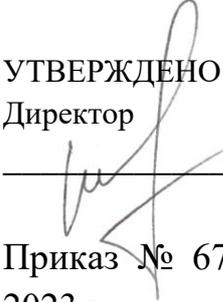


МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования Кировской области
Департамент образования администрации города Кирова
МБОУ "СОШ с УИОП № 66" города Кирова

УТВЕРЖДЕНО

Директор


Шустов С.М.
Приказ № 674 от «01» 09
2023 г.

**Дополнительная общеобразовательная программа
внеурочной деятельности «Готов к труду и обороне»**

Направленность программы: физкультурно-спортивная

Возраст детей: 10 класс

Срок реализации программы: 1 год



Киров, 2023 г.

Оглавление

Оглавление	2
Пояснительная записка	3
Учебно-тематический план	6
Содержание программы.....	7
Оценочные материалы	11
Материально-техническое обеспечение.....	15
Список рекомендуемой литературы:.....	16
Календарно-тематическое планирование	17

Пояснительная записка

Данная программа является модифицированной, разработана на основе авторской программы «Честь и мужество», автор - А.Л. Кофман, педагог дополнительного образования отдела оборонно-массовой работы и технических видов спорта МГДДЮТ (Кофман А.Л. Программа дополнительного образования «Честь и мужество» // Сборник «Программы дополнительного образования детей». - М., 2006.); модифицированной программы «Ратоборец» Дополнительная общеобразовательная программа разработана в соответствии с **нормативными документами:**

1. Конвенция о правах ребенка.
2. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 273-Ф.
3. Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018г. №196).
4. СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей» от 04.07.2014 №41).
5. Концепция развития дополнительного образования от 4 октября 2014 года № 1726-р
6. Устав МБОУ «СОШ с УИОП № 66» города Кирова.
7. Правила внутреннего распорядка для учащихся МБОУ «СОШ с УИОП № 66» города Кирова.

Актуальность программы заключается в том, что патриотического воспитания и гражданское становление подрастающего поколения сегодня одна из актуальных задач государства и общества. В Национальной доктрине образования в Российской Федерации определена не только государственная политика в области образования, но и дан социальный заказ государства на воспитание человека с активной жизненной позицией, трудолюбивого и высоконравственного, патриота своей Родины, уважающего права и свободы личности, традиции и культуру других народов, проявляющего национальную и религиозную терпимость. Изменения военно-политической обстановки в мире требуют укрепления экономической мощи Отечества, повышения его обороноспособности, отлаженной работы всей системы патриотического воспитания подрастающего поколения, подготовки его к защите Родины. Обществу нужны здоровые,

мужественные, смелые, инициативные, дисциплинированные, грамотные люди, которые были бы готовы работать и учиться на его благо. Поэтому особое место в воспитании подрастающего поколения отводится воспитанию патриотизма, чувства любви к Родине. Патриотизм – система ценностей, которыми располагает человек и общество; важнейший духовно-нравственный фактор сохранения общественной стабильности, независимости и безопасности государства. В настоящее время в нашей стране возрождается система патриотического воспитания детей и подростков, в котором наряду с традиционными задачами подготовки подрастающего поколения к военной службе, появилась необходимость ориентировать ребят на выбор профессии спасателя, социального работника, пожарного, сотрудника правоохранительных органов.

Программа предусматривает применение в образовательном процессе современных педагогических технологий, способствующих сохранению здоровья учащихся, активизации познавательной деятельности, креативности мышления, формирования личностных качеств.

Педагогическая целесообразность программы заключается в том, что патриотическое воспитание представляет собой организованный и непрерывный процесс педагогического воздействия на сознание, чувства, волю, психику и физическое развитие подростков с целью формирования у них высоконравственных принципов, выработки определенных норм поведения, должной физической и военно-профессиональной готовности к защите Отечества. Она позволяет усилить ориентацию подростка на развитие его интересов и способностей в выбранной деятельности, приобретении знаний и практических навыков, необходимых при прохождении службы и опыта вхождения в коллектив, межличностных отношений и коллективной деятельности. Программа ориентирована на обучение, воспитание и развитие каждого юноши с учетом индивидуальных (возрастных, психологических, интеллектуальных и других) особенностей, личностных склонностей путем создания благоприятных условий, для умственного, нравственного, патриотического и физического развития личности.

Программа рассчитана на детей и подростков в возрасте 15-17 лет т.е. учащиеся 10 класса.

Срок реализации программы:

Программа рассчитана на 1 год обучения:

Режим занятий:

1 раз в неделю по 1 часу.

ЦЕЛЬ: создание условий, способствующих патриотическому, физическому, интеллектуальному и духовному развитию личности юного гражданина России. Приобретение обучающимися дополнительных знаний и умений в области географии, начальной военной подготовки, физической культуры и спорта.

ЗАДАЧИ:

Обучающие:

1. Подготовка к учебным сборам по основам военной службы.
2. Теоретическое и практическое обучение пулевой стрельбе.
3. Изучение правил обращения и ухода за оружием, технике безопасности при стрельбах.
4. Освоение учащимися знаний о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера
5. Обучить выполнять строевые приемы без оружия и с оружием;
6. Обучение навыкам оказания первой помощи;
7. Изучение истории Вооруженных сил России, символами воинской чести, законами о воинской обязанности.
8. Подготовка к сдаче норм гто.

Воспитательные:

1. Содействовать воспитанию гражданственности, патриотизма и любви к Родине.
2. Содействовать воспитанию бережного отношения к героическому прошлому нашего народа, землякам.
3. Способствовать созданию условий для самовыражения обучающихся, их творческой активности.

Развивающие:

1. Способствовать развитию целеустремленности, решительности, внимательности и самостоятельности.
2. Способствовать развитию морально-психологических и физических качеств личности, необходимых для прохождения военной службы.

3. Содействовать созданию условий для развития умений работать в коллективе, в группе;

4. Содействовать развитию интереса к общественной жизни, к культуре и истории России.

5. Содействовать физическому развитию учащихся, пропаганде здорового образа жизни.

Формы организации познавательной деятельности: индивидуальная, групповая, фронтальная.

Методы обучения: объяснительно-иллюстративный, репродуктивный, частично-поисковый.

В ходе реализации программы, обучающиеся приобретут теоретические знания по основным разделам программы, получают практические умения и навыки по общей физической, начальной военной подготовке, овладеют приёмами самозащиты, научатся методам выживания в экстремальных ситуациях, ориентироваться на местности, овладеют приёмами стрельбы из различных типов оружия, смогут оказать первую помощь в различных ситуациях.

У воспитанников объединения будут развиты физические возможности, активность, самостоятельность, умения проявлять волевые качества в различных экстремальных ситуациях, работать в коллективе. В совместных мероприятиях обучающиеся познают чувство товарищества, гордости за своё объединение, за дело, которым занимаются.

Формами подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы являются: соревнования «Полоса выживания», «Школа безопасности», по спортивному ориентированию и пулевой стрельбе, сдача нормативов ГТО.

Учебно-тематический план

Задачи:

-Изучить историю Вооруженных Сил России на современном этапе;

-изучить уставы Вооруженных сил Российской Федерации;

-изучить основные права и обязанности граждан России, федеральные законы о воинской обязанности и военной службе;

- изучить тактические приемы практические действия солдата и отделения на поле боя;
- способствовать воспитанию чувства ответственности за соблюдение законности и правопорядка;
- продолжить совершенствование навыков навыков стрельбы в различных упражнениях;
- изучить тактические приемы практические действия солдата и отделения на поле боя;
- совершенствовать навыки быстроты и четкости действий;
- подготовить к сдаче норм гто.

№	Название раздела	Всего часов	Теория	Практика
1.	Вводное занятие	1	1	
2.	Туристская подготовка и ориентирование.	5	3	2
3.	Огневая подготовка	5	2	3
4.	Радиационная, химическая и биологическая защита (РХБЗ)	2	1	1
5.	История Вооруженных Сил России	8	7	1
6.	Тактическая подготовка	2		2
7.	Первая помощь	2	1	1
8.	Общая и специальная физическая подготовка	8	1	7
9.	Итоговое занятие	1		1
	ИТОГО:	34	16	18

Содержание программы

Тема 1. Вводное занятие, техника безопасности

Теоретические занятия.

Основные задачи на учебный год. Техника безопасности.

Тема 2. Туристская подготовка и ориентирование.

Теоретические занятия.

Подготовка снаряжения к походу. Типы костров, разведение и заготовка дров. Сооружение временных укрытий. Организация питания в 2-3 дневном походе.

Составление меню, списка продуктов. Туристская полоса препятствий, правила прохождения. Международные сигналы бедствия. Способы добывания огня. Добывание пищи и воды. Способы обеззараживания воды. Способы ориентирования на местности.

Практические занятия.

Определение азимута на предмет и по карте. Составление схемы движения по азимуту.

Тема 3. Огневая подготовка

Теоретические занятия.

Меры безопасности при проведении стрельбы. Устройство пневматической винтовки и назначение механизмов. Устройство автомата Калашникова и назначение механизмов. Порядок неполной разборки автомата Калашникова. Теоретические основы стрельбы. Приемы и способы стрельбы.

Практические занятия

Упражнения в изготовке к стрельбе стоя с опорой и без опоры. Тренировка без выстрела. Тренировка без выстрела, стрельба по белому листу, стрельба на кучность, стрельба на результат по нормативу ГТО.

Тема 4. Радиационная, химическая и биологическая защита (РХБЗ)

Теоретические занятия.

Современные средства поражения и их поражающие факторы. Приборы ВПХР, ДП-5. Первая помощь при радиационных поражениях, поражениях отравляющими и сильнодействующими ядовитыми веществами.

Практические занятия

Отработка нормативов по одеванию ОЗК в виде плаща и комбинезона.

Тема 5. История Вооруженных Сил России

Теоретические занятия.

История и традиции Вооруженных Сил Российской Федерации, символы воинской чести. Структура Вооруженных сил РФ. Техника и вооружение Сухопутных войск РФ. Воинская обязанность. Уставы Вооруженных Сил Российской Федерации. Дни воинской славы. Военная присяга – клятва на верность Родине. Воинские звания и знаки различия. Размещение и быт военнослужащих. Суточный наряд, обязанности лиц суточного наряда. Организация караульной службы, обязанности часового.

Практические занятия

Определение воинских званий.

Тема 6. Тактическая подготовка

Теоретические занятия.

Способы передвижения солдата в бою. Методы преодоления естественных препятствий. Методы передвижения в особых условиях. Действия солдата в наступлении. Действия солдата в обороне. Действия солдата, назначенного наблюдателем.

Практические занятия

Оборудование окопа для стрельбы лежа.

Тема 7. Первая помощь

Теоретические занятия.

Перечень состояний требующий оказания первой помощи. Правила проведения сердечно-лёгочной реанимации. Первая помощь при травмах опорно-двигательного аппарата.

Практические занятия

Наложение кровоостанавливающего жгута и повязок.

Тема 8. Общая и специальная физическая подготовка.

Теоретические занятия.

Значение общей и специальной физической подготовки. Антропометрические данные. Нормы ГТО 5 ступени.

Практические занятия.

Выполнение строевых приемов без оружия. Развитие общей выносливости, силы, силовой выносливости, ловкости, гибкости, координации движений тела. Развитие устойчивости позы тела при стрельбе из различных положений, статической выносливости, высокой точности, быстроты и координации движений частей тела при стрельбе. Упражнения на расслабление различных групп мышц. На развитие координации и точности движений. Упражнения на формирование правильной осанки. Подвижные игры.

Тема 9 Итоговое занятие.

Сдача контрольных нормативов: бег 60 м, подтягивание, неполная разборка и сборка АК.

Ожидаемые результаты и способы их проверки

К концу обучения, воспитанники должны выполнить нормативы ГТО соответствующей ступени.

Должны знать:

-Уставы Вооруженных сил Российской Федерации;

- права и обязанности по воинскому учету;
- структуру, предназначение, вооружение и технику основных родов войск;
- вооружение и технику иностранных армий;
- тактические приемы и действия солдата в бою;
- особо опасные инфекции, меры профилактики и способы защиты от них;
- современные средства поражения и способы защиты от них;

Должны уметь:

- оказывать первую помощь при различных травмах и состояниях;
- пользоваться приборами химической и радиационной разведки;
- решать тактические задачи с использованием топографической карты;
- выполнять строевые упражнения с оружием.
- правильно занять позицию на стрелковом рубеже и производить стрельбу из винтовки;
- правильно подавать предварительные и исполнительные команды строевой подготовки, быстро и чётко выполнять строевые приёмы при отработке навыков в одиночной подготовке и в составе взвода;

Оценочные материалы

Перечень показателей и критериев для оценивания результатов выполнения программы

Раздел «Огневая подготовка»

Стрельба из пневматической винтовки

Условия зачета: стрельба сидя, стоя, с упора, расстояние до цели – 5 метров, общее количество выстрелов – 8, в том числе 3 – пробных, 5 - зачетных. Мишень: «П» с диаметром черного круга 29 мм.

Критерии оценки:

Очки	Уровень обученности
40	«Высокий»
35	«Средний»
30	«Низкий»

Неполная разборка и сборка автомата Калашникова.

Критерии оценки:

Время, сек.	Уровень обученности
40	«Высокий»
50	«Средний»
60	«Низкий»

Условия зачета: сидя или стоя с упора, дистанция стрельбы 10м. Количество выстрелов -8, в том числе 3-пробных, 5-зачетных. прицел открытый, мишень № 8.

Критерии оценки:

Очки	Уровень обученности
25	«Высокий»
20	«Средний»
15	«Низкий»

Тест на знание технических характеристик и назначения частей 80-100% правильных ответов – «высокий» уровень, 55-80% -«средний», 35-55% -«низкий».

Неполная разборка и сборка автомата Калашникова.

Критерии оценки:

Время, сек.	Уровень обученности
40	«Высокий»
45	«Средний»
50	«Низкий»

Норматив "Снаряжение магазина АК 30 патронами" сдают воспитанники 3-4 года обучения.

Магазин и патроны находятся на столе. По команде "Магазин снарядить" обучаемый начинает снаряжать магазин.

Критерии оценки:

Время выполнения в секундах	Уровень обученности
33	«Высокий»

38	«Средний»
43	«Низкий»

2. Раздел: Радиационная, химическая и биологическая защита (РХБЗ)

Норматив № 1 "Надевание противогаза" Противогаз у обучаемого находится в походном положении. По команде "Газы" обучаемый надевает противогаз. Время отсчитывается от момента подачи команды до возобновления дыхания. Ошибки, прибавляющие 2 сек. к общему времени выполнения норматива^ при надевании противогаза обучаемый не закрыл глаза и не затаил дыхание или после надевания не сделал полный выдох; шлем-маска одета с перекосом.

Ошибки, определяющие не сдачу норматива: допущено образование таких складок или перекосов, при которых наружный воздух может проникнуть под шлем-маску.

Время выполнения норматива (секунд)		
«Высокий» уровень	«Средний» уровень	«Низкий уровень»
7	8	10

Воспитанники выполняют норматив № 3а "надевание защитного комплекта в виде плаща". По команде "Плащ в рукава, чулки, перчатки надеть", "Газы" воспитанники надевают чулки, защитные плащи в рукава, противогазы, перчатки.

Воспитанники 3-4 года обучения выполняют норматив № 3б "надевание защитного комплекта в виде «комбинезона». По команде "Защитный костюм надеть", "Газы" обучаемые надевают средства защиты.

Ошибки, прибавляющие 5 сек. к общему времени выполнения норматива:: надевание чулок производилось с застегнутыми хлястиками; неправильно застегнуты борта плаща или не полностью надеты чулки; не закреплены крепления держатели шпенок или не застегнуты два шпенек; при надевании плаща в виде комбинезона снаряжение и противогаз не надеты поверх защиты.

Категория обучаемых	Время выполнения норматива (минут, секунд)								
	«Высокий» уровень		«Средний» уровень		«Низкий уровень»				
	в	виде	в	виде	в	виде	в	виде	

	плаща	комбинезона	плаща	комбинезона	плаща	комбинезона
воспитанник	3.00	4.35	3.20	5.00	4.00	6.00
группа воспитанников	3.20	4.45	3.50	5.10	4.30	6.10

Нормативы по физической подготовке

Контрольные упражнения	Показатели		
	Высокий	Средний	Низкий
Бег 60 м (с)			
Подтягивание (раз)			
Бег 1000 м (мин, с)			

Методическое обеспечение программы

№	Тема, раздел программы	Формы обучения	Методы и приемы организации образовательного процесса	Формы подведения итогов	Дидактические и методические материалы. ТСО.
1.	Вводное занятие	Фронтальная	словесный, объяснительно-иллюстративный	Устный опрос	Демонстрация наглядных пособий и плакатов.
2.	Туристская подготовка и ориентирование.	Групповая	словесный, объяснительно-иллюстративный	Устный опрос	Демонстрация наглядных пособий и плакатов. Просмотр фильмов.
3.	Огневая подготовка	Групповая	словесный, объяснительно-иллюстративный	Устный опрос	Демонстрация наглядных пособий и плакатов.

					Просмотр фильмов.
4.	Радиационная, химическая и биологическая защита (РХБЗ)	Групповая, индивидуальная	словесный, объяснительно-иллюстративный, репродуктивный	Выполнение упражнений, тестирование	Демонстрация наглядных пособий и плакатов. Просмотр учебных фильмов.
5.	История Вооруженных Сил России	Групповая, индивидуальная	словесный, объяснительно-иллюстративный, репродуктивный	Выполнение упражнений, тестирование	Демонстрация наглядных пособий и плакатов. Просмотр учебных фильмов.
6.	Тактическая подготовка	Групповая, индивидуальная	словесный, объяснительно-иллюстративный, репродуктивный	Выполнение упражнений, тестирование	Демонстрация наглядных пособий и плакатов. Просмотр учебных фильмов.
7.	Первая помощь	Групповая, индивидуальная	словесный, объяснительно-иллюстративный, репродуктивный	Выполнение упражнений, тестирование	Демонстрация наглядных пособий и плакатов. Просмотр учебных фильмов.
8.	Общая и специальная физическая подготовка	Групповая, индивидуальная	словесный, объяснительно-иллюстративный, репродуктивный	Выполнение упражнений	Спортивный инвентарь.

Материально-техническое обеспечение

Для реализации программы, необходим учебный класс, оборудованный компьютером и мультимедийным проектором. Спортивный зал, для проведения занятий по общей физической подготовке.

Винтовки пневматические

1. Сейф для хранения оружия.
2. Прицельный станок с указкой Чернова
3. Пульки для стрельбы из пневматического оружия.
4. Мишени бумажные (различные).
5. Пулеулавливающие устройства для нестационарных условий
6. Массо-габаритный макет автомата Калашникова и пистолета Макарова.
7. Компас
8. Гражданские противогазы и общевойсковой защитный костюм.
9. Приборы химической разведки и радиационного контроля ВПХР и ДП-5.
10. Наглядные пособия и плакаты, презентации по основным разделам программы, учебные фильмы.
11. Туристское снаряжение: палатки, коврики, спальные мешки, котелки.

Список рекомендуемой литературы:

1. Начальная военная подготовка: Учебник / А.И. Аверин, И.Ф. Выдрин, Н.К. Ендовицкий и др.; Под ред. Ю.А. Науменко.-5-е изд., испр.-М.: Воениздат, 1985.-255 с., ил.
2. Иванов Е.И. Судейство соревнований по спортивному ориентированию. М., «Физкультура и спорт», 1978. 112 с. с ил.
3. А. Меньчуков. В мире ориентиров. Географгиз 1960.-205 с., ил.
4. Арне Ингстрём. В лесу и на опушке: Кн. по спорт. ориентированию; Для ученика, 1: Пер. со швед.-М.: Физкультура и спорт, 1979.-32 с., ил.

Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Колич часов	Дата Проведения	Тема занятия	Содержание занятия	Тип занятия	Возможная форма проведения	Деятельность учащихся
1.	1	сентябрь	Основные задачи на учебный год. Техника безопасности.	Основные задачи на учебный год. Техника безопасности.	изучение нового материала	Традиционная.	Беседа.
2.	1	сентябрь	Подготовка снаряжения к походу. Укладка рюкзака	Понятие о групповом и личном снаряжении. Правила укладки рюкзака. Подгонка снаряжения.	изучение нового материала	Традиционная.	Беседа Практикум
3.	1	сентябрь	Типы костров, разведение и заготовка дров. Сооружение временных укрытий.	Типы костров и их назначение. Пожарная безопасность. Виды временных укрытий и их назначение.	изучение нового материала	Традиционная.	Практикум
4.	1	сентябрь	Составление походного меню. Добывание пищи и воды.	Организация питания в 2-х дневном походе. Нормы и калорийность продуктов. Способы добывания пищи и	Комбинированное.	Групповая работа.	Практикум

				воды. Обеззараживание воды.			
5.	1	сентябрь	ОФП бег с ускорением 30 м. Эстафетный бег. Подвижные игры.	Техника бега с ускорением. Игра в волейбол.	Комбинир ованное.	Практическ ая.	Игры. Эстафеты
6.	1	октябрь	Способы ориентирования на местности. Международные сигналы бедствия.	Ориентирование по компасу, по местным признакам, по солнцу и часам, по звездам. Дирекционный угол и переход на магнитный азимут. Международная таблица сигналов бедствия и способы их подачи.	Комбинир ованное.	Традицион ная.	Беседа. Сообщения
7.	1	октябрь	ОФП техника прохождения туристской полосы препятствий.	техника прохождения туристской полосы препятствий. Нормы гто по виду	Комбинир ованное.	Традицион ная.	Игры. Эстафеты

				«Туристский поход»			
8.	1	октябрь	Составление маршрута движения по азимуту.	Определение азимута на предмет и по карте. Построение маршрута для движения по азимуту.	Контр.	Работа в парах	Практикум
9.	1	ноябрь	Меры безопасности при проведении стрельбы. Устройство пневматической винтовки и назначение механизмов.	Меры безопасности при проведении стрельбы. Устройство пневматической винтовки и назначение механизмов. Приемы стрельбы. Понятие цикла выстрела	изучение нового материала	Традиционная.	Беседа
10.	1	ноябрь	Устройство автомата Калашникова и назначение механизмов. Порядок неполной разборки автомата Калашникова.	Взаимодействие частей механизмов автомата Калашникова. Неполная разборка и сборка автомата Калашникова	изучение нового материала	Работа в парах	Практикум
11.	1	декабрь	Упражнения в изготовке по	Отработка изготовления	Комбинир	Практическ	Практикум

			стрельбе стоя с опорой, без опоры.	при различных упражнениях.	ованное.	ая.	
12.	1	декабрь	Стрельба из пневматической винтовки на результат.	Коллективная тренировка с элементами соревнований, на дистанции 5 м	Контр.	Практическая.	Соревнования
13.	1	декабрь	ОФП. Челночный бег 3*10 м. Подтягивание из виса на перекладине. Подвижные игры.	Техника челночного бега. Отработка силовых упражнений на перекладине. Волейбол.	Комбинированное.	Практическая.	Игры. Эстафеты
14.	1	декабрь	Упражнения в изготовке к стрельбе стоя. Стрельба на результат.	Отработка изготовления при различных упражнениях. Стрельба на результат с дистанции 10 м.	Комбинированное.	Практическая.	Практикум
15.	1	январь	Современные средства поражения и их поражающие факторы. Приборы ВПХР, ДП-5. Первая помощь при радиационных	Современные средства поражения и их поражающие факторы. Приборы ВПХР, ДП-5.	изучение нового материала	Традиционная.	Беседа Сообщения

			поражениях.	Первая помощь при радиационных поражениях, поражениях отравляющими и сильнодействующими ядовитыми веществами.			
16.	1	январь	Отработка нормативов по одеванию противогаза и ОЗК в виде плаща.	Устройство и назначение гражданского противогаза. Средства защиты кожи и правила их использования.	Контр.	Практическая.	Практикум
17.	1	январь	ОФП бег в равномерном темпе. Упражнения для развития силы. Эстафетный бег. Подвижные игры.	Развитие общей выносливости, силы, силовой выносливости, ловкости, гибкости, координации движений тела. Игра в волейбол, борьба за	Комбинированное.	Практическая.	Игры. Эстафеты

				флаг.			
18.	1	январь	ОФП. отработка строевых приемов.	Выполнение строевых приемов без оружия.	Комбинированное.	Практическая.	Практикум
19.	1	февраль	История и традиции Вооруженных Сил Российской Федерации, символы воинской чести.	История и традиции Вооруженных Сил Российской Федерации, символы воинской чести. Дни воинской славы.	изучение нового материала	Традиционная.	Беседа. Сообщения.
20.	1	февраль	Структура Вооруженных сил РФ.	Структура Вооруженных сил РФ.	изучение нового материала	Традиционная.	Беседа. Сообщения.
21.	1	февраль	Техника и вооружение Сухопутных войск РФ.	Техника и вооружение Сухопутных войск РФ.	изучение нового материала	Традиционная.	Беседа. Сообщения.
22.	1	март	ОФП упражнения на развитие силы и выносливости, подвижные игры.	Развитие общей выносливости, силы, силовой выносливости, ловкости, гибкости,	Комбинированное.	Практическая.	Игры. Эстафеты

				координации движений тела. Игра в волейбол, борьба за флаг.			
23.	1	март	Понятие о воинской обязанности	Понятие о воинской обязанности. Воинский учет. Обязанности граждан по воинскому учету.	изучение нового материала	Традиционная.	Беседа. Сообщения.
24.	1	март	Уставы Вооруженных Сил Российской Федерации.	Уставы Вооруженных Сил Российской Федерации. Основные положения воинских уставов. Военная присяга	изучение нового материала	Традиционная.	Беседа. Сообщения.
25.	1	март	Воинские звания и знаки различия.	Состав военнослужащих Российской Федерации.	изучение нового материала	Традиционная.	Беседа. Сообщения. Практикум
26.	1	март	Значение общей и специальной физической подготовки.	Значение общей и специальной	Комбинированное.	Традиционная.	

			Антропометрические данные. Нормы гто 5 ступени.	физической подготовки. Антропометрические данные. Динамометрия. Работа с центильными таблицами. Определение соматотипа.			
27.		апрель	ОФП Прыжки через препятствия. Прыжок в длину с места. Метание мяча в горизонтальную и вертикальную цель с 6-8 м.	Упражнения на расслабление различных групп мышц. На развитие координации и точности движений.	Комбинированное.	Практическая.	Игры. Эстафеты
28.	1	апрель	Размещение и быт военнослужащих.	Размещение и быт военнослужащих.	изучение нового материала	Традиционная.	Беседа. Сообщения.
29.	1	апрель	Суточный наряд, обязанности лиц суточного наряда.	Суточный наряд, обязанности лиц суточного наряда.	изучение нового	Традиционная.	Беседа. Сообщения.

				Организация караульной службы, обязанности часового.	материала		
30.	1	апрель	Перечень состояний требующий оказания первой помощи. Правила проведения сердечно-лёгочной реанимации.	Перечень состояний требующий оказания первой помощи. Правила проведения сердечно-лёгочной реанимации.	изучение нового материала	Традиционная.	Беседа. Сообщения.
31.	1	май	Первая помощь при травмах во время занятий физической культурой и спортом. Эстафеты.	Травмы опорно-двигательного аппарата их причины. Первая помощь. Наложение кровоостанавливающего жгута. Транспортировка пострадавшего.	изучение нового материала	Традиционная.	Практикум.
32.	1	май	Способы передвижения солдата в бою. Методы преодоления естественных препятствий.	Способы передвижения солдата в бою. Методы преодоления	изучение нового	Традиционная.	Беседа. Сообщения.

				естественных препятствий.	материала		
33.	1	май	Оборудование окопа для стрельбы лежа.	Оборудование окопа для стрельбы лежа.	Комбинированное.	Практическая.	Соревнования .
34.	1	май	Итоговое занятие. Сдача нормативов.	Сдача контрольных нормативов.	Контр.	Практическая.	Соревнования .