СОДЕРЖАНИЕ

[Пояснительная записка 3](#_Toc127353059)

[Учебный план 6](#_Toc127353060)

[Содержание программы 7](#_Toc127353061)

[Условия реализации программы 10](#_Toc127353062)

[Оценочные материалы 11](#_Toc127353063)

[Календарно-тематический план 17](#_Toc127353064)

# Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа физкультурно-спортивной направленности «Патриот» **разработана с учетом требований следующих нормативно-правовых актов**:

Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями);

Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации № 678-р от 31.03.2022;

Постановление Главного государственного санитарного врача РФ 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».

Устав образовательной организации;

Положение о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе образовательной организации

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа «Патриот» (далее – Программа) – способствует выявлению профессиональной ориентации учащихся, приобретению знаний и практических навыков, необходимых при прохождении военной службы, вместе с тем способствует формированию опыта вхождения в коллектив, становления межличностных отношений, а также позволяет получить физическую закалку спортивную подготовку.

Актуальность Программы определяется важностью создания условий для к подготовке будущих защитников Отечества. Формированию личностных качеств, знаний, умений и навыков, необходимые на службе в Вооруженных Силах Российской Федерации, укреплению физического здоровья, профессиональному самоопределению детей, их адаптации к жизни в обществе.

Содержание Программы предполагает комплексный подход к организации занятий обеспечивает положительную социализацию и профилактику асоциального поведения детей.

Содержание и материал программы спланированы по принципу дифференциации в соответствии с уровнями сложности.

Программа может быть дополнена различными видами мероприятий и дисциплин согласно возрастным особенностям обучающихся.

Основной формой организации образовательного процесса являются теоретические и практические занятия, комплексные тренировки, стрельбы и тактические учения.

Основными методами здесь выступают показ и упражнение (тренировка).

**Программа имеет стартовый уровень сложности**.

**Адресат Программы**: программа предназначена для детей 15- 17 лет.

**Объем и срок освоения Программы**: Срок освоения Программы – 1 год. Объем Программы – 72 часа: Режим занятий: 1 раза в неделю по 2 академических часа.

Количество обучающихся в группе: 15 человек.

**Форма обучения**: очная.

**Цель программы**: формирование у подростков гражданственности, патриотизма как важнейших духовно-нравственных и социальных ценностей.

**Задачи**:

овладение обучающимися знаниями по начальной военной подготовке;

уметь выполнять строевые приемы;

уметь обращения с оружием;

формировать у обучающихся четкой потребности в здоровом образе жизни и физическом самосовершенствовании.

выполнять комплексы общеразвивающих и специальных физических упражнений, направленных на развитие основных физических качеств и способностей с возрастной категории и гендерной принадлежности обучающихся;

содействие профессиональному самоопределению учащихся;

содействие личностному развитию учащихся и их адаптации к жизни в обществе; - формированию культуры общения и поведения в коллективе.

Для достижения поставленной цели и реализации задач Программы используются следующие **методы обучения**:

словесные (объяснение, беседа, рассказ);

наглядные (объяснительно-иллюстративный, показ, демонстрация приемов);

практические (частично-поисковый, проблемный, игровой).

Основной формой организации образовательного процесса являются теоретические и практические занятия, комплексные тренировки, стрельбы и тактические учения.

Основными методами здесь выступают показ и упражнение (тренировка).

Методы контроля и управления образовательным процессом: входящий контроль, текущая диагностика, промежуточная аттестация, подведение итогов реализации Программы (участие в соревнованиях, турнирах, конкурсах).

**Формы контроля**: сдача нормативов ГТО, (сдают контрольные физические нормативы с целью проверки их начальной физической подготовки согласно возрастным оценочным нормативам, с разделением по гендерному признаку с учетом природосообразности. Оценка идет по следующим практическим заданиям: сгибание в упоре лежа, прыжок в длину с места, поднимание туловища, вис на перекладине, бег. Такой же подход к тестированию и сдаче нормативов проводится в конце учебного года. Это позволяет определить, насколько успешно учащиеся усваивают пройденный материал и получают необходимые знания и навыки).

В рамках реализации Программа предусматриваются мероприятия, направленные на повышение интереса обучающихся к процессу обучения:

соревнования, сдача норм ГТО;

интеллектуальные игры и турниры;

смотры-конкурсы, слеты;

семейные мероприятия, мероприятия патриотической направленности.

**В результате освоения Программы обучающиеся должны:**

*знать:*

меры безопасности во время занятий;

воинские традиции Советской и российской армии;

символы воинской чести;

государственную символику России;

элементы строя и обязанности в строю;

материальную часть автомата Калашникова;

сведения об оружии используемого при стрельбе.

требования к личному и групповому снаряжению;

принципы оказания первой медицинской помощи в чрезвычайных ситуациях.

*уметь:*

выполнять строевые команды на месте и в движении;

выполнять сборку-разборку автомата АК-74;

выполнять комплексы физических упражнений;

выполнять стрельбу из пневматической винтовки;

оказать первую медицинскую помощь при травмах и ранениях.

# Учебный план

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | | **Наименование раздела** | **Количество часов** | | | Формы аттестации  /контроля |
| Всего | Теория | Практика |
| 1. | | История вооруженных сил  России | 10 | 10 | 0 | тест |
| 2. | | Строевая подготовка | 20 | 2 | 18 | Выполнения команд |
| 3. | Основы медицинских знаний | 10 | 2 | 8 | Практическое выполнения заданий |
| 4. | Огневая подготовка | 20 | 4 | 16 | Сдача нормативов |
| 5. | Общефизическая подготовка | 12 | 0 | 12 | Сдача нормативов |
|  | **Всего часов:** | **72** | **18** | **54** |  |

**СОДЕРЖАНИЕ**

**Раздел 1. История вооруженных сил России**

**Тема 1.1. Виды вооруженных сил**

Воинская слава России. Армия и флот России XX века.

Армия России на современном этапе. Виды и рода войск ВС РФ. Вооружение Российской армии на современном этапе. Ракетные войска. Сухопутные войска. Военно-воздушные силы. Военно- морской флот. Пограничные войска. Внутренние войска.

**Тема 1.2. Символы воинской чести**

Сила воинских традиций. Роль и место традиций и ритуалов в жизнедеятельности воинских коллективов. Система воинских традиций и ритуалов.

Боевое знамя воинской части. История военной присяги и порядок ее принятия. Флаг. Герб. Гимн. Геральдика. Знаки отличия.

*викторина «Государственная символика».*

**Тема 1.3. Полководцы и герои**

Полководцы XX века: Брусилов, Жуков, Рокоссовский, Антонов, Конев. Создание новых видов и родов вооруженных сил. Герои Советского Союза. Военачальники. Героизм женщин.

*викторина «Защитники отечества». https://kopilkaurokov.ru/obzh/meropriyatia/viktorina\_na\_tiemu\_zashchitniki\_otiechiestva*

**Тема 1.4. Воинские профессии**

Профессия военного: описание и содержание деятельности. Необходимые умения. Область применения. Военные профессии для девушек.

**Тема 1.5. Воинские подвиги земляков**

Хакасия во время ВОВ. Работа в годы Великой Отечественной войны

*устное выступление по выбору «Они учились в нашей школе», «Воины моей семьи», «Горжусь своими предками».*

**Раздел 2. Строевая подготовка**

**Тема 2.1. Основы строевой подготовки.**

Виды строя, передвижение в строю, перестроение из одношереножного строя в двух шереножный строй, смыкание и размыкание в одношереножном строю. Строевые приемы:

«направо», «налево», «кругом» индивидуально и в строю. Команды: «равняйсь», «смирно»,

«равнение на середину» в строю. Передвижение в составе знаменной группы.

*Практика:* Отработка строевой подготовки подразделения. Отработка строевых приемов:

«направо», «налево», «кругом» индивидуально и в строю. Команды: «равняйсь», «смирно»,

«равнение на середину» в строю.

Отработка строевой подготовки знаменной группы. Разучивание строевой песни.

**Тема 2.2. Команды строевой подготовки и правила их выполнения**

Алгоритм выполнения строевых упражнений в передвижении (индивидуально и в составе подразделения). Повороты направо, налево, кругом при передвижении строя. Подача и выполнение команд в строю. Выход из строя и подход к командиру. Ответ на приветствие командира. Переход с походного шага на строевой шаг. Команды: «равняйсь», «смирно»,

«равнение на середину», «влево», «вправо» при передвижении строя.

*Практика:* Отработка строевых приемов. Движение шагом. Движение бегом. Строевой шаг, Походный шаг. Повороты в движении: «направо», «налево», «кругом – марш». Развернутый строй одношереножный, двушереножный, развернутый строй отделения и взвода. Перестроения из одношереножного в двушереножный строй. Размыкание влево, вправо. Отработка строевой песни при передвижении.

**Тема 2.3. Строй, элементы строя и управление им**

Понятия: строй, шеренга, фланг, фронт, тыльная сторона строя, интервал, дистанция, ширина и глубина строя, Шеренга строя и виды (одношереножный и т. д.)

*Практика:* Строевой шаг. Строевая стойка. Построение в шеренгу, в 2 шеренги, в 3 шеренги.

**Тема 2.4. Отдание воинской чести без оружия**

Теория: отдание воинской чести на месте. Отдание воинской чести при движении.

*Практика:* Выход из строя и возвращение в строй. Отдание воинской чести на месте и в движении.

**Тема 2.5. Практика: Выход из строя и подход к начальнику**

**Тема 2.6. Практика: Повороты на месте и в движении**

**Тема 2.7. Практика: Перестроение в две шеренги**

**Тема 2.8. Практика: Перестроение в одну шеренгу**

**Тема 2.9. Практика: Воинская честь. Строевой шаг**

**Раздел 3. Основы медицинских знаний**

**Тема 3.1. Алгоритмом оказания первой медицинской помощи при механических травмах** Знакомство с приемами временной остановки артериального кровотечения с использованием жгута и жгута-закрутки, накладки повязки «Уздечка», накладки повязки «Восьмиобразная», накладки повязки «Спиральная» на конечности. Накладка повязки «Черепичная расходящаяся» на конечности. Иммобилизация с использованием шин Крамера при открытом (с артериальным кровотечением) переломе бедренной кости. Правила транспортировки пострадавшего.

*Практика:*Отработка наложения повязок, шин, жгута и транспортировки пострадавшего.

**Тема 3.2. Алгоритмом оказания первой медицинской помощи при ранениях и ожогах.**

**Тема 3.3. Ранения и кровотечения**

Виды ранений. Обработка ран. Виды и правила наложения повязок на раны. Виды кровотечений. Способы остановки кровотечений. Правила наложения жгута.

*Практические занятия:* наложение повязок на различные части тела, наложение жгута.

**Тема 3.4. Травмы опорно-двигательного аппарата**

Вывихи, растяжения, разрывы связок. Переломы конечностей. Оказание первой помощи. Правила наложения шин.

*Практические занятия:* наложение шин при различных переломах.

**Тема 3.5. Виды перевязок.**

Виды перевязок и правила их наложения.

*Практика***:** Наложение повязки на верхнюю конечность.

**Раздел 4. Огневая подготовка**

**Тема 4.1. История оружия**

Примитивное оружие. Средневековое оружие. Оружие современности. Оружие массового поражения.

*Практические занятия:* Кроссворд «Виды оружия».

**Тема 4.2. Виды вооружения. Холодное, огнестрельное, метательное.**

**Тема 4.3. Автомат Калашникова. АК-74: устройство, назначение, тактико-технические характеристики**

Устройство, назначение, тактико-технические характеристики.

*Практические занятия:* сборка и разборка автомата на время.

*Практическое занятие:* Сборка - разборка автомата АК на время.

**Тема 4.4. Меры безопасности при неполной разборке и сборке АК-74**

**Тема 4.5. Неполная разборка и сборка АК-74**

Знакомство с неполной сборкой и разборкой автомата Калашникова (АК-74). Порядок разборки и сборки автомата. Ошибки при разборке и сборке автомата Калашникова.

*Практика:* Тренировка по неполной сборке и разборке автомата. Неполная сборка и разборка автомата на время.

**Тема 4.6. Пневматическая винтовка. Правила удержания и прицеливания винтовки**

Изготовка. Основные понятия изготовки к стрельбе. Роль двигательного аппарата   
и нервной системы человека в обеспечении неподвижности тела при изготовке к стрельбе. Особенности изготовки в зависимости от положения для стрельбы или вида упражнения. Значение однообразия изготовки. Прицеливание. Сущность прицеливания. Особенности прицеливания с открытым, диоптрическим и оптическим прицелом. Определение СТП, поправки, вносимые в прицельные приспособления для совмещения СТП с центром мишени. Индивидуальный подбор прицельных приспособлений. Ошибки, допускаемые при прицеливании. Г лаз и его работа во время прицеливания.

**Тема 4.7. Стрельба из пневматической винтовки.**

Управление спуском. Плавность, усилие, ускорение. Условия, обеспечивающие производство правильного спуска. Разные способы управления спуском. Умение управлять спуском при неблагоприятном сочетании остальных элементов выстрела. Типовые ошибки, допускаемые при нажиме на спусковой крючок, и способы   
их устранения. Дыхание. Необходимость задержки дыхания во время стрельбы. Варианты задержки дыхания. Дыхательный режим стрелка. Гипервентиляция, задержка дыхания   
на фоне различных уровней жизненной емкости легких стрелка.

*Практика:* Тренировка по стрельбе по мишени. (работа в группах по 2-5 человек). Отработка стрельбы на стрелковом тренажере.

**Раздел 6. Общефизическая подготовка**

**Тема 6.1. Меры обеспечения безопасности при проведении занятий по физической подготовке**

**Тема 6.2. Комплекс утренней гигиенической гимнастики**

Упражнения состоят из всевозможных, доступных для занимающихся движений рук, ног, туловища и различных их сочетаний (наклоны, повороты, махи, круговые движения, подтягивания и т.п.)

**Тема 6.4. Общеразвивающие упражнения**

Общеразвивающие упражнения: используются в занятиях для всестороннего физического развития занимающихся, укрепления костно-связочного аппарата, развития мышц, развития подвижности в суставах, а также улучшения функций сердечно-сосудистой, дыхательной и нервной систем организма спортсмена. Общеразвивающие упражнения являются составной частью каждого занятия по физической подготовке, разминки перед стрельбой, утренней зарядки

**Тема 6.5. Ускоренное передвижение. Обучение технике бега на короткие дистанции**

Спортивные игры, упражнения для развития ловкости, силы, выносливости.

**Тема 6.6. Ускоренное передвижение. Обучение технике бега на средние и длинные дистанции.**

Практические занятия: бег на дистанции 100 и 1500 м, отжимание от пола, подтягивание на перекладине, подъём туловища из положения «лёжа».

**Тема 6.8. Сдача нормативов по ОФП**

# Условия реализации программы

Организация деятельности по реализации Программы базируется на деятельностном, компетентностном и личностно-ориентированном подходах. При организации учебно-тренировочных занятий опора идет на общедидактические принципы:

сознательности и активности, т.е. учащиеся должны понимать цель и задачи теоретических знаний, осознать значение практических занятий и воинской дисциплины; понимать значение и смысл выполняемых технических действий;

систематичности и последовательности, т.е. учащиеся должны осознать, что только регулярность занятий и тренировок ведет к достижению качественных результатов;

связи теории с практикой – эффективность и качество обучения проверяется на практике.

**Методы стимулирования и мотивации:** познавательные игры; учебные дискуссии; создание ситуаций эмоционально-нравственных переживаний; создание ситуаций занимательности; убеждение в значимости учения; предъявление требований; поощрения в учении.

**Формы организации обучения:** формирование знаний; закрепление и систематизация знаний; формирование умений и навыков; повторение и систематизация знаний; контроль усвоения знаний, умений и навыков.

Различные формы занятий сочетают одинаковые элементы:

взаимодействие педагога и учащихся (педагог - учащийся, педагог - группа, учащийся - учащийся, группа - группа, полное или ограниченное участие педагога, прямое или косвенное ограничение).

Применение различных форм и методов в организации занятий позволяет сохранить активность учащихся, их интерес к занятиям в течение всего периода обучения.

Материально-техническое обеспечение реализации Программы.

Для реализации программы необходим класс для теоретической подготовки и спортзал, а также оборудованное место для стрельбы.

Перечень инвентаря и оборудование:

1. Склад оружия, сейфы для хранения оружия

2. футляр для перевозки оружия – 3 шт. (для участия в соревнованиях используется 3 единицы стрелкового оружия)

3. Стол для чистки оружия

4. Наглядные пособия по правилам безопасности, устройству оружия

5. Пневматическая винтовка – 5 шт.

6. Пули для пневматики – 10 уп.

7. Мишени – 4 шт.

8. Стрелковый тренажер – 1 шт.

# Оценочные материалы

*викторина «Государственная символика».*

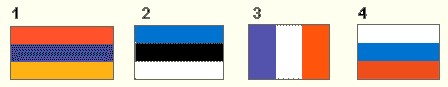
|  |  |
| --- | --- |
| **ВОПРОС** | **ОТВЕТ** |
| Что же такое символ? | *условный знак, обозначение* |
| Что такое герб? | *эмблема государства* |
| Где можно увидеть герб? | *на флагах, монетах, печатях, и официальных бумагах, паспорт* |
| Что такое флаг? | *прикреплённое к древку полотнище определенного цвета или нескольких цветов* |
| Где можно увидеть флаги? | *на кораблях, правительственных зданиях и т.д.* |
| А что такое гимн? | *торжественная песня* |
| Где её можно услышать? | *на торжественных встречах, международных соревнованиях, встречах президентов и т.д.* |

**2. История Флага.**

|  |  |
| --- | --- |
| **ВОПРОС** | **ОТВЕТ** |
| Что такое *ТРИКОЛОР* и правильно ли только Российский флаг так называть? | ТРИКОЛОР (фр. TRICOLORE - три цвета) - флаг, состоящий из трех горизонтальных или вертикальных полос разных цветов. Различают вертикальные и горизонтальные триколоры. |
| С каким событием связано появление красивого трёхцветного полотнища? | со строительством в России мощного военного флота |
| Какое старинное русское название флага? | стяг |
| Когда впервые появился триколор? | в конце XVII века |
| Кто ввёл порядок расположения цветов? | Пётр I |
| Когда мы отмечаем День Государственного флага? | 22 августа |
| Какой цвет считался императорским (царским) и какой цвет считался символом вечности? | красный, золотой |
| Как назывался флаг, белый с Лазоревым крестом, который в 1712 г. взвился над военно-морскими кораблями? | Андреевский |
| Сколько флагов было в период царствования Петра I? | три |
| В апреле 1918 г. по предложению Якова Свердлова был утвержден флаг, позаимствованный у европейских социалистов прошлого века. Как он выглядел и до какого времени просуществовал? | красный флаг, в левом верхнем углу золотая звезда серп и молот. До августа 1991 |

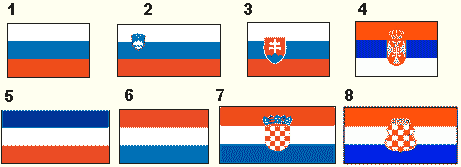
**Задание № 3**

1. Флаги каких стран здесь приведены в качестве примеров?



1 - флаг Армении, 2 - флаг Эстонии, 3 - флаг Франции, 4 - флаг России.

2. Назовите европейские государства, которые используют *ТРИКОЛОР* из тех же цветов, что и Российский флаг: белый - синий - красный, в любой последовательности.



1. Россия,
2. Словения (1991 г.),
3. Словакия,
4. Сербия,
5. флаг Государственного Сообщества Сербии и Черногории,
6. Люксембург, Нидерланды,
7. Хорватия,
8. флаг республики Герцег-Босна в мусульманско-хорватской федерации Республики Босния и Герцеговина.

3. На флаге какого государства эти три цвета (белый - синий - красный) раположены не горизонтально, а вертикально?

На флаге Франции.

4. На флаге какого государства эти три цвета (белый - синий - красный) раположены в виде горизонтальных полос и треугольника? Чешская республика.

5. Как моряки назвали флаг России?

Как - флаг Голландии (Нидерландов)?

*Подсказка: название получается из букв цветов флага при перечислении их сверху вниз.*

Российский флаг - БЕСИК (БЕлый + СИний + Красный).

Голландский флаг - КРАБЕС (КРАсный + БЕлый + Синий).

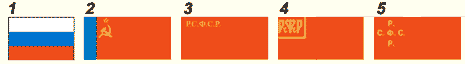
6. Флаги каких европейских государств похожи на Российский флаг?

(т.е. цвета расположены сверху вниз: белый-синий-красный)

Словения, Словакия.

7. Как менялся Российский флаг со времен Петра до наших дней?

(перечислите номера по порядку через тире)



1 - 4 - 5 - 3 - 2 - 1

**4. История Российского герба**

|  |  |
| --- | --- |
| **ВОПРОС** | **ОТВЕТ** |
| Назовите дату появления российского Государственного герба? | 1497 год |
| Как переводится слово герб? | наследство |
| С какими традициями связано рождение гербов? | с рыцарскими традициями |
| Как называется наука о гербах? | геральдика |
| Откуда пришло на Русь изображение двуглавого орла? | из Византии |
| При каком императоре была проведена геральдическая реформа (количество гербов на крыльях орла увеличивается)? | при Александре II |
| При каком императоре на грудь орла вернулась Андреевская цепь и при каком императоре она исчезла? | при Петре I - появилась, при Александре I - исчезла |
| При каком императоре появляется точное описание герба в Своде законов Российской империи? | при Александре III, в 1892г. |

**5. Главная песня**

|  |  |
| --- | --- |
| ВОПРОС | ОТВЕТ |
| Каково происхождение слова "гимн"? | слово "гимн" происходит от греческого и означает - торжественная песнь |
| Какой гимн стал первым гимном СССР? | "Интернационал" |
| Кто его авторы? | музыка - П. Дежейтер;  слова - А.Я. Коц |
| Сколько лет "Интернационал" был гимном СССР? | с 1922 по 1934; 12 лет |
| Кто автор слов нашего гимна? | С.В. Михалков |
| Кто автор музыки? | А.В. Александров |

# 

# 

**Неполная разборка-сборка автомата АК-74**

**Тест 1**. Неполная разборка автомата АК-74

Рекомендации к выполнению контрольного норматива:

Оружие на подстилке, инструмент наготове.

Участник находится у оружия. Время отсчитывается от команды:

«К неполной разборке оружия приступить» до доклада обучаемого: «Готово».

Порядок неполной разборки автомата:

1. Отделить магазин.

2. Проверить, нет ли патрона в патроннике.

3. Вынуть пенал с принадлежностями из гнезда приклада.

4. Отделить шомпол.

5. Отделить дульный тормоз - компенсатор.

6. Отделить крышку ствольной коробки.

7. Отделить возвратный механизм.

8. Отделить затворную раму с затвором.

9. Отделить затвор от затворной рамы.

10. Отделить газовую трубку со ствольной накладкой.

Критерии оценивания:

№ п/п Баллы Время выполнения норматива

1. 10 баллов 15 с.

2. 8 баллов 17 с.

3. 6 баллов 19 с.

**Тест 2.** Сборка автомата АК-74 после неполной разборки

Рекомендации к выполнению контрольного норматива:

Сборка оружия после неполной разборки: оружие разобрано, части и механизмы аккуратно разложены на подстилке, инструмент наготове.

Участник 24 находится у оружия. Время отсчитывается от команды: «К сборке оружия приступить» до доклада обучаемого: «Готово».

Сборка автомата после неполной разборки производится в обратной последовательности.

Критерии оценивания:

№ п/п Баллы Время выполнения норматива

1. 10 баллов 25 с.

2. 8 баллов 27 с.

3. 6 баллов 32 с.

**Тест 3.** Снаряжение магазина к АК-74 патронами

Рекомендации к выполнению контрольного норматива: Обучаемый находится перед подстилкой, на которой разложены магазины, учебные патроны.

Время отсчитывается от команды руководителя: «К снаряжению магазина приступить» до доклада обучаемого: «Готово».

Критерии оценивания:

№ п/п Баллы Время выполнения норматива

1. 10 баллов 33 с.

2. 8 баллов 38 с.

3. 6 баллов 43 с.

# Календарно-тематический план

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/ п | Тема занятия | Месяц | Кол-во часов | Формы занятий | Формы контроля |
| **История вооруженных силРоссии** | | | | | |
| 1. | Виды вооруженных сил | сентябрь | 2 | комбинированное занятие | тест |
| 2. | Символы воинской чести | сентябрь | 2 | комбинированное занятие | тест |
| 3. | Полководцы и герои | сентябрь | 2 | комбинированное занятие | тест |
| 4. | Воинские профессии | сентябрь | 2 | комбинированное занятие | тест |
| 5. | Воинские подвиги земляков | октябрь | 2 | комбинированное занятие | рассказ |
| **Строевая подготовка** | | | | | |
| 6. | Основы строевой подготовки | октябрь | 2 | Изучение нового материала | беседа |
| 7. | Команды строевой подготовки и правила их выполнения | октябрь | 2 | Практическое занятие | Наблюдение |
| 8. | Строй, элементы строя и управление им | октябрь | 2 | Практическое занятие | Наблюдение |
| 9. | Отдание воинской чести без оружия | октябрь | 2 | Практическое занятие | Наблюдение |
| 10. | Практика: Выход из строя и подход к начальнику | ноябрь | 2 | Практическое занятие | Наблюдение |
| 11. | Практика: Повороты на месте и в движении | ноябрь | 2 | Практическое занятие | Наблюдение |
| 12. | Практика: Перестроение в две шеренги | ноябрь | 2 | Практическое занятие | Наблюдение |
| 13. | Практика: Перестроение в одну шеренгу | ноябрь | 2 | Практическое занятие | Наблюдение |
| 14. | Практика: Воинская честь. Строевой шаг | декабрь | 4 | Практическое занятие | Наблюдение |
| **Основы медицинских знаний** | | | | | |
| 15. | Алгоритмом оказания первой медицинской помощи при механических травмах | декабрь | 2 | Практическое занятие с элементами игры | Промежуточная аттестация (турнир) |
| 16. | Алгоритмом оказания первой медицинской помощи при ранениях и ожогах | декабрь | 2 | Практическое занятие с элементами игры | Наблюдение. |
| 17. | Ранения и кровотечения | январь | 2 | Практическое занятие с элементами игры | Интерактивный тренажер |
| 18. | Травмы опорно-двигательного аппарата | январь | 2 | Практическое занятие с элементами игры | Решение задач |
| 19. | Виды перевязок | январь | 2 | Практическое занятие с элементами игры | тест |
| **Огневая подготовка** | | | | | |
| 20. | История оружия. Виды вооружения. Холодное, огнестрельное, метательное. | февраль | 2 | Изучение нового материала | викторина |
| 21. | Автомат Калашникова. АК-74: устройство, назначение, тактико-технические характеристики | февраль | 2 | Практическое занятие | опрос |
| 22. | Меры безопасности при неполной разборке и сборке АК-74 | февраль | 2 | Изучение нового материала | опрос |
| 23. | Неполная разборка и сборка АК - 74 | март | 2 | Практическое занятие | наблюдение |
| 24. | Пневматическая винтовка. Правила удержания и прицеливания винтовки | март | 2 | Практическое занятие | наблюдение |
| 25. | Стрельба из пневматической винтовки. | март  апрель | 10 | Практическое занятие | Сдача нормативов |
| **Общефизическая подготовка** | | | | | |
| 26. | Меры обеспечения безопасности при проведении занятий по физической подготовке | апрель | 2 | Изучение нового материала | Наблюдение |
| 27. | Комплекс утренней гигиенической гимнастики | апрель | 2 | Практическое занятие | Наблюдение |
| 28. | Общеразвивающие упражнения | апрель | 2 | Практическое занятие | Наблюдение |
| 29. | Ускоренное передвижение. Обучение технике бега на короткие дистанции | май | 2 | Практическое занятие | Наблюдение |
| 30. | Ускоренное передвижение. Обучение технике бега на средние и длинные дистанции. | май | 2 | Практическое занятие | Наблюдение |
| 31. | Сдача нормативов по ОФП | май | 2 | соревнование | Сдача норм ГТО |