характера. 2 часа. **Практика.** Комплексные упражнения с гантелями.
- Тема 8.** Упражнения с предметами различного характера. 2 часа. **Практика.** Комплексные упражнения с одной и двумя гирями.
- Тема 9.** Упражнения на тренажёрах. 2 часа. **Практика.** Комплекс упражнений.
- Тема 10.** Спортивные игры силовой направленности. 2 часа. **Практика.** Игра в футбол.
- Тема 11.** Упражнения с предметами различного характера. 2 часа. **Практика.** Комплексные упражнения со штангой.
- Тема 12.** Упражнения с предметами различного характера. 2 часа. **Практика.** Комплекс упражнений с дисками от штанги.
- Тема 13.** Упражнения на тренажёрах. 2 часа. **Практика.** Комплекс упражнений.
- Тема 14.** Спортивные игры силовой направленности. 2 часа. **Практика.** Игра в баскетбол.
- Тема 15.** Специальные упражнения для развития двигательных качеств. 2 часа. **Практика.** Упражнения на координацию, равновесие, гибкость, силу, быстроту и выносливость.
- Тема 16.** Упражнения с использованием сопротивления партнера. 2 часа. **Практика.** Упражнения для мышц плечевого пояса, для мышц туловища, для мышц ног.
- Тема 17.** Упражнения с эспандерами, эластичными жгутами. 2 часа. **Практика.** Упражнения для мышц плечевого пояса, для мышц туловища, для мышц ног.
- Тема 18.** Сдача зачетов.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

5-й год обучения
2 блок. Огневая подготовка

№ п/п	Раздел	Количество часов:		
		Всего	Теория	Практика
1.	Неполна разборка и сборка автомата	2		2
2.	Основные упражнения по стрельбе из винтовки сидя за столом с опорой на локоть	2		2
3.	Основные упражнения по стрельбе из винтовки лежа	2		2
4.	Основные упражнения по стрельбе из винтовки стоя	2		2
5.	Основные упражнения по стрельбе из пистолета одной рукой	2		2
6.	Основные упражнения по стрельбе из пистолета двумя руками	2		2
7.	Основные упражнения по стрельбе из винтовки с колена	2		2
8.	Сдача зачета	1		1
	Итого:	15	6	9

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА

Тема 1. Неполна разборка и сборка автомата. 2 часа. **Практика.** Порядок неполной разборки и сборки автомата на время.

Тема 2. Основные упражнения по стрельбе из винтовки сидя за столом с опорой на локоть. 2 часа. **Практика.** Стрельба из винтовки по круглым мишеням сидя за столом с опорой локтями на стол.

Тема 3. Основные упражнения по стрельбе из винтовки лежа. 2 часа. **Практика.** Стрельба из винтовки по круглым мишеням лежа с упора.

Тема 4. Основные упражнения по стрельбе из винтовки стоя. 2 часа. **Практика.** Стрельба из винтовки по круглым мишеням стоя с упора.

Тема 5. Основные упражнения по стрельбе из пистолета одной рукой. 2 часа. **Практика.** Стрельба из пистолета одной рукой по круглым мишеням стоя без упора.

Тема 6. Основные упражнения по стрельбе из пистолета двумя руками. 2 часа. **Практика.** Стрельба из пистолета двумя руками по круглым мишеням стоя без упора.

Тема 7. Основные упражнения по стрельбе из винтовки с колена. 2 часа. **Практика.** Особенности изготовления при стрельбе из винтовки с опорой на колено.

Тема 9. Сдача зачетов.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

5-й год обучения

3 блок. Первая медицинская помощь.

№ п/п	Раздел	Количество часов:		
		Всего	Теория	Практика
1.	Переломы. Травмы головы.	2	1	1
2.	Оказание помощи пострадавшим в дорожно-транспортных происшествиях. Оказание первой медицинской помощи в различных ситуациях.	2	1	1
3.	Состав автомобильной аптечки. Оказание первой медицинской помощи с помощью подручных средств.	1		1
4.	Зачет.	1		1
	Итого:	6	2	4

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА

Тема 1. Переломы. Травмы головы.

Теория. Переломы. Переломы костей таза, позвоночника, основания черепа. Травмы головы. Первая помощь при травме головы.

Практика. Оказание первой медицинской помощи при переломах. Наложение повязки «шапочка», «чепец».

Тема 2. Оказание помощи пострадавшим в дорожно-транспортных происшествиях. Оказание первой медицинской помощи в различных ситуациях. 2 часа

Теория. Оказание помощи пострадавшим в дорожно-транспортных происшествиях. Первые неотложные действия на месте аварии.

Оказание помощи пострадавшим после извлечения из автомобиля. Оказание первой медицинской помощи в различных ситуациях.

Практика. Наложение повязок, шины.

Тема 3. Состав автомобильной аптечки. Оказание первой медицинской помощи с помощью подручных средств.

Теория. Состав автомобильной аптечки. Обезболивающие, противовоспалительные и противошоковые средства. Средства для остановки кровотечения, обработки и перевязки ран.

Практика. Нахождение в аптечке медицинских препаратов. Способ применения. Наложение шин при помощи подручных материалов (доска, лыжа и др.) Остановка кровотечения (наложение жгута при помощи ремня, закрутки с помощью косынки).

Тема 4. Зачет.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

5-й год обучения

4 блок. Строевая подготовка

№ п/п	Раздел	Количество часов:		
		Всего	Теория	Практика
1.	Общие положения	1	1	
2.	Строй и управление ими	1	1	
3.	Обязанности командира перед построением и в строю	2	1	1
4.	Обязанности военнослужащего перед построением и в строю	2	1	1
5.	Строевые приемы и движения без оружия и с оружием	2		2
6.	Строевые приемы и движения без оружия	2		2
7.	Строевые приемы и движения без оружия	2		2
8.	Строевые приемы и движения без оружия	2		2
9.	Строевые приемы и движения с оружия	2		2
10.	Строевые приемы и движения с оружия	2		2
11.	Строевые приемы и движения с оружия	2		2
12.	Строевые приемы и движения с оружия	2		2
13.	Сдача зачета	2		2
	Итого:	24	4	20

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА

Тема 1. Общие положения. 1 час. **Теория.** Понятие о строе.

Тема 2. Строй и управление ими. 1 час. **Теория.** Команды и порядок их подачи.

Тема 3. Обязанности командира перед построением и в строю. 2 часа. **Теория.** Обязанности командира.

Практика. Обязанности командира.

Тема 4. Обязанности военнослужащего перед построением и в строю. 2 часа. **Теория.** Обязанности военнослужащего.

Практика. Обязанности военнослужащего.

Тема 5. Строевые приемы и движения без оружия. 2 часа. **Практика.** Строевая стойка. Повороты на месте. Движение шагом и бегом.

Тема 6. Строевые приемы и движения без оружия. 2 часа. **Практика.** Движение строевым шагом. Повороты в движении.

Тема 7. Строевые приемы и движения без оружия. 2 часа. **Практика.** Выход из строя и возвращение в строй. Подход к начальнику и отход от него.

Тема 8. Строевые приемы и движения без оружия. 2 часа. **Практика.** Отдание воинского приветствия на месте. Отдание воинского приветствия в движении.

Тема 9. Строевые приемы и движения с оружия. 2 часа. **Практика.** Строевая стойка с оружием. Повороты на месте. Выполнение команды «Ремень — отпустить (подтянуть)».

Тема 10. Строевые приемы и движения с оружия. 2 часа. **Практика.** Повороты на месте и в движении с оружием. Выполнение приемов перевода автомата «на грудь» из положения «на ремень».

Тема 11. Строевые приемы и движения с оружия. 2 часа. **Практика.** Выход из строя и возвращение в строй. Строевой и походный шаг с оружием.

Тема 12. Строевые приемы и движения с оружия. 2 часа. **Практика.** Выполнение приема перевода автомата «на ремень» из положения «на грудь».

Тема 13. Зачет по строевой подготовке. 2 часа.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

5-й год обучения

5 блок. Гражданская оборона

№ п/п	Раздел	Количество часов:		
		Всего	Теория	Практика
1.	Современные средства поражения	1	1	
2.	Способы защиты населения от оружия массового поражения	2		2
3.	Радиационная и химическая разведка	2		2
4.	Обеззараживание одежды, обуви, квартиры, домашних вещей и использование индивидуальных медицинских средств	2		2
5.	Способы защиты населения от термоядерного оружия	2		2
6.	Сдача зачета	1		1
	Итого:	10	1	9

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА

Тема 1. Современные средства поражения. 1 час. **Теория.** Характеристика современных средств поражения и способы защиты от них.

Тема 2. Способы защиты населения от оружия массового поражения. 2 часа. **Практика.** Одевание индивидуальных средства защиты органов дыхания и кожи.

Тема 3. Радиационная и химическая разведка. 2 часа. **Практика.** Работа с приборами радиационной и химической разведки.

Тема 4. Обеззараживание одежды, обуви, квартиры, домашних вещей и использование индивидуальных медицинских средств. 2 часа.

Практика. Правила проведения дезактивации, дезинфекции, дегазации, частичной и полной санитарной обработки при применении оружия массового поражения. Правила пользования медицинскими средствами индивидуальной защиты.

Тема 5. Способы защиты населения от современных средств поражения. **Практика.** Правила поведения населения при химическом, радиационном и бактериальном заражении местности

Тема 8. Зачет.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

5-й год обучения

6 блок. Начальная военная подготовка

№ п/п	Раздел	Количество часов:		
		Всего	Теория	Практика
1.	Военная служба	1	1	
2.	Военная служба	2	2	
3.	Факторы выживания	2	2	
4.	Укрытия	2	1	1
5	Передвижение на различной местности	2	1	1
6.	Сдача зачета	1		1
	Итого:	10	7	3

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА

Тема 1. Военная служба. 1 час. **Теория.** Правовые основы военной службы. Международное гуманитарное право. Военная присяга – клятва воина на верность Родин.

Тема 2. Военная служба. 2 час. **Теория.** Прохождение военной службы по призыву и контракту. Увольнение с военной службы и пребывание в запасе. Ответственность военнослужащих.

Тема 3. Факторы выживания. 2 часа. **Теория.** Преодоление боли, жары, жажды, голода, переутомления и т.д.

Тема 4. Укрытия. 2 часа. **Теория.** Организация укрытий в полевых условиях. Выбор укрытия, виды укрытий. Оборудование укрытий в различных климатических поясах.

Тема 5. Передвижение на различной местности. 2 часа. **Теория.** Организация передвижения. Особенности передвижения ночью. Способы передвижения и преодоления различных препятствий.

Практика. Организация передвижения. Особенности передвижения ночью. Способы передвижения и преодоления различных препятствий.

Тема 6. Зачет.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПРОВЕДЕНИЯ ПЯТИДНЕВНЫХ УЧЕБНЫХ СБОРОВ С УЧАЩИМИСЯ 5 ГОДА ОБУЧЕНИЯ

№ п/п	Раздел	Количество часов:		
		Всего	Теория	Практика
1.	1 день Основы подготовки гражданина к военной службе Размещение и быт военнослужащих основы обеспечения безопасности в/с	2	2	
2.	Уставы ВС Суточный наряд обязанности лиц суточного наряда	2	2	
3.	Радиационная, химическая и биологическая защита.	2	1	1
4.	Физическая подготовка Строевая подготовка	2		2
5.	2 день Суточный наряд Организация караульной службы и ее подготовка	2	1	1
6.	Медицинская подготовка	2	1	1

7.	Огневая подготовка	2		2
8.	Строевая подготовка Физическая подготовка	2		2
9.	3 день Оказание первой медицинской помощи Приемы рукопашного боя	2		2
10.	Тактическая подготовка	2		2
11.	Огневая подготовка	2		2
12.	Физическая подготовка Строевая подготовка	2		2
13.	4 день Выполнение заданий по ОМП, радиационной, химической и биолог. защите и т.д.	2		2
14.	Огневая подготовка	2		2
15.	Строевая подготовка	2		2
16.	Физическая подготовка	2		2
17.	5 день Сдача нормативов по огневой подготовке.	2		2
18.	Проведение военизированной эстафеты на местности	2		2
19.	Строевая подготовка	2		2
20.	Физическая подготовка Подведение итогов	2	1	1
	Итого:	40	8	32

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА

Тема 1. Основы подготовки гражданина к военной службе. Размещение и быт военнослужащих основы обеспечения безопасности в/с 2 час. **Теория.** Вводное занятие, перед началом учебных сборов со всеми участниками. Размещение военнослужащих. Распорядок дня

Тема 2. Уставы ВС РФ. Суточный наряд обязанности лиц суточного наряда . 2 час. **Теория.** Просмотр видеофильма по воинским уставам. Суточный наряд воинской части.

Тема 3. Радиационная, химическая и биологическая защита. 2 часа. **Теория.** Приемы и способы индивидуальной защиты. **Практика.** Приемы и способы индивидуальной защиты.

Тема 4. Строевая подготовка. Физическая подготовка. 2 часа. **Практика.** Отработка строевых приемов и движений без оружия. Кросс 1 км.

Тема 5. Суточный наряд. Организация караульной службы и ее подготовка . 2 часа. **Теория.** Подготовка суточного наряда. Обязанности. Наряд караулов, подготовка караулов. Часовой и его обязанности. **Практика.** Подготовка суточного наряда обязанности. Наряд караулов, подготовка караулов. Часовой и его обязанности.

Тема 6. Медицинская подготовка. 2 часа. **Теория.** Просмотр в/ф. Оказание само- и взаимопомощи при ранениях и травмах. **Практика.** Оказание само- и взаимопомощи при ранениях и травмах.

Тема 7. Огневая подготовка. 2 часа. **Практика.** Материальная часть автомата Калашникова работа углов и частей автомата чистка смазка и хранение. Неполная разборка и сборка автомата Калашникова.

Тема 8. Строевая подготовка. Физическая подготовка. 2 часа. **Практика.** Отработка правил воинского приветствия без оружия на месте и в движении. Преодоление полосы препятствий. Сдача нормативов.

Тема 9. Оказание первой медицинской помощи. 2 часа. **Практика.** Оказание само и взаимопомощи при ранениях и травмах. Вынос раненного с поля боя.

Тема 10. Тактическая подготовка. 2 часа. **Практика.** Действие солдата в бою, обязанности солдата в бою, передвижение солдата в бою.

Команды, подаваемые на передвижение в бою и порядок их выполнения. Выбор места для стрельбы, самоокапывание и маскировка.

Тема 11. Огневая подготовка. 2 часа. **Практика.** Способы, правила ведения огня из АК. Меры безопасности при ведении огня. Стрельба из пневматической винтовки.

Тема12. Физическая подготовка. Строевая подготовка. 2 часа. **Практика.** Выполнение упражнений на спортивных снарядах и сдача нормативов. Отработка правил поворотов в движении. Строевой смотр.

Тема 13. Выполнение заданий по ОМП, радиационной, химической и биологической защите и т.д. 2 часа. **Практика.** Отработка практических навыков.

Тема 14. Огневая подготовка. 2 часа. **Практика.** Стрельба из пневматической винтовки.

Тема 15. Строевая подготовка. 2 часа. **Практика.** Отработка индивидуальных строевых приемов. Подготовка отделения к строевому смотру. Строевой смотр.

Тема 16. Физическая подготовка. 2 часа. **Практика.** Выполнение упражнений на спортивных снарядах и сдача нормативов.

Тема 17. Огневая подготовка. 2 часа. **Практика.** Сдача нормативов по стрельбе из пневматической винтовки.

Тема 18. Военизированная эстафета. 2 часа. **Практика.** Преодоление полосы препятствий.

Тема 19. Строевая подготовка. 2 часа. **Практика.** Строевой смотр.

Тема 20. Физическая подготовка. **Теория.** Подведение итогов. **Практика.** Сдача нормативов по физической подготовке.

КАЛЕНДАРНО – ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Раздел, модуль, тема	Количество часов	Дата планируемая	Дата фактическая
1	Теоретические занятия.	2		
2	Пятидневные учебные сборы. 1 день Основы подготовки гражданина к военной службе Размещение и быт военнослужащих основы обеспечения безопасности в/с	2		
3	Уставы ВС Суточный наряд обязанности лиц суточного наряда	2		
4	Радиационная, химическая и биологическая защита.	2		
5	Физическая подготовка Строевая подготовка	2		
6	2 день Суточный наряд Организация караульной службы и ее подготовка	2		
7	Медицинская подготовка	2		
8	Огневая подготовка	2		
9	Строевая подготовка Физическая подготовка	2		
10	3 день Оказание первой медицинской помощи Приемы рукопашного боя	2		
11	Тактическая подготовка	2		
12	Огневая подготовка	2		
13	Физическая подготовка Строевая подготовка	2		
14	4 день Выполнение заданий по ОМП, радиационной, химической и биолог. защите и т.д.	2		
15	Огневая подготовка	2		

16	Строевая подготовка	2		
17	Физическая подготовка	2		
18	5 день Сдача нормативов по огневой подготовке.			
19	Проведение военизированной эстафеты на местности	2		
20	Строевая подготовка	2		
21	Физическая подготовка Подведение итогов	2		
22	Основы знаний Общие положения.	2		
23	Строй и управление ими. Современные средства поражения.	2		
24	Неполна разборка и сборка автомата.	2		
25	Основные упражнения по стрельбе из винтовки сидя за столом с опорой на локоть.	2		
26	Переломы. Травмы головы.	2		
27	Оказание помощи пострадавшим в дорожно-транспортных происшествиях.	2		
28	Обязанности командира перед построением и в строю.			
29	Обязанности военнослужащего перед построением и в строю.	2		
30	Способы защиты населения от оружия массового поражения.	2		
31	Военная служба.	2		
32	Упражнения без предметов различного характера.	2		
33	Упражнения с предметами различного характера.	2		
34	Основные упражнения по стрельбе из винтовки лежа.	2		
35	Строевые приемы и движения без оружия.	2		

36	Строевые приемы и движения без оружия.	2		
37	Факторы выживания.	2		
38	Упражнения на тренажерах.	2		
39	Спортивные игры силовой направленности.	2		
40	Основные упражнения по стрельбе из винтовки стоя.	2		
41	Строевые приемы и движения без оружия.	2		
42	Строевые приемы и движения без оружия.	2		
43	Упражнения с предметами различного характера.	2		
44	Упражнения с предметами различного характера.	2		
45	Основные упражнения по стрельбе из пистолета одной рукой.	2		
46	Строевые приемы и движения с оружия.	2		
47	Упражнения на тренажерах.	2		
48	Спортивные игры силовой направленности.	2		
49	Состав автомобильной аптечки. Оказание первой медицинской помощи с помощью подручных средств. Зачет	2		
50	Строевые приемы и движения с оружия.	2		
51	Радиационная и химическая разведка.	2		
52	Упражнения с предметами различного характера.	2		
53	Упражнения с предметами различного характера.	2		
54	Основные упражнения по стрельбе из пистолета двумя руками.	2		
55	Строевые приемы и движения с оружия.	2		
56	Укрытия.	2		

57	Упражнения на тренажёрах.	2		
58	Спортивные игры силовой направленности.	2		
59	Основные упражнения по стрельбе из винтовки с колена.	2		
60	Военная служба. Сдача зачетов.	2		
61	Строевые приемы и движения с оружия.	2		
62	Сдача зачета.	2		
63	Обеззараживание одежды, обуви, квартиры, домашних вещей и использование индивидуальных медицинских средств.	2		
64	Передвижение на различной местности.	2		
65	Способы защиты населения от термоядерного оружия.	2		
66	Сдача зачета. Сдача зачета.	2		
67	Специальные упражнения для развития двигательных качеств.	2		
68	Упражнения с использованием сопротивления партнера.	2		
69-70	Упражнения с эспандерами, эластичными жгутами. Сдача зачета.	2		