

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образование по Тверской области

Управление образования администрации г. Твери

МБОУ "СШ № 9 "

|  |  |
| --- | --- |
| Принято на заседании  педагогического совета  Протокол №\_\_\_  "\_\_\_\_\_\_"\_\_\_\_\_\_\_\_2024г. | Утверждаю  Директор МБОУ СШ №9  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Чередилина Н.М.  Приказ №-\_\_\_\_\_\_\_  "\_\_\_"\_\_\_\_\_\_\_\_\_2024г |

Дополнительная общеобразовательная

общеразвивающая

программа социально-педагогической направленности

военно-патриотического клуба « Русичи»

для обучающихся 12-17 лет

Составитель:

педагог дополнительного образования

преподаватель- организатор ОБЗР

МБОУ «СШ №9» Рудаков В.А.

г. Тверь,2024

**Содержание**

Пояснительная записка\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_3 стр.

Методическое и дидактическое обеспечение выполнения программы\_\_\_\_\_\_13 стр.

Содержание разделов программы 1 года обучения\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_15 стр.

Учебно-тематический план 1 год обучения\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_19 стр.

Календарный учебный график 1 года обучения\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_22 стр.

Содержание программы 2 года обучения\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_39 стр.

Учебный план 2 года обучения \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_45 стр.

календарный учебный график 2 год обучения\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_47 стр. Содержание программы 3 года обучения\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_65 стр. календарный учебный график 3 год обучения\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_72 стр.

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

     Проблема патриотического воспитания и гражданского становления 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.

    В связи с этим на базе МБОУ "СШ №9 " г. Твери  создается **военно-патриотический клуб «Русичи»**, в котором подростки приобретут нравственные, морально-психологические и физические качества, а также специальные профессиональные знания и умения, необходимые будущему защитнику Отечества, гражданину, патриоту.

     Патриотическое воспитание представляет собой организованный и непрерывный процесс педагогического воздействия на сознание, чувства, волю, психику и физическое развитие учащихся. Поэтому работа по военно-патриотическому воспитанию должна проводиться комплексно, что позволит подростку усилить свою ориентацию на развитие интересов и способностей, укрепить здоровье, овладеть военно-прикладными ви12-17 лет, объединенные в учебные группы по направлениям деятельности.

     Возглавляет клуб **Рудаков Вадим Александрович** – преподаватель-организатор  ОБЗР .

     В своей деятельности члены военно-патриотического клуба **«Русичи**»

руководствуются нормативно-правовыми документами:

Конституцией и законами Российской Федерации;

Законом «Об образовании»;

Конвенцией ООН «О правах ребенка»;

Уставом клуба;

Решениями Совета клуба.

     Основными принципами деятельности военно-патриотического клуба являются:

принцип добровольности;

принцип взаимодействия;

принцип учета индивидуальных и возрастных особенностей;

принцип междисциплинарности;

принцип преемственности;

принцип равноправия и сотрудничества;

принцип гласности;

принцип самостоятельности;

принцип ответственности;

принцип коллективности;

принцип ответственности за собственное развитие.

**Актуальность программы**

      В последнее десятилетие в России произошли экономические и политические изменения, которые привели к значительной социальной дифференциации населения и потере духовных ценностей. Эти изменения снизили воспитательное воздействие российской культуры и образования как важнейших факторов формирования чувства патриотизма. Стала все более заметной постепенная утрата нашим обществом традиционно российского патриотического сознания, что привело к деформации в воспитании подрастающего поколения.

Говоря о патриотическом воспитании подрастающего поколения, необходимо особо подчеркнуть, что, пока не поздно, за молодежь надо бороться, не жалея средств. То, что мы вложим в наших ребят сегодня, завтра даст соответствующие результаты в этом заключается государственный подход каждого педагога в деле воспитания молодежи.

В воспитании россиянина – гражданина и патриота – особенно важная роль принадлежит общеобразовательной школе. Именно школа призвана воспитывать гражданина и патриота, раскрывать способности и таланты молодых россиян, готовить их к жизни в высокотехнологичном конкурентном мире.

Детский возраст является наиболее оптимальным для системы гражданско-патриотического воспитания, так как это период самоутверждения, активного развития социальных интересов и жизненных идеалов.

Новое время требует от учреждения образования – содержания, форм и методов гражданско-патриотического воспитания, адекватных современным социально-педагогическим реалиям. Появляется необходимость в деятельностном компоненте гражданско-патриотического воспитания.

Гражданско-патриотическое воспитание в современных условиях – это целенаправленный, нравственно обусловленный процесс подготовки подрастающего поколения к функционированию и взаимодействию в условиях демократического общества, к инициативному труду, участию в управлении социально-ценными делами, к реализации прав и обязанностей. Военно-патриотическое воспитание способствует становлению личности, обладающей качествами гражданина и патриота своей страны.

**Цель программы:** Совершенствование системы патриотического воспитания, формирование у учащихся гражданственности и патриотизма как качеств конкурентоспособной личности, воспитание любви к Отечеству, духовности, нравственности на основе общечеловеческих ценностей.

Для достижения данной цели формируются следующие

**задачи:**

- развитие учащихся как высоконравственных, ответственных, творческих, инициативных и компетентных граждан;

- утверждение в сознании и чувствах учащихся патриотических ценностей, взглядов и убеждений, уважения к культурному и историческому прошлому России

- формирование высоких моральных и психологических качеств детей и подростков, преданности Родине и готовности к ее защите;

- воспитание любви к семье, семейным традициям, к своей «малой» Родине через поисково-краеведческую работу;

- повышение мотивации в социальной деятельности учащихся, их коммуникативной активности;

- воспитание молодого поколения в духе уважения к Конституции Российской Федерации, Российским законам, в соответствии с нравственными и духовными ценностями общества;

- привитие учащимся чувства гордости, глубокого уважения и почитания символов Российской Федерации - Герба, Флага, Гимна, другой российской символики и исторических святынь Отечества;

- воспитание уважительного и толерантного отношения к культуре и традициям других народов;

- создание конкретных условий для проявления гражданственности, патриотизма

Представленная целостная программа разработана для уча­щихся 5-10х классов.

**Место курса в учебном плане:** реализация программы рассчитана на 3 года, 3 часа в неделю, объемом 216часов,. Продолжительность 1занятия 40 минут. (1ч.)

**Занятия проводятся** во второй половине дня.

**Место проведения занятий** - учебные кабинеты, актовый зал, спортплощадка, школьный музей,

Форма организации внеурочной деятельности – дополнительное образование, форма добровольного объединения детей.

**Ценностные ориентиры:** программа имеет патриотическую направленность, является учебно-образовательной с практической ориентацией.

Воспитание гражданственности, патриотизма, уважения к правам, свободам и обязанностям человека.

Ценности: любовь к России, к своему народу, к своей малой родине; правовое государство; гражданское общество; долг перед старшими поколениями, семьей; закон и правопорядок; свобода и ответственность; доверие к людям.

Воспитание нравственных чувств и этического сознания.

Ценности: нравственный выбор; справедливость; милосердие; честь; достоинство; любовь; почитание родителей; забота о старших и младших

Представления о вере, духовности, религиозной жизни человека и общества, религиозной картине мира.

Воспитание трудолюбия, творческого отношения к учению, труду, жизни.

Ценности: трудолюбие; творчество; познание; целеустремленность; настойчивость в достижении целей; бережливость.

Формирование ценностного отношения к здоровью и здоровому образу жизни.

Ценности: здоровье физическое, здоровье социальное (здоровье членов семьи и школьного коллектива), активный, здоровый образ жизни.

Воспитание ценностного отношения к природе, окружающей среде (экологическое воспитание).

Ценности: жизнь; родная земля; заповедная природа; планета Земля.

Воспитание ценностного отношения к прекрасному, формирование представлений об эстетических идеалах и ценностях (эстетическое воспитание).

Ценности: красота; гармония; духовный мир человека; эстетическое развитие; художественное творчество.

**Виды деятельности:**

- Проявлять интерес к изучаемому курсу; формировать любовь к окружающему, людям Родине.

- Моделировать ситуации общения с людьми разного возраста.

- Объяснять с позиции общечеловеческих нравственных ценностей роль семьи в жизни человека и взаимоотношениях в семье.

- Знать о том, что самое дорогое у человека – его семья; основа благополучия – взаимопомощь членов семьи. Донести свою позицию до других: оформлять свои мысли в устной и письменной речи; совместно договариваться о правилах общения.

- Принимать и сохранять учебную задачу и включаться в деятельность, направленную на ее решение в сотрудничестве с учителем.

- Знать основные достопримечательности родного города, его историю возникновения, историю села. Знать инфраструктуру городского окружения с атрибутами городской жизни, уметь самостоятельно ориентироваться в этой обстановке; объяснять роль различных профессий в нашей жизни; соблюдать правила уличного движения; иметь представление о хозяйстве человека и его роли в развитии этого хозяйства.

- Отбирать необходимые для решения учебной задачи источники информации среди предложенных учителем словарей, энциклопедий, справочников. Добывать новые знания: извлекать информацию, представленную в разных формах (текст, таблица, схема, иллюстрация и др.). Перерабатывать полученную информацию: сравнивать и группировать факты и явления; определять причины явлений, событий.

- Слушать других, пытаться принимать другую точку зрения, быть готовым изменить свою точку зрения.

- Знать символику России. Исследовать жизнь древних славян на примере героических сказок. Знать государственные праздники России.

- Договариваться с людьми: выполняя различные роли в группе, сотрудничать в совместном решении проблемы. Учиться уважительно относиться к позиции другого, пытаться договариваться.

Формы контроля:

Мероприятия, посвящённые важным историческим датам; деловые игры; диспуты, викторины; исследовательская деятельность; коллективные творческие дела; смотры-конкурсы, выставки; соревнования; портфолио.

**Форма подведения итогов**: викторина, конкурс знатоков истории, конкурс рисунков, беседа, тестирование по теме

Результативность обучения.

Трехуровневая (обучающийся 1,2,3 года обучения) система сдачи нормативов по физподготовке и зачета по теоретической подготовке, соответствующей уровню, нацеливает воспитанников ВПО на достижение высоких результатов.

Повышение навыков в рукопашном бою, сдача экзаменов на пояс также нацеливает воспитанников ВПО на достижение высоких результатов.

Участие в военизированных сборах и в спортивных состязаниях позволит определить уровень подготовки воспитанников, а также появится возможность сравнить с уровнем подготовки воспитанников других ВПО.

Достижение высоких результатов подтверждает результативность обучения

Особенностью данной программы является профильное направление занятий в клубе и система сдачи нормативов по физ.подготовке и зачета по теории.

**Ожидаемые результаты обучения:**

Обучающиеся должны знать/понимать:

-военную историю (основные события и памятные даты);

-структуру ВС РФ;

-символы МП;

-иметь понятие об Уставах (внутренней, гарнизонной и караульной служб);

-знать устройство оружия (автомат АКМ-74);

-знать приемы огневой подготовки и правила ТБ при стрельбе);

-знать приемы тактической подготовки (военная топография и разведка).

Обучающиеся должны уметь:

-выполнять строевые команды и приемы;

-овладеть основными навыками и техниками ведения рукопашного боя;

-производить неполную разборку и сборку АКМ-74 (выполнение на

норматив);

-выполнить нормативы по ОФП (бег, отжимание, подтягивание на

перекладине);

- принимать участие в соревнованиях по самбо и рукопашному бою и самбо;

- принимать участие в смотрах-конкурсах, военизированных сборах и

оборонно-спортивных лагерях.

**Методическое и дидактическое обеспечение выполнения программы**

Педагогическое сопровождение программы:

Формы и методы работы: беседы, викторины, конкурсы, экскурсии, наблюдения, рассказы, составление эссе, сбор материалов (фотографии, газетных материалов), работа с источниками Интернет – сайтов, составление

карт –схем, встреча с интересными людьми, практикуется посещение краеведческих музеев: в г.Астрахани, с.Красный Яр.

Дидактический материал: при работе по образовательной программе используются: книги, брошюры, газетные материалы, сведения из Интернета, картографические материалы о Астраханской области ( об истории края, о природных особенностях родного края, о населении, о знаменитых людях края).

Организационное сопровождение ОП: для осуществления целей и задач программы «Краеведение» созданы необходимые условия: помещение, Интернет, книги, газеты, транспорт для экскурсий.

**Содержание разделов программы 1 года обучения**

Вводное занятие: Основы знаний - обучающиеся знакомятся с коллективом, с деятельностью кружка с правилами техники безопасности на занятиях по физической, стрелковой, строевой подготовке.

В разделе **«Физическая подготовка»** с обучающимися проводятся занятия, в процессе которых поводится физическая подготовка направленные на развитие физических качеств: сила, быстрота, ловкость, скоростная и силовая выносливость. С использованием различных средств и методов физического воспитания.

В разделе **«Огневая подготовка»** с обучающимися проводятся занятия, в процессе которых обучающиеся знакомятся с материальной частью автомата Калашникова, Назначением, боевыми свойствами, общим устройством и принципом работы автомата. Выполняют неполную разборку и сборку АКМ-74. Знакомятся с правилами прицеливания и стрельбы из пневматической винтовки.

Выполняют стрельбу по мишеням.

В разделе **«Строевая подготовка»** обучающиеся знакомятся и изучают на практике строевые приёмы на месте и в движении и с оружием (автомат АКМ-74) согласно Строевому уставу Вооруженных Сил Российской Федерации.

В разделе **«Исторические и боевые традиции Отечества»** обучающиеся знакомятся с Государственной и военной символикой, Днями воинской славы России, Символами воинской чести, основными битвами ВОВ, городами – героями ВОВ, Вооруженными Силами Российской Федерации, историей, символами и геральдикой ЯНАО.

В разделе «**Основы безопасности жизнедеятельности»** обучающиеся знакомятся с правилами безопасного поведения у водоемов, при пожаре, в природных экстремальных ситуациях; с ЧС аварийного характера в жилище и на транспорте, криминального характера. Опасными природными факторами и защитой от их влияния. Способами подачи сигналов бедствия, способами разведения огня и приготовления пищи, ориентированием и поиском маршрута движения на местности, преодолением рельефных и водных препятствий. Обучающиеся изучают современные средства поражения, мероприятия ГО по защите населения: средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожи, приборы радиационной и химической разведки. На практике отрабатывают навыки одевания и пребывания в противогазе и костюме химической защиты.

В разделе **«Медицинская подготовка»** обучающиеся знакомятся и изучают на практике правила оказания первой медицинской помощи в природных условиях (ссадины, порезы, укусы животных; вывихи переломы, обморожения; первая помощь утопающему). Первая помощь при ранениях и травмах (виды ран, помощь, повязка на голову и грудь), первая помощь при переломах конечностей. Первая помощь при несчастном случае: остановка кровотечений, повязки на живот, и промежность, верхние и нижние конечности.

IV. Требования к знаниям и умениям, критерии их оценки. Результативность.

Контроль за ЗУН обучающихся осуществляется на практических занятиях в следующих формах: собеседование, выполнения контрольных упражнений.

По окончании курса данной программы, обучающиеся должны **знать**:

Технику безопасности на занятиях по физической, стрелковой, строевой подготовке;

Материальную часть автомата Калашникова;

Назначение, боевые свойства, общее устройство и принцип работы автомата Калашникова;

Специфику физической подготовки;

Последовательность неполной разборка и сборки АКМ-74;

Меры безопасности при обращении с автоматом и патронами;

Правила прицеливания и стрельбы из пневматической винтовки;

Государственную и военную символику;

Дни воинской славы России;

Структуру Вооруженных Сил Российской Федерации;

Историю, символы и геральдику

Символы воинской чести;

Правила оказания первой медицинской помощи при различных видах травм;

Правила безопасного поведения у водоемов, при пожаре, в природных экстремальных ситуациях;

Опасные природные факторы и защиту от их влияния;

Современные средства поражения;

Мероприятия ГО по защите населения;

Средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожи;

Приборы радиационной и химической разведки и правила пользования ими.

Должны уметь:

Выполнять неполную разборку и сборку АКМ-74;

Правильно прицеливаться и прицельно вести стрельбу по мишени;

Выполнять строевые приемы на месте и в движении по одному и в отделении согласно Строевому уставу Вооруженных Сил Российской Федерации;

Выполнять перевязку при различных видах травм, останавливать кровотечение различными способами, накладывать шины при различных переломах;

Одевать противогаз и костюм химической защиты;

Применять различные туристические узлы, в зависимости от ситуаций;

Применять различные способы преодоления естественных препятствий в пешем и лыжном походах;

Ориентироваться на местности с помощью карты и компаса.

**Учебно-тематический план** **1 год обучения**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| №  п\п | Название разделов и тем | Количество часов | | |
| Общее | Теория | Практика |
| 1. | Раздел 1. Основы знаний | 1 |  |  |
| 2. | **Тема1.**  Знакомство с деятельностью кружка «Русичи». Техника безопасности на занятиях по физической, стрелковой, строевой подготовке. |  | 2 | - |
| 3. | Раздел 2. Физическая подготовка. | 34 |  |  |
| 4. | **Тема1.**  Определение уровня физических качеств: сила, скоростная сила, выносливость, ловкость, силовая выносливость посредством сдачи тестов физической подготовленности. |  | - | 4 |
| 5. | **Тема2.**  Изучение техники движений со снарядами и на тренажерах, оценка величины отягощения. |  | 2 | 4 |
| 6. | **Тема3.**  Круговая тренировка общефизической направленности. |  | - | 6 |
| 7. | **Тема4.** Круговая тренировка на развитие силы. |  | - | 6 |
| 8. | **Тема5.**  Круговая тренировка на развитие скоростной выносливости. |  | - | 6 |
| 9. | **Тема6.** Круговая тренировка повышенной интенсивности. |  | - | 6 |
| 10. | Раздел 3. Огневая подготовка. | 30 |  |  |
| 11. | **Тема1.**  Материальная часть автомата Калашникова. Назначение, боевые свойства, общее устройство и принцип работы автомата. |  | 2 | - |
| 12. | **Тема2.** Последовательность неполной разборка и сборки АКМ-74. Меры безопасности при обращении с автоматом и патронами. |  | 2 | 10 |
| 13. | **Тема3.** Знакомство с правилами прицеливания и стрельбы из пневматической винтовки. |  | 2 | 14 |
| 14. | Раздел 4. Строевая подготовка. | 34 |  |  |
| 15. | **Тема1.** Строевая стойка. Повороты на месте. |  | 2 | 4 |
| 16. | **Тема2.** Строевой шаг. |  | 2 | 4 |
| 17. | **Тема3.** Повороты направо-налево в движении. |  | 2 | 4 |
| 18. | **Тема4.**  Поворот кругом в движении. |  | 2 | 4 |
| 19. | **Тема5.**  Строевые приемы в движении в отделении. |  | 2 | 8 |
| 20. | Раздел 5. Исторические и боевые традиции Отечества. | 12 |  |  |
| 21. | **Тема1.** Государственная и военная символика. |  | 2 |  |
| 22. | **Тема2.** Дни воинской славы России. |  | 2 |  |
| 23. | **Тема3.**  Основные битвы ВОВ, города – герои ВОВ. |  | 2 |  |
| 24. | **Тема4.** Символы воинской чести. |  | 2 |  |
| 25. | **Тема5.** Вооруженные Силы Российской Федерации. |  | 2 |  |
| 26. | **Тема6.** История, символы и геральдика ЯНАО. |  | 2 |  |
| 27. | Раздел 6. Основы безопасности жизнедеятельности. | 14 |  |  |
| 28. | **Тема1.** Безопасность и защита человека в ЧС |  | 2 | 2 |
| 29. | **Тема2.** ЧС локального характера в природе и безопасность. |  | 2 | 2 |
| 30. | **Тема3.** Гражданская оборона. |  | 2 | 2 |
| 31. | Раздел 7. Медицинская подготовка | 14 |  |  |
| 32. | **Тема1.**  Первая медицинская помощь при различных видах травм. |  | 6 | 8 |
| 33 | Участие в мероприятиях | 5 |  |  |
|  | Итого: | 144 | 48 | 96 |

**календарный учебный график**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | месяц | число | Время проведения занятий | Форма занятий | Количество часов | Тема занятий | Место проведения | Форма контроля |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 1.1 |  |  |  | Теория  практика | 2 | **Тема1.**  Знакомство с деятельностью кружка «Юнармеец». Техника безопасности на занятиях по физической, стрелковой, строевой подготовке. | Кабинет ОБЖ, спортзал | Мероприятия, посвящённые важным историческим датам; деловые игры; диспуты, викторины; исследовательская деятельность; коллективные творческие дела; смотры-конкурсы, выставки; соревнования; портфолио.  **Форм подведения итогов**: викторина, конкурс знатоков истории, конкурс рисунков, беседа, тестирование по теме |
|  |  |  |  |  | 34 | Раздел 2. Физическая подготовка. | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 2.1 |  |  |  | практика | 2 | **Тема1.**  Определение уровня физических качеств: сила, скоростная сила, выносливость, ловкость, | Кабинет ОБЗР, спортзал |
|  |  |  |  | практика | 2 | Силовая выносливость посредством сдачи тестов физической подготовленности. |  |
| 2.2 |  |  |  | Теория | 2 | **Тема2.**  Изучение техники движений со снарядами и на тренажерах, оценка величины отягощения. | Кабинет ОБЗР, спортзал |
|  |  |  |  | практика | 2 | Занятие на брусьях |
|  |  |  |  | практика | 2 | Упражнения с гантелями.  Поднятие гири |
| 2.3 |  |  |  | практика | 2 | **Тема3.**  Круговая тренировка общефизической направленности. | Кабинет ОБЗР, спортзал |
|  |  |  |  | практика | 2 | Тренировочные упражнения |
|  |  |  |  | практика | 2 | кросс |
| 2.4 |  |  |  | практика | 2 | **Тема4.** Круговая тренировка на развитие силы. | Кабинет ОБЗР, спортзал |
|  |  |  |  | практика | 2 | Силовые упражнение |
|  |  |  |  | практика | 2 | Упражнение с гантелями |
| 2.5 |  |  |  | практика | 2 | **Тема5.**  Круговая тренировка на развитие скоростной выносливости. | Кабинет ЗР спортзал |
| 2 | Челночный бег |
| 2 | Бег с препятствиями |
| 2.6 |  |  |  | практика | 2 | **Тема6.** Круговая тренировка повышенной интенсивности. | Кабинет ОБЗР, спортзал | Мероприятия, посвящённые важным историческим датам; деловые игры; диспуты, викторины; исследовательская деятельность; коллективные творческие дела; смотры-конкурсы, выставки; соревнования; портфолио.  **Форм подведения итогов**: викторина, конкурс знатоков истории, конкурс рисунков, беседа, тестирование по теме |
|  |  |  |  | практика | 2 | Преодоление элементов полосы препятствий |  |
|  |  |  |  | практика | 2 | Прыжки в длину |  |
|  |  |  |  |  |  | Раздел 3. Огневая подготовка. |  |
| 3.1 |  |  |  | Теория | 2 | **Тема1.**  Материальная часть автомата Калашникова. Назначение, боевые свойства, общее устройство и принцип работы автомата. | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 3.2 |  |  |  | Практика | 2  2 | **Тема2.** Последовательность неполной разборка и сборки АКМ-74. | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| Меры безопасности при обращении с автоматом и патронами. |
|  |  |  |  | Практика | 2 | Разборка сборка макета автомата |
|  |  |  |  | Практика | 2 | Разборка сборка макета автомата |
|  |  |  |  | Теория | 2 | Стрелковое оружие ВС РФ |  |
|  |  |  |  | Теория | 2 | Военная техника ВС РФ |  |
| 3.3 |  |  |  | Теория | 2 | **Тема3.** Знакомство с правилами прицеливания и стрельбы из пневматической винтовки. Правила ТБ | Кабинет ОБЖ, спортзал |
|  |  |  |  | Практика | 2  2 | Стрельба из пневматической винтовки  Стрельба из пневматической винтовки  Положение лежа | Кабинет ОБЗР, стрелковый тир  Кабинет ОБЗР, стрелковый тир |  |
|  |  |  |  | Практика | 2 | Стрельба из пневматической винтовки  Положение стоя | Кабинет ОБЗР, стрелковый тир |  |
|  |  |  |  | Практика | 2 | Стрельба из пневматической винтовки  Положение с колена | Кабинет ОБЗР, стрелковый тир |
|  |  |  |  | Практика | 2 | Стрельба из пневматической винтовки  Мишень №3 | Кабинет ОБЗР, стрелковый тир |
|  |  |  |  | Практика | 2 | Стрельба из пневматической винтовки  Мишень №6 | Кабинет ОБЗР, стрелковый тир |
|  |  |  |  | Практика | 2 | Стрельба из пневматической винтовки  Мишень № 9 | Кабинет ОБЗР, стрелковый тир |
|  |  |  |  |  |  | Раздел 4. Строевая подготовка. |  |
| 4.1 |  |  |  | Теория | 2 | **Тема1.** Строевая стойка. Повороты на месте. | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 4.2 |  |  |  | Практика  Практика | 2 | **Тема2.** Строевой шаг. | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 2 | Одиночная строевая подготовка |  |  |
|  |  |  |  | Практика | 2 | Обрабатывание строевого шага |
| 4.3 |  |  |  | Теория | 2 | **Тема3.** Повороты направо- налево в движении. | Кабинет ОБЗР, спортзал |
|  |  |  |  | Практика | 2 | Повороты направо, налево в движении. |
|  |  |  |  | Практика | 2 | Повороты направо налево в движении. |
| 4.4 |  |  |  | Теория | 2 | **Тема4.**  Поворот кругом в движении. |  |
|  |  |  |  | Практика | 2 | Поворот кругом в движении. |
|  |  |  |  | Практика | 2 | Поворот кругом в движении. |
| 3.4 |  |  |  | Теория | 2 | **Тема5.**  Строевые приемы в движении в отделении. | Кабинет ОБЗР, спортзал |
|  |  |  |  | Практика  Практика | 2  2 | Строевые приемы в движении в отделении. |
|  |  |  |  | Практика | 2 | Строевые приемы в движении в отделении. |
|  |  |  |  | Практика | 2 | Строевые приемы в движении в отделении. |
|  |  |  |  |  |  | Раздел 5. Исторические и боевые традиции Отечества. |  |  |
| 5.1 |  |  |  | Теория | 2 | **Тема1.** Государственная и военная символика. | Кабинет ОБЗР, спортзал |  |
| 5.2 |  |  |  | Теория | 2 | **Тема2.** Дни воинской славы России. | Кабинет ОБЗР, спортзал | Мероприятия, посвящённые важным историческим датам; деловые игры; диспуты, викторины; исследовательская деятельность; коллективные творческие дела; смотры-конкурсы, выставки; соревнования; портфолио.  **Форм подведения итогов**: викторина, конкурс знатоков истории, конкурс рисунков, беседа, тестирование по теме |
| 5.3 |  |  |  | Теория | 2 | **Тема3.**  Основные битвы ВОВ, города – герои ВОВ. | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 5.4 |  |  |  | Теория | 2 | **Тема4.** Символы воинской чести. | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 5.5 |  |  |  | Теория | 2 | **Тема5.** Вооруженные Силы Российской Федерации. | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 5.5 |  |  |  | Теория | 2 | **Тема6.** История, символы и геральдика РТ. |  |
|  |  |  |  |  |  | Раздел 6. Основы безопасности жизнедеятельности. | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 6.1 |  |  |  | Практика | 2  2 | **Тема1.** Безопасность и защита человека в ЧС  Одевание противогаза, ОЗК | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 6.2 |  |  |  | Теория | 2 | **Тема2.** ЧС локального характера в природе и безопасность. | Кабинет ОБЗР, спортзал |
|  |  |  |  | практика | 2 | Практическое занятие по химической защите |  |
| 6.3 |  |  |  | Теория | 2 | **Тема3.** Гражданская оборона. | Кабинет ОБЗР, спортзал |  |
|  |  |  |  | практика | 2 | Учебная эвакуация | Кабинет ОБЗР, спортзал |
|  |  |  |  |  |  | Раздел 7. Медицинская подготовка |  | Мероприятия, посвящённые важным историческим датам; деловые игры; диспуты, викторины; исследовательская деятельность; коллективные творческие дела; смотры-конкурсы, выставки; соревнования; портфолио.  **Форм подведения итогов**: викторина, конкурс знатоков истории, конкурс рисунков, беседа, тестирование по теме |
| 7.1 |  |  |  | Теория | 2 | **Тема1.**  Первая медицинская помощь при различных видах травм. | Кабинет ОБЗР, спортзал |
|  |  |  |  | Теория | 2 | Кровотечения. Виды и признаки, способы временной остановки кровотечения. |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | Теория | 2 | Перевязочный материал. Повязки: основные виды, правила. | Кабинет ОБЗР, спортзал |
|  |  |  |  | практика | 2 | Ушибы, растяжения связок и первая медицинская помощь при них. | Кабинет ОБЗР, спортзал |
|  |  |  |  | практика | 2 | Закрытые и открытые переломы костей, их признаки. Первая медицинская помощь при переломах. | Кабинет ОБЗР, спортзал |  |
|  |  |  |  | практика | 2 | Понятие об ожогах и обморожениях, первая медицинская помощь при них. | Кабинет ОБЗР, спортзал | Мероприятия, посвящённые важным историческим датам; деловые игры; диспуты, викторины; исследовательская деятельность; коллективные творческие дела; смотры-конкурсы, выставки; соревнования; портфолио. |
|  |  |  |  | практика | 2 | Первая медицинская помощь при тепловом и солнечном ударах, поражение электрическом током. | Кабинет ОБЗР, спортзал |
|  |  |  |  | Итого 144 | 5 | Участие в мероприятиях военно-патриотической направленности |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |

**Содержание программы 2 года обучения**

Наиболее эффективной, в плане военно-патриотического воспитания, формой внешкольной деятельности учащихся, на мой взгляд, являются творческие объединения учащихся (кружки)военно-патриотического характера, так как они охватывают сразу все направления военно-патриотической работы и позволяют, с одной стороны, придать военно-патриотическому воспитанию более массовый характер, а с другой стороны – вовлечь больше учащихся в самоуправление оборонно-массовой работой.

Целью работы кружка является:

Пропаганда здорового образа жизни;

Популяризация службы в рядах Вооружённых сил;

Физическое и нравственное совершенствование личности.

Работа кружка – это не разовое эпизодическое мероприятие, а массовая форма систематической военно-патриотической и спортивной работы. Она представляет собой комплекс занятий по ОБЗР и ОВС, соревнований, эстафет, конкурсов, викторин, походов, тактических игр на местности и других мероприятий, которые закладывают основы морально-психологической подготовки, способствуют физической закалке и совершенствованию военных знаний и навыков.

Направления деятельности.

Общая физическая подготовка.

Правила выполнения самостоятельных занятий ОФП. И Предупреждение травматизма. Подбор заданий для самостоятельных занятий. Гигиена и закаливание.

Упражнения и игры на развитие быстроты и выносливости.

Упражнения и игры на развитие скоростно-силовых качеств.

Упражнения и игры на развитие ловкости и силы.

Командные игры.

Строевая подготовка.

Обязанности командиров отрядов в организации и управлении строем.

Строевая выучка. Построение в одну, в две шеренги по звеньям.

Сигналы управления строем.

Движение строем, поворот в движении, размыкание и смыкание строя.

Исполнение песни в строю, отдание воинской чести во время движения отряда.

Выход из строя и подход к начальнику, возврат в строй.

Туризм.

Ориентирование на местности без карты. Определение направления на стороны горизонта. Измерение расстояний.

Движение по азимуту.

Составление схемы местности и нанесение цели на схему.

Чтение топографических знаков. Изображение местных предметов и рельефа.

Измерение расстояния различными способами.

Организация движения по азимуту.

Первая медицинская помощь.

*Главная задача* – научить оказывать первую медицинскую помощь при разных ситуациях.

Личная и общественная гигиена.

ПМП при травмах и несчастных случаях.

Понятие раны. Виды ран.

Кровотечения. Виды и признаки, способы временной остановки кровотечения.

Перевязочный материал. Повязки: основные виды, правила.

Ушибы, растяжения связок и ПМП при них. Закрытые и открытые переломы костей, их признаки. ПМП при переломах.

Понятие о шинах. Правила переноса пострадавших на руках, на носилках, с помощью подручных средств.

Понятие об ожогах и обморожениях, ПМП при них.

ПМП при тепловом и солнечном ударах, поражение электрическом током.

Первая помощь утопающему, способы искусственного дыхания.

ПМП при инфекционных заболеваниях, меры их предупреждения.

Пищевые отравления, ПМП при них.

Профилактика травматизма. Основные правила техники безопасности.

Лекарственные травы, их значение, назначение. Основные виды растений родного края, их использование. Умение собирать лекарственные травы.

Огневая подготовка.

Стрельба из пневматической винтовки из положения: лежа, стоя, с колена.

Неполная разборка и сборка автомата Калашникова.

Снаряжение магазина.

Основы и правила стрельбы.

Скоростная стрельба.

Основа туристической техники.

Ориентирование в туристическом походе.

Организация бивака.

Разведение костра.

Установка палатки.

Способы преодоления препятствий во время маршрута.

Дорога без опасности.

Изучение правил дорожного движения.

Изучение дорожных знаков, сигналов светофора, жестов регулировщика.

Обязанности пешеходов, пассажиров и велосипедистов.

Фигурное вождение велосипеда.

Рукопашный бой.

Само страховка: при падении вперёд, при падении назад, при падении на бок.

Комплекс приёмов рукопашного боя без оружия на 8 счётов.

Приёмы рукопашного боя с оружием.

Приёмы рукопашного боя с оружием.

Приёмы освобождения от захватов.

Пожарная безопасность.

Боевое развёртывание от пожарного автомобиля.

Пожарная эстафета.

Участие в слетах и соревнованиях

Участие в районных и республиканских мероприятиях

Участие в слетах военно-патриотических клубов

Ожидаемые результаты обучения:

Обучающиеся должны знать/понимать:

-военную историю (основные события и памятные даты);

-структуру ВС РФ;

-символы МП;

-иметь понятие об Уставах (внутренней, гарнизонной и караульной служб);

-знать устройство оружия (автомат АКМ-74);

-знать приемы огневой подготовки и правила ТБ при стрельбе);

-знать приемы тактической подготовки (военная топография и разведка).

Обучающиеся должны уметь:

-выполнять строевые команды и приемы;

-овладеть основными навыками и техниками ведения рукопашного боя;

-производить неполную разборку и сборку АКМ-74 (выполнение на

норматив);

-выполнить нормативы по ОФП (бег, отжимание, подтягивание на

перекладине);

- принимать участие в соревнованиях по самбо и рукопашному бою и самбо;

- принимать участие в смотрах-конкурсах, военизированных сборах и

оборонно-спортивных лагерях.

**Учебный план 2 года обучения**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Название раздела, темы | Количество часов | | | Формы аттестации/контроля |
| всего | теория | практика |
| 1 | Введение (комплектование группы) | 1 | 2 |  | Проверка теоретических знаний |
| 2 | Огневая подготовка | 10 | 10 | 10 | Проверка теоретических знаний  Практическое решение задач |
| 3 | Чрезвычайные ситуации | 13 | 10 | 16 | Проверка теоретических знаний |
| 4 | История Вооружённых сил | 10 | 10 | 10 | Проверка теоретических знаний  Умение применения на практике полученных навыков |
| 5 | Прикладная физическая подготовка | 15 | 10 | 20 | Проверка теоретических знаний  Умение применения на практике полученных навыков |
| 6 | Строевая подготовка | 12 | 10 | 14 | Проверка теоретических знаний  Умение применения на практике полученных навыков |
| 7 | Подготовка к районным соревнованиям, состязаниям, играм | 11 | 10 | 12 | Проверка теоретических знаний  Умение применения на практике полученных навыков |
|  |  | 72 | 62 | 82 |  |
|  | итого | 144 |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |

**календарный учебный график**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | месяц | число | Время проведения занятий | Форма занятий | Количество часов | Тема занятий | Место проведения | Форма контроля |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 1.1 |  |  |  | Теория  практика | 2 | выход в классы. Комплектование групп | Кабинет ОБЗР, спортзал | Мероприятия, посвящённые важным историческим датам; деловые игры; диспуты, викторины; исследовательская деятельность; коллективные творческие дела; смотры-конкурсы, выставки; соревнования; портфолио.  **Форм подведения итогов**: викторина, конкурс знатоков истории, конкурс рисунков, беседа, тестирование по теме |
| 2.1 |  |  |  | Теория | 1 | Пневматическое оружие, его устройство, технические данные | Кабинет ОБЗР, спортзал |
|  |  |  |  | практика | 1 | Правила пользования. Ухо/и Правила поведения и ТБ при стрельбе из пневмат. оружия | Кабинет ОБЗР, спортзал,тир |
| 2.2 |  |  |  | Теория | 2 | Правила прицеливания и удержание. Пристрелка винтовки и выбор мишени | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 2.3 |  |  |  | практика | 2 | Номера мишеней и расстояние до них. Корректировка стрельбы. Стрельба стоя | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 2.4 |  |  |  | Теория | 2 | Основы стрельбы лёжа с жёсткого упора. Стрельба с положения стоя на колене | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 2.5 |  |  |  | практика | 2 | Основы стрельбы лёжа с упором через локоть, предплечье | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 2.6 |  |  |  | Теория | 1 | Чистка и смазка оружия стрельба из пн. пистолета правила использования и ТБ при  стрельбе | Кабинет ОБЗР, спортзал | Мероприятия, посвящённые важным историческим датам; деловые игры; диспуты, викторины; исследовательская деятельность; коллективные творческие дела; смотры-конкурсы, выставки; соревнования; портфолио.  **Форм подведения итогов**: викторина, конкурс знатоков истории, конкурс рисунков, беседа, тестирование по теме |
| 2.7 |  |  |  | практика | 1 | Стрельба из пн. пистолета стоя, удержание пистолета двумя руками. | Кабинет ОБЗР, спортзал |
|  |  |  |  | Теория | 1 | Стрельба из пн. пистолета стоя, удержание пистолета одной рукой | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 2.8 |  |  |  | практика | 2 | положения лёжа. Чистка и смазка оружия | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 2.9 |  |  |  | Теория | 2 | Соревнование по стрельбе из пн. пистолета среди курсантов (личное первенство) | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 2.10 |  |  |  | практика | 2 | Соревнование по стрельбе из пн. пистолета (личное первенство) | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 3.1 |  |  |  | Теория | 2 | **Чрезвычайные ситуации** Ч.С в природе. Землетрясения. Способы защиты | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 3.2 |  |  |  | практика | 2 | Оползень, сели, обвалы, наводнения. Способы защиты | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 3.3 |  |  |  | Теория | 2 | Ч.С. Техногенного характера. Аварии на объектах народногохоз-ва | Кабинет ОБЗР, спортзал |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 3.4 |  |  |  | Теория | 2 | Хим. Опасные объекты в вашем городе. Аварии с выбросом радиоактивных вещ-в | Кабинет ОБЗР, спортзал | Мероприятия, посвящённые важным историческим датам; деловые игры; диспуты, викторины; исследовательская деятельность; коллективные творческие дела; смотры-конкурсы, выставки; соревнования; портфолио.  **Форм подведения итогов**: викторина, конкурс знатоков истории, конкурс рисунков, беседа, тестирование по теме |
| 3.5 |  |  |  | практика | 2 | Способы защиты | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 3.6 |  |  |  | Теория | 2 | Правила пожарной безопасности БОГ1Д. Цели и задачи ЮД11.Д | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 3.7 |  |  |  | практика | 2 | Противопожарный режим в школе, в доме, квартире. Первичные средства пожаротушения. | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 3.8 |  |  |  | Теория | 2 | Правила дорожного движения. Движения пешеходов, на велосипеде, на мопеде. | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 3.9 |  |  |  | практика | 2 | Дорожные знаки | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 3.10 |  |  |  | Теория | 1 | Основы медицинских знаний. [Наложение повязок на палец, кисть, локоть, колено. | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 3.11 |  |  |  | практика | 2 | Наложение повязок на голову, живот, остановка кровотечения жгутом |  |  |
| 3.12 |  |  |  | Теория | 2 | Искусственное дыхание. Эвакуации пострадавших | Кабинет ОБЗР, спортзал | Мероприятия, посвящённые важным историческим датам; деловые игры; диспуты, викторины; исследовательская деятельность; коллективные творческие дела; смотры-конкурсы, выставки; соревнования; портфолио.  **Форм подведения итогов**: викторина, конкурс знатоков истории, конкурс рисунков, беседа, тестирование по теме |
| 3.13 |  |  |  | практика | 2 | Способы без носилочного  переноса пострадавших | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 4.1 |  |  |  | Теория | 2 | **История Bооруженных сил.** Зарождение и становление ВС русского государствава. Первые русские солдаты, офицеры, женщины офицеры | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 4.2 |  |  |  | практика | 2 | Одни из первых уставных документов на Руси и появление первых воинских званий | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 4.3 |  |  |  | практика |  | Первые советские военно-учебные заведения. Первые |  |  |
|  |  |  |  | практика | 2 | уставы советских ВС | Кабинет ОБЗР, спортзал | Мероприятия, посвящённые важным историческим датам; деловые игры; диспуты, викторины; исследовательская деятельность; коллективные творческие дела; смотры-конкурсы, выставки; соревнования; портфолио.  **Форм подведения итогов**: викторина, конкурс знатоков истории, конкурс рисунков, беседа, тестирование по теме |
| 4.4 |  |  |  | Теория | 2 | Первые герои сов. Союза. 11ервая в ВОВ поступательная операция Советской армии | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 4.5 |  |  |  | практика | 2 | Партизанское движение в период ВОВ от Дениса Давыдова до Михаила Дробова | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 4.6 |  |  |  | Теория | 2 | История Родос войск, спец. войск и тыла. Подвиги солдат СА в Афганистане | Кабинет ОБЗР, спортзал |  |
| 4.7 |  |  |  | практика | 2 | Подвиги солдат и офицеров РА в гор .точках. Предшественники войск спец. назначения | Кабинет ОБЗР, спортзал | Мероприятия, посвящённые важным историческим датам; деловые игры; диспуты, викторины; исследовательская деятельность; коллективные творческие дела; смотры-конкурсы, выставки; соревнования; портфолио.  **Форм подведения итогов**: викторина, конкурс знатоков истории, конкурс рисунков, беседа, тестирование по теме |
| 4.8 |  |  |  | Теория | 2 | Спец. группы разведуправление Генштаба. Спец. группы | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 4.9 |  |  |  | практика | 2 | Мор.пехота (развед. роты) ВДВ (развед. роты) | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 4.10 |  |  |  | Теория | 2 | ВВ (подразделения сил спецназ) | Кабинет ОБЖ, спортзал |
| 5.1 |  |  |  | практика | 3 | **Прикладная физическая подготовка** Развивающее упражнение на перекладине | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 5.2 |  |  |  | Теория | 3 | Упражнения на брусьях. Разучивание и Тренировка в выполнении подготовительных | Кабинет ОБЗР, спортзал | Мероприятия, посвящённые важным историческим датам; деловые игры; диспуты, викторины; исследовательская деятельность; коллективные творческие дела; смотры-конкурсы, выставки; соревнования; портфолио.  **Форм подведения итогов**: викторина, конкурс знатоков истории, конкурс рисунков, беседа, тестирование по теме |
| 5.3 |  |  |  | практика | 2 | приёмов Рукопашного боя, самострахование подготовка к | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 5.4 |  |  |  | Теория | 2 | бою, передвижение и выполнение подготовительных | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 5.5 |  |  |  | практика | 2 | приёмов в комплексе, совершенствование приёмов «задней подножки» | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 5.6 |  |  |  | Теория | 2 | Связывание приёмов защиты от ударов рукой, ногой, | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 5.7 |  |  |  | практика | 2 | освобождение от захватов противника. Совершенствование | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 5.8 |  |  |  | Теория | 2 | приёмов самострахования. Разучивание приёмов «задняя | Кабинет ОБЗР, спортзал | Мероприятия, посвящённые важным историческим датам; деловые игры; диспуты, викторины; исследовательская деятельность; коллективные творческие дела; смотры-конкурсы, выставки; соревнования; портфолио.  **Форм подведения итогов**: викторина, конкурс знатоков истории, конкурс рисунков, беседа, тестирование по теме |
| 5.9 |  |  |  | практика | 2 | подножка», связывание противника. Разучивание и | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 5.10 |  |  |  | Теория | 2 | тренировка в выполнении приёмов защиты от ударов ножом сверху, снизу, сбоку, | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 5.11 |  |  |  | практика | 2 | прямо. Обезоруживание противника, комплексные | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 5.12 |  |  |  | Теория | 2 | тренировки в совершенствовании приёмов. | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 5.13 |  |  |  | практика | 1 | Медитация и акробатика | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 5.14 |  |  |  | Теория | 2 | **ПФП** Разучивание приёмов защиты от ударов ногой | Кабинет ОБЗР, спортзал | Мероприятия, посвящённые важным историческим датам; деловые игры; диспуты, викторины; исследовательская деятельность; коллективные творческие дела; смотры-конкурсы, выставки; соревнования; портфолио.  **Форм подведения итогов**: викторина, конкурс знатоков истории, конкурс рисунков, беседа, тестирование по теме |
| 5.15 |  |  |  | практика | 2 | Комплексные тренировки в совершенствовании изученных приёмов | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 6.1 |  |  |  | Теория | 2 | **Строевая подготовка** Строи и управление ими. Обязанности солдата перед построением и в строю | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 6.2 |  |  |  | практика | 2 | **Строевые приёмы и движение без оружия** Обязанности командиров перед построением и в строю. Строевая стойка и повороты на месте | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 6.3 |  |  |  | Теория | 2 | Движение строевым шагом. Повороты в движении, строевая стойка | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 6.4 |  |  |  | практика | 2 | Повороты на месте, построение из одной шеренги в две и обратно | Кабинет ОБЗР, спортзал |  |
| 6.5 |  |  |  | Теория | 2 | Практические. Строевой шаг. Повороты в движении. Отдания воинского приветствия на месте | Кабинет ОБЗР, спортзал | Мероприятия, посвящённые важным историческим датам; деловые игры; диспуты, викторины; исследовательская деятельность; коллективные творческие дела; смотры-конкурсы, выставки; соревнования; портфолио.  **Форм подведения итогов**: викторина, конкурс знатоков истории, конкурс рисунков, беседа, тестирование по теме |
| 6.6 |  |  |  | практика | 2 | И в движении. Ответ на приветствие в движении. Выход из строя, подход к начальнику. | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 6.7 |  |  |  | Теория | 2 | Возвращение в строй совершенствование строевых  приёмов. | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 6.8 |  |  |  | практика | 2 | Развёрнутый строй. Походный строй. Построение отделения в развёрнутый строй | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 6.9 |  |  |  | Теория | 2 | Перестроение отделения из развёрнутого в походный и обратно. | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 6.10 |  |  |  | практика | 2 | Отдание воинского приветствия с строю на месте, в движении. Строи взвода. Развёрнутый строй, походный | Кабинет ОБЗР, спортзал | Мероприятия, посвящённые важным историческим датам; деловые игры; диспуты, викторины; исследовательская деятельность; коллективные творческие дела; смотры-конкурсы, выставки; соревнования; портфолио.  **Форм подведения итогов**: викторина, конкурс знатоков истории, конкурс рисунков, беседа, тестирование |
| 6.11 |  |  |  | Теория | 2 | Совершенствование в отдании воинского приветствия в строю, на месте и в движении | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 7.1 |  |  |  | практика | 22 | Участие в слетах и соревнованиях | Кабинет ОБЗР, спортзал |
|  |  |  |  |  |  | Военно-патриотические слеты, мероприятия, парады, поисковые экспедиции. |  |
|  |  |  |  | итого | 144 |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |

**Содержание программы 3 года обучения**

Работа кружка – это не разовое эпизодическое мероприятие, а массовая форма систематической военно-патриотической и спортивной работы. Она представляет собой комплекс занятий по ОБЖ и ОВС, соревнований, эстафет, конкурсов, викторин, походов, тактических игр на местности и других мероприятий, которые закладывают основы морально-психологической подготовки, способствуют физической закалке и совершенствованию военных знаний и навыков.

Направления деятельности.

Общая физическая подготовка.

Правила выполнения самостоятельных занятий ОФП. И Предупреждение травматизма. Подбор заданий для самостоятельных занятий. Гигиена и закаливание.

Упражнения и игры на развитие быстроты и выносливости.

Упражнения и игры на развитие скоростно-силовых качеств.

Упражнения и игры на развитие ловкости и силы.

Командные игры.

Строевая подготовка.

Обязанности командиров отрядов в организации и управлении строем.

Строевая выучка. Построение в одну, в две шеренги по звеньям.

Сигналы управления строем.

Движение строем, поворот в движении, размыкание и смыкание строя.

Исполнение песни в строю, отдание воинской чести во время движения отряда.

Выход из строя и подход к начальнику, возврат в строй.

Туризм.

Ориентирование на местности без карты. Определение направления на стороны горизонта. Измерение расстояний.

Движение по азимуту.

Составление схемы местности и нанесение цели на схему.

Чтение топографических знаков. Изображение местных предметов и рельефа.

Измерение расстояния различными способами.

Организация движения по азимуту.

Первая меицинская помощь.

*Главная задача* – научить оказывать первую медицинскую помощь при разных ситуациях.

Личная и общественная гигиена.

ПМП при травмах и несчастных случаях.

Понятие раны. Виды ран.

Кровотечения. Виды и признаки, способы временной остановки кровотечения.

Перевязочный материал. Повязки: основные виды, правила.

Ушибы, растяжения связок и ПМП при них. Закрытые и открытые переломы костей, их признаки. ПМП при переломах.

Понятие о шинах. Правила переноса пострадавших на руках, на носилках, с помощью подручных средств.

Понятие об ожогах и обморожениях, ПМП при них.

ПМП при тепловом и солнечном ударах, поражение электрическом током.

Первая помощь утопающему, способы искусственного дыхания.

ПМП при инфекционных заболеваниях, меры их предупреждения.

Пищевые отравления, ПМП при них.

Профилактика травматизма. Основные правила техники безопасности.

Лекарственные травы, их значение, назначение. Основные виды растений родного края, их использование. Умение собирать лекарственные травы.

Огневая подготовка.

Стрельба из пневматической винтовки из положения: лежа, стоя, с колена.

Неполная разборка и сборка автомата Калашникова.

Снаряжение магазина.

Основы и правила стрельбы.

Скоростная стрельба.

Основа туристической техники.

Ориентирование в туристическом походе.

Организация бивака.

Разведение костра.

Установка палатки.

Способы преодоления препятствий во время маршрута.

Дорога без опасности.

Изучение правил дорожного движения.

Изучение дорожных знаков, сигналов светофора, жестов регулировщика.

Обязанности пешеходов, пассажиров и велосипедистов.

Фигурное вождение велосипеда.

Рукопашный бой.

Самостраховка: при падении вперёд, при падении назад, при падении на бок.

Комплекс приёмов рукопашного боя без оружия на 8 счётов.

Приёмы рукопашного боя с оружием.

Приёмы рукопашного боя с оружием.

Приёмы освобождения от захватов.

Пожарная безопасность.

Боевое развёртывание от пожарного автомобиля.

Пожарная эстафета.

Надевание «боёвки» - боевой одежды.

Участие в слетах и соревнованиях

Участие в районных и республиканских мероприятиях

Участие в слетах военно-патриотических клубов

**Учебный план 3 года обучения**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Название раздела, темы | Количество часов | | | Формы аттестации/контроля |
| всего | теория | практика |
| 1 | Первая медицинская помощь | 32 | 20 | 15 | Проверка теоретических знаний |
| 2 | Туризм | 15 | 5 | 10 | Проверка теоретических знаний  Практическое решение задач |
| 3 | Дорога без опасности | 8 |  |  | Проверка теоретических знаний |
| 4 | . Общая физическая подготовка и строевая подготовка | 86 | 26 | 60 | Проверка теоретических знаний  Умение применения на практике полученных навыков |
| 5 | Рукопашный бой (18 ч). | 20 | 5 | 15 | Проверка теоретических знаний  Умение применения на практике полученных навыков |
| 6 | Пожарная безопасность | 10 | 2 | 8 | Проверка теоретических знаний  Умение применения на практике полученных навыков |
| 7 | Огневая подготовка | 8 | 2 | 6 | Проверка теоретических знаний  Умение применения на практике полученных навыков |
|  | Основы туристической техники | 10 | 2 | 8 |  |
| 8 | Участие в районных, республиканских мероприятиях и соревнованиях | 40 |  |  |  |
|  |  | 216 |  |  |  |

**календарный учебный график**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | месяц | число | Время проведения занятий | Форма занятий | Количество часов | Тема занятий | Место проведения | Форма контроля |
|  |  |  |  |  |  | Первая медицинская помощь | Кабинет ОБЗР, спортзал |  |
| 1.1 |  |  |  | Теория  практика | 2 | Личная и общественная гигиена. | Кабинет ОБЗР, спортзал | Мероприятия, посвящённые важным историческим датам; деловые игры; диспуты, викторины; исследовательская деятельность; коллективные творческие дела; смотры-конкурсы, выставки; соревнования; портфолио.  **Форм подведения итогов**: викторина, конкурс знатоков истории, конкурс рисунков, беседа, тестирование по теме |
| 1.2 |  |  |  | Теория | 2 | Первая медицинская помощь при травмах и несчастных случаях. | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 1.3 |  |  |  | практика | 2 | Понятие раны. Виды ран. | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 1.4 |  |  |  | Теория | 2 | Кровотечения. Виды и признаки, способы временной остановки кровотечения. | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 1.5 |  |  |  | практика | 2 | Перевязочный материал. Повязки: основные виды, правила. | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 1.6 |  |  |  | Теория | 2 | Ушибы, растяжения связок и первая медицинская помощь при них. | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 1.7 |  |  |  | практика | 2 | Закрытые и открытые переломы костей, их признаки. Первая медицинская помощь при переломах. | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 1.8 |  |  |  | Теория | 2 | Понятие о шинах. Правила переноса пострадавших на руках, на носилках, с помощью подручных средств. | Кабинет ОБЗР, спортзал | Мероприятия, посвящённые важным историческим датам; деловые игры; диспуты, викторины; исследовательская деятельность; коллективные творческие дела; смотры-конкурсы, выставки; соревнования; портфолио.  **Форм подведения итогов**: викторина, конкурс знатоков истории, конкурс рисунков, беседа, тестирование по теме |
| 1.9 |  |  |  | практика | 2 | Понятие об ожогах и обморожениях, первая медицинская помощь при них. | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 1.10 |  |  |  | Теория | 2 | Первая медицинская помощь при тепловом и солнечном ударах, поражение электрическом током. | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 1.11 |  |  |  | практика | 2 | Первая медицинская помощь утопающему, способы искусственного дыхания. | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 1.12 |  |  |  | Теория | 2 | Первая медицинская помощь при инфекционных заболеваниях, меры их предупреждения. | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 1.13 |  |  |  | практика | 2 | Пищевые отравления, первая медицинская помощь при них. | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 1.14 |  |  |  | Теория | 2 | Профилактика травматизма. Основные правила техники безопасности. | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 1.15 |  |  |  | практика | 2 | Лекарственные травы, их значение, назначение. | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 1.16 |  |  |  | Теория | 2 | Основные виды растений родного края, их использование. Умение собирать лекарственные травы. | Кабинет ОБЗР, спортзал |  |
|  |  |  |  |  |  | Туризм |  |  |
| 2.1 |  |  |  | Теория | 2 | Ориентирование на местности без карты. | Кабинет ОБЗР, спортзал | Мероприятия, посвящённые важным историческим датам; деловые игры; диспуты, викторины; исследовательская деятельность; коллективные творческие дела; смотры-конкурсы, выставки; соревнования; портфолио.  **Форм подведения итогов**: викторина, конкурс знатоков истории, конкурс рисунков, беседа, тестирование по теме |
| 2.2 |  |  |  | практика | 2 | Определение направления на стороны горизонта. Измерение расстояний. | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 2.3 |  |  |  | Теория | 2 | Движение по азимуту. | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 2.4 |  |  |  | практика | 2 | Составление схемы местности и нанесение цели на схему. | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 2.5 |  |  |  | Теория | 2 | Чтение топографических знаков. Изображение местных предметов и рельефа. | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 2.6 |  |  |  | практика | 2 | Измерение расстояния различными способами. | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 2.7 |  |  |  | Теория | 2 | Организация движения по азимуту. | Кабинет ОБЗР, спортзал |
|  |  |  |  |  |  | Дорога без опасности | Кабинет ОБЗР |  |
| 3.1 |  |  |  | Теория | 2 | Изучение правил дорожного движения. | Кабинет ОБЗР, спортзал | Мероприятия, посвящённые важным историческим датам; деловые игры; диспуты, викторины; исследовательская деятельность; коллективные творческие дела; смотры-конкурсы, выставки; соревнования; портфолио.  **Форм подведения итогов**: викторина, конкурс знатоков истории, конкурс рисунков, беседа, тестирование по теме |
| 3.2 |  |  |  | практика | 2 | Изучение дорожных знаков, сигналов светофора, жестов регулировщика. | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 3.3 |  |  |  | Теория | 2 | Обязанности пешеходов, пассажиров и велосипедистов. | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 3.4 |  |  |  | практика | 2 | Фигурное вождение велосипеда. | Кабинет ОБЗР, спортзал |
|  |  |  |  |  |  | Общая физическая подготовка и строевая подготовка |  |  |
| 4.1 |  |  |  | практика | 2 | Строевая подготовка: обязанности командиров отрядов в организации и управлении строем, строевая выучка. Развитие прыгучести: эстафеты с прыжками. | Кабинет ОБЗР, спортзал | Мероприятия, посвящённые важным историческим датам; деловые игры; диспуты, викторины; исследовательская деятельность; коллективные творческие дела; смотры-конкурсы, выставки; соревнования; портфолио.  **Форм подведения итогов**: викторина, конкурс знатоков истории, конкурс рисунков, беседа, тестирование по теме |
| 4.2 |  |  |  | Теория | 2 | Строевая подготовка: строевая выучка. Бег по пересечённой местности. Провести учёт по прыжкам в длину с места. | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 4.3 |  |  |  | практика | 2 | Строевая подготовка: действие в составе отряда на месте. Провести бег на выносливость 4 минуты. | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 4.4 |  |  |  | Теория | 2 | Строевая подготовка: действие в составе отряда на месте. Развитие координационных способностей: челночный бег 3х10 м. Игра на местности. | Кабинет ОБЗР, спортзал |  |
| 4.5 |  |  |  | практика | 2 | Строевая подготовка: действие в составе отряда на месте. Обучение перемещению по местности поточным способом. Функционирование «командой». | Кабинет ОБЗР, спортзал | Мероприятия, посвящённые важным историческим датам; деловые игры; диспуты, викторины; исследовательская деятельность; коллективные творческие дела; смотры-конкурсы, выставки; соревнования; портфолио.  **Форм подведения итогов**: викторина, конкурс знатоков истории, конкурс рисунков, беседа, тестирование по теме |
| 4.6 |  |  |  | Теория | 2 | Строевая подготовка: действие в составе отряда на месте. Общая физическая подготовка. Эстафеты. | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 4.7 |  |  |  | практика | 2 | Строевая подготовка: действие в составе отряда на месте. Учёт силовых качеств: подтягивание. Подвижные игры с бегом. | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 4.8 |  |  |  | Теория | 2 | Строевая подготовка: действие в составе отряда на месте. Обучение метанию гранаты в цель. | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 4.9 |  |  |  | практика | 2 | Строевая подготовка: действие в составе отряда на месте. Развитие скоростной выносливости. Подвижные игры на местности. | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 4.10 |  |  |  | Теория | 2 | Строевая подготовка: действие в составе отряда в движении. Развитие скоростных качеств. | Кабинет ОБЗР, спортзал | Мероприятия, посвящённые важным историческим датам; деловые игры; диспуты, викторины; исследовательская деятельность; коллективные творческие дела; смотры-конкурсы, выставки; соревнования; портфолио.  **Форм подведения итогов**: викторина, конкурс знатоков истории, конкурс рисунков, беседа, тестирование по теме |
| 4.11 |  |  |  | практика | 2 | Строевая подготовка: действие в составе отряда в движении. Простейший комплекс силовой подготовки. Бег с заданиями. | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 4.12 |  |  |  | Теория | 2 | Строевая подготовка: действие в составе отряда в движении. Подвижные игры, развивающие скоростную выносливость. | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 4.13 |  |  |  | практика | 2 | Строевая подготовка: действие в составе отряда в движении. Развитие координационных способностей. Эстафеты, развивающие ловкость, меткость и быстроту. | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 4.14 |  |  |  | Теория | 2 | Строевая подготовка: действие в составе отряда в движении. Учёт скоростных качеств в беге на 60 и 100 метров. Подвижная игра. | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 4.15 |  |  |  | практика | 2 | Строевая подготовка: действие в составе отряда в движении. Развитие выносливости в беге на 1000 метров: 500 метров бежать и 500 метров идти (обучение правильному дыханию). | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 4.16 |  |  |  | Теория | 2 | Строевая подготовка: действие в составе отряда в движении. Полоса препятствий. | Кабинет ОБЗР, спортзал | Мероприятия, посвящённые важным историческим датам; деловые игры; диспуты, викторины; исследовательская деятельность; коллективные творческие дела; смотры-конкурсы, выставки; соревнования; портфолио.  **Форм подведения итогов**: викторина, конкурс знатоков истории, конкурс рисунков, беседа, тестирование по теме |
| 4.17 |  |  |  | практика | 2 | Строевая подготовка: одиночная строевая выучка. Развитие быстроты реакции. Бег с заданиями. | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 4.18 |  |  |  | Теория | 2 | Строевая подготовка: одиночная строевая выучка. Эстафеты с преодолением вертикальных препятствий. | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 4.19 |  |  |  | практика | 2 | Строевая подготовка: одиночная строевая выучка. Круговая тренировка. | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 4.20 |  |  |  | Теория | 2 | Строевая подготовка: одиночная строевая выучка. Подвижные игры с элементами лазания, перелазания и с прыжками через препятствия. | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 4.21 |  |  |  | практика | 2 | Строевая подготовка: одиночная строевая выучка. Выполнение статического усилия: вис на согнутых руках. | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 4.22 |  |  |  | Теория | 2 | Строевая подготовка: одиночная строевая выучка. Эстафеты на развитие основных двигательных качеств. Силовые упражнения. | Кабинет ОБЗР, спортзал | Мероприятия, посвящённые важным историческим датам; деловые игры; диспуты, викторины; исследовательская деятельность; коллективные творческие дела; смотры-конкурсы, выставки; соревнования; портфолио.  **Форм подведения итогов**: викторина, конкурс знатоков истории, конкурс рисунков, беседа, тестирование по теме |
| 4.23 |  |  |  | практика | 2 | Строевая подготовка: строевые приёмы со знаменем. Развитие равновесия в эстафетах и играх. | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 4.24 |  |  |  | Теория | 2 | Строевая подготовка: строевые приёмы со знаменем. Развитие скоростных качеств в круговой эстафете. Ловля теннисного мяча в парах: развитие ловкости и быстроты реакции. | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 4.25 |  |  |  | практика | 2 | Строевая подготовка: строевые приёмы со знаменем. Лазание по наклонной плоскости различными способами. Подвижная игра на местности. | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 4.26 |  |  |  | Теория | 2 | Строевая подготовка: строевые приёмы со знаменем. Командная игра на местности с элементами марш-броска. | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 4.27 |  |  |  | практика | 2 | Строевая подготовка: строевые приёмы со знаменем. Подвижная игра с ловлей и передачей мяча. Силовые упражнения в упорах. | Кабинет ОБЗР, спортзал |  |
| 4.28 |  |  |  | Теория | 2 | Строевая подготовка: строевые приёмы со знаменем. Прохождение полосы препятствий в зале. Упражнения в висах и упорах. | Кабинет ОБЗР, спортзал | Мероприятия, посвящённые важным историческим датам; деловые игры; диспуты, викторины; исследовательская деятельность; коллективные творческие дела; смотры-конкурсы, выставки; соревнования; портфолио.  **Форм подведения итогов**: викторина, конкурс знатоков истории, конкурс рисунков, беседа, тестирование по теме |
| 4.29 |  |  |  | практика | 2 | Строевая подготовка: строевые приёмы со знаменем. Развитие скоростной выносливости в беге с преодолением вертикальных препятствий. | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 4.30 |  |  |  | Теория | 2 | Строевая подготовка: строевые приёмы со знаменем. Тестирование по подтягиванию и отжиманию. | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 4.31 |  |  |  | практика | 2 | Строевая подготовка: строевые приёмы со знаменем. Бег по пересечённой местности. Безопасное поведение во время прохождения трассы. ОФП. | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 4.32 |  |  |  | Теория | 2 | Строевая подготовка: строевые приёмы со знаменем. Подвижная командная игра «Взятие крепости», развивающая основные двигательные качества. | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 4.33 |  |  |  | практика | 2 | Строевая подготовка: строевые приёмы со знаменем. Совершенствование прыжков в высоту. Силовые упражнения на рукоходах. | Кабинет ОБЗР, спортзал | Мероприятия, посвящённые важным историческим датам; деловые игры; диспуты, викторины; исследовательская деятельность; коллективные творческие дела; смотры-конкурсы, выставки; соревнования; портфолио.  **Форм подведения итогов**: викторина, конкурс знатоков истории, конкурс рисунков, беседа, тестирование по теме |
| 4.34 |  |  |  | Теория | 2 | Строевая подготовка: строевые приёмы со знаменем. Тестирование в 6 минутном беге. ОФП. | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 4.35 |  |  |  | практика | 2 | Строевая подготовка: строевые приёмы со знаменем. Обучение метанию гранаты с разбега. Техника и правила выполнения метания. Круговая эстафета. | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 4.36 |  |  |  | Теория | 2 | Строевая подготовка: строевые приёмы со знаменем. Тестирование в беге на 1500 метров ОФП. | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 4.37 |  |  |  | практика | 2 | Строевая подготовка: строевые приёмы со знаменем. Подвижная игра на местности. ОФП. | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 4.38 |  |  |  | Теория | 2 | Строевая подготовка: строевые приёмы со знаменем. Тестирование – прыжки в длину с разбега. Ловля и передача мяча в движении. | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 4.39 |  |  |  | практика | 2 | Строевая подготовка: исполнение военной песни в составе отряда в движении. Бег по пересечённой местности с заданиями. | Кабинет ОБЗР, спортзал | Мероприятия, посвящённые важным историческим датам; деловые игры; диспуты, викторины; исследовательская деятельность; коллективные творческие дела; смотры-конкурсы, выставки; соревнования; портфолио.  **Форм подведения итогов**: викторина, конкурс знатоков истории, конкурс рисунков, беседа, тестирование по теме |
| 4.40 |  |  |  | Теория | 2 | Строевая подготовка: исполнение военной песни в составе отряда в движении. Совершенствование дыхательных упражнений во время движения. Подвижные игры на быстроту реакции. | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 4.41 |  |  |  | практика | 2 | Строевая подготовка: исполнение военной песни в составе отряда в движении. Тестирование 6 минутного бега. ОФП. | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 4.42 |  |  |  | Теория | 2 | Строевая подготовка: исполнение военной песни в составе отряда в движении. Силовая подготовка. Метание по движущейся цели. Игры на воздухе. | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 4.43 |  |  |  | практика | 2 | Строевая подготовка: исполнение военной песни в составе отряда в движении. Силовая подготовка. ОФП. | Кабинет ОБЗР, спортзал |
|  |  |  |  |  |  | . Рукопашный бой |  | Мероприятия, посвящённые важным историческим датам; деловые игры; диспуты, викторины; исследовательская деятельность; коллективные творческие дела; смотры-конкурсы, выставки; соревнования; портфолио.  **Форм подведения итогов**: викторина, конкурс знатоков истории, конкурс рисунков, беседа, тестирование по теме |
| 5.1-5.3 |  |  |  | практика | 4 | Само страховка: при падении вперёд, при падении назад, при падении на бок. ОФП. | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 5.4-5.6 |  |  |  | Теория | 4 | Само страховка: при падении вперёд, при падении назад, при падении на бок. ОФП. | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 5.7-5.11 |  |  |  | практика | 4 | Комплекс приёмов рукопашного боя без оружия на 8 счётов. | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 5.12-5.15 |  |  |  | Теория | 4 | Приёмы рукопашного боя с оружием и без оружия. | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 5.16-5.18 |  |  |  | практика | 4 | Приёмы освобождения от захватов. | Кабинет ОБЗР, спортзал |
|  |  |  |  |  |  | Пожарная безопасность |  |  |
| 6.1-6.2 |  |  |  | практика | 2 | Боевое развёртывание от пожарного автомобиля. | Кабинет ОБЗР, спортзал |  |
| 6.3-6.4 |  |  |  | Теория | 2 | Пожарная эстафета. | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 6.5 |  |  |  | практика | 2 | Надевание «боёвки» - боевой одежды | Кабинет ОБЗР, спортзал |
|  |  |  |  |  |  | Огневая подготовка |  |  |
| 7.1 |  |  |  | практика | 2 | Стрельба из пневматической винтовки из положения: лежа, стоя, с колена. | Кабинет ОБЗР, спортзал | Мероприятия, посвящённые важным историческим датам; деловые игры; диспуты, викторины; исследовательская деятельность; коллективные творческие дела; смотры-конкурсы, выставки; соревнования; портфолио.  **Форм подведения итогов**: викторина, конкурс знатоков истории, конкурс рисунков, беседа, тестирование по теме |
| 7.2 |  |  |  | Теория | 2 | Неполная разборка и сборка автомата Калашникова. | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 7.3-7.4 |  |  |  | практика | 2 | Снаряжение магазина. Основы и правила стрельбы. Скоростная стрельба. | Кабинет ОБЗР, спортзал,тир |
|  |  |  |  |  |  | Основы туристической техники |  |  |
| 8.1 |  |  |  | практика | 2 | Ориентирование в туристическом походе. | Кабинет ОБЗР, спортзал | Мероприятия, посвящённые важным историческим датам; деловые игры; диспуты, викторины; исследовательская деятельность; коллективные творческие дела; смотры-конкурсы, выставки; соревнования; портфолио.  **Форм подведения итогов**: викторина, конкурс знатоков истории, конкурс рисунков, беседа, тестирование по теме |
| 8.2 |  |  |  | Теория | 2 | Организация бивака. | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 8.3 |  |  |  | практика | 2 | Разведение костра. | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 8.4 |  |  |  | Теория | 2 | Установка палатки. | Кабинет ОБЗР, спортзал |
| 8.5 |  |  |  | практика | 2 | Способы преодоления препятствий во время маршрута. | Кабинет ОБЗР, спортзал |
|  |  |  |  |  |  | Участие в слетах и соревнованиях |  |  |
| 9.1  9.40 |  |  |  | итог | 216 | Военно-патриотические слеты, мероприятия, парады, поисковые экспедиции. |  |  |

Материально–техническое обеспечение  
Материально–техническое обеспечение клуба «Русичи»  
представлено:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п\п | Наименование | Количество, шт. |
| 1 | Спортивный зал | 1 |
| 2 | Турник спортивный | 2 |
| 3 | Брусья спортивные | 1 |
| 4 | Автомат АК–74М | 2 |
| 5 | Винтовка пневматическая | 3 |
| 6 | Пули для пневматической винтовки | по необходимости |
| 7 | тир | 1 |
| 8 | Противогаз ИП-5, ИП-4 | 8 |
| 9 | ОЗК | 1 |
| 10 | Форма полевая (штаны, куртка, берет) | 10 |