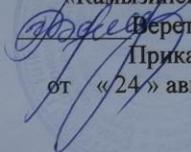


Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Камызинская средняя общеобразовательная школа»

«Согласовано»
Руководитель ШМО
 Бородин А.В.
Протокол №
от « » 2021г.

«Согласовано»
Заместитель директора
школы по УВР
 Флигинских Е.И.
от « 23 » 08.2021 .

«Рассмотрено»
На заседании
педагогического совета
Протокол №_1_ от
«24»_августа_2021г.

«Утверждаю»
Директор МОУ
«Камызинская СОШ»
 Веретенникова И.В.
Приказ №
от « 24 » августа 2021 г

**Рабочая программа
кружка «Патриоты России»
для 7 класса
Бородина Антона Валентиновича**

2021 год

Требования к уровню подготовки обучающихся.

После прохождения программы обучения в кружке воспитанник должен знать:

- историю, традиции, организационную структуру ВС РФ.
- правовые основы военной службы (Законы РФ, Уставы ВС РФ);
- тактическую подготовку
- порядок действий солдата в различных боевых ситуациях.
- инженерные и фортификационные сооружения и заграждения
- топографическую подготовку и способы ориентирования на местности;
- основы туристского многоборья;
- основные средства и способы защиты от поражающих факторов чрезвычайных ситуации;
- правила техники безопасности при обращении с оружием;
- устройство стрелкового оружия.
- правила прицеливания и ведения огня из различных исходных положений;
- даты основных событий, их участников; термины и понятия значительных процессов; результаты и итоги событий отечественной истории;
- правила выживания и поддержания жизнедеятельности в экстремальных условиях.
- порядок определения состояния пострадавших и последовательность оказания им первой (доврачебной) медицинской помощи.

Должен уметь:

- использовать стандартные виды стрелкового вооружения;
- демонстрировать элементы строевой подготовки;
- пользоваться средствами защиты в условиях чрезвычайных ситуаций, выполнять страховку и само страховку;
- оказывать пострадавшим медицинскую и психологическую помощь, владеть приемами их транспортировки;
- перемещаться в условиях завалов, повышенной пересеченной местности, в условиях высокогорья и водных преград, преодолевать препятствия;
- приспособливаться к экстремальным условиям, владеть навыками выживания и поддержания жизнедеятельности; - ориентироваться в сложных условиях;
- переносить физические и морально-психологические нагрузки.
- сопоставлять исторические явления и события; объяснять смысл и значение

важнейших исторических понятий; уметь дискутировать; анализировать исторические источники; самостоятельно давать оценку историческим явлениям; высказывать собственное суждение; читать историческую карту; классифицировать исторические события и явления.

Владеть компетенциями: коммуникативной; информационно-поисковой; рефлексивной; учебно-познавательной.

1. Гражданское воспитание включает:

- формирование активной гражданской позиции, гражданской ответственности, основанной на традиционных культурных, духовных и нравственных ценностях российского общества;
- развитие культуры межнационального общения;
- формирование приверженности идеям интернационализма, дружбы, равенства, взаимопомощи народов;
- воспитание уважительного отношения к национальному достоинству людей, их чувствам, религиозным убеждениям;
- развитие правовой и политической культуры детей, расширение конструктивного участия в принятии решений, затрагивающих их права и интересы, в том числе в различных формах самоорганизации, самоуправления, общественно значимой деятельности;
- развитие в детской среде ответственности, принципов коллективизма и социальной солидарности;
- формирование стабильной системы нравственных и смысловых установок личности, позволяющих противостоять идеологии экстремизма, национализма, ксенофобии, коррупции, дискриминации по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам и другим негативным социальным явлениям;
- разработку и реализацию программ воспитания, способствующих правовой, социальной и культурной адаптации детей, в том числе детей из семей мигрантов.

2. Физическое воспитание, формирование культуры здоровья и эмоционального благополучия включает:

- формирование ответственного отношения к своему здоровью и потребностям в здоровом образе жизни;
- формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания;

развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек;

3. Трудовое воспитание реализуется посредством:

- воспитания уважения к труду и людям труда, трудовым достижениям;
- формирования умений и навыков самообслуживания, потребности трудиться, добросовестного, ответственного и творческого отношения к разным видам трудовой деятельности, включая обучение и выполнение домашних обязанностей;
- развития навыков совместной работы, умения работать самостоятельно, мобилизуя необходимые ресурсы, правильно оценивая

смысл и последствия своих действий;

- содействия профессиональному самоопределению, приобщения к социально значимой деятельности для осмысленного выбора профессии.

4. Патриотическое воспитание предусматривает:

- формирование российской гражданской идентичности;
- формирование патриотизма, чувства гордости за свою Родину, готовности к защите интересов Отечества, ответственности за будущее России на основе развития программ патриотического воспитания детей, в том числе военно- патриотического воспитания;
- формирование умения ориентироваться в современных общественно- политических процессах, происходящих в России и мире, а также осознанную выработку собственной позиции по отношению к ним на основе знания и осмысления истории, духовных ценностей и достижений нашей страны;
- развитие уважения к таким символам государства, как герб, флаг, гимн Российской Федерации, к историческим символам и памятникам Отечества;
- развитие поисковой и краеведческой деятельности, детского познавательного туризма.

5. Духовно-нравственное воспитание осуществляется за счет:

- развития у детей нравственных чувств (чести, долга, справедливости, милосердия и дружелюбия);
- формирования выраженной в поведении нравственной позиции, в том числе способности к сознательному выбору добра;
- развития сопереживания и формирования позитивного отношения к людям, в том числе к лицам с ограниченными возможностями здоровья и инвалидам;
- содействия формированию у детей позитивных жизненных ориентиров и планов;

оказания помощи детям в выработке моделей поведения в различных трудных жизненных ситуациях, в том числе проблемных, стрессовых и конфликтных

Система формы контроля уровня достижений учащихся и критерии оценки.

Результаты занятий в кружке могут быть выделены в рамках следующих форм контроля:

- текущий контроль (беседы с учащимися по изученным теоретическим темам);
- выполнение практических стрельб, сдача нормативов по военной и физической подготовке;
- участие в различных конкурсах и соревнованиях

Содержание курса кружковой деятельности

Название раздела	Краткое содержание	Кол-во часов
Строевая подготовка	<p>Строй, команды и обязанности солдата перед построением и в строю.</p> <p>Выполнение команд: «Становись», «Смирно», «Вольно», «Заправится», «Отставить», «Головные уборы – снять (надеть)».</p> <p>Строевая стойка. Повороты на месте. Строевой и походный шаг.</p> <p>Повороты в движении.</p> <p>Отдание воинской чести на месте и в движении.</p> <p>Выход военнослужащего из строя и подход к начальнику. Возвращение в строй.</p> <p>Тренировка в выполнении строевых приемов без оружия.</p> <p>Строевая стойка с оружием и выполнение приемов с оружием на месте.</p> <p>Повороты и движение с оружием. Отдание воинской чести с оружием на месте и в движении. Выход из строя, подход к начальнику и возвращение в строй с оружием.</p>	18
Огневая подготовка	<p>Краткий экскурс в историю развития стрелкового оружия. Меры безопасности при обращении с оружием и боеприпасами.</p> <p>Назначение и боевые свойства пневматической винтовки и мелкокалиберной винтовки. Принципы работы механизмов пневматического оружия. Устранение основных неисправностей.</p> <p>Неполная разборка и сборка оружия. Отработка нормативов по сборке-разборке оружия. Чистка и смазка.</p> <p>Приведение оружия к нормальному бою.</p> <p>Автомат Калашникова: модификации, история создания. Ручной пулемет Калашникова РПК-74. Назначение, боевые свойства, общее устройство и принцип работы автомата, пулемета.</p> <p>Подготовка АК (РПК) к стрельбе. Возможные задержки и неисправности при стрельбе и способы их устранения. Снаряжение магазина патронами и зарядка автомата.</p> <p>Принадлежности к автомату (РПК). Порядок чистки и смазки оружия и его хранение.</p> <p>Назначение, боевые свойства, общее устройство и принцип действия ручных гранат. Порядок осмотра и подготовки гранат к броску. Меры безопасности при обращении с ручными гранатами.</p> <p>Назначение, боевые свойства, общее устройство принцип работы ПМ. Назначение и общее устройство основных частей и механизмов.</p> <p>Пистолеты, револьверы, пистолеты-пулеметы, автоматы, винтовки и ружья отечественного производства, и</p>	17

	<p>их ТТХ, Специальное оружие. Основные ТТХ и назначение, Общие правила безопасности при обращении с оружием и боеприпасами. Положение оружия, меры безопасности при обращении с ним во время следования на транспортных средствах, несения боевой службы, на занятиях и стрельбах. Правила производства предупредительного выстрела.</p> <p>Порядок осмотра оружия и патронов перед стрельбами. Меры предосторожности при устранении задержки. Правила заряжения и разряжения оружия.</p> <p>Выбор установки прицела, дел и точки прицеливания для стрельбы по неподвижным и появляющимся целям. Определение и учет поправок на отклонение от нормальных (табличных) целей в зависимости от условий стрельбы.</p> <p>Виды движения цели. Выбор установок прицела и точки прицеливания при стрельбе по движущимся целям. Решение огневых задач.</p> <p>Выполнение упражнений учебных стрельб (УУС) из пневматической винтовки. Обучение стрельбе по неподвижной цели днем.</p> <p>Выполнение УУС из лазерного стрелкового комплекса. Стрельба по неподвижным целям с места после передвижения.</p> <p>Выполнение одного УУС из мелкокалиберной винтовки.</p> <p>Выполнение упражнения по метанию ручных гранат.</p>	
Тактическая подготовка	<p>Психологическая подготовка бойца-разведчика</p> <p>Действие подразделений в обороне. Типы инженерных заграждений. Окопы.</p> <p>Действие подразделения при наступлении. Форсирование водных преград. Деблокирование заграждений переднего края противника. Марш и походное охранение.</p> <p>Методы и способы ведения разведки. Способы маскировки. Использование для маскировки свойств местности, растительности, искусственных масок и табельных средств. Маскировочные костюмы и комплекты. Целеуказание. Разведывательные признаки целей (объектов).</p> <p>Наблюдение. Особенности ведения разведки наблюдением в лесу, горах, пустынях, на побережьях зимой и ночью. Организация наблюдательного поста.</p> <p>Отделение в засаде. Налет как способ разведки. Разведка поиском, разведка боем. Действие снайперской группы. Подготовка снайперов. Снятие часовых. Обыск, связывание и конвоирование. Захват автомобиля и другой техники. Специальные способы минирования. Проникновение на охраняемые территории.</p> <p>Скрытое перемещение по местности. Борьба с хищными животными и служебными собаками.</p> <p>Трасология. Определение происхождения следов. Следы техники и пребывания человека. Следовая работа.</p> <p>Действия подразделений в разведке</p> <p>Боевая разведывательная дозорная машина (БРДМ). Боевой разведывательный дозор. Основные задачи БРД.</p> <p>Разведгруппа (РГ) и ее задачи. Способы ведения разведки РГ водной преграды, в населенных пунктах, в горах, при встрече с препятствиями, на марше, в обороне и наступательном бою, в случае преследования, ночью и зимой. Решение ситуационных тактических задач.</p> <p>Создание преград для противника. Вывод из строя материальной базы противника.</p>	22

	Организация внезапных нападений. Засады, Атаки постов и гарнизонов. Источники и способы получения разведданных.	
Физическая подготовка	<p>Разучивание и тренировка в выполнении 1-го комплекса вольных упражнений. Разучивание и тренировка в выполнении упражнений: на перекладине – подтягивание; на брусьях – сгибание и разгибание рук в упоре; в прыжках в длину; тренировка в выполнении упражнений с тяжестями. Совершенствование ранее изученных упражнений на перекладине, брусьях, с тяжестями.</p> <p>Изготовки к бою без оружия. Передвижения в боевой стойке. Приемы самостраховки. Приемы нападения и защиты с автоматом (начальный комплекс приемов рукопашного боя РБ-Н). Приемы нападения и защиты без оружия (начальный комплекс приемов рукопашного боя РБ-Н). Защита при уколе штыком с уходом влево (вправо).</p> <p>Изучение общего контрольного упражнения на единой полосе препятствий по элементам. Изучение техники метания гранат с места и в движении. Тренировка в метании гранат на точность и дальность.</p> <p>Разучивание приемов и действий при выполнении общего контрольного упражнения на единой полосе препятствий. Изучение техники метания гранат стоя с места, в движении, с колена и лежа. Тренировка в метании гранат на точность и дальность.</p> <p>Тренировки в выполнении общего контрольного упражнения на единой полосе препятствий и метании гранаты Ф-1 на дальность.</p> <p>Начальное обучение технике бега. Техника бега на короткие дистанции, старт, финиш. Техника бега на средние и длинные дистанции.</p> <p>Техника бега по пересеченной местности.</p> <p>Тренировка в беге на короткие (60м., 100 м) и средние (1 км) дистанции.</p> <p>Общая физическая подготовка: выполнение силовых упражнений на гимнастических снарядах – подтягивание, подъем переворотом, поднимание ног к перекладине, сгибание и разгибание рук упоре на брусьях; в прыжках в длину; на силовых тренажерах; с тяжестями. Тренировка в беге на 60м., 100 м и 1 км.</p> <p>Проверка по упражнениям физической подготовки: марш-бросок на 5 км или лыжный марш на 5 км; метание гранат Ф-1 на дальность; приемы рукопашного боя с автоматом; передвижение на поле боя.</p> <p>Общая физическая подготовка: выполнение упражнений на гимнастических снарядах, с тяжестями, тренировка в беге на короткие и средние дистанции.</p> <p>Игровые упражнения, способствующие развитию БЫСТРОТЫ</p> <p>Игровые упражнения, способствующие развитию СИЛЫ</p> <p>Игровые упражнения, способствующие развитию ЛОВКОСТИ</p> <p>Игровые упражнения, способствующие развитию ГИБКОСТИ</p>	22
Военная топография	<p>Изображения местности: рисунок, схема, план, аэрофотоснимок.</p> <p>Схема пути. Условные знаки – азбука плана. Масштаб плана.</p> <p>Ориентирование без компаса. Лесные ориентиры.</p> <p>Ориентирование по светилам. Ориентирование в населённых пунктах.</p> <p>Компас из подручных средств.</p>	10

	<p>Горизонт. Стороны горизонта, их определение на местности. Азимут. Ориентирование по компасу. Измерение расстояний на местности. Измерение расстояний на плане. Высота абсолютная и относительная. Горизонтالي. Составление плана местности по описанию Маршрутная съёмка местности. Чтение плана местности. Использование планов в практической деятельности человека. Топографическая карта. Чтение карты.</p>	
Защита от оружия массового поражения (ЗОМП)	<p>Оружие массового поражения. Ядерное оружие и его поражающие факторы. Химическое оружие и его классификация. Бактериологическое оружие и его классификация. Обычные средства массового поражения. Новое оружие. Средства индивидуальной защиты: классификация, назначение, порядок применения. Средства коллективной защиты: классификация, назначение, порядок использования.</p>	10
Медицинская подготовка	<p>Первая медицинская помощь при ранениях и кровотечениях. Понятие о ране, классификация ран. Виды кровотечений. Использование табельных и подручных средств для остановки кровотечения. Наложение повязок при различных ранениях: в голову, грудную клетку, верхние и нижние конечности. Первая медицинская помощь при переломах костей, вывихах и ушибах. Использование подручных материалов на поле боя для иммобилизации переломов костей. Признаки клинической и биологической смерти. Техника проведения искусственной вентиляции легких и непрямого массажа сердца. Оказание первой медицинской помощи при ожогах и отморожениях. Ожоги, причины возникновения, признаки и классификация. Отморожения, переохлаждения, ознобления и замерзание: причины, признаки, классификация. Первая помощь при утоплении, солнечном и тепловом ударе. Оказание первой медицинской помощи при отравлении техническими жидкостями и поражении электрическим током. Меры безопасности при работе с ядовитыми жидкостями и электрическим током. Первая помощь при радиационных поражениях, поражениях отравляющими и сильнодействующими ядовитыми веществами. Табельные средства индивидуального медицинского оснащения личного состава: аптечка индивидуальная (АИ-1М и АИР-3), аптечка войсковая (АВ), пакет перевязочный индивидуальный (ППИ и АВ-3), пакет противохимический индивидуальный (ИПП-10 и ИПП-11). Предназначение, порядок и правила пользования. Приемы и способы переноски раненных с помощью подручным материалов. Эвакуация раненных с учетом характера ранения и вида транспорта.</p>	10
Страницы военной	История Вооруженных Сил России.	10

<p>истории России</p>	<p>Дни воинской славы России – дни славных побед. Великие полководцы и флотоводцы. Боевые традиции ВС РФ. Ритуалы ВС РФ.</p>	
<p>Общевоинские уставы ВС РФ</p>	<p>Государственная символика РФ и РТ. Символика ВС РФ. Символика кружка История уставов России. Устав внутренней службы ВС РФ. Устав гарнизонной и караульной службы ВС РФ. Дисциплинарный устав ВС РФ. Строевой устав ВС РФ. Военная присяга: история, ее значение в современной армии. Боевой устав ВС РФ</p>	<p>10</p>

Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Название разделов	Тема занятий	Кол-во часов	Основные формы организации учебных занятий	Основные виды учебной деятельности обучающихся	Дата проведения	
						План	Факт
I. Строевая подготовка. 18 ч.							
1	Одиночная строевая подготовка	Строй, команды и обязанности солдата перед построением и в строю.	1	Теоретический	Беседа	1.09	
2		Выполнение команд: «Становись», «Смирно», «Вольно», «Заправится», «Отставить», «Головные уборы – снять (надеть)».	1	Практический	Тренировка	3.09	
3		Строевая стойка. Повороты на месте. Строевой и походный шаг.	1	Практический	Тренировка	6.09	
4		Повороты в движении.	1	Практический	Тренировка	8.09	
5		Отдание воинской чести на месте и в движении.	1	Практический	Тренировка	10.09	
6		Выход военнослужащего из строя и подход к начальнику. Возвращение в строй.	1	Практический	Тренировка	13.09	
7		Строевая стойка с оружием и выполнение приемов с оружием на месте.	1	Практический	Тренировка	15.09	
8		Отдание воинской чести с оружием на месте и в движении.	1	Практический	Тренировка	17.09	
9		Повороты и движение с оружием.	1	Практический	Тренировка	20.09	
10		Выход из строя, подход к начальнику и возвращение в строй с оружием.	1	Практический	Тренировка	22.09	
11	Строевая подготовка в	Строй отделения, взвода	1	Практический	Тренировка	24.09	
12		Строевой шаг. Повороты на месте и в	1	Практический	Тренировка	27.09	

	составе отделения, взвода	движении					
13		Перестроения в строю на месте и в движении	1	Практический	Тренировка	29.09	
14		Ответ на приветствие. Отдание чести на месте и в движении	1	Практический	Тренировка	1.10	
15		Размыкание и смыкание строя	1	Практический	Тренировка	4.10	
16		Парадный расчет. Движение в парадном строю	1	Практический	Тренировка	6.10	
17		Тренировка в выполнении строевых приемов	1	Практический	Тренировка	8.10	
18		Зачет по строевой подготовке	1	Практический	Контрольное занятие	11.10	
II. Огневая подготовка. 16 ч.							
1		Краткий экскурс в историю развития стрелкового оружия. Меры безопасности при обращении с оружием и боеприпасами.	1	Теоретический	Экскурсия	13.10	
2		Вооружение и боевая техника ВС РФ	1	Теоретический	Экскурсия	15.10	
3	Пневматическая винтовка	Назначение и боевые свойства пневматической винтовки. Принципы работы механизмов пневматического оружия. Устранение основных неисправностей.	1	Теоретический	Беседа-показ	18.10	
4-5		Выполнение упражнений учебных стрельб (УУС) из пневматической винтовки. Обучение стрельбе по неподвижной цели днем.	2	Практический	Тренировка	20.10 22.10	
6		Автомат Калашникова: модификации, история создания. Ручной пулемет Калашникова РПК-74. Назначение, боевые свойства, общее устройство и принцип работы автомата, пулемета.	1	Теоретический	Беседа-показ	25.10	
7-8		Неполная разборка и сборка оружия. Отработка нормативов по сборке-разборке оружия. Чистка и смазка. Приведение оружия к нормальному бою.	2	Практический	Тренировка	27.10 29.10	
9		Принадлежности к автомату (РПК). Порядок чистки и смазки оружия и его хранение.	1	Практический	Тренировка	8.11	
10		Подготовка АК (РПК) к стрельбе. Возможные задержки и неисправности при стрельбе и	1	Практический	Тренировка	10.11	

		способы их устранения. Снаряжение магазина патронами и зарядание автомата.					
11		Выбор установки прицела, дели и точки прицеливания для стрельбы по неподвижным и появляющимся целям. Определение и учет поправок на отклонение от нормальных (табличных) целей в зависимости от условий стрельбы. Виды движения цели. Выбор установок прицела и точки прицеливания при стрельбе по движущимся целям. Решение огневых задач.	1	Теоретический	Беседа-показ	12.11	
12	Ручные гранаты	Назначение, боевые свойства, общее устройство и принцип действия ручных гранат. Порядок осмотра и подготовки гранат к броску. Меры безопасности при обращении с ручными гранатами.	1	Теоретический	Беседа-показ	15.11	
13-14		Выполнение упражнения по метанию ручных гранат.	2	Практический	Тренировка	17.11 19.11	
15	Пистолет ПМ	Назначение, боевые свойства, общее устройство принцип работы ПМ. Назначение и общее устройство основных частей и механизмов.	1	Теоретический	Беседа-показ	22.11	
16		Зачет по огневой подготовке	1	Практический	Контрольное занятие	24.11	
III. Тактическая подготовка. 18 ч.							
1-2	Общевойсковой бой. Виды, действия солдата, подразделения в бою.	Действие подразделений в обороне. Типы инженерных заграждений. Окопы.	2	Теоретический	Беседа-показ	26.11 29.11	
3-4		Действие подразделения при наступлении. Форсирование водных преград. Деблокирование заграждений переднего края противника.	2	Практический	Тренировка	1.12 3.12	
5-6		Марш и походное охранение. Отделение (взвод) на марше	2	Практический	Тренировка	6.12 8.12	
7-8	Солдат, отделение, взвод в разведке	Методы и способы ведения разведки. Способы маскировки. Использование для маскировки свойств местности, растительности, искусственных масок и табельных средств.	2	Практический	Тренировка	10.12 13.12	

		Маскировочные костюмы и комплекты. Целеуказание. Разведывательные признаки целей (объектов).					
9-10		Наблюдение. Особенности ведения разведки наблюдением в лесу, горах, пустынях, на побережьях зимой и ночью. Организация наблюдательного поста.	2	Практический	Тренировка	15.12 17.12	
11		Психологическая подготовка бойца-разведчика.	1	Практический	Тренировка	20.12	
12-13	Разведка как один из видов боя.	Отделение в засаде. Налет как способ разведки. Снятие часовых. Обыск, связывание и конвоирование. Захват автомобиля и другой техники. Специальные способы минирования. Проникновение на охраняемые территории, Скрытое перемещение по местности. Борьба с хищными животными и служебными собаками.	2	Практический	Тренировка	22.12 24.12	
14		Разведка поиском, разведка боем. Действие снайперской группы. Подготовка снайперов.	1	Практический	Тренировка	10.01	
15		Трасология. Определение происхождения следов. Следы техники и пребывания человека. Следовая работа.	1	Практический	Тренировка	12.01	
16-17		Боевая разведывательная дозорная машина (БРДМ). Боевой разведывательный дозор. Основные задачи БРД. Разведгруппа (РГ) и ее задачи. Способы ведения разведки РГ водной преграды, в населенных пунктах, в горах, при встрече с препятствиями, на марше, в обороне и наступательном бою, в случае преследования, ночью и зимой. Решение ситуационных тактических задач.	2	Практический	Тренировка	14.01 17.01	
18		Создание преград для противника. Вывод из строя материальной базы противника. Организация внезапных нападений. Засады, Атаки постов и гарнизонов. Источники и способы получения разведанных.	1	Практический	Тренировка	19.01	

IV. Физическая подготовка. 11ч.

1-2	Общефизическая подготовка (ОФП)	Разучивание и тренировка в выполнении 1-го комплекса вольных упражнений. Разучивание и тренировка в выполнении упражнений: на перекладине – подтягивание; на брусьях – сгибание и разгибание рук в упоре; в прыжках в длину; тренировка в выполнении упражнений с тяжестями.	2	Практический	Тренировка	21.01 24.01	
3-4		Общая физическая подготовка: выполнение силовых упражнений на гимнастических снарядах – подтягивание, подъем переворотом, поднимание ног к перекладине, сгибание и разгибание рук упоре на брусьях; в прыжках в длину; на силовых тренажерах; с тяжестями. Тренировка в беге на 60м., 100 м и 1 км.	2	Практический	Тренировка	26.01 28.01	
5-6	Основы рукопашного боя (ОРБ)	Изготовки к бою без оружия. Передвижения в боевой стойке. Приемы самообороны.	2	Практический	Тренировка	31.01 2.02	
7-8		Приемы нападения и защиты без оружия (начальный комплекс приемов рукопашного боя РБ-Н).	2	Практический	Тренировка	4.02 7.02	
9-10-11		Приемы нападения и защиты с автоматом (начальный комплекс приемов рукопашного боя РБ-Н).	3	Практический	Тренировка	9.02 11.02 14.02	
12-13	Беговая подготовка	Начальное обучение технике бега. Техника бега на короткие дистанции, старт, финиш. Техника бега на средние и длинные дистанции. Техника бега по пересеченной местности. Тренировка в беге на короткие (60м., 100 м) и средние (1 км) дистанции.	2	Практический	Тренировка	16.02 18.02	
14-15	Общевойсковая полоса препятствий	Изучение общего контрольного упражнения на единой полосе препятствий по элементам. Разучивание приемов и действий при выполнении общего контрольного упражнения на единой полосе препятствий.	2	Практический	Тренировка	21.02	
16-17		Тренировки в выполнении общего контрольного упражнения на единой полосе препятствий	2	Практический	Тренировка	25.02 28.02	

18-19	Спортивные игры	Волейбол (баскетбол, футбол, настольный теннис)	2	Практический	Игра	2.03 4.03	
20-21-22	Контрольное занятие	Проверка по упражнениям физической подготовки: подтягивание на перекладине, бег 60м. и 100м., кросс 1000м., марш-бросок на 5 км., лыжный марш на 5 км; метание гранат Ф-1 на дальность; приемы рукопашного боя с автоматом; передвижение на поле боя.	3	Практический	Контрольное занятие	9.03 11.03	
V. Военная топография. 8 ч.							
1-2	Работа с картой	Изображения местности: рисунок, схема, план, аэрофотоснимок. Схема пути. Условные знаки – азбука плана. Масштаб плана.	2	Практический	Тренировка	14.03 16.03	
3		Ориентирование без компаса. Лесные ориентиры. Ориентирование по светилам. Ориентирование в населённых пунктах.	1	Практический	Тренировка	18.03	
4		Горизонт. Стороны горизонта, их определение на местности. Азимут. Ориентирование по компасу.	1	Практический	Тренировка	21.03	
5		Измерение расстояний на местности. Измерение расстояний на плане.	1	Практический	Тренировка	23.03	
6		Высота абсолютная и относительная. Горизонтالي. Составление плана местности по описанию	1	Практический	Тренировка	25.03	
7		Маршрутная съёмка местности. Чтение плана местности.	1	Практический	Тренировка	4.04	
8		Использование планов в практической деятельности человека. Топографическая карта. Чтение карты.	1	Практический	Тренировка	6.04	
VI. Защита от оружия массового поражения (ЗОМП). 8 ч.							
1	Оружие массового поражения.	Оружие массового поражения.	1	Теоретический	Беседа с просмотром в/ф	8.04	
2	Виды и поражающие факторы ОМП.	Обычные средства массового поражения. Новое оружие.	1	Теоретический	Беседа с просмотром в/ф	11.04	
3		Ядерное оружие и его поражающие факторы.	1	Теоретический	Беседа с	13.04	

					просмотром в/ф		
4		Химическое оружие и его классификация.	1	Теоретический	Беседа с просмотром в/ф	15.04	
5		Бактериологическое оружие и его классификация.	1	Теоретический	Беседа с просмотром в/ф	18.04	
6-7	Средства защиты от ОМП	Средства индивидуальной защиты: классификация, назначение, порядок применения.	2	Практический	Тренировка	20.04 22.04	
8		Средства коллективной защиты: классификация, назначение, порядок использования.	1	Практический	Тренировка	25.04	

VII. Медицинская подготовка. 6 ч.

1	Порядок оказания первой медицинской помощи	Первая медицинская помощь при ранениях и кровотечениях. Понятие о ране, классификация ран. Виды кровотечений. Использование табельных и подручных средств для остановки кровотечения. Наложение повязок при различных ранениях: в голову, грудную клетку, верхние и нижние конечности.	1	Практический	Тренировка	27.04	
2		Первая медицинская помощь при переломах костей, вывихах и ушибах. Использование подручных материалов на поле боя для иммобилизации переломов костей.	1	Практический	Тренировка	29.04	
3		Первая помощь при утоплении, солнечном и тепловом ударе. Оказание первой медицинской помощи при отравлении техническими жидкостями и поражении электрическим током. Меры безопасности при работе с ядовитыми жидкостями и электрическим током.	1	Практический	Тренировка	4.05	
4		Признаки клинической и биологической смерти. Техника проведения искусственной вентиляции легких и непрямого массажа	1	Практический	Тренировка		

		сердца. Оказание первой медицинской помощи при ожогах и отморожениях. Ожоги, причины возникновения, признаки и классификация. Отморожения, переохлаждения, ознобления и замерзание: причины, признаки, классификация.					
5		Первая помощь при радиационных поражениях, поражениях отравляющими и сильнодействующими ядовитыми веществами.	1	Практический	Тренировка	6.05	
6		Приемы и способы переноски раненных с помощью подручным материалов. Эвакуация раненных с учетом характера ранения и вида транспорта.	1	Практический	Тренировка		
VIII. Страницы военной истории России. 4 ч.							
1	Военная история России	История Вооруженных Сил России.	1	Теоретический	Беседа с просмотром в/ф	11.05	
2		Дни воинской славы России – дни славных побед.	1	Теоретический	Беседа с просмотром в/ф	13.05	
3		Боевые традиции ВС РФ.	1	Теоретический	Беседа с просмотром в/ф	16.05	
4	Боевые традиции ВС РФ	Великие полководцы и флотоводцы.	1	Теоретический	Беседа с просмотром в/ф	18.05	
IX. Общевоинские уставы. 3 ч.							
1	Общевоинские уставы ВС РФ	Устав внутренней службы ВС РФ.	1	Теоретический	Беседа	20.05	
2		Устав гарнизонной и караульной службы ВС РФ.	1	Теоретический	Беседа	23.05	
3		Дисциплинарный устав ВС РФ. Строевой устав ВС РФ.	1	Теоретический	Беседа	25.05	

ПРИЛОЖЕНИЕ

ОЦЕНОЧНЫЕ ПОКАЗАТЕЛИ ВОСПИТАННИКОВ КРУЖКА

Нормативы по физподготовке

класс	Контрольные упражнения	ПОКАЗАТЕЛИ						
		Мальчики			Девочки			
		Учащиеся	Оценка	“5”	“4”	“3”	“5”	“4”
11	Челночный бег 4х9 м, сек		9,4	9,9	10,4	9,8	10,2	11,0
11	Бег 30 м, секунд		4,6	4,9	5,3	5,0	5,5	5,9
11	Бег 1000 м - юноши, сек 500м - девушки, сек		3,40	4,10	4,40	2,05	2,20	2,55
11	Бег 60 м, секунд		8,5	9,2	10,0	9,4	10,0	10,5
11	Бег 2000 м, мин		8,20	9,20	9,45	10,00	11,20	12,05
11	Прыжки в длину с места		210	200	180	180	170	155
11	Подтягивание на высокой перекладине		11	9	6			
11	Сгибание и разгибание рук в упоре		32	27	22	20	15	10
11	Наклоны вперед из положения сидя		13	11	6	20	15	13
11	Подъем туловища за 1 мин. из положения лежа		50	45	40	40	35	26
11	Бег на лыжах 1 км, мин		4,3	4,50	5,20	5,45	6,15	7,00
11	Бег на лыжах 2 км, мин		10,20	10,40	11,10	12,00	12,45	13,30
11	Бег на лыжах 3 км, мин		15,30	16,00	17,00	19,00	20,00	21,30
11	Бег на лыжах 5 км, мин					Без учета времени		
11	Прыжок на скакалке, 25 сек, раз		58	56	54	66	64	62

**КОНТРОЛЬНЫЕ НОРМАТИВЫ
по прикладной физической подготовке**

Норматив	Условия выполнения норматива	«5»	«4»	«3»	«2»
Подтягивание на перекладине	Выполняется из виса на прямых руках хватом сверху, при подтягивании подбородок должен быть выше перекладины, допускается сгибание и разведение ног.	12 раз	9 раз	7 раз	Менее 7 раз
Подъём переворотом	Те же	5 раз	3 раза	1 раз	0
Скоростно-силовой индекс 1	Выполнение максимального количества упражнений в течение 1,5 минут: 30 секунд – подтягивания + 30 секунд - поднятие туловища + 30 секунд - отжимания.	65 раз	55 раз	45 раз	Менее 45 раз
Скоростно-силовой индекс 2	Отжимания от пола в течение 30 сек., каждый повтор с другой стороны гимнастической скамейки	18 раз	15 раз	12 раз	Менее 12 раз
Отжимания на параллельных брусьях	Выполняется из положения в упоре на брусьях на прямых руках, ноги вместе. Руки сгибаются до прямого угла.	14 раз	10 раз	7 раз	Менее 7 раз
Бег на 3000 м	Проводится на любой местности с общего или отдельного старта.	12 мин. 00 сек.	13 мин. 30 сек.	14 мин. 25 сек.	Более 14 м. 25с.
Преодоление полосы препятствий	В соответствии с условиями выполнения упражнений на единой полосе препятствий.	1 мин. 30 сек.	1 мин. 40 сек.	1 мин. 55 сек.	Более 1 м. 55с.

Приёмы рукопашного боя	Выполняется 3 приёма из различных групп, назначенных руководителем.	Приём проведён быстро, уверенно и доведён до завершения.	Не все приёмы проведены в соответствии с описанием или не доведены до завершения	Правильно выполнен только 1 приём	Все 3 приёма выполнены не правильно
Бег на 100 м	С низкого старта.	13.6 сек.	14.8 сек.	15.0 сек.	Более 15 сек.
Метание гранаты на дальность	Масса гранаты 700 г. Выполняется с места или разбега в коридор шириной 10 м.	40 м	35 м	32 м	Менее 32 м
Метание гранаты в цель	Цель-габарит танка, разбитый в глубину на 3 части по 2,5 м. Гранаты -3. дальность до цели-15-20 м. 1 бросок - из положения стоя из окопа и 2 броска после короткой пробежки из положения лёжа.	Попадание в центральную часть габарита	Попадание в дальнюю часть габарита	Попадание в ближнюю часть габарита	Непопадание в цель
Стрельба из пневматической винтовки	Цель-круг диаметром 46 мм. Расстояние-5-10 м. Количество патронов-3+3. Стрельба из положения лёжа или сидя с упора.	3 попадания	2 попадания	1 попадание	0

Контрольные нормативы по боевой подготовке

№ п/п	Наименование норматива	Условия выполнения норматива	Оценка		
			«5»	«4»	«3»
1	Выносливость Бег 3000м.	Проводится на любой местности с общего или раздельного старта. Форма одежды спортивная.	12мин. 45сек.	13мин. 10сек.	14мин.
2	Сила Подтягивание на высокой перекладине	Выполняется из виса на прямых руках хватом сверху. При подтягивании подбородок должен быть выше перекладины. Форма одежды спортивная	11 раз	9 раз	6 раз
3	Быстрота Бег 100м	Форма одежды спортивная. Старт низкий.	14,5сек	15,6сек.	16,2сек.
4	Челночный бег 10х10м	Выполняется в спортивном зале. Форма спортивная.	28сек.	29сек.	31сек.

5	Метание гранаты на дальность	Выполняется с места или с разбега в коридор шириной 10м., выполняется гранатой Ф – 1 (700гр)	40м.	35м.	32м.
6	Лыжная гонка (марш-бросок), марш-бросок 10км.	Проводится на любой местности с общего или раздельного старта. Форма одежды спортивная с макетами автоматов и противогазами.	Без учета времени		
7	Неполная разборка автомата	Автомат на столе. Обучаемый находится у оружия. По команде приступает к разборке.	13сек.	14сек.	17сек.
8	Сборка автомата после неполной разборки	Сборка автомата проводится в обратной последовательности.	23сек.	25сек.	30сек.
9	Надевание противогаза ГП – 5	Противогазы находятся в походном положении. Надевают по команде «Газы!». Каждая ошибка снижает оценку на один балл.	8сек.	9сек.	10сек.
10	Надевание противогаза на пораженного	Обучаемый в противогазе находится около пораженного со стороны головы. По команде одевает противогаз на пораженного.	15сек.	16сек.	17сек.
11	Надевание респиратора Р – 2	Респираторы находятся у обучаемых в походном положении. По команде «Респираторы – надеть!» - выполняют норматив.	8сек.	9сек.	10сек.
12	Надевание ОЗК («Плащ в рукава») и противогаза.	Средства защиты находятся в походном положении. По команде «Плащ в рукава, чулки, перчатки – надеть, газы!» выполняют в последовательности норматив.	3мин. 30сек.	4мин.	4мин. 30сек.