



Муниципальное казенное учреждение  
«Управление образованием Междуреченского городского округа»  
Муниципальное бюджетное учреждение  
дополнительного образования  
«Детско-юношеский центр»

Принята на заседании  
педагогического совета МБУ ДО  
«Детско-юношеский центр»  
от 18.05.2021 г.  
Протокол №3

Утверждаю  
Директор МБУ ДО  
«Детско-юношеский центр»  
П.Н. Хацанович  
Приказ №206/1 от 18.05.2021



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
социально-гуманитарной направленности  
«Честь имею! РД»**

Возраст учащихся: 14-18 лет  
Срок реализации: 3 года

Разработчик программы:  
Карпенко А.В.,  
педагог дополнительного образования

Междуреченский городской округ, 2021

## Оглавление

Паспорт программы.....	3
Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы.....	7
1.1. Пояснительная записка.....	7
Направленность программы.....	7
Актуальность программы.....	7
Отличительные особенности программы.....	7
Адресат программы .....	8
Объём программы.....	8
Формы обучения и виды занятий по программе.....	8
Срок освоения программы.....	9
Режим занятия.....	9
1.2. Цель и задачи программы.....	10
1.3. Содержание программы.....	12
Учебный план 1 года обучения.....	12
Содержание учебного плана 1 года обучения.....	12
Учебный план 2 года обучения.....	18
Содержание учебного плана 2 года обучения.....	18
Учебный план 3 года обучения.....	24
Содержание учебного плана 3 года обучения.....	24
1.4. Планируемые результаты освоения программы.....	30
Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий.....	34
Календарный учебный график.....	34
Условия реализации программы.....	34
Этапы и формы аттестации.....	35
Методические материалы.....	49
Список литературы.....	65
Оценочные материалы.....	68
Приложение №1.....	68
Приложение №2.....	71
Приложение № 3.....	74
Приложение № 4.....	76
Приложение № 5.....	77
Приложение № 6.....	78

## Паспорт программы

<b>Наименование программы:</b>
Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Честь имею! РД»
<b>Разработчик программы:</b>
Карпенко Анна Владимировна, педагог дополнительного образования
<b>Ответственный за реализацию программы:</b>
Карпенко Анна Владимировна, педагог дополнительного образования
<b>Образовательная направленность:</b>
Социально-гуманитарная
<b>Цель программы:</b>
формирование и развитие у учащихся гражданско-патриотической ответственности, сознательной потребности вести здоровый образ жизни
<b>Задачи программы:</b>
<b>обучающие:</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>• расширять знания учащихся по содержанию Общевоинских уставов РФ, познакомить с порядком прохождения военной службы;</li><li>• формировать у учащихся знания по общим обязанностям военнослужащих, обязанностям солдата и должностных лиц суточного наряда, по порядку выполнения приказа, требованиям воинской дисциплины;</li><li>• формировать у учащихся знания по боевым свойствам и материальной части стрелкового оружия, правилам его сбережения и хранения, меры безопасности при обращении с оружием при проведении стрельб;</li><li>• формировать и совершенствовать у учащихся умения и навыки стрельбы из пневматической винтовки МР-512, пневматического пистолета Макарова из различных положений, метания учебных муляжей гранат на дальность и в цель из различных положений;</li><li>• формировать и совершенствовать у учащихся умения и навыки общей физической подготовки;</li><li>• развивать и совершенствовать у учащихся умения и навыки передвижения на лыжах классическим и коньковым ходом;</li><li>• развивать и совершенствовать у учащихся умения и навыки плавания;</li><li>• формировать у учащихся навыки выполнения строевых приемов без оружия и с оружием, организации и управления строем</li><li>• формировать у учащихся знания о правилах, обязанностях и действиях Почетного наряда «Пост №1»;</li><li>• формировать у учащихся умения и навыки выживания в условиях природной среды, ориентирования на местности, умения и навыки управления малыми плавсредствами;</li><li>• формировать у учащихся знания об основах общевойсковой тактики для малых боевых групп;</li><li>• формировать у учащихся знания по основам Гражданской обороны, о мерах и способах защиты и оповещения населения при угрозе применения оружия массового поражения.</li></ul>
<b>воспитательные:</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>• способствовать гражданско-патриотическому воспитанию учащихся;</li><li>• воспитывать у учащихся целеустремленность в работе и умение самостоятельно принимать решения;</li><li>• воспитывать у учащихся выдержку и самоконтроль;</li><li>• воспитывать у учащихся аккуратность и опрятность внешнего вида;</li><li>• воспитывать у учащихся сознательное и уважительное отношение к правилам безопасности;</li></ul>

<p><b>развивающие:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• развивать у учащихся умение работать в коллективе и взаимодействовать в команде;</li> <li>• развивать у учащихся лидерские и организационные способности;</li> <li>• развивать у учащихся тактическое и стратегическое мышление;</li> <li>• развивать у учащихся интерес к военной истории России;</li> <li>• развивать физической культуру учащихся посредством освоения навыков общей физической подготовки;</li> <li>• формировать у учащихся правильную осанку;</li> <li>• формировать у учащихся необходимые знания, умения, навыки ведения здорового образа жизни;</li> <li>• развивать у учащихся физическую выносливость и координацию движений, скоростные, силовые качества, концентрацию внимания, способность к быстрому ориентированию в пространстве;</li> </ul>
<p><b>Возраст учащихся:</b></p> <p>от 14 до 18 лет</p>
<p><b>Год разработки программы:</b></p> <p>2016, внесены изменения: 2020, 2021</p>
<p><b>Сроки реализации программы:</b></p> <p>3 года/лет (всего 648 часов, по 216 часов в год)</p>
<p><b>Нормативно-правовое обеспечение программы:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Конвенция о правах ребенка (принята резолюцией 44/25 Генеральной Ассамблеи от 20 ноября 1989 г.)</li> <li>2. Федеральный Закон Российской Федерации от 29.12.2012 №273 «Об образовании в Российской Федерации»</li> <li>3. Государственная программа РФ «Развитие образования» на 2018 - 2025 гг. (постановление Правительства РФ от 26.12.2017 №1642);</li> <li>4. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 N 996-р);</li> <li>5. Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России;</li> <li>6. «Концепция развития дополнительного образования детей» - Распоряжение Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 №1726-р;</li> <li>7. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;</li> <li>8. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;</li> <li>9. Приказ Министерства Просвещения Российской Федерации от 30.09.2020 №533 «О внесении изменений в порядок организации и осуществлении образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утверждённый приказом Министерства Просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. №196»;</li> <li>10. Профессиональный стандарт «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» (Приказ Минтруда и соц. защиты РФ от 05.05.2018 №298н);</li> <li>11. Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11.2015 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных программ» (включая разноуровневые программы);</li> <li>12. Указ Президиума РФ от 7 мая 2012 г. №599 «О мерах по реализации государственной</li> </ol>

политики в области образования и науки»;

13. Закон «Об образовании в Кемеровской области» редакция от 03.07.2013 №86-ОЗ;
14. Государственная программа Кемеровской области «Развитие системы образования Кузбасса» на 2014 - 2025 годы. Утверждена постановлением Коллегии Администрации Кемеровской области от 4 сентября 2013 г. N 367
15. Распоряжение Коллегии Администрации Кемеровской области от 03.04.2019 №212-р «О внедрении системы персонифицированного финансирования дополнительного образования детей на территории Кемеровской области»;
16. Приказ Департамента образования и науки Кемеровской области от 05.04.2019 №740 «Об утверждении Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей»;
17. Нормативно-правовые документы учреждения:
  - Требования к содержанию и оформлению образовательных программ дополнительного образования детей;
  - Устав Муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Детско-юношески центр»;
  - Учебный план Муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Детско-юношеский центр»

*Методическое обеспечение программы:*

1. Военная литература. Уставы и законы. Строевой устав ВС РФ [ Электронный ресурс].- Режим доступа: <http://militera.lib.ru/regulations/russr/su1993/index.html>, свободный.- Загл. с экрана.- Яз. рус.
2. Закон об образовании РФ. [ Электронный ресурс].- Режим доступа: <http://zakon-ob-obrazovanii.ru>, свободный.- Загл. с экрана.- Яз. рус.
3. Законы Российской Федерации. Систематическое собрание действующего законодательства. Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ (ред. от 27.06.2018) "Об образовании в Российской Федерации" [ Электронный ресурс].-Режим доступа: <https://fzakon.ru/laws/federalnyy-zakon-ot-29.12.2012-n-273-fz/>, свободный.- Загл. с экрана.- Яз. рус.
4. Издательский дом 1 сентября. Журнал «Здоровье детей» № 10/2006, Валентина Зайцева «Как оценить физические качества детей» [ Электронный ресурс].-Режим доступа: <http://zdd.1september.ru/article.php?ID=200601004>, свободный.- Загл. с экрана.- Яз. рус.
5. ИНФОУРОК, Халилов Араз Камилович «Виды и формы организации контроля в физическом воспитании» [ Электронный ресурс].- Режим доступа: <https://infourok.ru/vidi-i-formi-organizacii-kontrolya-v-fizicheskom-vospitanii-767510.html>, свободный.- Загл. с экрана.- Яз. рус.
6. Классическая ходьба на лыжах. YouTube [Электронный ресурс].- Режим доступа: <https://www.youtube.com/watch?v=UJ0BvYx8JRqA>, свободный.- Загл. с экрана.- Яз. рус.
7. Конвенция о правах ребенка. [ Электронный ресурс].- Режим доступа: <http://school-sector.relarn.ru/prava/konvenc/index.htm>, свободный.- Загл. с экрана.- Яз. рус.
8. Международный образовательный портал. Гончаренко М. Программа «Олимпиец». [ Электронный ресурс].- Режим доступа: <http://www.maam.ru/detskijasad/programa-dopolnitelnogo-obrazovaniya-po-legkoi-atletiki-olimpiyec-dlja-uchaschihsya-mladshego-shkolnogo-vozrasta.html>, свободный.- Загл. с экрана.- Яз. рус.
9. Метание мяча. Морозов В.В. YouTube. [ Электронный ресурс].- Режим доступа: <https://www.youtube.com/watch?v=0GalavwdShs>, свободный.- Загл. с экрана.- Яз. рус.
10. Наставления по стрелковому делу. [ Электронный ресурс].- Режим доступа: <http://www.nastavleniya.ru>, свободный.- Загл. с экрана.- Яз. рус.

11. Начинаем бегать. YouTube. [ Электронный ресурс].- Режим доступа: <https://www.youtube.com/watch?v=AuElfmLRecE>, свободный.- Загл. с экрана.- Яз. рус.
12. Пистолет Макарова 1 ч. YouTube. [ Электронный ресурс].- Режим доступа: <https://www.youtube.com/watch?v=rwKbgzbPP1I>, свободный.- Загл. с экрана.- Яз. рус.
13. Пистолет Макарова 2 ч. YouTube. [ Электронный ресурс].- Режим доступа: <https://www.youtube.com/watch?v=OdC-cl5rwKA>, свободный.- Загл. с экрана.- Яз. рус.
14. Сайт о лыжном спорте. Основная стойка. [ Электронный ресурс].- Режим доступа: <http://fizsport.ru/spuski-na-lyzhakh/osnovnaya-stoika>, свободный.- Загл. с экрана.- Яз. рус.
15. Стрельба из ПМ. YouTube. [ Электронный ресурс].- Режим доступа: <https://www.youtube.com/watch?v=ussD6tpN9MI>, свободный.- Загл. с экрана.- Яз. рус.
16. Судебные и нормативные акты РФ. Конституция РФ. [ Электронный ресурс].- Режим доступа: <http://sudact.ru/law/konstitutsiia/>, свободный.- Загл. с экрана.- Яз. рус.
17. HELPIKS.ORG. Требования НОП. [ Электронный ресурс].- Режим доступа: <http://helpiks.org/6-31246.html>, свободный.- Загл. с экрана.- Яз. рус., англ.
18. Школа беговых лыж. Урок № 6. YouTube [ Электронный ресурс].- Режим доступа: <https://www.youtube.com/watch?v=MPwX526fRN8>, свободный.- Загл. с экрана.- Яз. рус.
19. Элементы техники бега. Часть 1. YouTube. [ Электронный ресурс].- Режим доступа: <https://www.youtube.com/watch?v=F73sEnenT4M>, свободный.- Загл. с экрана.- Яз. рус.

Рецензенты:

Внутренняя рецензия: Шарабарина Валентина Валериевна, старший методист МБУ ДО «Детско-юношеский центр»

## Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы

### 1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «**Честь имею! РД**» соответствует требованиям нормативно-правовых документов Российской Федерации и Кемеровской области - Кузбасса, регламентирующих образовательную деятельность учреждений дополнительного образования.

Программа разрабатывалась в соответствии с методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ Министерства образования и науки РФ и включает результаты осмысления собственного педагогического опыта.

Нашу страну всегда отличало особое отношение к воспитанию и образованию подрастающего поколения. Семья и общество стремились передать детям и молодым людям все самое лучшее, что было накоплено предыдущими поколениями, чтобы быть уверенными, что каждое новое поколение будет способно не только принять это наследие, но и продолжить все лучшие начинания на благо процветания Родины.

14-18 лет – это тот возраст, когда идет становление и развитие не только характера, но и становление мировоззренческое, формирование нравственных принципов. Поэтому особенно актуально в это время способствовать закладке здорового базового фундамента отношения к себе, к обществу, к миру в целом, подкрепленного хорошим уровнем знаний, умений, навыков, которые позволят юношам и девушкам использовать личные способности для максимально успешной самореализации в обществе и в мире. Современная действительность диктует необходимость сделать акцент на активное и деятельное участие каждого учащегося, используя его интерес к играм военно-спортивной направленности, в единой системе взаимосвязанных мероприятий, когда становится возможным комплексное использование различных форм и методов работы, которое может предложить дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «**Честь имею! РД**».

#### **Направленность программы**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «**Честь имею! РД**» (далее ДООП) имеет социально-гуманитарную направленность.

Реализация программы ориентирована на удовлетворение потребностей, учащихся в интеллектуальном, нравственном и физическом совершенствовании, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья за рамками основного образования.

Реализация ДООП не нацелена на достижение предметных результатов освоения основной образовательной программы начального, основного и среднего общего образования, предусмотренных федеральными государственными образовательными стандартами основного общего образования.

#### **Актуальность программы**

Актуальность ДООП базируется на статистических данных военного комиссариата и отделения МВД Междуреченского городского округа, среди подростков и молодежи значительно возрос интерес к военным профессиям, а также и профессиям, связанным с работой в органах силовых структур.

**Новизна** данной программы заключается в том, что обучение и воспитание реализуется в коллективе, посредством уставного взаимодействия учащихся между собой, вырабатываются такие умения, как работать в группе, команде, в отделении.

#### **Отличительные особенности программы**

Отличительной особенностью ДООП от уже существующих является комплексный и индивидуальный подход, который предполагает максимальную реализацию возможностей

каждого учащегося для проявления лидерских способностей, формирования и совершенствования навыков организации и управления малыми группами людей.

**Педагогическая целесообразность** заключается в построении образовательного процесса таким образом, чтобы у учащихся в процессе освоения учебных знаний, умений, навыков формировались такие личностные качества как самостоятельность, ответственность за себя и своих товарищей, способность принимать самостоятельные решения за себя и за состав учебной группы, команды или отделения (взвода). Программа составлена с учётом общедидактических принципов и ведущих положений педагогики, психологии, теории и методики воспитания и развития учащихся. Предусмотрен комплексный подход к отбору программного содержания и методики проведения занятий.

Уровень содержания программы: 1 год - базовый; 2-3 год – продвинутый.

Новизна данной программы заключается в том, что обучение и воспитание реализуется в коллективе, посредством уставного взаимодействия учащихся между собой, вырабатываются такие умения как работа в группе, команде, в отделении.

#### **Адресат программы**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Честь имею! РД» разработана для учащихся 14-18 лет. Форма обучения – очная, групповая:

1 год обучения- 15 – 27 чел.

2-3 год обучения – от 15 – 27 чел.

Данная программа реализуется на базе МБУ ДО «Детско-юношеский центр».

#### **Объём программы**

Общий объём дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Честь имею! РД» составляет 648 часов: по 216 часов в год.

#### **Формы обучения и виды занятий по программе**

Формы и виды обучения, используемые при реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Честь, имею! РД»:

- Групповая работа
- Мини-лекции
- Игра
- Конкурс
- Дистанционная форма
- Экскурсии
- Встреча с интересными людьми
- Поход
- Соревнование

#### **Типы занятий:**

- **Комбинированные** – изложение материала, проверка домашнего задания и пройденного материала, закрепление полученных знаний;
- **Изучение нового материала;**
- **Повторение и усвоение пройденного материала**– мониторинг и проверочные работы, анализ полученных результатов;
- **Закрепление знаний, умений и навыков**– постановка задачи и самостоятельная работа учащегося под руководством педагога;
- **Применение полученных знаний и навыков**– прикладная работа учащегося, использующего на практике приобретенных знаний

#### **Методы, в основе которых лежит способ организации занятия:**

- словесный (устное изложение, беседа, рассказ и т.д.)
- наглядный (демонстрация педагогом, работа по образцу и др.)
- практический (выполнение работ по инструкционным картам, схемам и др.)

#### **Методы, в основе которых лежит уровень деятельности учащихся:**



- объяснительно-иллюстративный – учащиеся воспринимают и усваивают готовую информацию;
- репродуктивный – учащиеся воспроизводят полученные знания и освоенные способы деятельности;
- частично-поисковый – участие учащихся в коллективном поиске, решение поставленной задачи совместно с педагогом;

**Методы, в основе которых лежит форма организации деятельности учащихся на занятиях:**

- фронтальный – одновременная работа со всеми учащимися;
- индивидуально-фронтальный – чередование индивидуальных и фронтальных форм работы;
- групповой – организация работы в группах;
- индивидуальный – индивидуальное выполнение заданий, решение проблем.

**Срок освоения программы**

Срок освоения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Честь имею! РД» составляет 3 года.

**Режим занятий**

Занятия проводятся 2 раза в неделю по 3 академических часа, продолжительностью 45 минут каждое. При проведении 3-х часовых занятий обязательны перемены продолжительностью не менее 10 минут. Во время занятий предусмотрены динамические паузы, физминутки.

В дистанционном режиме проводятся занятия во время карантина, морозов, при отсутствии учащегося на занятии (по причине болезни, отъезда и др.), при подготовке учащихся к различным конкурсам, а также для углубленного изучения тем программы.

С данной целью применяется открытая группа «Юнармеец» ВКонтакте <https://vk.com/club193994744>.

Допуск к занятиям производится только после обязательного проведения и закрепления инструктажа по технике безопасности по соответствующим инструктажам.

Программа составлена с учетом санитарно-гигиенических правил, возрастных особенностей учащихся и порядка проведения занятий.

Зачисление учащихся в МБУ ДО «Детско-юношеский центр» осуществляется на основании заявления родителей и при наличии справки от педиатра об основной группе здоровья. К обучению по данной программе на 1 год допускаются учащиеся, прошедшие медицинское обследование, подтвержденное справкой от врача и имеющие 1 или 2 группу здоровья. При условии, если ребенок хочет поступить на обучение по данной программе не с 1 года, а со 2 года, то ему кроме предъявления справки, подтверждающей наличие 1 или 2 группы здоровья необходимо сдать все зачеты и нормативы за 1 год обучения.

Организация обучения по программе осуществляется на базе МБУ ДО «Детско-юношеский центр».

Учащиеся, осваивающие в МБУ ДО «Детско-юношеский центр» дополнительную общеобразовательную общеразвивающую программу «Честь имею! РД», при желании могут совместить её с обучением по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Личность в обществе».

## 1.2. Цель и задачи программы

**Цель:** формирование и развитие у учащихся гражданско-патриотической ответственности, сознательной потребности вести здоровый образ жизни.

**Задачи:**

**обучающие:**

- расширять знания учащихся по содержанию Общевоинских уставов РФ, познакомить с порядком прохождения военной службы;
- формировать у учащихся знания по общим обязанностям военнослужащих, обязанностям солдата и должностных лиц суточного наряда, по порядку выполнения приказа, требованиям воинской дисциплины;
- формировать у учащихся знания по боевым свойствам и материальной части стрелкового оружия, правилам его сбережения и хранения, меры безопасности при обращении с оружием при проведении стрельб;
- формировать и совершенствовать у учащихся умения и навыки стрельбы из пневматической винтовки МР-512, пневматического пистолета Макарова из различных положений, метания учебных муляжей гранат на дальность и в цель из различных положений;
- формировать и совершенствовать у учащихся умения и навыки общей физической подготовки;
- развивать и совершенствовать у учащихся умения и навыки передвижения на лыжах классическим и коньковым ходом;
- развивать и совершенствовать у учащихся умения и навыки плавания;
- формировать у учащихся навыки выполнения строевых приемов без оружия и с оружием, организации и управления строем
- формировать у учащихся знания о правилах, обязанностях и действиях Почетного наряда «Пост №1»;
- формировать у учащихся умения и навыки выживания в условиях природной среды, ориентирования на местности, умения и навыки управления малыми плавсредствами;
- формировать у учащихся знания об основах общевойсковой тактики для малых боевых групп;
- формировать у учащихся знания по основам Гражданской обороны, о мерах и способах защиты и оповещения населения при угрозе применения оружия массового поражения.

**воспитательные:**

- способствовать гражданско-патриотическому воспитанию учащихся;
- воспитывать у учащихся целеустремленность в работе и умение самостоятельно принимать решения;
- воспитывать у учащихся выдержку и самоконтроль;
- воспитывать аккуратность и опрятность внешнего вида;
- воспитывать у учащихся сознательное и уважительное отношение к правилам безопасности;

**развивающие:**

- развивать у учащихся умение работать в коллективе и взаимодействовать в команде;
- развивать лидерские и организационные способности;
- развивать у учащихся тактическое и стратегическое мышление;
- развивать у учащихся интерес к военной истории России;
- развивать физической культуру учащихся посредством освоения навыков общей физической подготовки;
- формировать у учащихся правильную осанку;
- формировать у учащихся необходимые знания, умения, навыки ведения здорового образа жизни;

- развивать у учащихся физическую выносливость и координацию движений, скоростные, силовые качества, концентрацию внимания, способность к быстрому ориентированию в пространстве;

### 1.3. Содержание программы

#### Учебный план 1 года обучения (базовый уровень)

№	Название раздела/темы	Количество часов			Формы аттестации*
		всего	теория	практика	
1	Вводное занятие	3	3	-	Устный опрос
2	Общая физическая подготовка (ОФП)	30	9	21	Выполнение входных нормативов Экзамен
3	Лыжная подготовка	42	12	30	Устный опрос Зачет-практика
4	Строевая подготовка	33	6	27	Зачет Экзамен
5	Огневая подготовка	27	9	18	Зачет Экзамен
6	Основы тактики	9	3	6	Зачет Экзамен
7	Плавание	15	3	12	Зачет
8	Школа выживания	36	12	24	Полевой выход Экзамен
9	Общевойсковые уставы ВС РФ	9	6	3	Тестирование Интеллектуальные викторины
10	Гражданская оборона	12	6	6	Зачет Экзамен
	Итого:	216	69	147	

#### Содержание учебного плана 1 года обучения (базовый уровень)

**Цель:** расширение у учащихся теоретических знаний и практических умений и навыков по начальной военной подготовке.

**Задачи:**

**Обучающие**

- формировать у учащихся знания об общих обязанностях военнослужащих, обязанностях солдата и должностных лиц суточного наряда, о порядке выполнения приказа, о требованиях воинской дисциплины;
- формировать у учащихся знания о боевых свойствах и материальной части стрелкового оружия, правилах его сбережения и хранения, мерах безопасности при обращении с оружием при проведении стрельб;
- формировать и совершенствовать у учащихся умения и навыки стрельбы из пневматической винтовки МР-512, пневматического пистолета Макарова из различных положений, метания учебных муляжей гранат на дальность и в цель из различных положений;
- познакомить учащихся правилами и нормами здорового образа жизни, и правилами организации самостоятельных тренировок по силовой и кроссовой подготовке;
- формировать и совершенствовать у учащихся умения и навыки общей физической подготовки;
- формировать и совершенствовать у учащихся умения и навыки выполнения строевых приемов без оружия и с оружием, организации и управления строем;
- познакомить учащихся с правилами безопасности на занятиях по лыжной подготовке, правилами подбора одежды и снаряжения;

- формировать у учащихся базовые знания и практические умения по передвижению на лыжах классическими и коньковыми ходами;
- формировать у учащихся базовые знания и практические умения плавания в бассейне;
- познакомить учащихся с понятиями «малая тактическая группа» и базовыми характеристиками тактики и стратегии действий и применения малых тактических групп в российской армии;
- формировать у учащихся базовые практические умения и навыки по основам тактики;
- формировать у учащихся базовые теоретические знания правил выживания и их практическим применением в природных условиях;
- познакомить учащихся с правилами подготовки малых водных плавсредств;
- формировать у учащихся теоретические знания и практические навыки по Гражданской обороне;

#### ***Воспитательные:***

- способствовать гражданско-патриотическому воспитанию учащихся;
- воспитывать у учащихся целеустремленность в работе и умение самостоятельно принимать решения;
- воспитывать у учащихся выдержку и самоконтроль;
- воспитывать аккуратность и опрятность внешнего вида;
- воспитывать у учащихся сознательное и уважительное отношение к правилам безопасности;

#### ***Развивающие:***

- развивать у учащихся умение работать в коллективе и взаимодействовать в команде;
- развивать лидерские и организационные способности;
- развивать у учащихся тактическое и стратегическое мышление;
- развивать у учащихся интерес к военной истории России;
- развивать физической культуру учащихся посредством освоения навыков общей физической подготовки;
- формировать у учащихся правильную осанку;
- формировать у учащихся необходимые знания, умения, навыки ведения здорового образа жизни;
- развивать у учащихся физическую выносливость и координацию движений, скоростные, силовые качества, концентрацию внимания, способность к быстрому ориентированию в пространстве;

### **Раздел 1. Вводное занятие (3 ч.)**

#### **Теория**

Рассказ о деятельности объединения. Правила поведения в МБУ ДО «Детско-юношеский центр». Правила безопасности на занятиях.

### **Раздел 2. Общая физическая подготовка (ОФП) (30 ч.)**

#### **Теория**

Факторы, влияющие на здоровье человека. Правила и нормы здорового образа жизни.

Характеристика особенностей работы разных групп мышц тела человека. Правила организации самостоятельных тренировок по силовой и кроссовой подготовке.

#### **Практика**

Входное тестирование физической подготовленности учащихся: бег 100 м, бег 1000 м (девушки), 3000 м (юноши). Прыжки в длину с места. Подтягивание на перекладине (юноши), комплексное силовое упражнение (КСУ) (девушки). Тест Купера. Проверка силы, выносливости, скорости, скоординированности.

Прохождение полосы препятствий. Техника прохождения и правила безопасности при преодолении каждого элемента: «лабиринт», «забор», «разрушенный мост», «разрушенная

лестница», «стена», «колодец» и полосы в целом в индивидуальном варианте и в составе группы, отделения.

Упражнение 30 «Комплекс приемов рукопашного боя без оружия на 8 счетов» («Наставление по физической подготовке»): основная стойка, боевая стойка, самостраховка. Упражнение 31 «Комплекс рукопашного боя на 8 счетов с автоматом». Упражнение 27 «Общий комплекс приемов рукопашного боя» (РБ-1):

Использование элементов армейского рукопашного боя, приемов на обезвреживание и сопровождение, без использования спарринговой системы.

Силовые упражнения с гирей 16 кг (юноши), техника, приемы. Упражнения на брусках. Техника метания ядра (девушки), комплекс упражнений с гантелями.

Перетягивание каната. Техника для зимних соревнований. Техника для летних соревнований. Положение рук, ног корпуса. Работа ног при фиксации и передвижении. Понятия «лечь на канат», «взять весом», «первый рывок», «якорь», «пул». Правила соревнований по перетягиванию каната. Взаимодействие в группе, в команде.

Техника спринтерского бега. Техника бега на длинные дистанции. Техника челночного бега. Эстафета и ее элементы. Техника для выполнения прыжков с места.

### **Раздел 3. Лыжная подготовка (42 ч.)**

#### Теория

Инструктаж по безопасному поведению на занятиях по лыжной подготовке. Подготовка снаряжения, подбор палок, лыж и ботинок. Требования к одежде, экипировке лыжника, температурный режим. Классические лыжные ходы: попеременный одношажный, одновременный бесшажный, одновременный одношажный, одновременный двухшажный, попеременный четырехшажный. Коньковые ходы: основные характеристики и правила техники. Ремонт снаряжения, правила использования и практическое применение парафина.

#### Практика

Стойка лыжника, техника работы рук и ног, подготовительные упражнения.

Техника попеременного одношажного хода без использования палок. Правила работы лыжными палками. Техника работы рук и ног при одновременном одношажном, одновременном двухшажном, попеременном четырехшажном ходе. Переходы с хода на ход. Переход попеременного на одновременный ход. Переход через один промежуточный шаг (переход с попеременного на одновременный ход и обратно). Переход через два промежуточных шага (переход с одновременного на попеременный ход). Зачет-практика: бег 1 км с отсечкой по времени, 5 км на выносливость. Соревнования «Лыжные гонки»: девушки – 1 км, юноши – 3 км.

Освоение техники конькового хода: поочередные отталкивания ногами с внутреннего ребра скользящей лыжи и перенос массы тела на другую лыжу при передвижении по ровной трассе и при спуске с пологого склона с широко расставленными лыжами (при расстоянии между ними 50—60 см).

### **Раздел 4. Строевая подготовка (33 ч.)**

#### Теория

Строевая стойка, выполнение команд: «Заправиться», «Равняйся», «Смирно». Единообразие выполнения. Интервал и дистанция. Строевые приемы на месте без оружия – расчет по порядку и на «первый», второй», перестроение в две шеренги, повороты на месте, дисциплина строя. Управление строем при выполнении поворотов на месте. Порядок вводного разъяснения. Корректирование ошибок, использование подготовительных упражнений. Церемония и правила возложения цветов и гирлянд к памятникам.

#### Практика

Строевые приемы с оружием. Управление строем при выполнении приемов с оружием: Строевая стойка с оружием. (СУ № 39.) Перемещение автомата из положения «на ремень» в положение «на грудь». (СУ № 40.) Перемещение автомата из положения «на грудь» в положение «на ремень» (СУ № 41). Перемещение карабина из положения «от ноги» в положение «на ремень» (СУ № 42). Перемещение карабина в положение «к ноге» из положения

«на ремень» (СУ № 43). Перемещение карабина из положения «от ноги» в положение «на плечо» (СУ № 44). Выход и возвращение в строй в одношереножном и двухшереножном строю. Выход из колонны по два (по три, по четыре) и возвращение в колонну. Выполнение воинского приветствия в строю на месте. Строевой шаг. Повороты в движении. Смыкание и размыкание строя, изменение направления движения. Выход и возвращение в строй в одношереножном и двухшереножном строю. Приветствие в движении в составе отделения при параде и при участии в строевом смотре, прохождение с песней. Строевой смотр.

Экипировка отделения Почетного караула, инструктаж, выход на Пост № 1. Действия Почетного наряда по прибытии в штаб Поста №1. Действия Почетного наряда при заступлении и смене на Посту № 1.

## **Раздел 5. Огневая подготовка (27 ч.)**

### Теория

Меры безопасности при обращении со стрелковым оружием. Основные нормативы по огневой подготовке из стрелкового оружия соревнования на значок ДОСААФ «Отличный стрелок». Начальная скорость пули, пробивное действие пули. Кучность и меткость стрельбы, способы их повышения. Явление рикошета. Требования курса стрельб.

Устройство и назначение пистолета Макарова

### Практика

Выполнение входных нормативов: метание гранат, разборка (сборка) АК-74, снаряжение магазина, стрельба из пневматической винтовки. Неполная разборка-сборка ММГ АК-74 с отсечкой времени. Осмотр и подготовка автомата к стрельбе, возможные задержки и способы их устранения.

Положение для стрельбы «лежа», порядок прицеливания при стрельбе из пневматической винтовки МР-512, определение ведущего глаза при прицеливании. Положение для стрельбы «сидя с упора», положение пальца на спусковом крючке, плавный спуск вхолостую. Положение для стрельбы «стоя». Чередование положений для стрельбы. производство выстрела по мишени № 8 из пневматической винтовки МР-512. Организация получения, транспортировки, учета, хранения и использования оружия и патронов к нему. Уход за стрелковым оружием, его хранение и сбережение. Основные нормативы по огневой подготовке из стрелкового оружия соревнования на значок ДОСААФ «Отличный стрелок». Техника метания учебных муляжей гранат из положения «стоя». Техника метания учебных муляжей гранат с положения «лежа». Контрольное занятие: метание учебных муляжей гранат в цель из различных положений.

## **Раздел 6. Основы тактики (9 ч.)**

### Теория

Понятие «малая группа», порядок формирования, особенности подчинения и взаимосвязи. Правила перемещения малыми группами. Понятия: «стратегия», «тактика», «вводный», «учебная задача», «боевая задача», «оборона», «наступление», «встречный бой», «атака», «маневр». Экипировка и обучение малых групп, их назначение. Условные невербальные сигналы и жесты. Правила перемещения на поле боя. Ближний бой.

### Практика

Подгонка снаряжения и обмундирования. Тактическая коммуникация при передвижении в составе отделения (группы). Перестроения в движении по алгоритму: походный порядок, предбоевой порядок, боевой порядок. Техника переползания с оружием и без. Организация круговой обороны («держат сектор»). Выполнение маневров: «обход», «охват», «отход и смена позиций». Организация системы управления в подразделениях (подгруппах). Эвакуация раненого. Игра в Лазертаг, передвижение «двойками», «тройками». Организация системы связи, радиосигналы, позывные, звуковые сигнальные средства. Действия солдата, назначенного наблюдателем. Организация наблюдательного пункта. Маскировка одежды, оружия, точки укрытия. Техника стрельбы в ближнем бою. «Маятник» - уклонение от выстрелов.

## **Раздел 7. Плавание (15 ч.)**

### Теория

Правила безопасности на воде. Правила гигиены в бассейне. Как выбрать шапочку и очки для плавания. Просмотр учебного фильма о стилях плавания

#### Практика

Разминка перед плаванием, «сухое плавание»: махи и круговые вращения руками, имитация гребка руками в воде, упражнение «лодочка», кроль в планке, кроль ногами сидя, кроль ногами, лежа на животе, приседания возле угла. Растяжка верхней части туловища. Гребок на 4 счета («кроль»). Гребок на 4 счета с опорой на стену. Действия при возникновении судорог ног. Тест на растяжку голеностопа.

Упражнения на воде: «Дуем на воду» или «Дуем на шарик», выдох под водой, выдох за 6 сек., выдох за 6 сек. с полным погружением в воду с опорой на бортик, ловим баланс, с фиксацией руками за бортик, отталкивания от бортика, «звездочка» на спине, «звездочка» на груди. Баланс с добавлением гребков. Баланс, гребки и выдох под водой. Вдох-выдох с подъемом головы. Упражнение с колобашкой. Гребок на 4 счета с плавательной доской. 3 фазы гребка при плавании кролем. Дыхание 2:1, 3:1. Ошибки при плавании кролем. Техника старта, прыжок в воду. Комплексная тренировка.

### **Раздел 8. Школа выживания (36 ч.)**

#### Теория

Вводный инструктаж по безопасности. Знакомство с практическим применением пожарного снаряжения и оборудования: боевая одежда пожарного, водопенное оборудование, пожарные стволы, пожарные рукава. Виды костров: «Нодья», «Шалаш», «Колодец», «Звезда», «Пирамида», «Таежный». Порядок подготовки площадки для костра, заготовка дров, «траншея», правила безопасности. Виды туристических палаток, правила их установки. Требования к физической подготовке для пешего, лыжного и водного похода. Главные закономерности потока, виды течений. Правила поведения в условиях ЧС техногенного и природного характера.

#### Практика

Полевой выход: прохождение в составе нескольких групп по заданному маршруту (20 км) с использованием средств связи. Полевой выход на ст. Лужба: радиальные выходы по разработанным маршрутам, разведение костра, установка палатки, приготовление пищи, тактические игры.

Ориентирование на местности. Компас и его назначение. Определение азимута. Масштаб карты. Способы измерения расстояний. Топографические знаки.

Вязание узлов: узел «Встречный», «Восьмерка», «Саморазвязывающийся», «Удавка», «Булинь», «Прямой».

Подготовка площадки для костра, заготовка дров, «траншея», демонстрация алгоритма правил безопасности. Выбор, подготовка и укладка походного рюкзака. Список снаряжения для полевого выхода.

Составление линейного и кольцевого маршрутов. Изучение маршрута и разработка тактики для полевого выхода. Маршрутный план. Разработка запасных маршрутов. Регистрация в МЧС. Составление списка продуктов для похода на одного человека и на группу. Составление меню для зимнего и для летнего времени года. Организация полевого лагеря и его охраны. Сооружение временного жилища. Снаряжение для полевого выхода: состав и ремонт.

Использование закономерностей речного потока для управления судном. Подготовка лодки и катамарана. Вязка и крепление рамы и палубы. техника движения и управления плавсредством. Посадка, высадка из судна. Правильное положение гребца. Выбор места причаливания. Техника отчаливания и причаливания. Приемы рациональной гребли и управления судном. Темп, ритм гребли в различных условиях, взаимодействие членов экипажа.

### **Раздел 9. Общевоинские уставы ВС РФ (9 ч.)**

#### Теория

Общие положения уставов. Устав внутренней службы: права и обязанности военнослужащих. Взаимоотношения между военнослужащими. Положение о воинской присяге. Тест



«Выполнение ритуала подъема и спуска Государственного флага РФ. Положение о порядке вручения Боевого знамени воинской части»

1-15 пункт Строевого устава ВС РФ: основные термины гл. 1 «Строй и управление ими». Пункты 25, 26 Строевого устава ВС РФ: «Обязанности командиров и военнослужащих перед построением и в строю». Тест «Строй и управление ими».

Устав гарнизонной и караульной службы, п.207 «Часовой»: неприкосновенность часового, подчинение часового, право применять оружие. Обязанности часового: табель постам караула, обход, действия при опасности, кому можно делать доклад. Тест «Обязанности часового».

Дисциплинарный устав ВС РФ: дисциплинарная ответственность военнослужащих, меры обеспечения производства по материалам о дисциплинарном проступке, поощрения, взыскания. Тест «Дисциплинарная ответственность»

#### Практика

Интеллектуальные викторины.

### **Раздел 10. Гражданская оборона (12 ч.)**

#### Теория

Вводный инструктаж. Войска РХБЗ. Индивидуальные средства защиты – противогазы: военные, промышленные, гражданские. Устройство противогаза и его назначение.

Характеристика поражающего действия ядерного взрыва. «Альфа», «Бета», «Гамма» излучения. Зоны радиоактивного загрязнения. Зоны очага ядерного взрыва. Степени лучевой болезни.

Характеристика очага химического заражения. Отравляющие вещества (БТХВ) нервно-паралитического действия, кожно-нарывного действия, удушающего действия, общеядовитого действия, психохимического действия. Характеристика бактериологического оружия и очага заражения. Особенности поражающего действия. Особенности поражающего действия токсинов. Способы и средства применения биологического оружия. Работа по ликвидации последствий БО. Законодательство об оружии массового поражения. Конвенция ООН о запрете использования бактериологического оружия. Порядок оказания первой помощи при угрозе применения БТХВ: при поражении органов дыхания, нервной системы, кожных покровов.

#### Практика

Выполнение входных нормативов: надевание противогаза. Выполнение нормативов надевания ОЗК и противогаза. Алгоритм оказания первой помощи в условиях применения оружия массового поражения. Внутрисекционные соревнования.

Выполнение итоговых нормативов: надевание противогаза и ОЗК.

**Учебный план 2 года обучения**  
(продвинутый уровень)

№	Наименование раздела/темы	Количество часов			Форма аттестации
		всего	теория	практика	
1.	Вводное занятие	3	3	-	Устный опрос
2.	Общая физическая подготовка (ОФП)	30	9	21	Выполнение входных нормативов Экзамен
3.	Лыжная подготовка	42	15	27	Зачет-практика Соревнования
4.	Строевая подготовка	27	9	18	Зачет Экзамен
5.	Огневая подготовка	30	9	21	Контрольное занятие Зачет Соревнования Экзамен
6.	Основы тактики	12	3	9	Зачет Экзамен
7.	Плавание	12	3	9	Зачет
8.	Школа выживания	39	12	27	Полевой выход Зачет Экзамен
9.	Уставы ВС РФ	9	6	3	Зачет Экзамен
10.	Гражданская оборона	12	6	6	Зачет Экзамен
<b>Итого</b>		<b>216</b>	<b>75</b>	<b>141</b>	

**Содержание программы 2 года обучения**  
(продвинутый уровень)

**Цель:** расширение теоретических знаний и практических умений и навыков у учащихся по начальной военной подготовке.

**Задачи:**

**Обучающие**

- формировать у учащихся представление о понятии «Военная служба – особый вид федеральной государственной службы», характеристики, особенности и требования к прохождению военной службы Устава внутренней службы ВС РФ.
- расширять у учащихся знания о боевых свойствах и материальной части стрелкового оружия, правилах его сбережения и хранения, мерах безопасности при обращении с оружием при проведении стрельб;
- совершенствовать у учащихся умения и навыки стрельбы из пневматической винтовки МР-512, пневматического пистолета из различных положений, метания учебных муляжей гранат на дальность и в цель из различных положений;

- формировать у учащихся начальные теоретические знания и практические умения по практической стрельбе;
- совершенствовать у учащихся умения и навыки общей физической подготовки;
- познакомить учащихся с правилами личной гигиены спортсмена;
- закрепить знания у учащихся правил и техники выполнения Комплекса приемов армейского рукопашного боя
- формировать у учащихся знания и умения организации и управления строем при выполнении отделением строевых приемов
- формировать у учащихся теоретические знания и практические умения по правилам формирования, организации, управления Почетного наряда Пост № 1;
- совершенствовать у учащихся практические умения и навыки по передвижению на лыжах классическими и коньковыми ходами;
- закрепить у учащихся теоретические знания и практические умения владения техникой метания учебных муляжей гранат из различных положений в цель и на дальность;
- совершенствовать у учащихся умения и навыки стрельбы из пневматической винтовки МР-512, пневматического пистолета Макарова из различных положений со сменой мишеней;
- развивать и совершенствовать у учащихся знания и практические умения и навыки плавания в бассейне;
- формировать у учащихся знания о роли и практическом применении маскировки в тактике;
- познакомить учащихся правилами и их практическим применением тактической игры «Лазертаг»;
- формировать у учащихся теоретические знания и практические умения правил выживания в природных условиях;
- формировать у учащихся умения и навыки спасения на воде;
- познакомить учащихся с характеристиками и поражающими факторами боевых токсичных химических веществ (БТХВ), способами защиты людей от БТХВ, о федеральных законах и нормах международного права по запрету применения БТХВ;
- развивать у учащихся умения практического использования средств индивидуальной защиты Гражданской обороны;

***Воспитательные:***

- способствовать гражданско-патриотическому воспитанию учащихся;
- воспитывать у учащихся целеустремленность в работе и умение самостоятельно принимать решения;
- воспитывать у учащихся выдержку и самоконтроль;
- воспитывать аккуратность и опрятность внешнего вида;
- воспитывать у учащихся сознательное и уважительное отношение к правилам безопасности;

***Развивающие:***

- развивать у учащихся умение работать в коллективе и взаимодействовать в команде;
- развивать лидерские и организационные способности;
- развивать у учащихся тактическое и стратегическое мышление;
- развивать у учащихся интерес к военной истории России;
- развивать физической культуру учащихся посредством освоения навыков общей физической подготовки;
- формировать у учащихся правильную осанку;
- формировать у учащихся необходимые знания, умения, навыки ведения здорового образа жизни;
- развивать у учащихся физическую выносливость и координацию движений, скоростные, силовые качества, концентрацию внимания, способность к быстрому ориентированию в пространстве;

- развивать у учащихся способность применять умения и навыки лыжной подготовки и огневой подготовки на соревнованиях по биатлону;

### **Раздел 1. Вводное занятие (3 ч.)**

#### Теория

Вводный инструктаж

### **Раздел 2. Общая физическая подготовка (ОФП) (30 ч.)**

#### Теория

Вводный инструктаж по правилам безопасности на занятиях по общей физической подготовке. Правила личной гигиены. Использование элементов армейского рукопашного боя, приемов обезвреживания и сопровождение, без использования спарринговой системы. Правила соревнований по перетягиванию каната. Упражнение № 21 (НФП) «Рывок гири» 16 кг (юноши), техника, приемы. Правила и техника выполнения упражнений на брусьях. Техника метания ядра (девушки), комплекс упражнений с гантелями (девушки). Эстафета и ее элементы.

#### Практика

Выполнение входных нормативов: бег 100 м, 1000 м (девушки), 3000 м (юноши) прыжки в длину с места, тест Купера (юноши), подтягивание на перекладине (юноши), КСУ (девушки). Преодоление полосы препятствий с отсечкой времени (индивидуально), тест Купера (юноши). Упражнение 30 «Комплекс приемов рукопашного боя без оружия на 8 счетов» («Наставление по физической подготовке»): основная стойка, боевая стойка, самостраховка. Упражнение 31 «Комплекс рукопашного боя на 8 счетов с автоматом». Упражнение 27 «Общий комплекс приемов рукопашного боя» (РБ-1).

Преодоление полосы препятствий в составе отделения. Упражнение № 20 (НФП) «Подъем по вертикальному канату» с использованием ног и без использования ног. Перетягивание каната: техника для зимних соревнований, техника для летних соревнований, положение рук, ног корпуса, работа ног при фиксации и передвижении, понятия «лечь на канат», «взять весом», «первый рывок», «якорь», «пул», совершенствование технических навыков и на выносливость. Упражнения на укрепление мышц спины, ног. Взаимодействие в группе, в команде.

Совершенствование техники спринтерского бега. Совершенствование техники бега на длинные дистанции. Совершенствование техники челночного бега. Совершенствование техники выполнения прыжков в длину с места.

Военизированная эстафета. Игра «Кетоврас».

Выполнение итоговых нормативов: бег 100 м, бег 3000 м, прыжки в длину с места, подтягивание на перекладине (юноши), КСУ (девушки), преодоление полосы препятствий с отсечкой времени (индивидуально), тест Купера (юноши).

### **Раздел 3. Лыжная подготовка (42 ч.)**

#### Теория

Вводный инструктаж по правилам безопасности. Ошибки при движении классическим ходом. Правила и техника старта, распределение сил и техника дыхания для бега на длительные дистанции. Правила прохождения поворотов. Совершенствование техники выполнения подъема и спуска на дистанции с уклоном.

#### Практика

Подбор и подготовка лыж, ботинок, палок, ремонт снаряжения. Подготовительные упражнения для конькового хода в зале. Упражнения для развития координации и баланса на лыжах: «приседания на опорной ноге», «подпрыгивание на опорной ноге с использованием махов руками», «приседание с прыжком вперед», «имитация конькового хода», «круг на месте», «разворот на месте» Техника и развитие скоростных качеств при движении коньковым ходом. Подсед при движении коньковым ходом. Повороты и развороты в движении коньковым ходом. Двухшажный подъемный коньковый ход. Переходы с хода на ход. Правила соревнований «Лыжные гонки». Подготовка для соревнований по биатлону. Бег, остановка, переход в

положение «лежа» для производства стрельбы, подъем, разворот, продолжение бега. Как финишировать? Передача ММГ АК-74 следующему по эстафете в движении.

#### **Раздел 4. Строевая подготовка (27 ч.)**

##### Теория

Обязанности командиров перед построением и в строю. Правила взаимоотношений среди юнармейцев и курсантов личного состава Почетного наряда. Строи и управление ими. Обязанности должностных лиц и личного состава Почетного наряда Пост № 1. Часовой Почетного наряда Пост № 1: обязанности часовых, порядок смены часовых. Охрана Законом прав и личного достоинства часового.

##### Практика

Управление строем при выполнении поворотов на месте. Порядок вводного разъяснения, корректирование ошибок, использование подготовительных упражнений. Управление строем при расчете на «первый», «второй» при перестроении отделения из одной шеренги в две. Единообразии выполнения. Дробление сложных приемов на элементы при обучении личного состава. Управление строем при выполнении смыкания и размыкания одношереножного и двухшереножного строя. Управление строем при выполнении приемов с оружием. Строевая стойка с оружием. (СУ № 39). Строевой смотр.

#### **Раздел 5. Огневая подготовка (30 ч.)**

##### Теория

Вводный инструктаж по правилам безопасности. Правила безопасности в стрелковом тире. Разбор ошибок применения техники метания учебных муляжей гранат с положения «лежа», «с колена», «стоя» в цель и на дальность.

Требования курса стрельб. Основные нормативы по огневой подготовке из стрелкового оружия соревнования на значок ДОСААФ «Отличный стрелок». Практическая стрельба – особенности и основные характеристики.

##### Практика

Выполнение входных нормативов: метание учебных муляжей гранат, разборка (сборка) ММГ АК-74, снаряжение магазина к АК-74, стрельба из пневматической винтовки МР-512.

Основы практической стрельбы из пневматического пистолета Макарова: стойка, хват. подготовительные упражнения. Положение для стрельбы «лежа», чередование мишеней (биатлонные, мишень № 8, кубики при стрельбе из пневматической винтовки МР-512. Стойка для практической стрельбы, правила перемещения по площадке, работа в паре с инструктором. Зарядка и перезарядка оружия. Начало и окончание стрельбы. Смена оружия, смена магазина. Стрельба из-за укрытия. Короткие и длинные перемещения в практической стрельбе. Зачет «Общие сведения о практической стрельбе: основы теории и практики». Совершенствование навыка метания учебных муляжей гранат из положения «стоя» на дальность и в цель.

Выполнение итоговых нормативов: стрельба из пневматического пистолета, пневматической винтовки МР-512, неполная разборка-сборка ММГ АК-74, снаряжение магазина к АК-74, метание учебных муляжей гранат из различных положений в цель и на дальность.

#### **Раздел 6. Основы тактики (12 ч.)**

##### Теория

Вводный инструктаж. Маскировка костюма и оружия. Маскировка наблюдательного пункта. 10 правил поведения солдата в бою: ведение разведки, тренировка глазомера на определение дальности объектов, знание полевых правил стрельбы. Как организовать засаду. Разбор тактических задач для игры в Лазертаг

##### Практика

Одиночные передвижения и передвижения в составе группы по условному «полю боя». Передвижение «двойками», «тройками». Тактика командной игры. Распределение ролей и задач среди участников атакующие, защитники, поддержка. Как держать контакт между участниками во время игры. Тактика при атаке. Тактика при защите. Подготовка плана «Б». Тактические схемы. Точки обозрения. Огневые точки и сектора обстрела. Оборона и удержание базы.

## **Раздел 7. Плавание (12 ч.)**

### Теория

Вводный инструктаж. Просмотр учебного фильма о стилях плавания, подготовительные упражнения на суше. Правила безопасности на воде, упражнения «сухое плавание». Как правильно дышать. Тренировка выносливости на занятиях по плаванию.

### Практика

Разминка перед плаванием. Скольжение на груди с различным положением рук, с последующим переворотом на спину. Упражнение «шторм» с использованием плавательной доски. Скольжение после гребка. Ось вектора движения. Движение ногами кролем. Дыхание произвольное и с выдохами в воду. Выдох после одного гребка. Выдох после двух гребков. Плавание кролем на груди, совершенствование техники, ротация корпуса. Совершенствование навыка старта – техника правильного вхождения в воду. Развороты «маятник», «сальто». Выход после разворота, толчок от бортика. Правила и техника плавания кролем на спине.

## **Раздел 8. Школа выживания (39 ч.)**

### Теория

Вводный инструктаж. Тренировка надевания одежды пожарного, раскатка и присоединение пожарных рукавов на время. Правила, за счет выполнения которых достигается максимальная скорость и экономия времени при надевании «боевки» и работы с оборудованием.

Полевой выход: устройство полевого лагеря. Охрана лагеря. Как рассчитать количество продуктов на 1 человека и на группу. Координаты на карте. Изучение маршрута и разработка тактики для полевого выхода. Разработка запасных маршрутов к основному.

Составление меню. Питание в летнее и в зимнее время.

### Практика

Установка туристической палатки. Крепление оттяжек палатки и кострового троса как измерить расстояние на глаз (визуальные объекты) и на слух (отдаленные шумы). Как следить за своим самочувствием в полевом выходе.

Закрепление веревки на опоре узлом «удавка». Узлы для связывания двух тросов между собой. проверка и подготовка малых плав средств, подготовка одежды, защиты (шлем, спасательный жилет). Управление малым плавсредством – тренировка на суше действия экипажа малого плавсредства при спасении выпавшего в воду участника.

## **Раздел 9. Общевоинские уставы ВС РФ (9 ч.)**

### Теория

Устав внутренней службы РФ. Разбор устава по частям и главам. Обязанности военнослужащих и должностных лиц, их повседневная жизнь и деятельность, несение боевого дежурства. Защита Отечества – долг и обязанность гражданина РФ. Военная служба – особый вид федеральной государственной службы. Использование русского языка как государственного в Вооруженных Силах РФ. Права военнослужащих. Правила хранения и использования оружия. Наказания за нарушения уставных правил. Принцип единоначалия в ВС РФ. Приказ, порядок его выдачи и выполнения. Воинское приветствие. Порядок представления командирам. О воинской вежливости. Внутренний порядок. Размещение военнослужащих. Подъем, утренний осмотр, вечерняя поверка. Учебные занятия. Питание военнослужащих. Суточный наряд. Безопасность военной службы.

### Практика

Зачет. Экзамен.

## **Раздел 10. Гражданская оборона (12 ч.)**

### Теория

Вводный инструктаж. Классификация БТХВ. БТХВ: нервнопаралитические, кожно-нарывные, общедовитого действия, психохимического действия. Характеристика и поражающие свойства каждого вида. Вещества, которые используются в БТХВ. Длительность действия БТХВ. Способы защиты людей. Защита продуктов питания. Массовые средства защиты. Защита ключевых объектов жизнедеятельности. Вопросы экологического характера, возникающие при

применении БТХВ. Ответственность стран за использование и применение БТХВ. Законы РФ и МГП. Уничтожение химического оружия в России. Разрешенные вещества для самообороны.

#### Практика

Выполнение входных нормативов: надевание противогаза. Надевание ОЗК и противогаза с отсечкой времени.

Внутрисекционные соревнования

Выполнение итоговых нормативов: надевание противогаза. Надевание ОЗК и противогаза с отсечкой времени.

**Учебный план 3 года обучения:**  
(продвинутый уровень)

№	Наименование раздела/темы	Количество часов			Формы аттестации
		всего	теория	практика	
1.	Вводная часть	3	3		Устный опрос
2.	Общая физическая подготовка (ОФП)	30	9	21	Выполнение входных нормативов, зачет, экзамен
3.	Лыжная подготовка	39	12	27	Зачет-практика Теоретический зачет Соревнования Экзамен
4.	Строевая подготовка	27	9	18	Зачет Экзамен
5.	Огневая подготовка	33	9	24	Зачет Соревнования Экзамен
6.	Основы тактики	12	6	6	Зачет Экзамен
7.	Плавание	12	6	6	Зачет
8.	Школа выживания	36	9	27	Полевой выход Зачет Экзамен
9.	Уставы ВС РФ	12	6	6	Зачет Экзамен
10.	Гражданская оборона	12	6	6	Зачет Экзамен
<b>Итого</b>		<b>216</b>	<b>75</b>	<b>141</b>	

**Содержание учебного плана 3 года обучения**  
(продвинутый уровень)

**Цель:** повышение уровня знаний, совершенствование умений и навыков у учащихся по начальной военной подготовке

**Задачи:**

**Обучающие**

- формировать у учащихся представление о понятии «воинская дисциплина» на основе положений Дисциплинарного устава ВС РФ;
- познакомить учащихся с правилами выполнения упражнений по практической стрельбе;
- совершенствовать у учащихся умения и навыки стрельбы из пневматической винтовки МР-512, пневматического пистолета из различных положений, метания учебных муляжей гранат на дальность и в цель из различных положений; неполной разборки-сборки пистолета Макарова, ММГ АК-74, снаряжения магазина к АК-74;
- познакомить учащихся с правилами управления отделением при организации и обучении личного состава упражнениям по армейскому рукопашному бою;



- познакомить учащихся с правилами выполнения упражнений по стретчингу;
- совершенствовать у учащихся умения и навыки общей физической подготовки;
- познакомить учащихся общей характеристикой процессов восстановления спортсмена-лыжника;
- формировать и совершенствовать у учащихся умения и навыки спортивной подготовки по биатлону;
- познакомить учащихся с порядком организации и обучения личного состава по строевой подготовке;
- формировать у учащихся знание требований к командиру;
- познакомить учащихся с системой связи и управления в ВС РФ;
- закрепить у учащихся полученные знания, умения, навыки по основам тактики
- совершенствовать у учащихся умения и навыки плавания;
- познакомить учащихся с видами страховочного оборудования, снаряжения и его применением;
- формировать у учащихся умения выполнять алгоритм действий экипажа малого водного плавсредства при причаливании и отчаливании;
- совершенствовать у учащихся умения и навыки выживания в природных условиях;
- познакомить учащихся с характеристиками биологического оружия, его поражающими факторами, мерами защиты населения и правилами безопасности при угрозе применения биологического оружия;
- расширять у учащихся знания, совершенствовать умения и навыки по Гражданской обороне;

***Воспитательные:***

- способствовать гражданско-патриотическому воспитанию учащихся;
- воспитывать у учащихся целеустремленность в работе и умение самостоятельно принимать решения;
- воспитывать у учащихся выдержку и самоконтроль;
- воспитывать аккуратность и опрятность внешнего вида;
- воспитывать у учащихся сознательное и уважительное отношение к правилам безопасности;

***Развивающие:***

- развивать у учащихся умение работать в коллективе и взаимодействовать в команде;
- развивать лидерские и организационные способности;
- развивать у учащихся тактическое и стратегическое мышление;
- развивать у учащихся интерес к военной истории России;
- развивать физической культуру учащихся посредством освоения навыков общей физической подготовки;
- формировать у учащихся правильную осанку;
- формировать у учащихся необходимые знания, умения, навыки ведения здорового образа жизни;
- развивать у учащихся физическую выносливость и координацию движений, скоростные, силовые качества, концентрацию внимания, способность к быстрому ориентированию в пространстве;
- развивать у учащихся способность применять умения и навыки лыжной и огневой подготовки на соревнованиях по биатлону

**Раздел 1. Вводная часть (3 ч.)**

Теория

Инструктаж по безопасности.

**Раздел 2. «Общая физическая подготовка» (ОФП) (30 ч.)**

Теория

Вводный инструктаж. Роль разминки в подготовке мышц, связок и суставов на занятиях по общей физической подготовке. Правила выполнения упражнений по стретчингу. Правила управления отделением при организации и обучении личного состава упражнениям № 30 «Комплекс приемов рукопашного боя без оружия на 8 счетов» («Наставление по физической подготовке»), № 31 «Комплекс рукопашного боя на 8 счетов с автоматом», № 27 «Общий комплекс приемов рукопашного боя» (РБ-1).

#### Практика

Выполнение входных нормативов: бег 100 м, 3000 м, прыжки в длину с места, тест Купера (юноши), подтягивание на перекладине (юноши), КСУ (девушки), выполнение входного норматива индивидуального прохождения полосы препятствий.

Управление отделением при выполнении упражнений: № 30 «Комплекс приемов рукопашного боя без оружия на 8 счетов» («Наставление по физической подготовке»), № 31 «Комплекс рукопашного боя на 8 счетов с автоматом», № 27 «Общий комплекс приемов рукопашного боя» (РБ-1).

Преодоление полосы препятствий в составе отделения с оружием. Упражнения на брусьях (юноши), упражнения с гантелями (девушки). Совершенствование техники бега на короткие дистанции. Совершенствование умений и навыков владения техника выполнения упражнения «Рывок гири» (16 кг). Совершенствование техники толкания ядра (девушки).

Кетоврас – стратегия и тактика в приемах. Военизированная эстафета.

подтягивание на перекладине (юноши) 100 подтягиваний в несколько подходов, КСУ (девушки). Перетягивание каната – круговая тренировка.

Выполнение итоговых нормативов: бег 100 м, 5000 м (юноши), 3000 м (девушки), прыжки в длину с места, тест Купера (юноши), подтягивание на перекладине (юноши), КСУ (девушки), выполнение входного норматива индивидуального прохождения полосы препятствий.

### **Раздел 3. «Лыжная подготовка» (39 ч.)**

#### Теория

Инструктаж по безопасному поведению на занятиях по лыжной подготовке. Подготовка снаряжения, подбор палок, лыж и ботинок. Ремонт снаряжения, правила использования и практическое применение парафина. Подготовительные упражнения биатлона в зале и в тире. Общая характеристика процессов восстановления спортсмена и базовых понятий: утомление, восстановление, тренированность.

#### Практика

Выполнение входных нормативов: бег на лыжах 1000 м (девушки), 3000 м (юноши) с отсечкой времени.

Выполнение упражнений по элементам биатлона: техника подхода к огневому рубежу, техника занятия огневому рубежу, восстановление дыхания для изготровки к стрельбе, техника подъема, разворота и покидания огневому рубежу. Понятие об утомлении, восстановлении, тренированности. Совершенствование техники конькового хода. Двухшажный подъемный коньковый ход совершенствование техники. Тренировка координации движений «стрелок-винтовка». Соревнования по биатлону. Соревнования «Лыжные гонки».

Выполнение итоговых нормативов: бег на лыжах 3000 м (девушки), 5000 м (юноши) с отсечкой времени.

### **Раздел 4. «Строевая подготовка» (27 ч.)**

#### Теория

Порядок организации и обучения личного состава по строевой подготовке. Требования к командиру, управляющему отделением во время выполнения отделением строевых приемов на месте и в движении с оружием и без оружия. Действия командира по управлению отделением на параде и во время участия отделения в строевом смотре. Строевые приемы с оружием для показательных выступлений.

#### Практика

Выполнение строевых приемов с оружием для показательных выступлений. Строевой шаг с поворотами по периметру в колонну по одному с оружием. Перестроение в 3 шеренги с

оружием, строевой шаг в шеренгах. Строевой шаг с оружием в шеренгах навстречу («расческа»). Строевые приемы с оружием «к ноге», «на плечо». Упражнение «фигурный поворот» оружия в руках. Строевой смотр. Построение с оружием в круг и перестроения из круга.

#### **Раздел 5. «Огневая подготовка» (33 ч.)**

##### Теория

Вводный инструктаж. Правила производства выстрела по мишени № 8 из пневматической винтовки МР-512 из положения «стоя»: стойка, положение винтовки, особенности прицеливания, точки опоры. Правила пристрелки пневматического пистолета и пневматической винтовки. Понятие «скоростная стрельба». Правила смены оружия и его перезарядки. Правила и особенности передвижения при выполнении упражнений по практической стрельбе.

##### Практика

Выполнение входных нормативов: стрельба из пневматической винтовки МР-512, стрельба из пневматического пистолета со сменой мишеней из положений «стоя», «лежа», «с колена», неполная разборка-сборка пистолета Макарова, неполная разборка-сборка ММГ АК-74, снаряжение магазина к АК-74, метание учебных муляжей гранат в цель и на дальность из различных положений.

Совершенствование техники метания учебных муляжей гранат из положения «стоя», «лежа», «с колена». Короткое упражнение из 3- целей для практической стрельбы из пневматического пистолета Макарова из положения стоя без смены магазина. правила перемещения с инструктором, контроль цели, контроль оружия, контроль пространства. Контрольное занятие: метание учебных муляжей гранат в цель из окопа. Производство выстрела по мишени № 8 из пневматической винтовки МР-512 из положения «стоя». Среднее упражнение с передвижением и использованием стрельбы из-за укрытия. Стрельба по биатлонным мишеням из положения «лежа». Соревнования по практической стрельбе из пневматического пистолета Макарова. Соревнования на значок ДОСААФ «Отличный стрелок». Длинные упражнения. Чередование мишеней.

Выполнение итоговых нормативов: стрельба из пневматической винтовки МР-512, стрельба из пневматического пистолета со сменой мишеней из положений «стоя», «лежа», «с колена», неполная разборка-сборка пистолета Макарова, неполная разборка-сборка ММГ АК-74, снаряжение магазина к АК-74, метание учебных муляжей гранат в цель и на дальность из различных положений.

#### **Раздел 6. «Основы тактики» (12 ч.)**

##### Теория

Инструктаж по безопасности. Разбор тактических задач для игры в Лазертаг. Система связи и управления в ВС РФ. Войсковые средства связи: автоматизированная цифровая система связи, позывные, шифрование сообщений, азбука Морзе.

##### Практика

Маскировка в зимнее и летнее время защитного костюма и оружия. Тактика игры в Лазертаг - тактика при атаке. Тактика защиты в игре Лазертаг. Тактика действий атакующих, передвижения между укрытиями. Передвижение «двойками», «тройками». Организация защиты базы во время игры в Лазертаг. Радиоигра «Охотники и лисы».

#### **Раздел 7. «Плавание» (12 ч.)**

##### Теория

Вводный инструктаж. Просмотр учебного фильма о стиле плавания «брасс», подготовительные упражнения на суше.

##### Практика

Преодоление дистанции 50 м в бассейне любым стилем без отсечки времени. Преодоление дистанции 50 м в бассейне любым стилем с отсечкой времени.

Экзамен.

#### **Раздел 8. «Школа выживания» (36 ч.)**

##### Теория

Вводный инструктаж. Виды страховочных веревок и приспособлений. Правила спуска и подъема по наклонной местности с использованием страховочных веревок и спусковой системы. Действия экипажа малого плавсредства при причаливании и отчаливании.

#### Практика

Полевой выход с организацией полевого лагеря. Выполнение спуска и подъема по наклонной местности с использованием страховочных веревок и спусковой системы. Подготовка к полевому выходу на лыжах. Соревнования по вязанию узлов. Полевой выход на ст. Лужба.

Проверка и подготовка малых плавсредств, подготовка одежды, защиты (шлем, спасательный жилет). Полевой выход на лыжах. 20 км. Управление малым плавсредством – тренировка навыка работы веслами на суше. Выполнение действий экипажем малого водного плавсредства при причаливании и отчаливании.

### **Раздел 9. «Общевойские уставы ВС РФ» (12 ч.)**

#### Теория

Дисциплинарный устав: воинская дисциплина. Поощрения. Дисциплинарные взыскания. Наложение и снятие дисциплинарного взыскания Полномочия дисциплинарной власти. Общевоинские уставы ВС РФ – закон воинской жизни.

#### Практика

Игра «Умники и умницы»: «Дисциплина в армии». Экзамен.

### **Раздел 10. «Гражданская оборона» (12 ч.)**

#### Теория

Вводный инструктаж. Приборы радиационной и химической разведки, контроля заражения радиоактивного облучения. Биологическое оружие: вирусы, бактерии, риккетсии, простейшие. Самые опасные эпидемические заболевания. Биологическое оружие - роль грызунов, насекомых и домашних животных при передаче инфекционных заболеваний человеку. Меры защиты населения от биологического оружия. Правила безопасности при угрозе применения биологического оружия.

#### Практика

Выполнение входных нормативов: надевание противогаза. Выполнение нормативов по надеванию противогазов. Надевание ОЗК. Внутрисекционные соревнования по Гражданской обороне.

Выполнение итоговых нормативов: надевание противогаза и ОЗК с отсечкой времени.

## 1.4. Планируемые результаты освоения программы

К концу 1 года обучения учащиеся достигнут следующих результатов:

### Предметные (образовательные):

- у учащихся будут сформированы знания об общих обязанностях военнослужащих, обязанностях солдата и должностных лиц суточного наряда, о порядке выполнения приказа, о требованиях воинской дисциплины;
- у учащихся будут сформированы знания о боевых свойствах и материальной части стрелкового оружия, правилах его сбережения и хранения, мерах безопасности при обращении с оружием при проведении стрельб;
- у учащихся будут сформированы и развиты умения и навыки стрельбы из пневматической винтовки МР-512, пневматического пистолета Макарова из различных положений, метания учебных муляжей гранат на дальность и в цель из различных положений;
- учащиеся будут знать правила и нормы здорового образа жизни, и правила организации самостоятельных тренировок по силовой и кроссовой подготовке;
- у учащихся будут сформированы и развиты умения и навыки общей физической подготовки;
- у учащихся будут сформированы и развиты умения и навыки выполнения строевых приемов без оружия и с оружием, организации и управления строем;
- учащиеся будут знать правила безопасности на занятиях по лыжной подготовке, правила подбора одежды и снаряжения;
- у учащихся будут сформированы базовые знания и практические умения по передвижению на лыжах классическими и коньковыми ходами;
- у учащихся будут сформированы базовые знания и практические умения плавания в бассейне;
- учащиеся будут знать понятия «малая тактическая группа» и базовые характеристики тактики и стратегии действий и применения малых тактических групп в российской армии;
- у учащихся будут сформированы базовые практические умения и навыки по основам тактики;
- у учащихся будут сформированы базовые теоретические знания правил выживания и их практического применения в природных условиях;
- учащиеся будут знать правила подготовки малых водных плавсредств;
- у учащихся будут сформированы теоретические знания и практические навыки по Гражданской обороне в соответствии с учебным разделом программы;

### Метапредметные:

- у учащихся будет развит интерес к военной истории России;
- у учащихся будет сформировано сознательное отношение к соблюдению личной аккуратности и опрятности внешнего вида;
- у учащихся будет сформировано сознательное и уважительное отношение к правилам безопасности;
- у учащихся будет сформирована потребность соблюдать правила, способствующие формированию правильной осанки;
- у учащихся будут сформированы необходимые знания, умения, навыки ведения здорового образа жизни;

### Личностные:

- у учащихся будут сформированы гражданско-патриотические ценностные ориентиры, в соответствии с возрастным понятийным уровнем учащихся;
- у учащихся будут развиты лидерские и организационные способности в соответствии с возрастным понятийным уровнем учащихся;

- у учащихся будут сформированы целеустремленность в работе и умение самостоятельно принимать решения в соответствии с возрастным понятийным уровнем учащихся;
- у учащихся будут сформированы выдержка и самоконтроль в соответствии с возрастным понятийным уровнем учащихся;
- у учащихся будут развиты умения работать в коллективе и взаимодействовать в команде;
- у учащихся будет развито тактическое и стратегическое мышление в соответствии с возрастным понятийным уровнем учащихся;
- у учащихся будет развита физическая культура посредством освоения навыков общей физической подготовки в соответствии с учебным разделом программы и возрастным понятийным уровнем учащихся;
- у учащихся будут развиты физическую выносливость, координация движений, скоростные, силовые качества, концентрацию внимания, способность к быстрому ориентированию в пространстве в соответствии с возрастными особенностями учащихся;

**К концу 2 года обучения учащиеся достигнут следующих результатов:**

**Предметные (образовательные)**

- учащиеся на основе знания положений Устава внутренней службы ВС РФ будут владеть понятием «Военная служба – особый вид федеральной государственной службы», знать характеристики, особенности и требования к прохождению военной службы.
- у учащихся будут расширены знания о боевых свойствах и материальной части стрелкового оружия, правилах его сбережения и хранения, мерах безопасности при обращении с оружием при проведении стрельб в соответствии с учебным разделом программы;
- у учащихся будут развиты умения и навыки стрельбы из пневматической винтовки МР-512, пневматического пистолета из различных положений со сменой мишеней, метания учебных муляжей гранат на дальность и в цель из различных положений в соответствии с возрастными особенностями учащихся;
- у учащихся будут развиты умения и навыки общей физической подготовки в соответствии с возрастными особенностями учащихся;
- учащиеся будут знать правила личной гигиены спортсмена;
- у учащихся будут закреплены знания правил и особенностей техники выполнения Комплекса приемов армейского рукопашного боя;
- учащиеся будут владеть знаниями и умениями организации и управления строем при выполнении отделением строевых приемов;
- у учащихся будут сформированы теоретические знания и практические умения по правилам формирования, организации, управления Почетного наряда Пост № 1;
- у учащихся будут развиты практические умения и навыки по передвижению на лыжах классическими и коньковыми ходами в соответствии с возрастными особенностями учащихся;
- у учащихся будут сформированы начальные теоретические знания и практические умения по практической стрельбе;
- у учащихся будут закреплены теоретические знания и практические умения владения техникой метания учебных муляжей гранат из различных положений в цель и на дальность;
- у учащихся будут сформированы знания и практические умения и навыки плавания в бассейне;
- учащиеся будут знать о роли и практическом применении маскировки в тактике;
- учащиеся будут знать правила и иметь представление об их практическом применении в тактической игре «Лазертаг»;

- у учащихся будут сформированы теоретические знания и практические умения правил выживания в природных условиях;
- у учащихся будут сформированы умения спасения на воде;
- учащиеся будут знать характеристики и поражающие факторы боевых токсичных химических веществ, способы защиты людей от БТХВ, содержание федеральных законов Российской Федерации и норм международного права по запрету применения БТХВ;
- у учащихся будут развиты умения практического использования средств индивидуальной защиты Гражданской обороны;

#### **Метапредметные:**

- у учащихся будет развит интерес к военной истории России;
- у учащихся будет сформировано сознательное отношение к соблюдению личной аккуратности и опрятности внешнего вида;
- у учащихся будет сформировано сознательное и уважительное отношение к правилам безопасности;
- у учащихся будет сформирована потребность соблюдать правила, способствующие формированию правильной осанки;
- у учащихся будут сформированы необходимые знания, умения, навыки ведения здорового образа жизни;

#### **Личностные:**

- у учащихся будут сформированы гражданско-патриотические ценностные ориентиры, в соответствии с возрастным понятийным уровнем учащихся;
- у учащихся будут развиты лидерские и организационные способности в соответствии с возрастным понятийным уровнем учащихся;
- у учащихся будут сформированы целеустремленность в работе и умение самостоятельно принимать решения в соответствии с возрастным понятийным уровнем учащихся;
- у учащихся будут сформированы выдержка и самоконтроль в соответствии с возрастным понятийным уровнем учащихся;
- у учащихся будет развиты умения работать в коллективе и взаимодействовать в команде;
- у учащихся будет развито тактическое и стратегическое мышление в соответствии с возрастным понятийным уровнем учащихся;
- у учащихся будет развита физическая культура посредством освоения навыков общей физической подготовки в соответствии с учебным разделом программы и возрастным понятийным уровнем учащихся;
- у учащихся будут развиты физическую выносливость, координация движений, скоростные, силовые качества, концентрацию внимания, способность к быстрому ориентированию в пространстве в соответствии с возрастными особенностями учащихся;

**К концу 3 года обучения учащиеся достигнут следующих результатов:**

#### **Предметные (образовательные)**

- учащиеся будут владеть понятием «воинская дисциплина» на основе положений Дисциплинарного устава ВС РФ;
- у учащихся будут сформированы начальные знания и умения по практической стрельбе в соответствии с учебным разделом программы;
- у учащихся будут развиты умения и навыки стрельбы из пневматической винтовки МР-512, пневматического пистолета из различных положений, метания учебных муляжей гранат на дальность и в цель из различных положений; неполной разборки-сборки пистолета Макарова, ММГ АК-74, снаряжения магазина к АК-74;

- учащиеся будут знать правила управления отделением при организации и обучении личного состава упражнениям по армейскому рукопашному бою;
- учащиеся будут знать правила выполнения упражнений по стретчингу;
- у учащихся будут развиты умения и навыки общей физической подготовки в соответствии с учебным разделом программы;
- учащиеся будут знать общие характеристики процессов восстановления спортсмена-лыжника;
- учащиеся будут знать порядок организации и обучения личного состава по строевой подготовке;
- учащиеся будут знать требования к командиру;
- учащиеся будут иметь знание о системе связи и управления в ВС РФ;
- у учащихся будут закреплены полученные знания, умения, навыки по основам тактики;
- у учащихся будут развиты умения и навыки плавания;
- учащиеся будут знать виды страховочных веревок и приспособлений, правила спуска и подъема по наклонной местности с использованием страховочных веревок и спусковой системы;
- учащиеся будут знать алгоритм действий экипажа малого водного плавсредства при причаливании и отчаливании;
- у учащихся будут знать виды страховочного оборудования, снаряжения, правила и способы его практического применения;
- у учащихся будут сформированы умения выполнять алгоритм действий экипажа малого водного плавсредства при причаливании и отчаливании;
- у учащихся будут развиты умения и навыки выживания в природных условиях;
- учащиеся будут знать характеристики биологического оружия, его поражающие факторы, меры защиты населения и правила безопасности при угрозе применения биологического оружия;
- у учащихся будут расширены знания, развиты умения и навыки по Гражданской обороне в соответствии с учебным разделом программы;

#### **Метапредметные:**

- у учащихся будет развит интерес к военной истории России;
- у учащихся будет сформировано сознательное отношение к соблюдению личной аккуратности и опрятности внешнего вида;
- у учащихся будет сформировано сознательное и уважительное отношение к правилам безопасности;
- у учащихся будет сформирована потребность соблюдать правила, способствующие формированию правильной осанки;
- у учащихся будут сформированы необходимые знания, умения, навыки ведения здорового образа жизни;
- у учащихся будет развита способность применять умения и навыки лыжной и огневой подготовки на соревнованиях по биатлону

#### **Личностные:**

- у учащихся будут сформированы гражданско-патриотические ценностные ориентиры, в соответствии с возрастным понятийным уровнем учащихся;
- у учащихся будут развиты лидерские и организационные способности в соответствии с возрастным понятийным уровнем учащихся;
- у учащихся будут сформированы целеустремленность в работе и умение самостоятельно принимать решения в соответствии с возрастным понятийным уровнем учащихся;
- у учащихся будут сформированы выдержка и самоконтроль в соответствии с возрастным понятийным уровнем учащихся;



- у учащихся будут развиты умения работать в коллективе и взаимодействовать в команде;
- у учащихся будет развито тактическое и стратегическое мышление в соответствии с возрастным понятийным уровнем учащихся;
- у учащихся будет развита физическая культура посредством освоения навыков общей физической подготовки в соответствии с учебным разделом программы и возрастным понятийным уровнем учащихся;
- у учащихся будут развиты физическую выносливость, координация движений, скоростные, силовые качества, концентрацию внимания, способность к быстрому ориентированию в пространстве соответствии с возрастными особенностями учащихся;

## Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий

### Календарный учебный график

Режим организации занятий по данной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе определяется Календарным учебным графиком, который является приложением к программе и разрабатывается до начала каждого учебного года, согласовывается с заведующим отделом и утверждается заместителем директора МБУ ДО «Детско-юношеский центр» по УВР.

Календарный учебный график соответствует санитарно-эпидемиологическим правилам и нормам, утвержденных Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

Начало учебного года - 1 сентября, окончание учебного года – 31 мая.

№	Год обучения	Объем учебных часов	Всего учебных недель	Режим работы	Количество учебных дней
1	1 год обучения	216	36	2 раза в неделю по 3 часа	72
2	2 год обучения	216	36	2 раза в неделю по 3 часа	72
3	3 год обучения	216	36	2 раза в неделю по 3 часа	72

### Условия реализации программы

#### Материально-техническое обеспечение:

- оборудованный учебный кабинет (стол для педагога, столы для учащихся, стулья);
- оборудованный стрелковый тир;
- спортивная площадка;
- технические средства обучения (мультимедийный проектор, тренажер сердечно-легочной реанимации «Максим», электронный тир);
- стрелковое оружие (пневматические винтовки МР-512);
- учебные макеты (ММГ АК-74);
- пневматический пистолет Макарова;

#### Информационное и учебно-методическое обеспечение:

- учебно-методическое обеспечение (дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа, пособия, учебно-методический комплекс: дидактические материалы, плакаты, видеотека, методические рекомендации, сборники материалов и задач, мониторинг по ДООП).

#### Кадровое обеспечение:

Согласно Профессиональному стандарту «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» по данной программе может работать педагог дополнительного образования с уровнем образования и квалификации, соответствующим обозначениям таблицы пункта 2 Профессионального стандарта (Описание трудовых функций, входящих в профессиональный стандарт) код А и В с уровнями квалификации 6, обладающий профессиональными компетенциями в предметной области.

### Этапы и формы аттестации

Вид контроля	Раздел и контрольные измерители аттестации	Форма аттестации
<b>I год обучения</b>		
<b>Входной</b>	<p>Раздел 1. Введение в дополнительную общеобразовательную общеразвивающую программу. Инструктаж по ТБ.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- знание плана работы на год;</li> <li>- знание правил безопасного поведения в учреждении и на улице.</li> <li>- знание специфики работы объединения «Ратная дружина»</li> </ul>	Устный опрос
	<p>Раздел 2. Общая физическая подготовка (ОФП) Выполнение входных нормативов:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- бег 100 м с отсечкой времени;</li> <li>- бег 1000 м с отсечкой времени (девушки);</li> <li>- бег 3000 м с отсечкой времени (юноши);</li> <li>- подтягивание на перекладине (юноши);</li> <li>- КСУ (девушки);</li> <li>- прыжки в длину с места;</li> <li>- тест Купера</li> </ul>	Входной мониторинг (тестирование)
	<p>Раздел 5. Огневая подготовка Выполнение входных нормативов:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- метание учебных муляжей гранат;</li> <li>- разборка-сборка ММГ АК-74 с отсечкой времени;</li> <li>- снаряжение магазина к АК-74 с отсечкой времени;</li> <li>- стрельба из пневматической винтовки МР-512</li> </ul>	Входной мониторинг (тестирование)
	<p>Раздел 10. Гражданская оборона Выполнение входных нормативов:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- надевание противогаза с отсечкой времени</li> </ul>	Входной мониторинг (тестирование)
<b>Промежуточный</b>	<p>Раздел 2. Общая физическая подготовка (ОФП)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- подтягивание на перекладине (юноши);</li> <li>- КСУ (девушки)</li> </ul>	Зачет
	<p>Раздел 3. Лыжная подготовка</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- прохождение на лыжах дистанции 1000 м с отсечкой времени;</li> <li>- умение чередовать ходы;</li> <li>- навык спуска по трассе с уклоном;</li> </ul>	Зачет-практика

	- умение выполнять поворот и разворот	
	Раздел 4. Строевая подготовка - строевые приемы с оружием на месте в составе отделения; - одиночная строевая подготовка	Зачет (строевой смотр)
	Раздел 5. Огневая подготовка - навык стрельбы из пневматической винтовки МР-512 из положения «сидя с упора»; - выполнение норматива по стрельбе из пневматической винтовки МР-512; согласно требованиям конкурса ДОСААФ; - неполная разборка-сборка ММГ АК-74 с отсечкой времени; - снаряжение магазина к АК-74 с отсечкой времени; - метание муляжей учебных гранат в цель из разных положений; - метание муляжей учебных гранат на дальность из разных положений;	Соревнования, Зачет
	Раздел 6. Основы тактики - правила организации круговой обороны; - переползание со снаряжением; - передвижение двойками, тройками	Зачет
	Раздел 7. Плавание - правила безопасности на воде; - выполнение подводящих упражнений	Зачет
	Раздел 8. Школа выживания - выполнение 5 базовых туристических узлов; - укладка туристического рюкзака; - установка туристической палатки; - составление списка личного и общественного снаряжения; - оказание первой помощи при порезах, ушибах; - изготовление носилок из подручных средств; - транспортировка пострадавшего	Полевой выход
	Раздел 9. Общевоинские уставы ВС РФ - общие положения общевоинских уставов ВС РФ - краткая характеристика общевоинских уставов; - права и обязанности военнослужащих; - «Действия часового»	Тестирование
	Раздел 10. Гражданская оборона	

	- выполнение норматива по надеванию противогаза с отсечкой времени	Зачет
<b>Итоговый</b>	Раздел 2. Общая физическая подготовка (ОФП) - бег 100 м с отсечкой времени; - бег 1000 м (девушки) с отсечкой времени); - бег 3000 м (юноши) с отсечкой времени; - прыжки в длину с места; - подтягивание на перекладине (юноши); - КСУ (девушки); - тест Купера	Экзамен
	Раздел 3. Лыжная подготовка - результативность прохождения дистанции 1000 м	Соревнования
	Раздел 4. Строевая подготовка - строевые приемы на месте без оружия в составе отделения; - строевые приемы с оружием на месте в составе отделения; - исполнение строевой песни в движении в составе отделения	Экзамен
	Раздел 5. Огневая подготовка - правила ухода, хранения, подготовки к стрельбе, транспортировки оружия; - устройство и назначение АК-74; - устройство и назначение пистолета Макарова; - стрельба из пневматической винтовки МР-512 из положения «сидя с упора»; - неполная разборка-сборка ММГ АК-74 с отсечкой времени; - неполная разборка-сборка пистолета Макарова с отсечкой времени; - метание муляжей учебных гранат в цель из различных положений; - метание муляжей учебных гранат на дальность из различных положений	Экзамен
	Раздел 6. Основы тактики - снаряжение, организация и передвижение малых групп; - организация наблюдения; - правила и техника стрельбы в ближнем бою	Экзамен
	Раздел 7. Плавание - преодоление дистанции 50 м в бассейне любым стилем с отсечкой времени	Зачет

	<p>Раздел 8. Школа выживания</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- назначение и правила надевания одежды пожарного;</li> <li>- назначение и использование компаса;</li> <li>- определение азимута на местности;</li> <li>- чтение карты местности;</li> <li>- правила организации полевого лагеря;</li> <li>- правила подготовки, использования и ремонта маломерного водного средства;</li> <li>- правила безопасности при эксплуатации маломерного водного средства;</li> <li>- правила работы экипажа маломерного водного средства</li> </ul>	Экзамен
	<p>Раздел 9. Общевоинские уставы ВС РФ</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- знание основных положений Строевого устава ВС РФ;</li> <li>- знание основных положений Устава внутренней службы ВС РФ;</li> <li>- знание основных положений Устава гарнизонной и караульной службы ВС РФ;</li> <li>- знание основных положений Дисциплинарного устава</li> </ul>	Интеллектуальные викторины
	<p>Раздел 10. Гражданская оборона</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- индивидуальные средства защиты;</li> <li>- характеристика поражающих факторов ядерного взрыва;</li> <li>- массовые средства защиты населения</li> </ul>	Экзамен
<b>II год обучения</b>		
<b>Входной</b>	<p>Раздел 1. Вводная часть</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- знание плана работы на год;</li> <li>- знание правил безопасного поведения в учреждении и на улице.</li> <li>- знание специфики работы объединения «Ратная дружина»</li> </ul>	Устный опрос
	<p>Раздел 2. Общая физическая подготовка (ОФП)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- бег 1000 м (девушки), 3000 м (юноши) с отсечкой времени</li> <li>- подтягивание на перекладине (юноши), КСУ (девушки);</li> <li>- бег 100 м с отсечкой времени;</li> <li>- прыжки в длину с места;</li> <li>- тест Купера</li> </ul>	Входной мониторинг (тестирование)
	<p>Раздел 5. Огневая подготовка</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- стрельба из пневматической винтовки МР-512 из положения «сидя с упора», «лежа» со сменой мишеней;</li> <li>- неполная разборка-сборка ММГ АК-</li> </ul>	Входной мониторинг (тестирование)

	74 с отсечкой времени; - снаряжение магазина к АК-74 с отсечкой времени; - метание муляжей учебных гранат в цель и на дальность из различных положений	
	Раздел 10. Гражданская оборона - надевание противогаза с отсечкой по времени	Входной мониторинг (тестирование)
<b>Промежуточный</b>	Раздел 2. Общая физическая подготовка (ОФП) - подтягивание на перекладине (юноши); - КСУ (девушки); - перетягивание каната; - эстафета «К службе в армии готов!»	Зачет  Соревнования Соревнования
	Раздел 3. Лыжная подготовка - 3000 м с преодолением пологого подъема и спуска	Зачет
	Раздел 4. Строевая подготовка - строи и управление ими	Зачет
	Раздел 5. Огневая подготовка - метание муляжей учебных гранат на дальность из различных положений; - общие сведения о практической стрельбе: основы теории и практики; - стрельба из пневматической винтовки МР-512, выполнение норматива ДОСААФ на значок «Отличный стрелок»; - неполная разборка-сборка ММГ АК-74 с отсечкой времени; - снаряжение магазина к АК-74 с отсечкой времени	Контрольное занятие Зачет  Соревнования  Зачет
	Раздел 6. Основы тактики - правила передвижения малыми группами; - перестроение из походного в боевое положение; - правила надевания, закрепления и использования оружия и снаряжения	Зачет
	Раздел 7. Плавание - правила дыхания на воде и под водой во время плавания; - скольжение с переворотом с груди на спину; - техника работы ног	Зачет
	Раздел 8. Школа выживания - выполнение 7 базовых туристических узлов;	Полевой выход

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- укладка туристического рюкзака;</li> <li>- расчет и составление списка продуктов на 10 человек;</li> <li>- установка туристической палатки;</li> <li>- организация кострового места;</li> <li>- оказание первой помощи при растяжениях, вывихах, укусах;</li> <li>- изготовление носилок из подручных средств;</li> <li>- транспортировка пострадавшего</li> </ul>	
	<p>Раздел 9. Общевоинские уставы ВС РФ</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Устав внутренней службы</li> </ul>	Зачет
	<p>Раздел 10. Гражданская оборона</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выполнение норматива надевания ОЗК</li> </ul>	Зачет
<b>Итоговый</b>	<p>Раздел 2. Общая физическая подготовка (ОФП)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- бег 100 м с отсечкой времени;</li> <li>- бег 1000 м (девушки) с отсечкой времени;</li> <li>- бег 3000 м (юноши) с отсечкой времени;</li> <li>- прыжки в длину с места;</li> <li>- челночный бег 3x10 м;</li> <li>- подтягивание на перекладине (юноши);</li> <li>- КСУ (девушки);</li> <li>- тест Купера;</li> <li>- лазание по канату;</li> <li>- мах гирей 16 кг (юноши)</li> <li>- полоса препятствий;</li> </ul>	<p>Экзамен</p> <p>Соревнования</p>
	<p>Раздел 3. Лыжная подготовка</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- прохождение дистанции 1000 м с преодолением пологого подъема и спуска;</li> <li>- выполнение поворота и разворота;</li> <li>- демонстрация навыка смены ходов</li> <li>- бег на лыжах 3000 м с отсечкой времени</li> </ul>	<p>Зачет-практика</p> <p>Соревнования</p>
	<p>Раздел 4. Строевая подготовка</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- управление строем при выполнении отделением строевых приемов без оружия;</li> <li>- управление строем при выполнении отделением строевых приемов с оружием;</li> <li>- Пост № 1 – правила и инструкции для группы Почетного Караула</li> </ul>	Экзамен
	<p>Раздел 5. Огневая подготовка</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- стрельба из пневматической винтовки МР-512 из положений «сидя с упора»,</li> </ul>	Экзамен



	<p>«лежа» со сменой мишеней;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- неполная разборка-сборка ММГ АК-74 с отсечкой времени;</li> <li>- неполная разборка-сборка пистолета Макарова с отсечкой времени;</li> <li>- метание муляжей учебных гранат в цель из различных положений;</li> <li>- метание муляжей учебных гранат на дальность из различных положений</li> </ul>	
	<p>Раздел 6. Основы тактики</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- применение маскировки;</li> <li>- надевание, использование и применение снаряжения и оружия;</li> <li>- правила передвижения малыми группами;</li> <li>- использование невербальных сигналов;</li> <li>- использование средств связи, применение позывных</li> </ul>	Экзамен
	<p>Раздел 7. Плавание</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- преодоление расстояния 50 м в бассейне любым стилем с отсечкой времени</li> </ul>	Зачет
	<p>Раздел 8. Школа выживания</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- назначение и правила использования снаряжения пожарного;</li> <li>- использование компаса при чтении карты местности;</li> <li>- определение азимута на карте местности;</li> <li>- чтение карты местности;</li> <li>- правила организации полевого лагеря;</li> <li>- определение расстояния на местности;</li> <li>- правила подготовки, использования и ремонта маломерного водного средства;</li> <li>- правила безопасности при эксплуатации маломерного водного плавсредства;</li> <li>- управление маломерным водным плавсредством;</li> <li>- правила работы экипажа маломерного водного плавсредства;</li> <li>- разработка маршрута для водного сплава</li> </ul>	Экзамен
	<p>Раздел 9. Общевоинские уставы ВС РФ</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- правила взаимоотношений военнослужащих;</li> <li>- принцип единоначалия;</li> <li>- приказ и его выполнение;</li> <li>- организация быта военнослужащих;</li> <li>- наказание и поощрение</li> </ul>	Экзамен

	<p>военнослужащих;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- строи и управление ими;</li> <li>- организация охраны воинской части;</li> <li>- правила хранения, выдачи, использования и транспортировки оружия</li> </ul>	
	<p>Раздел 10. Гражданская оборона</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- правила применения индивидуальных средств защиты;</li> <li>- характеристика БТХВ;</li> <li>- правила выхода из зоны поражения БТХВ</li> </ul>	Экзамен
<b>III обучения</b>		
<b>Входной</b>	<p>Раздел 1. Вводная часть</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- знание плана работы на год;</li> <li>- знание правил безопасного поведения в учреждении и на улице.</li> <li>- знание специфики работы объединения «Ратная дружина»</li> </ul>	Устный опрос
	<p>Раздел 2. Общая физическая подготовка (ОФП)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- бег 1000 м (девушки), 3000 м (юноши) с отсечкой времени</li> <li>- подтягивание на перекладине (юноши), КСУ (девушки);</li> <li>- бег 100 м с отсечкой времени;</li> <li>- прыжки в длину с места;</li> <li>- тест Купера;</li> <li>- индивидуальное прохождение полосы препятствий</li> </ul>	Входной мониторинг (тестирование)
	<p>Раздел 5. Огневая подготовка</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- стрельба из пневматической винтовки МР-512 из положения «сидя с упора», «лежа», «стоя» со сменой мишеней;</li> <li>- неполная разборка-сборка ММГ АК-74 с отсечкой времени;</li> <li>- снаряжение магазина к АК-74 с отсечкой времени;</li> <li>- метание муляжей учебных гранат в цель и на дальность из различных положений</li> </ul>	Входной мониторинг (тестирование)
	<p>Раздел 10. Гражданская оборона</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- надевание противогаса с отсечкой по времени;</li> <li>- надевание ОЗК с отсечкой по времени</li> </ul>	Входной мониторинг (тестирование)
<b>Промежуточный</b>	<p>Раздел 2. Общая физическая подготовка (ОФП)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- подтягивание на перекладине (юноши);</li> <li>- КСУ (девушки);</li> </ul>	Зачет

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- упражнение 30 Комплекс на 8 счетов РБ</li> <li>- упражнение 31 Комплекс на 8 счетов РБ с оружием</li> </ul>	
	<p>Раздел 3. Лыжная подготовка</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- прохождение на лыжах дистанции 500 м коньковым ходом;</li> <li>- демонстрация навыка и техники торможения;</li> <li>- скоростное прохождение на лыжах дистанции;</li> <li>- переход из положения «стоя» в положение «лежа» и в обратном порядке;</li> <li>- разворот с места</li> </ul>	<p>Зачет</p> <p>Соревнования</p>
	<p>Раздел 4. Строевая подготовка</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- обязанности командиров перед построением и в строю;</li> <li>- дефиле с оружием;</li> <li>- синхронность строевых приемов с оружием в составе отделения;</li> <li>- синхронность перестроений в составе отделения;</li> <li>- строевые приемы на месте без оружия;</li> <li>- строевые приемы в движении;</li> <li>- прохождение с песней</li> </ul>	<p>Зачет</p> <p>Зачет</p>
	<p>Раздел 5. Огневая подготовка</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- стрельба из пневматической винтовки из положения «стоя» (мишень № 8);</li> <li>- неполная разборка-сборка ММГ АК-74;</li> <li>- неполная разборка пистолета Макарова;</li> <li>- снаряжение магазина к АК-74;</li> <li>- метание муляжей учебных гранат из положения «стоя» в цель и на дальность;</li> <li>- выполнение норматива по стрельбе из пневматической винтовки на значок ДОСААФ «Отличный стрелок»</li> </ul>	<p>Зачет</p> <p>Соревнования</p>
	<p>Раздел 6. Основы тактики</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- положение для стрельбы;</li> <li>- зрительный контроль;</li> <li>- тактика ближнего боя;</li> <li>- роль первого выстрела;</li> <li>- пространство боя;</li> <li>- стрельба из-за укрытия</li> </ul>	<p>Зачет</p>
	<p>Раздел 7. Плавание</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использование плавательной доски;</li> <li>- дыхание в воде и над водой;</li> </ul>	<p>Зачет</p>

	- разворот у бортика	
	Раздел 8. Школа выживания - топографические знаки; - движение по азимуту; - организация и охрана полевого лагеря; - организация питания в полевых условиях; - оказание первой помощи при переломах и обморожении; - транспортировка пострадавшего	Полевой выход
	Раздел 9. Общевоинские уставы ВС РФ - Дисциплинарный устав ВС РФ, его роль в регламентировании жизни военнослужащих; - категории проступков и нарушений; - поощрения, дисциплинарные взыскания и наказания; - дисциплина в армии; - служебная карточка; - Книга почета воинской части;	Зачет  Игра
	Раздел 10. Гражданская оборона - надевание противогаза с отсечкой времени; - надевание ОЗК с отсечкой времени	Зачет
<b>Итоговый</b>	Раздел 2. Общая физическая подготовка (ОФП) - бег 100 м; - бег 3000 м; - бег 5000 м; - прыжки в длину с места; - подтягивание на перекладине (юноши); - КСУ (девушки); - упражнение 30 Комплекс на 8 счетов РБ - упражнение 31 Комплекс на 8 счетов РБ с оружием; - индивидуальное прохождение полосы препятствий; - лазание по канату; - мах гирей 16 кг (юноши); - перетягивание каната	Экзамен  Соревнования
	Раздел 3. Лыжная подготовка - прохождение на лыжах дистанции 1000 м (девушки), 3000 м (юноши) с отсечкой времени; - демонстрация навыка и техники смены классического хода на коньковый ход; - демонстрации навыка и техники	Экзамен

	<p>поворота и разворота;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- демонстрация навыка и техники подъема и спуска на дистанции с уклоном</li> </ul>	
	<p>Раздел 4. Строевая подготовка</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- управление строем на месте и в движении;</li> <li>- управление индивидуальной строевой подготовкой</li> </ul>	Экзамен
	<p>Раздел 5. Огневая подготовка</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- стрельба из пневматической винтовки МР-512 из положений «сидя с упора», «лежа», «стоя» со сменой мишеней;</li> <li>- неполная разборка-сборка ММГ АК-74 с отсечкой времени;</li> <li>- неполная разборка-сборка пистолета Макарова с отсечкой времени;</li> <li>- метание муляжей учебных гранат в цель из различных положений;</li> <li>- метание муляжей учебных гранат на дальность из различных положений</li> </ul>	Экзамен
	<p>Раздел 6. Основы тактики</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- снаряжение, организация и передвижение малых групп;</li> <li>- организация наблюдения;</li> <li>- правила и техника стрельбы в ближнем бою;</li> <li>- применение маскировки;</li> <li>- надевание, использование и применение снаряжения и оружия;</li> <li>- правила передвижения малыми группами;</li> <li>- использование невербальных сигналов;</li> <li>- использование средств связи, применение позывных;</li> <li>- тактика ближнего боя;</li> <li>- войсковые средства связи</li> </ul>	Экзамен
	<p>Раздел 7. Плавание</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- правила безопасности во время плавания в бассейне;</li> <li>- упражнения на суше;</li> <li>- погружение в воду;</li> <li>- преодоление в бассейне дистанции 50 м любым стилем;</li> <li>- разворот у бортика;</li> </ul>	Экзамен
	<p>Раздел 8. Школа выживания</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- назначение и правила использования снаряжения пожарного;</li> <li>- использование компаса при чтении карты местности;</li> </ul>	Экзамен

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- определение азимута на карте местности;</li> <li>- чтение карты местности;</li> <li>- правила организации полевого лагеря;</li> <li>- определение расстояния на местности;</li> <li>- правила подготовки, использования и ремонта маломерного водного средства;</li> <li>- правила безопасности при эксплуатации маломерного водного плавсредства;</li> <li>- управление маломерным водным плавсредством;</li> <li>- правила работы экипажа маломерного водного плавсредства;</li> <li>- разработка маршрута для водного сплава;</li> <li>- оказание помощи при утоплении, ожогах, солнечном ударе;</li> <li>- выполнение 10 базовых туристических узлов</li> </ul>	
	<p>Раздел 9. Общевоинские уставы ВС РФ</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Законодательная основа военной службы;</li> <li>- Права и общие обязанности военнослужащих;</li> <li>- Должностные и специальные обязанности военнослужащих;</li> <li>- Ответственность военнослужащих;</li> <li>- Единоначалие. Командиры (начальники) и подчиненные, старшие и младшие;</li> <li>- Приказ (приказание), порядок его отдачи и выполнения;</li> <li>- Воинское приветствие. Порядок представления командирам (начальникам). О воинской вежливости и поведении военнослужащих;</li> <li>- Обращение военнослужащего к начальникам по служебным и личным вопросам. Правила написания рапорта;</li> <li>- Содержание помещений и территории. Отопление, проветривание и освещение помещений. Размещение в населённых пунктах;</li> <li>- Подъём, утренний осмотр и вечерняя поверка. Учебные занятия. Завтрак, обед и ужин. Выезд за пределы гарнизона. Увольнение из расположения полка.</li> <li>- Подготовка суточного наряда и его развод;</li> <li>- Основные обязанности должностных</li> </ul>	<p>Экзамен</p>

	<p>лиц суточного наряда: дежурного и дневального по роте;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Военная присяга и порядок приведения к ней;</li> <li>- Общие положения Дисциплинарного устава ВС РФ;</li> <li>- Военская дисциплина, её сущность и значение. Обязанности военнослужащих по поддержанию воинской дисциплины;</li> <li>- Дисциплинарная ответственность военнослужащих;</li> <li>- Поощрения, применяемые к офицерам, старшинам, сержантам, солдатам; 18. Права командиров по применению поощрений к подчинённым им офицерам, старшинам, сержантам, солдатам;</li> <li>- Дисциплинарные взыскания, применяемые к офицерам, старшинам, сержантам, солдатам;</li> <li>- Права командиров по применению дисциплинарных взысканий к подчинённым им офицерам, старшинам, сержантам, солдатам;</li> <li>- Общие положения организации гарнизонной службы;</li> <li>- Должностные лица гарнизона и их основные обязанности;</li> <li>- Общие положения организации комендантской службы. Общие положения о военной комендатуре, военной автомобильной инспекции гарнизона;</li> <li>- Основные положения организации караульной службы и подготовки караулов. Наряд караулов. Подготовка караулов;</li> <li>- Права и обязанности лиц караула: начальника караула, разводящего, часового;</li> <li>- Развод и смена караулов. Смена часовых;</li> <li>- Проверка караулов;</li> <li>- Общие положения, порядок и команды, подаваемые для проведения строевого смотра;</li> <li>- Требования к внешнему виду военнослужащих. Порядок проверки выполнения строевых приёмов;</li> <li>- Перечень строевых приёмов, команд и действий, проверяемых по одиночной</li> </ul>	
--	--	--

	<p>подготовке, и наиболее характерные ошибки при их выполнении.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Строи, их виды. Элементы строя.</li> <li>- Обязанности командиров и военнослужащих построением и в строю. - Одношереножные и двухшереножные строи.</li> <li>- Строи взвода, роты, батальона и команды для управления ими</li> <li>- Планирование и организация строевой подготовки.</li> <li>- Общие положения, порядок и команды для проведения строевого смотра.</li> <li>- Требования к внешнему виду военнослужащих. Порядок проверки выполнения строевых приёмов.</li> <li>- Перечень строевых приёмов, команд и действий, проверяемых по одиночной подготовке, и наиболее характерные ошибки при их выполнении.</li> <li>- Проверка и оценка строевой слаженности. Общая оценка строевой подготовки.</li> <li>- Выход из строя, подход к начальнику и возвращение.</li> <li>- Выполнение воинского приветствия на месте и в движении.</li> <li>- Выполнение строевых приемов и движений без оружия на месте и в движении.</li> <li>- Выполнение строевых приемов и движений с оружием на месте и в движении.</li> <li>- Выполнение команд и приемов на поле боя</li> </ul>	
	<p>Раздел 10. Гражданская оборона</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- виды биологического оружия;</li> <li>- законодательство РФ и МГП о биологическом оружии;</li> <li>- поражающие факторы биологического оружия;</li> <li>- войска РХБЗ</li> </ul>	<p>Экзамен</p>



**Учебно-методическое и информационное обеспечение программы  
1 год обучения**

№	Раздел программы	Формы занятий	Приёмы и методы организации воспитательно-образовательного процесса (в рамках занятия)	Дидактический материал	Материально-техническое оснащение занятий	Формы подведения итогов
1	<b>Общая физическая подготовка (ОФП)</b>	Фронтальные теоретические и практические занятия в учебном классе, спортивном зале, на спортивной площадке	Объяснительно-иллюстративный метод, наглядный, индивидуальная работа, работа в группах (взаимообучение)	Видеопрезентации: «Низкий старт», «Высокий старт», «Беговой шаг»; Дидактическая игра «Спортивная жизнь», контрольные тесты по физической культуре, Методический материал НФП: «Комплекс на 8 счетов без оружия», «Комплекс на 8 счетов с оружием», Карточки «Приемы самообороны в парах»	Тетради, ручки, учебная доска, видеопроектор, скакалки по количеству обучающихся, набивные мячи, эстафетные палочки, гантели, гиря 16 кг, турники разного уровня, брусья, шведские стенки, эспандер-пружина, спортивные маты, канат вертикальный, канат для перетягивания, ММГ АК 74 по количеству обучающихся	Входные нормативы: «Полоса препятствий», бег 100 м, бег 1000 м», Бег 3000 м, прыжки в длину с места, челночный бег, Тест Купера, подтягивание на перекладине (юноши), (девушки), внутри секционные соревнования «Перетягивание каната»
2	<b>Лыжная подготовка</b>	Фронтальные теоретические и практические занятия в учебном классе, спортивном зале, на спортивной площадке, на лыжероллерной трассе	Объяснительно-иллюстративный метод, наглядный, индивидуальная работа, работа в группах (взаимообучение)	Видеопрезентации: «Упражнения для освоения попеременного одношажного классического хода», «Упражнения для освоения бесшажного одновременного классического хода», «Упражнения для освоения одношажного одновременного классического хода», «Упражнения для освоения одношажного одновременного двухшажного классического	Тетради, ручки, учебная доска, видеопроектор, беговые лыжи, ботинки, палки по количеству учащихся, станок и инструменты для подготовки лыж, парафин, стойка для хранения лыж, палок, полки для хранения ботинок, гимнастические скамейки, спортивные маты	«Классические лыжные ходы», зачет-практика: бег 1000 м с отсечкой времени и 5000 м на выносливость, соревнования «Лыжные гонки»: 1000 м (девушки), 3000 м (юноши)

				хода», «Упражнения для освоения одновременного четырехшажного классического хода»		
3	<b>Строевая подготовка</b>	Фронтальные теоретические и практические занятия на строевом плацу	Объяснительно-иллюстративный метод, наглядный, индивидуальная работа, работа в группах (взаимообучение)	видеопрезентации к занятиям, Строевой устав ВС РФ, карточки с заданиями строевых приемов на основе Строевого устава ВС РФ., плакаты по строевой подготовке в печатном варианте и в электронном варианте	Тетради, ручки, учебная доска, видеопроектор, форма парадная (штаны, китель, ботинки с высоким берцем, берет, аксельбант, ремень, белые уставные перчатки) по количеству учащихся в группе; форма «пиксель» повседневная (китель, штаны, ботинки с высоким берцем, ремень, кепка с кокардой «орех» со звездой), по количеству учащихся в группе ММГ АК -74 по количеству учащихся в группе, форма зимняя (бушлат, штаны, ремень, шапка-ушанка с кокардой, ботинки с высоким берцем, печатки) по количеству обучающихся в группе,	Опрос по темам: «Основные термины Строевого устава», «Обязанности командиров и военнослужащих перед построением и в строю», «Обязанности командиров и военнослужащих перед построением и в строю», «Строевые приемы на месте без оружия», «Строевые приемы в движении без оружия», «Строевые приемы с оружием на месте», «Обязанности Почетного наряда Пост № 1», «Действия Почетного наряда Пост № 1», «Индивидуальная строевая подготовка», строевой смотр.
4	<b>Огневая подготовка</b>	Фронтальные теоретические и практические занятия в стрелковом тире и на спортивной площадке	Объяснительно-иллюстративный метод, наглядный, индивидуальная работа, работа в группах (взаимообучение)	Видеопрезентации к занятиям, Наставление по стрелковому делу, игра «Кто быстрее», дидактический материал: «Техника дыхания при стрельбе», «Ровная мушка,	Тетради, ручки, учебная доска, видеопроектор, пневматические винтовки МР-512 6 шт; ММГ АК-74 по количеству учащихся в группе, учебные	Контрольное входное практическое тестирование «Стрельба из пневматической винтовки по нормам ГТО», «Метание учебных

				<p>плавный спуск», Положение ДОСААФ «Отличный стрелок», «Техника метаний ручных гранат из различных положений», иллюстративный материал «Устройство и назначение пистолета Макарова», «Внутренняя и внешняя баллистика»</p>	<p>патроны 30 шт. 5.45 и магазин к АК-74, ремни для ММГ АК-74 по количеству учащихся в группе, пневматический пистолет Макарова, 2 плащ палатки, пенки туристические 6 шт., каска солдатская, пули «Бета», средства для смазки и чистки оружия, КХО, стрелковый тир, площадка для метания учебных муляжей гранат, биатлонные мишени 5 шт. плакаты наглядные по огневой подготовке в печатном и электронном варианте</p>	<p>муляжей гранат в цель и на дальность из положения «стоя»; Опрос по теме «Устройство и назначение автомата Калашникова» контрольное «Разборка-сборка автомата Калашникова с отсечкой времени», «Снаряжение магазина к АК-74 с отсечкой времени», «Стрельба из пневматической винтовки по мишени № 8 из положения «сидя с упора», 7 «Стрельба из пневматической винтовки по мишени № 8 из положения «лежа», «Стрельба из пневматической винтовки по мишени № 8 из положения «стоя», «Стрельба из пневматической винтовки по мишени № 8 из положения «с колена», Опрос по теме «Устройство и назначение пистолета Макарова», «Метание учебных муляжей гранат из различных положений на дальность и в цель»,</p>
5	<b>Основы тактики</b>	Фронтальные теоретическ	Объяснительно-иллюстративный метод,	Видеопрезентации к занятиям, карточки с ситуационными	видеопроектор, тетради, ручки, вещмешки по	Опрос по теме «Основные термины

		ие и практическ ие занятия в учебном классе, в спортивном зале, на спортивной площадке, на площадках полевых выходов	наглядный, индивидуальная работа, работа в группах (взаимообучение )	задачами и заданиями, тактический план-макет.	количеству учащихся в группе, ММГ АК-74, по количеству учащихся в группе, компас, командирский планшет, маскхалаты зимние по количеству учащихся в группе, носилки, 2 плащ палатки, полоса препятствий, спортивная площадка, лазерный тир, ремни к АК-74, подсумки по количеству учащихся в группе, полевая камуфляжная форма по количеству учащихся в группе, 2-3 портативные карманные радиации, деревянные макеты автомата Калашникова по количеству обучающихся в группе, фляги по количеству учащихся в группе, противогазы в сумках по количеству обучающихся в группе.	военной тактики», «Осмотр и подгонка снаряжения», «Сигналы жестами», практическое выполнение: «Способы передвижения на поле условного боя», «Средства связи» «Эвакуация раненого с поля боя» игра в Лазертаг, контрольное «Наблюдательный пункт», «Маскировка»
<b>6</b>	<b>Плавание</b>	Фронтальн ые теоретическ ие и практическ ие занятия в учебном классе, в бассейне «Солнечны й», в спортивном зале	Объяснительно-иллюстративный метод, наглядный, индивидуальная работа, работа в группах (взаимообучение )	Видеопрезентации к занятиям, игра «Подуй на шарик», игра «Досчитай до четырех», игра «Я пускаю пузыри», упражнение «Звезда на спине», упражнение «Звезда на животе», упражнение «Плывем на 4 счета»	Видеопроектор, тетради, ручки, очки для плавания, шапочки для плавания, плавательная доска, «калабашка», спортивные маты	Зачет
<b>7</b>	<b>Школа</b>	Фронтальн	Объяснительно-	Видеопрезентации,	Видеопроектор,	Контрольное

	<b>выживания</b>	ые теоретическое и практическое занятия в учебном классе, на спортивной площадке, в спортивном зале, на площадках полевых выходов, ПЧ 1	иллюстративный метод, наглядный, индивидуальная работа, работа в группах (взаимообучение)	карточки для определения азимута, карточки с ситуативными задачами и заданиями, задание «Установка палатки», задание «Собери рюкзак», «Топографические знаки»	тетради, ручки, 2 туристических палатка, котелки по количеству учащихся в группе, хопки, 2 катамарана с веслами, компас, карты географические физические карты, туристические карты по Кузнецкому Алатау, защитные шлемы для водных походов, спасательные жилеты, веревки, шнуры, туристические пенки	практическое выполнение упражнений и заданий: «Надевание одежды пожарного на время», «Работа с пожарным оборудованием на время», «Вязание узлов», «Установка палатки», «Виды костров» (укладка дров), «Разработка туристического маршрута», «Меню для туристического похода на 10 дней», «Подготовка катамаранов и спуск на воду». Полевые выходы на Ивановскую базу, ВСЛ «Ратник», ст. Лужба.
8	<b>Общевое уставы</b>	Фронтальные теоретическое и практическое занятия в учебном классе	Объяснительно-иллюстративный метод, наглядный, индивидуальная работа, работа в группах (взаимообучение)	Устав внутренней службы ВС РФ, Строевой устав ВС РФ, Устав гарнизонной и караульной службы ВС РФ, Дисциплинарный устав ВС РФ. Дидактические карточки с ситуациями и задачами, документ с текстом военной присяги	Видеопроектор, тетради, ручки, ММГ АК-74 по количеству учащихся в группе, форма «пиксель» повседневная по количеству учащихся в группе, Флаг РФ, флаг Клуба	Опрос по темам: «Устав внутренней службы ВС РФ», «Строевой устав ВС РФ, п 25, 26», «Обязанности часового», «Дисциплинарный устав».
9	<b>Гражданская оборона</b>	Фронтальные теоретическое и практическое занятия в учебном классе, на спортивной	Объяснительно-иллюстративный метод, наглядный, индивидуальная работа, работа в группах (взаимообучение)	Таблица нормативов по Гражданской обороне	Видеопроектор, тетради, ручки, противогазы в сумках по количеству учащихся в группе, ОЗК, аптечка	Практическое выполнение заданий: «Надевание противогаза» «Надевание ОЗК». Опрос по темам:

		площадке				«Характеристики ядерного взрыва и его поражающего действия», «Характеристика поражающего действия химического оружия», «Характеристика бактериологического оружия», «Законодательство и решения ООН об оружии массового поражения».
--	--	----------	--	--	--	---

**Учебно-методическое и информационное обеспечение программы  
2 год обучения**

№	Раздел программы	Формы занятий	Приёмы и методы организации воспитательно-образовательного процесса (в рамках занятия)	Дидактический материал	Материально-техническое оснащение занятий	Формы подведения итогов
1	<b>Общая физическая подготовка (ОФП)</b>	Фронтальные теоретические и практические занятия в учебном классе, спортивном зале, на спортивной площадке	Объяснительно-иллюстративный метод, наглядный, индивидуальная работа, работа в группах (взаимообучение)	видеопрезентации, «Низкий старт», «Высокий старт», «Беговой шаг», контрольный входные тесты, контрольные промежуточные тесты, экзаменационные задания, дидактическая игра «Спортивная жизнь», контрольные тесты по физической культуре, НФП: «Комплекс на 8 счетов без оружия», «Комплекс на 8 счетов с оружием» Карточки «Приемы самообороны в парах»	Тетради, ручки, учебная доска, видеопроектор, скакалки по количеству обучающихся, набивные мячи, эстафетные палочки, гантели, гири 16 кг, турники, разноуровневые брусья, шведские стенки, эспандер-пружина, спортивные маты, канат вертикальный, канат для перетягивания, ММГ АК 74 по количеству обучающихся	Контрольное входное практическое тестирование «Полоса препятствий», практическое выполнение. Сдача нормативом. «Тест Купера»
2	<b>Лыжная подготовка</b>	Фронтальные теоретические и практические занятия в учебном классе, спортивном зале, на спортивной площадке, на лыжероллерной трассе	Объяснительно-иллюстративный метод, наглядный, индивидуальная работа, работа в группах (взаимообучение)	видеопрезентации, «Комплекс подготовительных упражнений в зале для лыжной подготовки», «Упражнения для освоения поворотов и разворотов на лыжах», «Упражнения для освоения двухшажного подъемного конькового хода», Положение для проведения соревнований «Лыжные гонки», «Подводящие упражнения для тренировочных занятий по	Тетради, ручки, учебная доска, видеопроектор, беговые лыжи, ботинки, палки по количеству обучающихся, станок и инструменты для подготовки лыж, парафин, стойка для хранения лыж, палок, полки для хранения ботинок, гимнастические скамейки, спортивные маты	зачет-практика: бег 1000 м с отсечкой времени и 5000 м на выносливость, соревнования «Лыжные гонки»: 1000 м (девушки), 3000 м (юноши)

				биатлону» «Теоретические тесты для лыжной подготовки», экзаменационные задания		
3	<b>Строевая подготов ка</b>	Фронтальн ые теоретическ ие и практическ ие занятия на строевом плацу	Объяснительно- иллюстративный метод, наглядный, индивидуальная работа, работа в группах (взаимообучение )	видеопрезентации, Строевой устав ВС РФ, карточки с заданиями строевых приемов на основе Строевого устава ВС РФ.	Тетради, ручки, учебная доска, видеопроектор, форма парадная (штаны, китель, ботинки с высоким берцем, берет, аксельбант, ремень, белые уставные перчатки) по количеству обучающихся в группе; форма «пиксель» повседневная (китель, штаны, ботинки с высоким берцем, ремень, кепка с кокардой «орех» со звездой), по количеству обучающихся в группе ММГ АК -74 по количеству обучающихся в группе, форма зимняя (бушлат, штаны, ремень, шапка-ушанка с кокардой, ботинки с высоким берцем, печатки) по количеству обучающихся в группе, плакаты по строевой подготовке в печатном варианте и в электронном	контрольное теоретическое тестирование «Обязанности командиров и военнослужащих перед построением и в строю»,  «Обязанности должностных лиц и личного состава Почетного наряда Пост № 1», «Строи и управление ими» «Управление строем при выполнении отделением смыкания и размыкания одношереножног о и двухшереножног о строя».



					варианте, строевой плащ с разметкой	
4	<b>Огневая подготовка</b>	Фронтальные теоретические и практические занятия в стрелковом тире и на спортивной площадке	Объяснительно-иллюстративный метод, наглядный, индивидуальная работа, работа в группах (взаимообучение)	видеопрезентации, Наставление по стрелковому делу, игра «Кто быстрее», дидактический материал: «Техника дыхания при стрельбе», «Ровная мушка, плавный спуск», Положение ДОСААФ «Отличный стрелок», «Техника метаний ручных гранат из различных положений», иллюстративный материал «Устройство и назначение пистолета Макарова», «Внутренняя и внешняя баллистика»	тетради, ручки, учебная доска, видеопроектор, пневматические винтовки МР-512 6 шт; ММГ АК-74 по количеству обучающихся в группе, учебные патроны 30 шт. 5.45 и магазин к АК-74, ремни для ММГ АК-74 по количеству обучающихся в группе, пневматический пистолет Макарова, 2 плащ палатки, пенки туристические 6 шт., каска солдатская, пули «Бета», средства для смазки и чистки оружия, КХО, стрелковый тир, площадка для метания учебных муляжей гранат, биатлонные мишени 5 шт. плакаты наглядные по огневой подготовке в печатном и электронном варианте	контрольное входное практическое тестирование «Стрельба из пневматической винтовки по нормам ГТО», контрольное практическое входное тестирование «Метание учебных муляжей гранат в цель и на дальность из положения «стоя»», «Устройство и назначение автомата Калашникова» Сдача нормативов «Разборка-сборка автомата Калашникова с отсечкой времени», «Снаряжение магазина к АК-74 с отсечкой времени», «Стрельба из пневматической винтовки по мишени»
5	<b>Основы тактики</b>	Фронтальные теоретические и практические занятия в учебном классе, в спортивном зале, на	Объяснительно-иллюстративный метод, наглядный, индивидуальная работа, работа в группах (взаимообучение)	видеопрезентации, карточки с ситуационными задачами и заданиями, тактический план-макет,	видеопроектор, тетради, ручки, вещмешки по количеству обучающихся в группе, ММГ АК-74, по количеству обучающихся в группе,	контрольное теоретическое тестирование «Основные термины военной тактики», «Подготовка снаряжения», «Эвакуация

		спортивной площадке, на площадках полевых выходов			компас, командирский планшет, маскхалаты зимние по количеству обучающихся в группе, носилки, 2 плащ палатки, полоса препятствий, спортивная площадка, лазерный тир, ремни к АК-74, под сумки по количеству обучающихся в группе, полевая камуфляжная форма по количеству обучающихся в группе, 2-3 портативные карманные рации, деревянные макеты автомата Калашникова по количеству обучающихся в группе, фляги по количеству обучающихся в группе, противогазы в сумках по количеству обучающихся в группе.	раненого с поля боя» игра в Лазертаг.
<b>6</b>	<b>Плавание</b>	Фронтальные теоретические и практические занятия в учебном классе, в бассейне «Солнечный», спортивный зал	Объяснительно-иллюстративный метод, наглядный, индивидуальная работа, работа в группах (взаимообучение)	видеопрезентации, игра «Подуй на шарик», игра «Досчитай до четырех», игра «Я пускаю пузыри», упражнение «Звезда на спине», упражнение «Звезда на животе», упражнение «Плыдем на 4 счета»	видеопроектор, тетради, ручки, очки для плавания, купальники (девушкам), плавки купальные (юношам), полотенце банное, тапочки, шапочка для плавания, плавательная доска, «калабашка», спортивные	контрольное теоретическое тестирование «Плавание кролем»

					маты	
7	<b>Школа выживания</b>	Фронтальные теоретические и практические занятия в учебном классе, на спортивной площадке, в спортивном зале, на площадках полевых выходов, ПЧ 1	Объяснительно-иллюстративный метод, наглядный, индивидуальная работа, работа в группах (взаимообучение)	видеопрезентации, карточки для определения азимута, карточки с ситуативными задачами и заданиями, задание «Установка палатки», задание «Собери рюкзак», «Топографические знаки»	видеопроектор, тетради, ручки, 2 туристических палатки, котелки по количеству обучающихся в группе, хопки, 2 катамарана с веслами, компас, карты географические физические карты, туристические карты по Кузнецкому Алатау, защитные шлемы для водных походов, спасательные жилеты, веревки, шнуры, туристические пенки	контрольное практическое тестирование «Надевание одежды пожарного на время», «Работа с пожарным оборудованием на время», «Вязание узлов», «Установка палатки», «Работа пловцов на катамаране на суше», полевые выходы на Ивановскую базу, ВСЛ «Ратник», ст. Лужба, экзамен
8	<b>Общевое уставы</b>	Фронтальные теоретические и практические занятия в учебном классе	Объяснительно-иллюстративный метод, наглядный, индивидуальная работа, работа в группах (взаимообучение)	Устав внутренней службы ВС РФ, Строевой устав ВС РФ, Устав гарнизонной и караульной службы ВС РФ, Дисциплинарный устав ВС РФ, дидактические карточки с ситуациями и задачами, документ с текстом военной присяги	видеопроектор, тетради, ручки, ММГ АК-74 по количеству обучающихся в группе, форма «пиксель» повседневная по количеству обучающихся в группе, Флаг РФ, флаг Клуба	контрольное теоретическое «Устав внутренней службы ВС РФ», «Строевой устав ВС РФ, п 25, 26», «Дисциплинарный устав».
9	<b>Гражданская оборона</b>	Фронтальные теоретические и практические занятия в учебном классе, на спортивной площадке	Объяснительно-иллюстративный метод, наглядный, индивидуальная работа, работа в группах (взаимообучение)	Норматив на надевание противогаза, норматив на надевание ОЗК, карточки с ситуативными задачами	видеопроектор, тетради, ручки, противогазы в сумках по количеству обучающихся в группе, ОЗК, аптечка	Входное практическое тестирование «Надевание противогаза» «Надевание ОЗК»

**Учебно-методическое и информационное обеспечение программы**

**3 год обучения**

№	Раздел программы	Формы занятий	Приёмы и методы организации воспитательно-образовательного процесса (в рамках занятия)	Дидактический материал	Материально-техническое оснащение занятий	Формы подведения итогов
1	<b>Общая физическая подготовка (ОФП)</b>	Фронтальные теоретические и практические занятия в учебном классе, спортивном зале, на спортивной площадке	Объяснительно-иллюстративный метод, наглядный, индивидуальная работа, работа в группах (взаимообучение)	видеопрезентации, «Низкий старт», «Высокий старт», «Беговой шаг», контрольный входные тесты, контрольные промежуточные тесты, экзаменационные задания, дидактическая игра «Спортивная жизнь», контрольные тесты по физической культуре, НФП: «Комплекс на 8 счетов без оружия», «Комплекс на 8 счетов с оружием» Карточки «Приемы самообороны в парах»	Тетради, ручки, учебная доска, видеопроектор, скакалки по количеству обучающихся, набивные мячи, эстафетные палочки, гантели, гири 16 кг, турники разно уровневые, брусья, шведские стенки, эспандер-пружина, спортивные маты, канат вертикальный, канат для перетягивания, ММГ АК 74 по количеству обучающихся	Контрольное входное практическое тестирование «Комплекс на 8 счетов без оружия», «Полоса препятствий», практическое тестирование № 9 «Бег 100 м», практическое «Прыжки в длину», «Тест Купера»,
2	<b>Лыжная подготовка</b>	Фронтальные теоретические и практические занятия в учебном классе, спортивном зале, на спортивной площадке, на лыжероллерной трассе	Объяснительно-иллюстративный метод, наглядный, индивидуальная работа, работа в группах (взаимообучение)	видеопрезентации, «Комплекс подготовительных упражнений в зале для лыжной подготовки», «Упражнения для освоения поворотов и разворотов на лыжах», «Упражнения для освоения двухшажного подъемного конькового хода», Положение для проведения соревнований	Тетради, ручки, учебная доска, видеопроектор, беговые лыжи, ботинки, палки по количеству обучающихся, станок и инструменты для подготовки лыж, парафин, стойка для хранения лыж, палок, полки для хранения ботинок, гимнастические скамейки, спортивные маты	«Коньковые лыжные ходы», зачет-практика: бег 1000 м с отсечкой времени и 5000 м на выносливость, соревнования «Лыжные гонки»: 1000 м (девушки), 3000 м (юноши), экзамен

				«Лыжные гонки», «Подводящие упражнения для тренировочных занятий по биатлону» «Теоретические тесты для лыжной подготовки», экзаменационные задания		
<b>3</b>	<b>Стрелевая подготовка</b>	Фронтальные теоретические и практические занятия на стрельбовом плацу	Объяснительно-иллюстративный метод, наглядный, индивидуальная работа, работа в группах (взаимообучение)	видеопрезентации, Стрелковый устав ВС РФ, карточки с заданиями стрелковых приемов на основе Стрелкового устава ВС РФ.	Тетради, ручки, учебная доска, видеопроектор, форма парадная (штаны, китель, ботинки с высоким берцем, берет, аксельбант, ремень, белые уставные перчатки) по количеству обучающихся в группе; форма «пиксель» повседневная (китель, штаны, ботинки с высоким берцем, ремень, кепка с кокардой «орех» со звездой), по количеству обучающихся в группе ММГ АК -74 по количеству обучающихся в группе, форма зимняя (бушлат, штаны, ремень, шапка-ушанка с кокардой, ботинки с высоким берцем, печатки) по количеству обучающихся в группе, плакаты по стрельбовой подготовке в печатном варианте и в электронном варианте, стрельбовый плакат с разметкой	Контрольное тестирование «Обязанности командиров и военнослужащих перед построением и в строю», «Строй и управление ими», контрольное «Управление строем при выполнении отделением поворотов на месте», «Управление строем при выполнении отделением смыкания и размыкания одношереножного и двухшереножного строя», контрольное «Управление строем при выполнении отделением стрелковых приемов с оружием на месте», «Часовой Почетного наряда «Пост № 1», стрельбовый смотр,
<b>4</b>	<b>Огневая подготовка</b>	Фронтальные теоретические и	Объяснительно-иллюстративный метод, наглядный,	видеопрезентации, Наставление по стрелковому делу, игра «Кто	тетради, ручки, учебная доска, видеопроектор, пневматические	контрольное практическое тестирование «Стрельба из

		практические занятия в стрелковом тире и на спортивной площадке	индивидуальная работа, работа в группах (взаимообучение)	быстрее», дидактический материал: «Техника дыхания при стрельбе», «Ровная мушка, плавный спуск», Положение ДОСААФ «Отличный стрелок», «Техника метаний ручных гранат из различных положений», иллюстративный материал «Устройство и назначение пистолета Макарова», «Внутренняя и внешняя баллистика»	винтовки МР-512 6 шт.; ММГ АК-74 по количеству обучающихся в группе, учебные патроны 30 шт. 5.45 и магазин к АК-74, ремни для ММГ АК-74 по количеству обучающихся в группе, пневматический пистолет Макарова, 2 плащ палатки, пенки туристические 6 шт., каска солдатская, пули «Бета», средства для смазки и чистки оружия, КХО, стрелковый тир, площадка для метания учебных муляжей гранат, биатлонные мишени 5 шт. плакаты наглядные по огневой подготовке в печатном и электронном варианте	пневматической винтовки по нормам ГТО», «Метание учебных муляжей гранат в цель и на дальность из положения «стоя»», «Устройство и назначение автомата Калашникова» «Разборка-сборка автомата Калашникова с отсечкой времени», контрольное 5 «Снаряжение магазина к АК-74 с отсечкой времени», «Стрельба из пневматической винтовки по мишени № 8 из положения «сидя с упора», «лежа», «стоя», «с колена», контрольное «Устройство и назначение пистолета Макарова»
5	<b>Основы тактики</b>	Фронтальные теоретические и практические занятия в учебном классе, в спортивном зале, на спортивной площадке, на площадках полевых выходов	Объяснительно-иллюстративный метод, наглядный, индивидуальная работа, работа в группах (взаимообучение)	видеопрезентации, карточки с ситуационными задачами и заданиями, тактический план-макет,	видеопроектор, тетради, ручки, вещмешки по количеству обучающихся в группе, ММГ АК-74, по количеству обучающихся в группе, компас, командирский планшет, маскхалаты зимние по количеству обучающихся в группе, носилки, 2 плащ палатки, полоса препятствий, спортивная площадка, лазерный тир, ремни к АК-74, подсумки по количеству обучающихся в группе, полевая камуфляжная форма по количеству	контрольное тестирование «Основные термины военной тактики», «Осмотр и подгонка снаряжения», «Сигналы жестами», «Эвакуация раненого с поля боя» игра в Лазертаг,

					обучающихся в группе, 2-3 портативные карманные радиостанции, деревянные макеты автомата Калашникова по количеству обучающихся в группе, фляги по количеству обучающихся в группе, противогазы в сумках по количеству обучающихся в группе.	
6	<b>Плавание</b>	Фронтальные теоретические и практические занятия в учебном классе, в бассейне «Солнечный», спортивный зал	Объяснительно-иллюстративный метод, наглядный, индивидуальная работа, работа в группах (взаимообучение)	видеопрезентации, игра «Подуй на шарик», игра «Досчитай до четырех», игра «Я пускаю пузыри», упражнение «Звезда на спине», упражнение «Звезда на животе», упражнение «Плыдем на 4 счета»	видеопроектор, тетради, ручки, очки для плавания, купальники (девушкам), плавки купальные (юношам), полотенце банное, тапочки, шапочка для плавания, плавательная доска, «калабашка», спортивные маты	контрольное тестирование «Плавание кролем»
7	<b>Школа выживания</b>	Фронтальные теоретические и практические занятия в учебном классе, на спортивной площадке, в спортивном зале, на площадках полевых выходов, ПЧ 1	Объяснительно-иллюстративный метод, наглядный, индивидуальная работа, работа в группах (взаимообучение)	видеопрезентации, карточки для определения азимута, карточки с ситуативными задачами и заданиями, задание «Установка палатки», задание «Собери рюкзак», «Топографические знаки»	видеопроектор, тетради, ручки, 2 туристических палатки, котелки по количеству обучающихся в группе, хопки, 2 катамарана с веслами, компас, карты географические физические карты, туристические карты по Кузнецкому Алатау, защитные шлемы для водных походов, спасательные жилеты, веревки, шнуры, туристические пенки	контрольное практическое «Надевание одежды пожарного на время», «Работа с пожарным оборудованием на время», «Вязание узлов», «Установка палатки», «Виды костров» (укладка дров), «Разработка туристического маршрута», полевые выходы на Ивановскую базу, ВСЛ «Ратник», ст. Лужба.
8	<b>Общевойсковые уставы</b>	Фронтальные теоретические и практические занятия в	Объяснительно-иллюстративный метод, наглядный, индивидуальная работа,	Устав внутренней службы ВС РФ, Строевой устав ВС РФ, Устав	видеопроектор, тетради, ручки, ММГ АК-74 по количеству обучающихся в группе, форма	тестирование «Устав внутренней службы ВС РФ», контрольное «Строевой устав ВС РФ, п 25, 26»,

		учебном классе	работа в группах (взаимообучение)	гарнизонной и караульной службы ВС РФ, Дисциплинарный устав ВС РФ, дидактические карточки с ситуациями и задачами, документ с текстом военной присяги	«пиксель» повседневная по количеству обучающихся в группе, Флаг РФ, флаг Клуба	«Обязанности часового», «Дисциплинарный устав».
9	<b>Гражданская оборона</b>	Фронтальные теоретические и практические занятия в учебном классе, на спортивной площадке	Объяснительно-иллюстративный метод, наглядный, индивидуальная работа, работа в группах (взаимообучение)	Норматив на надевание противогаза, норматив на надевание ОЗК, карточки с ситуативными задачами	видеопроектор, тетради, ручки, противогазы в сумках по количеству обучающихся в группе, ОЗК, аптечка	практическое тестирование «Надевание противогаза» «Надевание ОЗК» «Характеристика поражающего действия химического оружия», «Характеристика бактериологического оружия», «Законодательство и решения ООН об оружии массового поражения», экзамен



**Список литературы, использованный при составлении дополнительной образовательной общеразвивающей программы**  
**Ресурсы удаленного доступа:**

1. YouTube, Документальный фильм «Александр и Наполеон». [Электронный ресурс].- Режим доступа: <https://www.youtube.com/watch?v=5rVOP1zxGCc>, свободный.- Загл. с экрана.- Яз. рус.
2. YouTube, Документальный фильм «Бородино – битва гигантов». [Электронный ресурс].- Режим доступа: <https://www.youtube.com/watch?v=zkOEpr-6qEU>
3. YouTube, Документальный фильм «Г.К Жуков и К.К. Рокоссовский – два маршала победы». [Электронный ресурс].- Режим доступа: <https://www.youtube.com/watch?v=QMkSwk4dUFk>, свободный.- Загл. с экрана.- Яз. рус.
4. YouTube, Документальный фильм «Гангутское сражение». [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <https://www.youtube.com/watch?v=0htlQtNUZtU>, свободный. - Загл. с экрана.- Яз. рус.
5. YouTube, Документальный фильм «Ордена Великой Победы». [Электронный ресурс].- Режим доступа: <https://www.youtube.com/watch?v=34ifugKhCfE>, свободный.- Загл. с экрана.- Яз. рус.
6. YouTube, Документальный фильм «Президентский полк». [Электронный ресурс].- Режим доступа: <https://www.youtube.com/watch?v=pHECem2zIZ0>, свободный.- Загл. с экрана.- Яз. рус.
7. YouTube, Документальный фильм «Служу Советскому Союзу».[ Электронный ресурс].- Режим доступа: <https://www.youtube.com/watch?v=XVXXE8ZmGAs>, свободный.- Загл. с экрана.- Яз. рус.
8. Закон об образовании РФ. [ Электронный ресурс].- Режим доступа: <http://zakon-ob-obrazovanii.ru>, свободный.- Загл. с экрана.- Яз. рус.
9. Конвенция о правах ребенка. [Электронный ресурс].- Режим доступа: <http://school-sector.relarn.ru/prava/konvenc/index.htm>, свободный.- Загл. с экрана.- Яз. рус.
10. Судебные и нормативные акты РФ. Конституция РФ. [Электронный ресурс].- Режим доступа: <http://sudact.ru/law/konstitutsiia/>, свободный.- Загл. с экрана.- Яз. рус.

### Литература для педагога:

1. Алексеев М. Военная разведка России. От Рюрика до Николая II. В 2-х книгах. М.: Русская разведка, 1998. -86с
2. Амельченко В.В. Древнерусские рати. - М.: ВИ, 2004. -56с
3. Бабаков А.А. Вооруженные Силы СССР после войны. 1945-1986. -М.:1987. -100с
4. Беловинский Л.В. С русским воином через века: Книга для учащихся. – М.: Просвещение, 1992. -56с.
5. Висковатов А.В. Краткий исторический обзор морских походов русских и мореходства их вообще до исхода XVII столетия. СПб.,1994.8. Зверев Б.И. Страницы военно-морской летописи России: Книга для учащихся средних и старших классов. – М.: Просвещение, 1992.- 210с
6. Военная литература. Уставы и законы. Строевой устав ВС РФ [Электронный ресурс].- Режим доступа: <http://militera.lib.ru/regulations/russr/su1993/index.html>, свободный.- Загл. с экрана.- Яз. рус.
7. Волков В.А. Войны и войска Московского государства. Конец XV - первая половина XVII века М.,1999.
8. История России с древнейших времен до конца XVII века./ А.П. Новосельцев, А.Н. Сахаров, В.И. Буганов, В.Д. Назаров; отв. Ред. А.Н. Сахаров, А.П. Новосельцев. – ООО «Издательство АСТ-ЛТД», 1997.- 201с
9. История русской армии: в 7 томах – СПб.: ООО «Издательство «Полигон», 2003.
10. Кулюгин А.И. Правители России. – М.:ЗОО «Фирма СТД», ЗАО «Славянский дом книги», 2004.- 65с.
11. Наставление по стрелковому делу «7,62мм ручной пулемет Калашникова (РПК)». - Воениздат.: 1985г. – 45с
12. Наставление по стрелковому делу «Основы стрельбы из стрелкового оружия». - Воениздат: 1986г. -75с.
13. Наставление по стрелковому делу. «Ручные осколочные гранаты», - М.: 1987г.-56с
14. Отечественная военная история. С древнейших времён до наших дней. В 3-х томах. Институт военной истории МО РФ. - М.: 2003. -632с
15. Разин Е.А. История военного искусства. VI-XVI вв. - С.-Пб.:1999.- 92с
16. Смирнов А.Т. , Васнев В.А. Основы военной службы: учебное пособие, - М., Дрофа, 2004.- 135с.
17. Халин К.Е. Полководцы России. – М.: ООО «Дом славянской книги»,2005. -242с

## Список литературы для учащихся:

### Ресурсы удаленного доступа:

1. YouTube, Битва при Гангуте. [Электронный ресурс].- Режим доступа: <https://www.youtube.com/watch?v=06gt1vtQ8OI>, свободный.- Загл. с экрана.- Яз. рус.
2. YouTube, Куликовская битва. [Электронный ресурс].- Режим доступа: <https://www.youtube.com/watch?v=O08ktPJyg8A>, свободный.- Загл. с экрана.- Яз. рус.
3. YouTube, Ледовое побоище, анимация. [Электронный ресурс].- Режим доступа: <https://www.youtube.com/watch?v=-Llt8rmyU1A>, свободный.- Загл. с экрана.- Яз. рус.
4. YouTube, Лесная. [Электронный ресурс].- Режим доступа: <https://www.youtube.com/watch?v=82YVC3sZTg8>, свободный.- Загл. с экрана.- Яз. рус.
5. YouTube, Монгольское нашествие на Древнюю Русь. [Электронный ресурс].- Режим доступа: [https://www.youtube.com/watch?v=EEhH\\_IYV2DU](https://www.youtube.com/watch?v=EEhH_IYV2DU), свободный.- Загл. с экрана.- Яз. рус.
6. YouTube, Пистолет Макарова 1 ч. [Электронный ресурс].- Режим доступа: <https://www.youtube.com/watch?v=rwKbgzbPPII>, свободный.- Загл. с экрана.- Яз. рус.
7. YouTube, Пистолет Макарова 2 ч. [Электронный ресурс].- Режим доступа: <https://www.youtube.com/watch?v=OdC-cl5rwKA>, свободный.- Загл. с экрана.- Яз. рус.
8. YouTube, Полтавская битва. [Электронный ресурс].- Режим доступа: <https://www.YouTube.com/watch?v=JjE5W-Rq5Yo>, свободный.- Загл. с экрана.- Яз. Рус.
9. YouTube, Прицеливание, спуск, стрельба, оценка. . [Электронный ресурс].- Режим доступа: <https://www.youtube.com/watch?v=92ECq3AcE0o>, свободный.- Загл. с экрана.- Яз. рус.
10. YouTube, Стрельба из ПМ. [Электронный ресурс].- Режим доступа: <https://www.youtube.com/watch?v=ussD6tpN9MI>, свободный.- Загл. с экрана.- Яз. рус.
11. YouTube, Стрельба из пневматической винтовки. [Электронный ресурс].- Режим доступа: <https://www.youtube.com/watch?v=9uV-Kn1kGsl>, свободный.- Загл. с экрана.- Яз. рус.
12. YouTube, Уроки Цуранова. [Электронный ресурс].- Режим доступа: <https://www.youtube.com/watch?v=q2xDZgYvZM4>, свободный.- Загл. с экрана.- Яз. рус.

**Таблица**  
**входных нормативов ОФП для дополнительной общеобразовательной**  
**общеразвивающей программы «Честь имею! РД»**  
**1 год обучения**

юноши			Упражнение	девушки		
«5» «отлично»	«4» «хорошо»	«3» «удовлетворительно»		«5» «отлично»	«4» «хорошо»	«3» «удовлетворительно»
15.1	15.6	16.2	Бег на 100 м (сек)	17.5	18.5	19.5
4.16	4.30	4.45	Бег на 1000 м (мин)	4.58	5.10	5.50
-	-	-	Бег на 2000 м (мин)	-	-	-
-	-	-	Бег на 3000 м (мин)	-	-	-
8.2	8.8	9.0	Челночный бег 3x10 м (сек)	8.6	9.4	9.7
5.45	6.15	6.45	Бег на лыжах 1000 м (мин)	6.15	6.45	7.30
-	-	-	Бег на лыжах 3000 м (мин)	-	-	-
-	-	-	Бег на лыжах 5000 м (мин)	-	-	-
-	-	-	Бег на лыжах 10000 м (мин)	-	-	-
180	170	150	Прыжок в длину с места (м)	170	160	145
9	7	5	Подтягивание на перекладине (раз) (юноши), КСУ (раз) девушки)	14/20	13/17	12/15
-	-	-	Тест Купера (мин)	-	-	-
-	-	-	Лазание по канату (сек)	-	-	-

**Таблица**  
**итоговых нормативов ОФП для дополнительной общеобразовательной**  
**общеразвивающей программы «Честь имею! РД»**  
**1 год обучения**

юноши			Упражнение	девушки		
«5» «отлично»	«4» «хорошо»	«3» «удовлетворительно»		«5» «отлично»	«4» «хорошо»	«3» «удовлетворительно»
14.7	15.3	15.8	Бег на 100 метров (сек)	17.2	18.2	19.0
4.10	4.20	4.30	Бег на 1000 метров (мин)	4.48	5.00	5.30
9.00	9.45	10.30	Бег на 2000 метров (мин)	10.50	12.30	13.20
-	-	-	Бег на 3000 метров (мин)	-	-	-
8.0	8.6	8.8	Челночный бег 3x10 м (сек)	8.5	9.3	9.6
5.30	6.00	6.30	Бег на лыжах 1000 метров (мин, сек)	6.00	6.30	7.00
без учета времени			Бег на лыжах 3000 метров (мин, сек)	без учета времени		
-	-	-	Бег на лыжах 5000 метров (мин, сек)	-	-	-
-	-	-	Бег на лыжах 10000 метров (мин, сек)	-	-	-
190	180	165	Прыжки в длину с места, см	175	165	156
10	8	6	Подтягивание на перекладине (юноши), комплексное силовое упражнение (девушки)	17/25	14/20	13/17
4	4.30	5	Тест Купера (мин.)	5	5.30	6
10	15	20	Лазание по канату (сек)	без учета времени		

**Таблица**  
**входных нормативов ОФП для дополнительной общеобразовательной**  
**общеразвивающей программы «Честь имею! РД»**  
**2 год обучения**

юноши			Упражнение	девушки		
«5» «отлично»	«4» «хорошо»	«3» «удовлетворительно»		«5» «отлично»	«4» «хорошо»	«3» «удовлетворительно»

14.7	15.3	15.8	Бег на 100 м (сек)	17.5	18.5	19.5
4.10	4.20	4.30	Бег на 1000 м (мин)	4.58	5.10	5.50
9.00	9.45	10.30	Бег на 2000 м (мин)	10.50	12.30	13.20
-	-	-	Бег на 3000 м (мин)	-	-	-
8.0	8.6	8.8	Челночный бег 3x10 м (сек)	8.5	9.3	9.6
5.30	6.00	6.30	Бег на лыжах 1000 м (мин)	6.00	6.30	7.00
без учета времени			Бег на лыжах 3000 м (мин)	без учета времени		
-	-	-	Бег на лыжах 5000 м (мин)	-	-	-
-	-	-	Бег на лыжах 10000 м (мин)	-	-	-
190	180	165	Прыжок в длину с места (м)	175	165	156
10	8	6	Подтягивание на перекладине (раз) (юноши), КСУ (раз) девушки)	17/25	14/20	13/17
4	4.30	5	Тест Купера	5	5.30	6
10	15	20	Лазание по канату	без учета времени		

**Таблица  
итоговых нормативов ОФП для дополнительной общеобразовательной  
общеразвивающей программы «Честь имею! РД»  
2 год обучения**

юноши			Упражнение	девушки		
«5» «отлично»	«4» «хорошо»	«3» «удовлетво рительно»		«5» «отлично»	«4» «хорошо»	«3» «удовлетво рительно»
14.5	15.0	15.5	Бег на 100 метров (сек)	16.8	17.8	18.2
3.57	4.10	4.25	Бег на 1000 метров (мин)	4.39	4.54	5.15
7.9	8.5	8.7	Челночный бег 3x10 м (сек)	8.4	9.2	9.5
15.00	16.00	17.00	Бег 3.000 метров, мин	16.00	17.00	18.00
5.30	6.00	7.00	Бег на лыжах 1000 м (мин, сек)	6.00	6.30	7.30
17,00	18,00	19,00	Бег на лыжах 3000 м (мин, сек)	19,30	20,30	22,30
без учета времени			Бег на лыжах 5000 м (мин, сек)	без учета времени		
-	-	-	Бег на лыжах 10000 м (мин, сек)	-	-	-
190	180	165	Прыжки в длину с места, см	175	165	156
10	8	5	Подтягивание на перекладине (юноши), комплексное силовое упражнение (девушки)	20/27	16/23	15/20
3.30	4	4.30	Тест Купера (мин)	4.30	5	5.30
8	12	17	Лазание по канату (сек)	без учета времени		

**Таблица  
входных нормативов ОФП для дополнительной общеобразовательной  
общеразвивающей программы «Честь имею! РД»  
3 год обучения**

юноши			Упражнение	девушки		
«5» «отлично»	«4» «хорошо»	«3» «удовлетво рительно»		«5» «отлично»	«4» «хорошо»	«3» «удовлетво рительно»
14.5	15.0	15.5	Бег на 100 м (сек)	16.8	17.8	18.2
3.57	4.10	4.25	Бег на 1000 м (мин)	4.39	4.54	5.15
15.00	16.00	17.00	Бег на 3000 м (мин)	16.00	17.00	18.00
7.9	8.5	8.7	Челночный бег 3x10 м (сек)	8.4	9.2	9.5
5.30	6.00	6.30	Бег на лыжах 1000 м (мин)	6.00	6.30	7.00
17.00	18.00	19.00	Бег на лыжах 3000 м (мин)	19.30	20.30	22.30
-	-	-	Бег на лыжах 5000 м (мин)	-	-	-
-	-	-	Бег на лыжах 10000 м (мин)	-	-	-
190	180	165	Прыжок в длину с места (м)	175	165	156
10	8	6	Подтягивание на перекладине (раз) (юноши), КСУ (раз) девушки)	20/27	16/23	15/20

3.30	4	4.30	Тест Купера (мин)	4.30	5	5.30
8	12	17	Лазание по канату (сек)	без учета времени		

**Таблица  
итоговых нормативов ОФП для дополнительной общеобразовательной  
общеразвивающей программы «Честь имею! РД»  
3 год обучения**

юноши			Упражнение	девушки		
«5» «отлично»	«4» «хорошо»	«3» «удовлетво рительно»		«5» «отлично»	«4» «хорошо»	«3» «удовлетво рительно»
13.8	14.2	15.0	Бег на 100 метров (сек)	16.2	17.0	18.0
3.40	4.0	4.10	Бег на 1000 метров (мин)	4.20	4.30	5.0
7.5	8.0	8.5	Челночный бег 3х10 м (сек)	8.0	8.7	9.0
12.20	13.00	14.00	Бег 3.000 метров, мин	14.00	15.00	16.00
3.30	4.00	4.30	Бег на лыжах 1000 м (мин, сек)	5.00	6.0	6.30
14,30	15,00	15,30	Бег на лыжах 3000 м (мин, сек)	16,0	17,0	17,30
25.0	26.0	28.0	Бег на лыжах 5000 м (мин, сек)	27.0	28.0	30.0
без учета времени			Бег на лыжах 10000 м (мин, сек)	без учета времени		
220	210	190	Прыжки в длину с места, см	185	170	160
12	10	8	Подтягивание на перекладине (юноши), комплексное силовое упражнение (девушки)	30/35	26/30	22/25
3.0	3.30	4.0	Тест Купера (мин)	4.0	4.30	5.0
6	8	12	Лазание по канату (сек)	без учета времени		

**Таблица**  
**входных нормативов по огневой подготовке для дополнительной**  
**общеобразовательной общеразвивающей программы «Честь имею! РД»**  
**1 год обучения**

юноши			Упражнение	девушки		
«5» «отлично»	«4» «хорошо»	«3» «удовлетво рительно»		«5» «отлично»	«4» «хорошо»	«3» «удовлетво рительно»
15	12	8	ВП-1 (по условиям стрельбы ГТО) (очки)	12	9	7
10	8	6	ПП -1 (упрощенный вариант 5 м) (очки)	8	6	4
40	45	50	неполная разборка-сборка автомата Калашникова (сек)	45	50	55
20	25	30	неполная разборка-сборка пистолета Макарова (сек)	25	30	35
45	50	55	снаряжение магазина к АК-74 (сек)	45	50	55
25	20	15	метание учебных муляжей гранат с положения «стоя» на дальность	20	15	10
-	-	-	метание учебных муляжей гранат с положения «лежа» на дальность	-	-	-
-	-	-	метание учебных муляжей гранат с положения «с колена» на дальность	-	-	-
-	-	-	метание учебных муляжей гранат из окопа на дальность	-	-	-

**Таблица**  
**итоговых нормативов по огневой подготовке для дополнительной**  
**общеобразовательной общеразвивающей программы «Честь имею! РД»**  
**1 год обучения**

юноши			Упражнение	девушки		
«5» «отлично»	«4» «хорошо»	«3» «удовлетво рительно»		«5» «отлично»	«4» «хорошо»	«3» «удовлетво рительно»
25	20	15	ВП-1 (по условиям стрельбы ГТО) (очки)	25	20	15
10	8	6	ПП-1 упрощенный вариант (очки), расстояние 10 метров	8	6	4
30	35	40	Неполная разборка (сборка) автомата Калашникова (сек.)	40	45	53
15	18	23	Неполная разборка (сборка) пистолета Макарова (сек.)	20	25	30
30	35	40	Снаряжение магазина к АК-74 (сек.)	30	35	40
30	25	20	Метание учебных муляжей гранат с положения «стоя» на дальность (метры)	22	18	15
10	8	5	Метание учебных муляжей гранат с положения «лежа» на дальность (метры)	10	8	5
15	13	10	Метание учебных муляжей гранат с положения «с колена» на дальность (метры)	12	10	8
15	12	10	Метание учебных муляжей гранат с положения «из окопа» на дальность (метры)	12	10	8

**Таблица**  
**входных нормативов по огневой подготовке для дополнительной**  
**общеобразовательной общеразвивающей программы «Честь имею! РД»**  
**2 год обучения**

юноши			Упражнение	девушки		
«5» «отлично»	«4» «хорошо»	«3» «удовлетво рительно»		«5» «отлично»	«4» «хорошо»	«3» «удовлетво рительно»
25	20	15	ВП-1 (по условиям стрельбы ГТО) (очки)	25	20	15

10	8	6	ПП -1 (упрощенный вариант 10 м) (очки)	8	6	4
30	35	40	неполная разборка-сборка автомата Калашникова (сек)	40	45	53
15	18	23	неполная разборка-сборка пистолета Макарова (сек)	20	25	30
30	35	40	снаряжение магазина к АК-74 (сек)	30	35	40
30	25	20	метание учебных муляжей гранат с положения «стоя» на дальность	22	18	15
10	8	5	метание учебных муляжей гранат с положения «лежа» на дальность	10	8	5
15	13	10	метание учебных муляжей гранат с положения «с колена» на дальность	12	10	8
15	12	10	метание учебных муляжей гранат из окопа на дальность	12	10	8

**Таблица  
итоговых нормативов по огневой подготовке для дополнительной  
общеобразовательной общеразвивающей программы «Честь имею! РД»  
2 год обучения**

юноши			Упражнение	девушки		
«5» «отлично»	«4» «хорошо»	«3» «удовлетворительно»		«5» «отлично»	«4» «хорошо»	«3» «удовлетворительно»
110	105	100	ВП-2 из положения «сидя» (очки)	105	100	95
360	355	350	ВП-4 из положения «сидя» (очки)	350	345	340
3	2	1	ВП (стрельба по биатлонным мишеням) (кол-во выбитых мишеней)	3	2	1
150	145	140	ПП-1 (очки)	150	145	140
362	350	345	ПП-2 (очки)	358	343	335
25	30	35	Неполная разборка (сборка) автомата Калашникова (сек.)	25	30	35
10	13	17	Неполная разборка (сборка) пистолета Макарова (сек.)	10	13	17
27	30	35	Снаряжение магазина к АК-74 (сек.)	27	30	35
35	30	25	Метание учебных муляжей гранат с положения «стоя» на дальность	25	22	18
13	11	9	Метание учебных муляжей гранат с положения «лежа» на дальность	11	9	7

**Таблица  
входных нормативов по огневой подготовке для дополнительной  
общеобразовательной общеразвивающей программы «Честь имею! РД»  
3 год обучения**

юноши			Упражнение	девушки		
«5» «отлично»	«4» «хорошо»	«3» «удовлетворительно»		«5» «отлично»	«4» «хорошо»	«3» «удовлетворительно»
110	105	100	ВП-2 (из положения «сидя») (очки)	105	100	95
360	355	350	ВП-4 (из положения «сидя») (очки)	350	345	340
3	2	1	ВП (по биатлонным мишеням) (количество выбитых мишеней)	3	2	1
150	145	140	ПП-1	150	145	140
362	350	345	ПП-2	358	343	335
25	30	35	неполная разборка-сборка автомата Калашникова (сек)	25	30	35
10	13	17	неполная разборка-сборка пистолета Макарова (сек)	10	13	17
27	30	35	снаряжение магазина к АК-74 (сек)	27	30	35
35	30	25	метание учебных муляжей гранат с положения «стоя» на дальность	25	22	18



13	11	9	метание учебных муляжей гранат с положения «лежа» на дальность	11	9	7
16	14	11	метание учебных муляжей гранат с положения «с колена» на дальность	13	11	9
17	14	12	метание учебных муляжей гранат из окопа на дальность	14	12	10

**Таблица  
итоговых нормативов по огневой подготовке для дополнительной  
общеобразовательной общеразвивающей программы «Честь имею! РД»  
3 год обучения**

юноши			Упражнение	девушки		
«5» «отлично»	«4» «хорошо»	«3» «удовлетво рительно»		«5» «отлично»	«4» «хорошо»	«3» «удовлетво рительно»
110	105	100	ВП-2 из положения «стоя» (очки)	105	100	95
360	355	350	ВП-4 из положения «стоя» (очки)	350	345	340
5	4	3	ВП (стрельба по биатлонным мишеням) (кол-во выбитых мишеней)	5	4	3
155	150	145	ПП-1 (очки)	155	150	145
367	355	350	ПП-2 (очки)	363	348	340
20	25	30	Неполная разборка (сборка) автомата Калашникова (сек.)	20	25	30
9	11	15	Неполная разборка (сборка) пистолета Макарова (сек.)	9	11	15
25	27	30	Снаряжение магазина к АК-74 (сек.)	25	27	30
40	35	30	Метание учебных муляжей гранат с положения «стоя» на дальность	30	25	22
14	12	10	Метание учебных муляжей гранат с положения «лежа» на дальность	12	10	8
17	15	12	Метание учебных муляжей гранат с положения «с колена» на дальность	14	12	10
18	15	13	Метание учебных муляжей гранат с положения «из окопа» на дальность	15	13	11

**Таблица  
входных нормативов по Гражданской обороне для дополнительной  
общеобразовательной общеразвивающей программы «Честь имею! РД»  
1 год обучения**

юноши			Упражнение	девушки		
«5» «отлично»	«4» «хорошо»	«3» «удовлетво рительно»		«5» «отлично»	«4» «хорошо»	«3» «удовлетво рительно»
10	12	14	Норматив № 1 «Надевание противогаза» (сек)	12	14	16
-	-	-	Норматив № 3А «Надевание общевойскового защитного комплекта в виде плаща и противогаза» (мин., сек.)	-	-	-

**Таблица  
итоговых нормативов по Гражданской обороне для дополнительной  
общеобразовательной общеразвивающей программы «Честь имею! РД»  
1 год обучения**

юноши			Упражнение	девушки		
«5» «отлично»	«4» «хорошо»	«3» «удовлетво рительно»		«5» «отлично»	«4» «хорошо»	«3» «удовлетво рительно»
9	11	13	Норматив № 1 «Надевание противогаза» (сек)	11	13	15
7.00	8.20	9.10	Норматив № 3А «Надевание общевойскового защитного комплекта в виде плаща и противогаза» (мин., сек.)	7.00	8.20	9.10
7.35	9.00	11.00	Норматив № 3Б «Надевание общевойскового защитного комплекта в виде комбинезона и противогаза» (мин., сек.)	7.35	9.00	11.00

**Таблица  
входных нормативов по Гражданской обороне для дополнительной  
общеобразовательной общеразвивающей программы «Честь имею! РД»  
2 год обучения**

юноши			Упражнение	девушки		
«5» «отлично»	«4» «хорошо»	«3» «удовлетво рительно»		«5» «отлично»	«4» «хорошо»	«3» «удовлетво рительно»
9	11	13	Норматив № 1 «Надевание противогаза» (сек)	11	13	15
7.00	8.20	9.10	Норматив № 3А «Надевание общевойскового защитного комплекта в виде плаща и противогаза» (мин., сек.)	7.00	8.20	9.10
7.35	9.00	11.00	Норматив № 3Б «Надевание общевойскового защитного комплекта в виде комбинезона и противогаза» (мин., сек.)	7.35	9.00	11.00

**Таблица  
итоговых нормативов по Гражданской обороне для дополнительной  
общеобразовательной общеразвивающей программы «Честь имею! РД»  
2 год обучения**

юноши			Упражнение	девушки		
«5» «отлично»	«4» «хорошо»	«3» «удовлетво рительно»		«5» «отлично»	«4» «хорошо»	«3» «удовлетво рительно»
8	10	12	Норматив № 1	8	10	12

			<b>«Надевание противогаза» (сек)</b>			
6.00	7.20	8.10	<b>Норматив № 3А</b> <b>«Надевание общевойскового защитного комплекта в виде плаща и противогаза» (мин., сек.)</b>	6.00	7.20	8.10
6.35	8.00	9.00	<b>Норматив № 3Б</b> <b>«Надевание общевойскового защитного комплекта в виде комбинезона и противогаза» (мин., сек.)</b>	6.35	8.00	9.00

**Таблица  
входных нормативов по Гражданской обороне для дополнительной  
общеобразовательной общеразвивающей программы «Честь имею! РД»  
3 год обучения**

юноши			Упражнение	девушки		
«5» «отлично»	«4» «хорошо»	«3» «удовлетворительно»		«5» «отлично»	«4» «хорошо»	«3» «удовлетворительно»
8	10	12	<b>Норматив № 1</b> <b>«Надевание противогаза» (сек)</b>	8	10	12
6.00	7.20	8.10	<b>Норматив № 3А</b> <b>«Надевание общевойскового защитного комплекта в виде плаща и противогаза» (мин., сек.)</b>	6.00	7.20	8.10
6.35	8.00	9.00	<b>Норматив № 3Б</b> <b>«Надевание общевойскового защитного комплекта в виде комбинезона и противогаза» (мин., сек.)</b>	6.35	8.00	9.00

**Таблица  
итоговых нормативов по Гражданской обороне для дополнительной  
общеобразовательной общеразвивающей программы «Честь имею! РД»  
3 год обучения**

юноши			Упражнение	девушки		
«5» «отлично»	«4» «хорошо»	«3» «удовлетворительно»		«5» «отлично»	«4» «хорошо»	«3» «удовлетворительно»
7	8	10	<b>Норматив № 1</b> <b>«Надевание противогаза» (сек)</b>	7	8	10
4.00	4.20	5.10	<b>Норматив № 3А</b> <b>«Надевание общевойскового защитного комплекта в виде плаща и противогаза» (мин., сек.)</b>	7.00	8.20	9.10
4.35	5.00	6.00	<b>Норматив № 3Б</b> <b>«Надевание общевойскового защитного комплекта в виде комбинезона и противогаза» (мин., сек.)</b>	7.35	9.00	11.00

**Общеобразовательная общеразвивающая программа «Честь имею! РД»  
Зачет-практика по разделу «Лыжная подготовка»  
1 год обучения  
(занятие 42)**

**Место проведения:** лыже-роллерная трасса

**Цель:** выявление уровня практического усвоения учащимися навыков перемещения на беговых лыжах, используя классические ходы.

**Снаряжение:** лыжи беговые, лыжные палки, лыжные ботинки

**Общая зачетная дистанция:** 3 км

**Время:** 1 ч 35 мин (2 занятия по 45 мин, перемена 10 мин)

**Условия выполнения зачетных заданий:**

1. Инструктаж по ТБ;
2. Разминка (комплекс ОРУ);
3. Проверка надежности крепления ботинок к лыжам;
4. 1 круг (1 км) пробежать с применением одновременного одношажного хода (без учета времени);
5. 2 круг (1 км) пробежать с применением одновременного двухшажного хода (без учета времени);
6. 3 круг (1 км) пробежать попеременного четырехшажного хода (без учета времени)
7. Пульсовой замер (выполняется самими учащимися)
8. Восстановительные упражнения

**Критерии оценки выполнения зачетных заданий:**

«5» («отлично») – пройдены все круги, нет нарушений в технике передвижения;

«4» («хорошо») – пройдены все круги, выявлены небольшие ошибки в технике передвижения;

«3» («удовлетворительно») – пройдены 2 круга, выявлены значительные ошибки в технике передвижения

«2» («неудовлетворительно») – пройден 1 круг, выявлена слабая техническая подготовка и слабое знание классических ходов, заявленных для выполнения зачетных заданий

Результаты зачета-практики заносятся в зачетную ведомость

(3-й час зачета-практики – анализ результатов и разбор ошибок)

**Общеобразовательная общеразвивающая программа «Честь имею! РД»  
Зачет по разделу «Огневая подготовка»  
1 год обучения  
(занятие 53)**

**Место проведения:** стрелковый тир, спортивная площадка

**Цель:** выявление уровня практического усвоения учащимися навыка неполной разборки-сборки автомата Калашникова и метания учебных муляжей гранат из различных положений в цель и на дальность

**Снаряжение:** ММГ АК-74, каска армейская, плащ палатка, секундомер, лента цветная для ограждения огневого рубежа, рулетка, цветные конусы, учебные муляжи гранат (600-700 гр)

**Условия выполнения зачетных заданий:**

1. Инструктаж по ТБ;
2. Выполнение неполной разборки-сборки автомата Калашникова (с отсечкой по времени);
3. Разминка (комплекс ОРУ);
4. Выполнение броска учебного муляжа гранаты в 3 попытки:
  - из положения «стоя» на дальность»;
  - из положения «лежа» в цель (квадрат 2х2 на расстоянии 10 м)
  - из положения «с колена» в цель (квадрат 2х2 на расстоянии 10 м)
 (На голове у учащегося должна быть надета армейская каска, в левой руке – ММГ АК-74 удобным хватом за цевье)

Огневой рубеж на спортивной площадке должен быть огражден цветной лентой. На огневом рубеже может находиться только 1 учащийся. Остальные должны стоять за пределами ограждения на указанном педагогом месте.

**Критерии оценки выполнения зачетных заданий:**

Результат «зачтено» по неполной разборке-сборке автомата Калашникова ставится учащемуся, если общее время выполнения задания не превысило 40 секунд. Результат «не зачтено», если время выполнения задания составило более 40 секунд.

Результат «зачтено» ставится учащемуся, если бросок на дальность из положения «стоя» был не менее 21 м (юноши), 18 м (девушки) и было попадание в цель при броске из положения «лежа» или из положения «с колена». Результат «не зачтено», если результат броска на дальность составил менее 21 м (юноши), 18 м (девушки), не было попадания в цель ни из одного из указанных в задании положений.

**Общеобразовательная общеразвивающая программа «Честь имею! РД»  
зачет-практика по разделу «Гражданская оборона»  
1 год обучения  
(занятие 55)**

**Место проведения:** спортивная площадка или учебный класс

**Цель:** выявление уровня практического усвоения учащимися навыка надевания противогаза с отсечкой времени

**Снаряжение:** противогазы ГП-5, противогазные сумки, секундомер

**Условия выполнения зачетных заданий:**

1. Инструктаж по ТБ;
2. Проверить целостность и размер противогаза, сложить его в противогазную сумку, сумку перевести в походное положение;
3. Выполнение надевания противогаза по команде педагога: «Газы!» (с отсечкой по времени):
  - задержать дыхание;
  - закрыть глаза;
  - расстегнуть сумку;
  - взять противогаз за шлем;
  - надеть противогаз,
  - выдохнуть;
  - открыть глаза;
  - проверить плотность прилегания противогаза

**Критерии оценки выполнения зачетных заданий:**

Результат «зачтено» по надеванию противогаза ставится учащемуся, если общее время выполнения задания не превысило 12 секунд. Задание выполнено полностью, или с незначительными ошибками:

- противогаз не осмотрен;
- противогаз уложен неправильно;
- сумка не приведена в походное положение.

Результат «не зачтено», если время выполнения задания составило более 12 секунд. Задание выполнено не полностью, либо допущены грубые ошибки:

- не были закрыты глаза;
- не было задержано дыхание;
- учащийся не дождался команды педагога;
- не был сделан выдох после надевания противогаза;
- не проверена плотность прилегания противогаза;
- либо учащийся не смог надеть противогаз

Результаты выполнения зачетных заданий заносятся педагогом в зачетную ведомость.