

Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение «Песочнодубровская средняя общеобразовательная школа» 636164, Томская область, Кожевниковский район, с. Песочнодубровка, ул. Советская 57, тел. (8-244) 42-322, 42-415, E-mail: pdubrovka2022@mail.ru ИНН 7008004874

Принято
протокол заседания
методического объединения
учителей
от 26 августа 2022г № 1

Согласовано
заместитель директора по ВР

Баровская О.А.
от 30 августа 2022 г.

Рабочая программа
учебного курса внеурочной деятельности
«Юнармия»
Класс: 5-9

Составитель:
Легалин ОЛ

2022 г.

Пояснительная записка.

Программа внеурочной деятельности "Юная армия" на 2022/23 учебный год разработана для обучающихся 5 - 9 классов

МКОУ «Песочнодубровская СОШ» разработана в соответствии с требованиями следующих документов:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
- Приказ Минпросвещения от 28.08.2020 № 442 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования» (распространяется на правоотношения до 1 сентября 2021 года).
- Приказ Минпросвещения от 22.03.2021 № 115 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования» (распространяется на правоотношения с 1 сентября 2021 года).
- Приказ Минобрнауки от 06.10.2009 № 373 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования».
- СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденные постановлением главного государственного санитарного врача России от 28.09.2020 № 28 (действуют с 1 января 2021 года).
- СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденные постановлением главного санитарного врача от 28.01.2021 № 2 (действуют с 1 марта 2021 года).
- Приказ Минпросвещения от 20.05.2020 № 254 «Об утверждении федерального перечня учебников, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования организациями, осуществляющими образовательную деятельность».
- Учебный план основного общего образования МКОУ «Песочнодубровская СОШ» на 2022/23 учебный год.
- Положение о программе дополнительного образования МКОУ «Песочнодубровская СОШ»

Проблемы патриотического воспитания личности нашли отражение в нормативных документах Министерства образования РФ: государственной программе «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации на 2021-2024годы» в которой определены понятие, содержание проблемы патриотического воспитания, цели и задачи, система программных мероприятий, механизмы реализации программы, что является основой организации деятельности с детьми.

В связи с этим проблема патриотического воспитания приобретает новые характеристики и соответственно новые подходы к ее решению как составная часть целостного процесса социальной адаптации, жизненного самоопределения и становления личности учащихся.

Сегодня мы понимаем определение патриотического воспитания как систематическая и целенаправленная деятельность органов государственной власти и организаций по формированию у граждан высокого патриотического сознания, чувства верности своему Отечеству, готовности к выполнению гражданского долга и конституционных обязанностей по защите интересов Родины.

Гражданско-патриотическое воспитание является одним из основных системообразующих факторов воспитательной системы школы.

Цель:

Создание условий для формирования гражданско-патриотических качеств личности обучающихся, навыков начальной военной подготовки, воспитание чувства патриотизма, товарищества, ответственности.

Задачи:

- Повысить патриотическую подготовку участников курса.
- Повысить уровень знаний, умений и навыков по начальной военной подготовке
- Отработать и выполнить основные нормативы
- Привлечь школьников к здоровому образу жизни, занятиям военно-прикладными видами спорта.

Возрождение стремления молодежи к службе в Вооруженных силах Российской Федерации, готовность граждан к защите интересов Отечества, бережное сохранение и развитие его славных боевых и трудовых традиций. Получение практических навыков по начальной военной подготовке, прирост знаний воспитанников в области основных военных дисциплин, достижение нормативных требований по физической подготовке. Укрепление физического и психологического здоровья детей. Воспитание качеств личности: уважение и любовь к Родине и ее истокам, традициям, символике. Воспитание гуманности, способности к сотрудничеству, трудолюбия, честность, самостоятельности. Участие в районных и областных финалах детско-юношеской оборонно-спортивной игры «Зарница».

Начальная военная подготовка осуществляется как на теоретических, так и на практических занятиях. Теоретические занятия проводятся преимущественно в форме рассказа и беседы с использованием дидактического материала и технических средств обучения. Практические занятия направлены на закрепление изучаемого материала с использованием вооружения и военно-технического имущества, приборов и другого оборудования.

При проведении вводного занятия особое внимание обращается на роль подготовки молодежи к военной службе и защите, на необходимость концентрации моральных, нравственных, психологических и физических сил для выполнения требований программы начальной военной подготовки.

Основы военного дела являются базовой частью программы начальной военной подготовки, и состоит из следующих глав:

- Военно-историческая подготовка
- Гражданская оборона и основы медико-санитарной подготовки
- Основы военной службы

Учебно-методическое обеспечение программы:

- Конституция РФ
- Конвенция о правах ребёнка
- Постановление Правительства Российской Федерации от 5 октября 2010 г. № 795 «О государственной программе «Патриотическое воспитание у граждан Российской Федерации на 2011-2015 годы»
- Федеральный закон от 13 марта 1995 г. N 32-ФЗ "О днях воинской славы и памятных датах России" (с изменениями от 22 августа, 29 декабря 2004 г., 21 июля 2005 г., 15 апреля 2006 г., 28 февраля, 24 октября 2007 г., 10 апреля 2009 г., 31 мая, 23 июля, 29 ноября 2010 г.)
- Федеральные законы Российской Федерации “О Воинской обязанности и воинской службе”, “Об обороне”, “О гражданской обороне”
- Письма Министерства общего и профессионального образования Российской Федерации от 14.07.98 г. №1133/14 – 12

Планируемые результаты освоения обучающимися программы внеурочной деятельности

В процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья у обучающихся формируются познавательные, личностные, регулятивные, коммуникативные универсальные учебные действия.

Основная образовательная программа учреждения предусматривает достижение следующих результатов образования:

- личностные результаты – готовность и способность обучающихся к саморазвитию, сформированность мотивации к учению и познанию, ценностно-смысловые установки выпускников, отражающие их индивидуально-личностные позиции, социальные компетентности, личностные качества; сформированность основ российской, гражданской идентичности;
- метапредметные результаты – освоенные обучающимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные);
- предметные результаты – освоенный обучающимися в ходе изучения учебных предметов опыт специфической для каждой предметной области деятельности по получению нового знания, его преобразованию и применению, а также система основополагающих элементов научного знания, лежащая в основе современной научной картины мира.

Личностными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Волейбол» является формирование следующих умений:

- *Определять и высказывать* простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);
- В предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, *делать выбор*, при поддержке других участников группы и педагога, как поступить.

Метапредметными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Волейбол» - является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

1. *Регулятивные УУД:*

- *Определять и формулировать* цель деятельности на занятии с помощью учителя, а далее самостоятельно.
- *Проговаривать* последовательность действий.
- Учить *высказывать* своё предположение (версию) на основе данного задания, учить *работать* по предложенному учителем плану, а в дальнейшем уметь самостоятельно планировать свою деятельность.
- Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала.
- Учиться совместно с учителем и другими воспитанниками *давать* эмоциональную *оценку* деятельности команды на занятии.
- Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

Предметные результаты программы внеурочной деятельности:

- осознание обучающимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья, а значит, произойдет уменьшение пропусков по причине болезни и произойдет увеличение численности обучающихся, посещающих спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;
- социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.

Обучающийся научится:

- Повысить уровень знаний, умений и навыков по начальной военной подготовке
- Отработать и выполнить основные нормативы физической подготовке; огневой подготовке; строевой.

- Стимулировать себя к здоровому образу жизни, занятиям военно-прикладными видами спорта.
- Повысить уровень патриотической подготовки.

Обучающийся получит возможность научиться:

- Формировать свои гражданско-патриотические качества личности, как будущего защитника своей Родины.
- Получить необходимые навыки в начальной военной подготовке.
- Воспитывать чувства патриотизма, товарищества, ответственности.
- Получить практические навыки на закрепление изучаемого материала с использованием вооружения и военно-технического имущества, приборов и другого оборудования.
- Сформировать чувства верности своему Отечеству, готовности к выполнению гражданского долга и конституционных обязанностей по защите интересов Родины.

Содержание программы:

Особенности реализации программы внеурочной деятельности: количество часов и место проведения занятий.

Программа дополнительного образования «Юная армия» предназначена для обучающихся 5–8 классов. Принадлежность к дополнительной деятельности определяет режим проведения, а именно все занятия по внеурочной деятельности проводятся после всех уроков основного расписания, продолжительность соответствует рекомендациям СанПиН, т.е. 45 минут.

Программа курса дополнительного образования «Юная армия» рассчитана на 4 учебных года, по одному часу в неделю (34 часа в год).

Работа по патриотическому воспитанию позволяет решать главную задачу – воспитание гражданина – патриота своей Родины, формирует у детей гражданскую ответственность, учит их не быть равнодушными к тем событиям, которые происходят в стране.

Жизнь общества сегодня ставит серьезнейшие задачи в области воспитания и обучения нового поколения. Государству нужны здоровые, мужественные, смелые, инициативные, дисциплинированные, грамотные люди, которые были бы готовы учиться, работать на его благо и, в случае необходимости, встать на его защиту. В работе объединения «Юнармеец» одной из главных задач для меня является воспитание подрастающего поколения. Важнейшая составляющая процесса воспитания – формирование и развитие гражданско-патриотических качеств личности обучающихся. Без наличия этого компонента нельзя говорить о воспитании по-настоящему гармоничной личности.

В свете этих задач повышается значимость военно-патриотического воспитания молодежи, так как именно оно должно внести весомый вклад, а в некоторых случаях и решающий вклад в дело подготовки умелых и сильных защитников Родины.

Физкультурно-оздоровительная работа включает в себя военно-патриотические игры в школе и районе, прежде всего, это “Зарница” которая решает задачи почти всех компонентов системы гражданско-патриотического воспитания. Детско-юношеская оборонно-спортивная игра «Зарница» – это игра спортивного типа с элементами ролевого, театрального изображения военных действий или маневров. В ней широко используются элементы “военизации”, употребляются термины и понятия, применяемые в военном деле.

Эта игра – одна из форм патриотического воспитания подростков.

Опыт участия команды в детско-юношеской оборонно-спортивной игре “Зарница” показал популярность и важность этой формы военно-патриотического и физического воспитания обучающихся. “Зарница” оказывает положительное влияние на организационное укрепление коллектива, способствует развитию общественной активности детей, формирует качества, необходимые будущему воину, защитнику

Работа по патриотическому воспитанию позволяет решать главную задачу – воспитание гражданина – патриота своей Родины, формирует у детей гражданскую ответственность, учит их не быть равнодушными к тем событиям, которые происходят в стране.

Жизнь общества сегодня ставит серьезнейшие задачи в области воспитания и обучения нового поколения. Государству нужны здоровые, мужественные, смелые, инициативные, дисциплинированные, грамотные люди, которые были бы готовы учиться, работать на его благо и, в случае необходимости, встать на его защиту. В работе объединения «Юнармеец» одной из главных задач для меня является воспитание подрастающего поколения. Важнейшая составляющая процесса воспитания – формирование и развитие гражданско-патриотических качеств личности обучающихся. Без наличия этого компонента нельзя говорить о воспитании по-настоящему гармоничной личности. В свете этих задач повышается значимость военно-патриотического воспитания молодежи, так как именно оно должно внести весомый вклад, а в некоторых случаях и решающий вклад в дело подготовки умелых и сильных защитников Родины.

Физкультурно-оздоровительная работа включает в себя военно-патриотические игры в школе и районе, прежде всего, это “Зарница” которая решает задачи почти всех компонентов системы гражданско-патриотического воспитания. Детско-юношеская оборонно-спортивная игра «Зарница» – это игра спортивного типа с элементами ролевого, театрального изображения военных действий или маневров. В ней широко используются элементы “военизации”, употребляются термины и понятия, применяемые в военном деле, в некоторых родах войск или силовых ведомств, и с их учетом организуется деятельность детей и подростков, взаимоотношения между ними.

Эта игра – одна из форм патриотического воспитания подростков.

Опыт проведения детско-юношеской оборонно-спортивной игре “Зарница” показал популярность и важность этой формы военно-патриотического и физического воспитания обучающихся. “Зарница” оказывает положительное влияние на организационное укрепление коллектива, способствует развитию общественной активности детей, формирует качества, необходимые будущему воину, защитнику

Формы организации работы:

1. *Учебно-тренировочное занятие.* Содержание учебного материала должно соответствовать обучающей и воспитательной задаче.

2. *Тематические экскурсии.* Могут являться разновидностью занятий либо культурно-досуговым мероприятием.

3. *Дискуссии, ролевые игры* по тематике программы.

4. *Совместная деятельность педагога и обучающихся.* Участие в совместном труде, например, в субботнике или работах по поддержанию материальной базы, что предполагает использование педагогом личного примера как метода решения воспитательной задачи.

5. *Досуговые, массовые мероприятия, соревнования,* посвященные различным историческим памятным датам.

Текущий контроль за реализацией программы предусмотрен в конце каждого модуля (контрольное занятие, форму проведения которого выбирает педагог, исходя из уровня подготовленности группы, погодных условий и др. факторов). Контрольное занятие может быть проведено в форме беседы, тестирования, зачётного занятия, полевого выхода и др., учитывая содержание модуля).

Итоговый контроль осуществляется в 2 этапа:

1) устный зачёт по содержанию программы,

2) практический этап (сдача контрольных нормативов):

- стрельба из пневматической винтовки:

отлично – 43 очка,

хорошо – 40 очков,

удовлетворительно – 38 очков,

неудовлетворительно – менее 38 очков;

- сборка-разборка АКМ-74:

отлично – 25 с,

хорошо – 30с,

удовлетворительно – 45 с,

неудовлетворительно – более 55 с.;

- сгибание и разгибание туловища в положении на лежа спине:

отлично – 100 раз,
хорошо – 80 раз,
удовлетворительно – 70 раз,
неудовлетворительно – менее 70 раз;

- подтягивание на перекладине:

отлично – 14 раз,
хорошо – 10 раз,
удовлетворительно – 8 раз,
неудовлетворительно – менее 8 раз,

- бег 100 метров:

отлично – 13,5 с,
хорошо – 14 с,
удовлетворительно – 15 с,
неудовлетворительно – более 15 с.

Учебно-тематический план:

Участники программы: учащиеся 11-14 лет МКОУ «Песочнодубровская средняя общеобразовательная школа»

Настоящая программа рассчитана на два года обучения, 5-6 класс (34ч) и 7-8 класс (34 ч). Программа состоит из 8 модулей, последовательно осваиваемых (каждый модуль состоит из блоков теоретических и практических занятий); 9-й модуль - «Физическая подготовка» изучается параллельно с освоением основных модулей.



1-й год обучения (5-6 класс)

Темы занятий	Количество часов	В том числе	
		теория	практика
етическая подготовка	4	3	
вая подготовка	5	1	4
та от оружия массового поражения	3	1	2
ная топография	2	1	1
вы медицинской подготовки.	4	1	1

вы туристической подготовки	2	1	2
евая подготовка	8	4	3
ческая подготовка	6		9
ИТОГО	34	12	22

Календарно – тематический план

Темы занятий	Темы уроков	Кол-во часов	
		Теор.	Прак
Теоретическая подготовка			
Тема 1. История Отечества.	Занятие № 1. Защита Отечества – важная функция государства, дело всего народа	1	
Тема 2. Великая Отечественная война	Занятие № 2	1	
Тема 3. Герои ВОВ	Занятие № 3	1	
Огневая подготовка			
	Занятие № 1. Правила безопасного обращения с оружием.	1	
	Занятие № 2. Техника стрельбы из положения сидя за столом.		1
Тема 3. ТТХ стрелкового оружия	Занятие № 3. Техника стрельбы из положения стоя		1
	Занятие № 4. Материально-техническая автомата Калашникова (АК). Разборка и сборка АК.		1
	Занятие № 6. Выполнение контрольных нормативов по сборке и разборке АК		1
Защита от оружия массового поражения			
Тема 1. Оружие массового поражения иностранных армий.	Занятие № 1. Ядерное оружие. Понятие о ядерном оружии. Краткая характеристика поражающих факторов ядерного взрыва. Основные способы и средства защиты. Химическое оружие. Классификация отравляющих веществ по тактическому назначению и физиологическому действию на организм. Средства и признаки применения.	1	
	Занятие № 2. Бактериологическое (биологическое) оружие. Краткая характеристика основных видов бактериологических (бактериальных) средств. Средства и признаки применения. Защита от бактериологического оружия. Костюм ОЗК		1

Занятие № 2. Правила пользования средствами индивидуальной защиты.	Занятие № 3. Средства защиты органов дыхания. Фильтрующие противогазы. Назначение, устройство и порядок пользования. Респиратор. Противопыльная тканевая маска. Ватно-марлевые повязки.		1
	Занятие № 5. Назначение, общее устройство специальных средств защиты кожи. Общевойсковой защитный комплект. Правила пользования табельным и приспособленными средствами защиты кожи.	1	
	Занятие № 6. Выполнение нормативов по надеванию средств защиты кожных покровов.		1
Общая топография			
Занятие № 1. Ориентирование на местности	Занятие № 1. Ориентирование на местности без карты. Определение сторон горизонта по компасу, небесным светилам и местным предметам.	1	
Занятие № 2. Движение по азимуту	Занятие № 2. Азимут и его определение. Тренировка в определении сторон горизонта и направлений (азимутов) на местные предметы. Практическое осуществление движения по азимуту		1
Основы медицинской подготовки			
Занятие № 1. Первая медицинская помощь при травмах и несчастных случаях.	Занятие № 1. Понятия о ранах и травмах и их осложнениях. Виды кровотечений, их признаки и способы остановки.	1	1
Основы туристической подготовки			
Занятие № 1. Основные правила укладки рюкзака	Занятие № 1. Основные правила укладки рюкзака. Типы рюкзаков, спальных мешков, преимущества и недостатки.		1
Занятие № 2. Правила передвижения по пересеченной местности	Занятие № 2. Правила передвижения по пересеченной местности.		1
Строевая подготовка			
Занятие № 1. Строевые приемы и движение без оружия	Занятие № 1. Строй и их элементы. Предварительная и исполнительные команды. Обязанности солдата перед построением и в строю. Ответ на приветствие на месте.	1	
	Занятие № 2. Выполнение основных строевых команд	1	1
	Занятие № 3. Строевая стойка. Повороты на месте. Перестроение из одной шеренги в две и обратно.	1	1
	Занятие № 4. Построение отделения в походный и развернутый строй. Перестроение отделения из развернутого строя в походный и обратно. Размыкание и смыкание отделения.	1	1
Физическая подготовка			
	Занятие № 1. Ознакомление с порядком проведения		1

Тема 1. Общефизические упражнения.	разминочных упражнений. Упражнения на развитие двигательных качеств мышц рук, плечевого пояса, туловища и ног.		
	Занятие № 2. Упражнения на развитие физических качеств: силы, выносливости. Упражнения в парах. Упражнения для развития групп мышц, принимающих основную нагрузку.		1
	Занятие № 3. Упражнения на развитие физических качеств: ловкости, быстроты. Упражнения на спортивных снарядах. Челночный бег 10х10м.		1
	Занятие № 4. Упражнения на развитие физических качеств: силы, ловкости. Упражнения в парах. Упражнения на спортивных снарядах: подтягивание, поднос прямых ног, сгибание и разгибание рук в упоре.		2
	Занятие № 5. Упражнения на развитие физических качеств: ловкости, быстроты. Челночный бег, элементы акробатики.		2
	Занятие № 6. Упражнения на развитие скоротно-силовых качеств: взрывной силы, быстроты реакции. Многоскоки, прыжки, преодоление препятствий		2

Материально-техническое обеспечение

Оборудование по разделу программы "Физическая подготовка"

- спортивный зал,
- Мячи, скакалки, гантели
- гимнастические маты,
- подкидной мостик,
- атлетические тренажеры,
- учебные видеофильмы.

Оборудование по разделу программы "Защита от оружия массового поражения"

- наглядные пособия,
- противогазы, костюм ОЗК
- учебные фильмы, ,
- аптечка первой помощи.

Оборудование по разделу программы "Основы туристической подготовки"

- наглядные пособия,
- палатка
- учебные карты,
- компасы,

Оборудование по разделу программы "Огневая подготовка"

- винтовки ИЖ-38,
- мишени,
- наглядные пособия.

Учебно-тематический план. 2-й год обучения 7- 8 класс

Темы занятий	Количество часов	В том числе	
		теория	практика
Теоретическая подготовка	4	3	
Физическая подготовка	5	1	4
Защита от оружия массового поражения	3	1	2
Ориентирование на топография	2	1	1
Основы медицинской подготовки.	4	1	1
Основы туристической подготовки	2	1	2
Психологическая подготовка	8	4	3
Спортивная подготовка	6		9
ИТОГО	34	12	22

Календарно – тематический план

Темы занятий	Темы уроков	Кол-во часов	
		Теор.	Прак
Теоретическая подготовка			
Тема 1. История Отечества.	Занятие № 1. Боевые традиции Вооруженных Сил.	1	
Тема 2. Великая Отечественная война	Занятие № 2	1	
Тема 3. Награды РФ	Занятие № 3.	1	
Физическая подготовка			
Тема 1. Общие положения стрельбы из пневматической подготовки.	Занятие № 1. Правила безопасного обращения с оружием, боеприпасами и имитационными средствами на занятиях и при проведении стрельб	1	
	Занятие № 2. Ведение огня. Стрельба лежа. Стрельба стоя. Техника стрельбы из положения сидя за столом.		1
Тема 2. Выполнение контрольных нормативов.	Занятие № 8. Выполнение контрольных нормативов по стрельбе из пневматического оружия.		1

	Занятие № 9. Выполнение контрольных нормативов по сборке и разборке АК		1
Защита от оружия массового поражения			
Тема 1. Оружие массового поражения	Занятие № 1. Химическое оружие. Классификация отравляющих веществ по тактическому назначению и физиологическому действию на организм. Средства и признаки применения.	1	
	Занятие № 2. Бактериологическое (биологическое) оружие. Краткая характеристика основных видов бактериологических (бактериальных) средств. Средства и признаки применения. Защита от бактериологического оружия. Костюм ОЗК	1	1
Основы топографии			
Тема 1. Ориентирование на местности	Занятие № 1. Ориентирование на местности без карты. Определение сторон горизонта по компасу, небесным светилам и местным предметам. Определение расстояний до местных предметов	1	
Тема 2. Топографические карты и планы	Занятие № 4. Отработка практических навыков по составлению плана-схемы маршрута, прохождению маршрута по плану, карте, ориентирование по карте.		1
Основы медицинской подготовки			
Тема 1. Первая медицинская помощь при травмах и несчастных случаях.	Занятие № 1. Понятия о ранах и травмах и их осложнениях. Виды кровотечений, их признаки и способы остановки.	1	1
	Занятие № 2. Первая медицинская помощь при кровотечениях. С Занятие № 3. Способы временной остановки кровотечений. Правила наложения кровоостанавливающего жгута и закрутки.	1	1
	Занятие № 4. Первая медицинская помощь при несчастных случаях, при получении ушибов, травм и переломов.		1
Основы туристической подготовки			
Тема 1. Основные правила укладки рюкзака	Занятие № 1. Основные правила укладки рюкзака. Типы рюкзаков, спальных мешков, преимущества и недостатки.	1	1
Тема 2. Правила передвижения по пересеченной местности	Занятие № 4.Правила передвижения по пересеченной местности. Техника передвижения по равнине, травянистой поверхности, песку, мокрому грунту, через кустарники, по болоту, камням. Отработка практических навыков передвижения по пересеченной местности и использование самостраховки.		1
			1
Строевая подготовка			
Тема 1. Строевые приемы и передвижение без оружия	Занятие № 1. Строй и их элементы. Предварительная и исполнительные команды. Обязанности солдата перед построением и в строю. Ответ на приветствие на месте.	2	

	Занятие № 2. Выполнение основных строевых команд		1
	Занятие № 3. Строевая стойка. Повороты на месте. Перестроение из одной шеренги в две и обратно.		1
	Занятие №4. Движение строевым и походным шагом. Повороты в движении		1
	Занятие № 5. Отдание воинского приветствия на месте и в движении в головном уборе и без него. Ответ на приветствие в движении.		1
	Занятие № 6. Выход из строя. Подход к начальнику. Возвращение в строй.		1
Тема 2. Строи отделения.	Занятие № 7. Построение отделения в походный и развернутый строй. Перестроение отделения из развернутого строя в походный и обратно. Размыкание и смыкание отделения.		1
	Занятие № 8. Построение отделения в походный и развернутый строй. Перестроение отделения из развернутого строя в походный и обратно. Размыкание и смыкание отделения.		1
Общефизическая подготовка			
Тема 1. Общефизические упражнения.	Занятие №1. Ознакомление с порядком проведения разминочных упражнений. Упражнения на развитие двигательных качеств мышц рук, плечевого пояса, туловища и ног. Комплексы вольных упражнений №№ 1, 2. Упражнения на равновесие и координацию движений		1
	Занятие №2. Упражнения на развитие физических качеств: силы, выносливости. Упражнения в парах. Упражнения для развития групп мышц, принимающих основную нагрузку.		1
	Занятие №.3 Упражнения на развитие физических качеств: силы, ловкости. Упражнения в парах. Упражнения на спортивных снарядах: подтягивание, поднос прямых ног, сгибание и разгибание рук в упоре.		1
	Занятие №4. Упражнения на развитие физических качеств: ловкости, быстроты. Челночный бег, элементы акробатики.		1

Материально-техническое обеспечение

Оборудование по разделу программы "Физическая подготовка"

- спортивный зал,
- Мячи, скакалки, гантели
- гимнастические маты,
- подкидной мостик,
- атлетические тренажеры,
- учебные видеофильмы.

Оборудование по разделу программы "Защита от оружия массового поражения"

- наглядные пособия,
- противогазы,
- учебные фильмы,
- аптечка первой помощи.

Оборудование по разделу программы "Основы туристической подготовки"

- наглядные пособия,
- палатка
- учебные карты,
- компасы,

Оборудование по разделу программы "Огневая подготовка"

- винтовки ИЖ-38,
- мишени,
- наглядные пособия.

Литература

1. Закон Российской Федерации "Об образовании" в редакции Федерального закона от 13.01.19. № 12-ФЗ (извлечения).
2. Конституция Российской Федерации.
3. Федеральная программа развития образования в Российской Федерации.
4. Программа развития воспитания в системе образования России на 2020-2023 гг. - Минобрнауки РФ.
5. Базарный Ф.Д. "Основы выживаемости. Методическое пособие" М., 1995г.
6. Мухортов Ю.М. "Выживаемость в полевых условиях. Методическое пособие для курсантов ВВУЗов ФПС РФ". Голицыно, 1997г.
7. "Правила поведения и действия населения при стихийных бедствиях, авариях, катастрофах. Гражданская оборона. Пособие" М., Воениздат, 1990г.
8. Шойгу С.К. "Не пустить беду на порог. Гражданская защита" М., 2003г.
9. Сюньков В.Я. "Обеспечение безопасности жизнедеятельности". М., 2002г.. "Ориентирование и топография. Пособие для курсантов ВВУЗов". М., Воениздат, 1990г.
10. Колядов А.А. "В помощь туристу" М., 2012г.
11. Дворкин А.Д. "Стрельба из пневматических винтовок". М., 2005г.
12. Стрелковый спорт и методика преподавания" М., ФиС, 2016г.
13. Законы РФ "Об обороне", "О воинской обязанности и военной службе", о деятельности различных видов силовых структур.
14. "Военная история России. Учебник для ВУЗов" М., Воениздат, 2013г.
15. "Вооруженные силы зарубежных стран". М., Воениздат., 2017г.
16. Березина В.А. Дополнительное образование детей в России: состояние, проблемы, перспективы развития./ Материалы научно-практической конференции «Дополнительное образование детей в России: состояние и перспективы развития в XXI веке». – М.: ЦРСДОД, 2020г.