

Краевое государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение
«Красноярский строительный техникум»

УТВЕРЖДЕНО
приказом директора КГБПОУ «Красноярский
строительный техникум»
от «_26_» ___12___ 2023 № 254-а

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВАВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«По тропе боевого братства»**

Направленность программы: военно-спортивная

Уровень программы: стартовый

Категория слушателей: обучающиеся 15 - 21 год

Объем: 144 часа

Форма обучения: очная

г. Красноярск 2023 г.

СОДЕРЖАНИЕ

1. Пояснительная записка	3
2. Учебно-тематический план	5
3. Содержание программы	5
4. Планируемые результаты освоения учащимися содержания программы	7
5. Формы аттестации	8
6. Диагностические средства	9
7. Учебно-методическое обеспечение программы	9
8. Материально-техническое оснащение	11
9. Календарный учебный график	14

1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная развивающая программа «По тропе боевого братства» военно-спортивной направленности составлена в соответствии:

- Федерального закона от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Письма Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11.2015г. № 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных обще развивающих программ»;

Разнонаправленность программы позволяет предоставлять учащимся задания, дифференцированные по уровню сложности. При этом каждому из участников программы обеспечен доступ к стартовому освоению любого из уровней сложности материала.

Актуальность программы Программа является педагогически целесообразной, так как позволяет ориентировать подростков и допризывную молодежь на готовность к военной службе, на выбор военной специальности, развитие интереса к выбранной деятельности; приобретение практических навыков, необходимых для прохождения службы в рядах Вооруженных Сил России других силовых структурах, а также для поступления в высшие военные образовательные учреждения профессионального образования, приобретение опыта адаптации в коллективе, межличностных отношений и коллективной деятельности.

Программа Военно-прикладной подготовки составлена на основе материала, который обучающиеся изучают на уроках истории, физической культуры и ОБЖ в профессиональной образовательной организации, опыта работы в данном направлении военно-патриотических клубов. Данная программа способствует формированию моральной, физической и психологической готовности молодежи к защите Отечества, воспитание их как граждан и патриотов.

Отличительные особенности данной программы от уже существующих, является то, что она ориентирована на идейно-психологические аспекты, заинтересованность и мотивацию обучающихся к изучению национальных традиций, чем на тренировочный процесс, а сама тренировка служит лишь средством для достижения поставленных целей.

Программа направлена на:

- удовлетворение индивидуальных потребностей в занятиях военной подготовкой, физической культурой и спортом;
- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья;
- выявление, развитие и поддержку талантливых студентов, проявивших выдающиеся способности;
- социализацию и адаптацию к жизни в обществе;
- формирование общей культуры;
- профилактику асоциального поведения.

Отличительные особенности программы:

Программа адаптирована под имеющиеся материально-технические условия и предполагает проведение занятий, как в спортивном зале, на спортивных уличных площадках так и в специально подготовленных и оборудованных помещениях. Это позволяет разнообразить процесс обучения, использовать различные формы работы с обучающимися, избежать монотонности, повысить эффективность занятий.

В течение процесса обучения вместо выбывших обучающихся могут набираться новички.

Цель программы: развитие у обучающихся гражданственности, патриотизма, как важнейших духовно-нравственных и социальных ценностей, формирование профессионально значимых качеств, умений и готовности к активному проявлению в различных сферах жизни общества

Задачи программы:

-развитие морально-волевых качеств, необходимых при действиях в чрезвычайных ситуациях, экстремальных условиях, в период службы в Вооруженных силах Российской Федерации и других силовых ведомствах: самостоятельности ответственности, активности, аккуратности, требовательности, дисциплинированности;

- формирование навыков дисциплины и самоорганизации;
- развитие потребности в постоянном самообразовании, самосовершенствовании;
- совершенствование личностных качеств: психологической устойчивости, физической силы, выносливости, быстроты принятия решений.

Форма обучения: очная

Режим занятий: Продолжительность тренировочных занятий, в течение половины учебного года следующая: при нагрузке 4 часа занятия проводятся 2 раза в неделю. Расписание занятий составляется и утверждается с учётом наиболее благоприятного режима тренировочных занятий и отдыха обучающихся, их возрастных особенностей, возможностей использования спортивных объектов.

Адресат Программы (возраст для зачисления на обучение, минимальное количество в группах)

Дополнительная общеразвивающая программа «тропа боевого братства» разработана для студентов в возрасте от 15 до 21 года.

Группа комплектуется из всех желающих заниматься военно-прикладной подготовкой.

Максимальная наполняемость учебной группы – 15 человек. Комплекуются разновозрастные группы.

Объём и сроки реализации программы:

Программа рассчитана на 1 год обучения, её объём 144 часа.

2. Учебно-тематический план

С учетом изложенных выше задач представлен примерный учебный план с расчетом на 1 учебный год занятий непосредственно в условиях Учреждения.

Учебный план тренировочных занятий (нагрузка 4 часа в неделю)

№ п/п	Наименование разделов и дисциплин	Всего часов	В том числе:		Формы контроля
			Теория	Практич. занятия	
1.	Основы военно-прикладной подготовки	48	28	20	зачет
2.	Специальная физическая подготовка	84	26	58	зачет
3	Подведение итогов	12	6	6	зачет
	Итого	144	60	84	

3. Содержание программы

Данная программа содержит материал теоретических и практических занятий.

Теоретическая подготовка включает вопросы состояния и развития современных средств вооружения и его практического применения в современных условиях. Теоретические занятия проводятся в форме бесед в процессе практических занятий.

Практические занятия должны быть разнообразными. При этом большое внимание уделяется отработке основных навыков в области владения оружием. Физическая подготовка дифференцирована на упражнения общей и специальной подготовки.

Практическая подготовка включает непосредственную отработку навыков по владению оружием - сборка и разборка автомата АК-74, снаряжение магазина, подготовка оружия к стрельбе, прицеливание, стрельба из различных положений (стоя, с упора, лежа, в движении). Отработка навыков стрельбы из пневматического пистолета, метание учебных гранат. Строевая подготовка. Оказывание первой медицинской помощи при ранениях и травмах, иметь начальные знания по РХБ защите, эвакуация раненного. Ориентироваться на местности, докладывать о своём местонахождении относительно ориентиров и местных

предметов, определять азимут на местные предметы, составлять карточки азимутов и схемы контрольных точек, осуществлять движение по азимуту и направлению, определять и выдерживать направления движения по карте; строить укрытия с использованием подручных и штатных средств, знать порядок инженерного оборудования позиции отделения и инженерных заграждений; пользоваться общебойковым фильтрующим противогазом, общебойковым защитным комплектом, легким защитным костюмом и знать основные характеристики СИЗ;

Теоретическая подготовка

1. Военно-патриотическое воспитание. Понятие патриотизма и пути его достижения;
2. Функции и основные задачи современных вооруженных сил России, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности страны;
3. Вооруженные силы Российской Федерации – государственная военная организация, составляющая основу обороны страны. Руководство и управление Вооруженными силами;
4. Тактико-технические характеристики АК-74, гранат РГД-5, Ф-1, РГО, РГН;
5. Меры безопасности при обращении с оружием;
6. Основы тактической подготовки: основные виды общебойкового боя и условия, обеспечивающие успешное выполнение боевых задач, организацию и боевые возможности мотострелкового отделения;
7. Изучение топографических и специальных карт, ориентировка на местности;
8. Оказание первой помощи при признаках и последствиях шока, при обмороке и потере сознания;
9. Изучение приборов радиационной разведки и дозиметрического контроля; виды ионизирующего излучения; методы обнаружения излучений;
10. Технические характеристики и устройство пневматической винтовки и уметь обслуживать пневматическую винтовку;
11. Управление отделением в роли командира отделения;
12. Способы борьбы с танками и бронированными машинами, со средствами воздушного нападения.
13. Элементы теории выстрела;

Специальная физическая подготовка

1. Марш-бросок 3 км по пересеченной местности
2. Преодоление полосы препятствий
3. Транспортировка «раненых» на «мягких» носилках.
4. Метание гранат на дальность и в цель
5. Рукопашный бой
6. Ориентирование на местности

Подведение итогов

1. Тестирование по теоретическим вопросам
2. Сдача нормативов по неполной разборке и сборке автомата
3. Сдача нормативов по стрельбе
4. Сдача норматива по преодолению полосы препятствий

5. Сдача нормативов по медицинским знаниям

3.1. Условия для реализации программы

Систематическое проведение практических и теоретических занятий; обязательное выполнение учебного плана, переводных контрольных нормативов; регулярное участие в соревнованиях и организации проведения контрольных игр; просмотр учебных фильмов, видеозаписей, создание условий для проведения регулярных круглогодичных занятий;

Обязательным условием успешной работы по программе является регулярное участие в соревнованиях.

4. Планируемые результаты освоения учащимися содержания программы

Преподаватель должен регулярно следить за успеваемостью своих обучающихся, поддерживать контакт с родителями, преподавателями - предметниками и классными руководителями.

Ожидаемые результаты обучения:

Буду знать	Буду уметь
<ul style="list-style-type: none">-современные средства вооружения в ВС РФ-знать ТТХ автомата АК-74-знать ТТХ гранат Ф-1, РГД-5, РГО, РГН-правила безопасности при обращении с оружием- назначение и организационную структуру ВС РФ, виды ВС РФ и рода войск (силы и средства флота);- сущность и значение военной присяги, государственного флага и боевого знамени воинской части;- дни воинской славы России, значение государственных наград; роль офицеров и младшего командного состава ВС РФ;- порядок поступления в высшие военно-учебные заведения; сущность и особенности воинского коллектива; основные качества защитника Родины.- общие обязанности военнослужащих, обязанности солдата и обязанности лиц суточного наряда;-воинские звания и знаки различия; порядок выполнения приказов и обращения к начальникам и старшим, воинского приветствия и правила воинской вежливости и поведения;- порядок размещения военнослужащих, содержания помещений, хранения имущества и порядок действий по распорядку дня; виды ответственности военнослужащих, виды поощрений и дисциплинарных взысканий.- назначение и задачи караульной службы, обязанности караульного и	<ul style="list-style-type: none">-разбираться в современных видах вооружения современной армии-производить неполную сборку и разборку автомата АК-74-стрелять из стрелкового оружия из различных положений-выполнять основные физические упражнения (бег, прыжки, подтягивание)- практически выполнять действия по распорядку дня и обязанности дневального по роте;- практически выполнять обязанности караульного и часового.- оборудовать одиночные окопы; устанавливать и обезвреживать противотанковые, противопехотные и сигнальные мины;- преодолевать минно-взрывные заграждения с использованием миноискателей, щупов и подручных предметов;- преодолевать невзрывные противопехотные заграждения.- определять стороны горизонта по компасу, небесным светилам и признакам местных предметов;- определять азимуты на местные предметы и направления по заданным азимутам;- осуществлять движение по заданным азимутам;- работать с картой на местности (определять расстояния, направления, свое местоположение и положения обнаруженных целей).- применять штатные средства оказания первой медицинской помощи; останавливать

часового; порядок несения караульной службы;

- общее устройство и принцип действия мин, правила их установки и обезвреживания, меры безопасности при установке и обезвреживании мин;
- порядок определения сторон горизонта и доклада о своем местонахождении от местных предметов;
- порядок и правила оказания первой медицинской помощи; правила личной гигиены и коллективной гигиены и предупреждения инфекционных заболеваний; правила применения штатных средств медицинского обеспечения;
- порядок и правила оказания первой медицинской помощи при поражениях оружием массового поражения; порядок и правила транспортировки раненых.
- основные поражающие факторы ядерного, химического и биологического оружия и способы защиты от него; способы защиты от зажигательного оружия; назначение, устройство и правила пользования средствами индивидуальной и коллективной защиты;
- сигналы оповещения, приемы и способы действия на зараженной местности, правила входа в убежище и выхода из него; правила специальной и санитарной обработки;
- элементы строя и обязанности солдата перед построением и в строю, порядок выполнения строевых приемов.

меры безопасности при обращении с оружием и боеприпасами, при проведении стрельб из пневматического и боевого оружия; правила поведения в тире, на стрельбище и полигоне;

- назначение и боевые свойства автомата и ручного пулемета Калашникова;
- назначение и устройство частей и механизмов автомата, принцип работы автоматики; положение частей и механизмов до заряжания и работа их при заряжании и выстреле; боеприпасы к стрелковому оружию; порядок эксплуатации, хранения и ухода за автоматом; порядок осмотра и

артериальные кровотечения при помощи жгута и других подручных средств; накладывать повязки при различных видах ранений; производить иммобилизацию при переломах; выполнять реанимационные мероприятия;

- осуществлять эвакуацию раненого из-под огня противника, транспортировать раненого на значительные расстояния с учетом характера ранения.
- осуществлять подбор лицевой части противогаза, осуществлять проверку его исправности; правильно надевать, снимать, укладывать и переносить средства индивидуальной защиты (противогаз и общевойсковой защитный костюм ОЗК);
- действовать по сигналам оповещения и преодолевать зоны заражения, используя средства индивидуальной защиты; проводить специальную и санитарную обработки;
- выполнять одиночные строевые приемы без оружия и с оружием, слаженно действовать в составе подразделения.
- быстро и правильно изготавливаться к стрельбе из различных положений, заряжать оружие, осуществлять производство стрельбы (устанавливать прицел и переводчик, осуществлять прикладку, прицеливание, спуск курка и удержание оружия), разряжать и осматривать оружие после стрельбы, устранять задержки, возникающие при стрельбе;
- снаряжать магазин патронами, осуществлять подготовку ручных и реактивных гранат к боевому применению;
- осуществлять неполную разборку и сборку автомата Калашникова, производить его чистку и смазку; производить осмотр автомата;
- выполнять упражнения учебных стрельб из пневматического, малокалиберного и боевого стрелкового оружия;
- точно метать ручные гранаты из различных положений.
- передвигаться на поле боя различными способами (в рост, пригнувшись, перебежками и переползанием);
- осуществлять передвижения в составе отделения (боевой группы) с применением различных способов передвижения;

<p>подготовки автомата и патронов к стрельбе; способы устранения задержек при стрельбе;</p> <p>- назначение и боевые свойства ручных наступательных, оборонительных и противотанковых гранат, реактивных противотанковых и штурмовых гранат; меры безопасности при обращении с ручными и реактивными гранатами, порядок подготовки гранат к применению и устройство и работу частей и механизмов гранаты;</p> <p>- основы боевого применения и боевые возможности; назначение и боевые свойства стрелкового оружия, вооружение и боевую технику мотострелкового полка; боевую характеристику танков и бронемашин вероятного противника, их уязвимые места, приемы и средства борьбы с танками и бронемашинами противника; приемы ведения боя в обороне и наступлении;</p>	<p>- правильно укладывать рюкзак, осуществлять крепление и подгонку оружия, снаряжения и обмундирования для совершения пешего марша;</p> <p>- применять противотанковые гранаты для уничтожения танков и бронемашин противника.</p>
---	---

Метапредметные результаты освоения дополнительной общеразвивающей программы:

1. Умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
2. Умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
3. Умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
4. Умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения;
5. Владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
6. Умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с тренером-преподавателем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение;
7. Умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей, планирования и регуляции своей деятельности; владение устной речью.

Личностные результаты освоения дополнительной общеразвивающей программы:

1. Удовлетворенность своей деятельностью в объединении дополнительного образования, самореализация;

2. Повышение творческой активности, проявление инициативы и любознательности;
3. Формирование ценностных ориентаций;
4. Формирование мотивов к конструктивному взаимодействию и сотрудничеству со сверстниками и педагогами;
5. Навыки в изложении своих мыслей, взглядов;
6. Навыки конструктивного взаимодействия в конфликтных ситуациях, толерантное отношение;
7. Развитие жизненных, социальных компетенций, таких как: автономность (способность делать выбор и контролировать личную и общественную жизнь); ответственность (способность принимать ответственность за свои действия и их последствия); мировоззрение (следование социально значимым ценностям); социальный интерес (способность интересоваться другими и принимать участие в их жизни; готовность к сотрудничеству и помощи даже при неблагоприятных и затруднительных обстоятельствах; склонность человека давать другим больше, чем требовать); патриотизм и гражданская позиция (проявление гражданско-патриотических чувств); культура целеполагания (умение ставить цели и их достигать, не ущемляя прав и свобод окружающих людей); умение «презентовать» себя.

Формы аттестации

В течение учебного процесса производится поэтапная диагностика успешности усвоения программного материала:

I этап (стартовый) – проверка знаний и умений обучающихся на начальном этапе освоения программы (тестирование с последующим анализом результатов). Позволяет выявить уровень подготовленности и возможности, обучающихся для занятия данным видом деятельности. Проводится на первых занятиях программы.

II этап (текущий) – проводится после прохождения каждой темы, чтобы выявить пробелы в усвоении материала и развитии обучающихся.

III этап (итоговый) – проводится в конце срока обучения по программе и позволяет оценить уровень результативности усвоения программы.

Для реализации программы используются различные виды тестирования физической подготовленности и физического развития, тестирование специальной физической подготовленности.

Виды контроля:

- тестирование;
- учебные игры;
- выполнение нормативов;
- решение практических заданий;
- участие в соревнованиях, контрольных играх и смотрах разного уровня;
- зачет.

6. Диагностические средства

По окончании цикла подготовки, обучающиеся должны выполнить нормативные требования физической подготовленности, а также принять участие в соревнованиях.

7. Учебно-методическое обеспечение программы

Содержание и методика военно-прикладной и физической подготовки включает как организаторские и методические факторы, так и специально предназначенные упражнения. При планировании занятий необходимо учитывать, что программа составлена из отдельных самостоятельных разделов, отличных друг от друга по характеру и объему, и направленных на воспитание духовных и физических качеств, таких как быстрота, сила, гибкость, выносливость, что требует учета индивидуальных особенностей занимающихся. Планы занятий необходимо составлять после предварительного изучения обучающихся (беседы с обучающимися, медицинский контроль, результаты сдачи контрольных нормативов).

Педагог дополнительного образования должен систематически оценивать реакцию

обучающихся на предлагаемую нагрузку, следить за самочувствием, вовремя замечать признаки утомления и предупреждать перенапряжение, а также обязан, формировать у них необходимые умения и навыки в отношении гигиены, режима дня, питания, планирования досуга, техники безопасности и самоконтроля за состоянием здоровья, в выборе одежды и обуви и т.п.

При подборе средств и методов практических занятий педагог дополнительного образования должен иметь ввиду, что каждое занятие должно быть интересным и увлекательным, поэтому следует использовать для этой цели комплексные занятия, в содержание которых включаются упражнения из разных видов спорта (спортивные игры, гимнастика, подвижные игры, силовая подготовка и т.д.). Упражнения подбираются в соответствии с учебными, воспитательными и оздоровительными целями занятия.

Каждое практическое занятие должно состоять из трех частей: подготовительная – упражнения на внимание, упражнения на осанку, ходьба, бег. Основная – упражнения из разделов Спортивно-оздоровительная подготовка и Специальная физическая подготовка. Заключительная – ходьба, бег в медленном темпе, спокойные игры, упражнения на дыхание.

Рекомендации по организации образовательного процесса. На время командировок и болезни *тренера-преподавателя* предусматривается самостоятельная работа. На самостоятельное обучение предпочтительнее выносить такие предметные области, как теория и методика физической культуры и спорта, физическая подготовка. Тренер-преподаватель осуществляет контроль за самостоятельной работой обучающихся на основании ведения дневника самоконтроля, аудио- и видеоматериалов и другими способами (выполнение индивидуального задания, посещение спортивных мероприятий и другие формы).

Расписание занятий должно составляться с учетом создания благоприятных условий и режима тренировок, отдыха занимающихся графика обучения их в общеобразовательных и других учреждениях, характера и графика трудовой деятельности.

Контроль является одной из функций управления тренировочным процессом. Объективная информация о состоянии обучающихся в ходе тренировочной и соревновательной деятельности позволяет тренеру анализировать получаемые данные и вносить соответствующие корректировки в процесс подготовки. Выделяют следующие виды контроля:

- предварительный
- текущий
- итоговый

В ходе реализации программы применяются рефлексивно-аналитические средства оценивания и самооценки, достижений обучающихся: портфолио, карты личностного роста.

Требования техники безопасности. В ходе реализации Программы необходимо руководствоваться инструкциями по охране труда при проведении тренировочных занятий.

8. Материально-техническое оснащение

Реализация программы обеспечена наличием:

Наименование	Количество
1. Носилки продольно-поперечно складные НППС-01	2
2. Костюм полевой БлокПОСТ 2014 (куртка+брюки), (камуфляж цифра-тетрис, рип-стоп) летний	15
3. Костюм зимний Ангара цвет Эфа/Хаки ткань Alova зимний	15
4. Ботинки Элитспецобувь М-А65 (черные, натуральная кожа) демисезон	15
5. Минитир Stalker "IPSC" самосброс, для пневматического оружия 4,5мм, 5 медальонов толщина 3м	3
6. Пули пневматические Stalker GAMO ROUND сферические калибра 4,5 мм, 0,53 г 500шт в банке	10
7. Фуражка утепленная меховая	15
8. Кепи летняя БлокПОСТ Модель №1 (камуфляж лягушка, рип-стоп)	15

Учебный кабинета «Основы безопасности жизнедеятельности»:

1. Оборудование учебного кабинета;
2. Посадочные места по количеству обучающихся;
3. Рабочее место педагога;
4. Комплект учебников;
5. Шина короткая металлическая;
6. Шина длинная деревянная;
7. Кровоостанавливающий жгут;
8. Макет автомата Калашникова;
9. Муляжи АКМ;
10. Мина М-72;
11. Мина ПМН;
12. Пневматическое оружие винтовка;
13. Пневматическое оружие пистолет;
14. Учебные гранаты муляжи «Ф-1»;
15. Граната спортивная 500гр.;
16. Тренажер типа «Максим», для отработки навыков оказания сердечно-легочной реанимации с индикацией правильности выполнения действий на пульте контроля управления;
17. Образцы средств первой медицинской помощи.
18. Технические средства обучения: компьютер со свободным доступом в интернет, мультимедиа проектор, телевизор.
19. Спортивного зала со спортивным инвентарем
20. Стрелкового тира
21. Оборудованной спортивной площадки

Список литературы и интернет-ресурсов

1. Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для учреждений сред. проф. образования. – М., 2017.
2. Арутюнян Т.Г., Савчук А.Н. Образовательная программа по физическому воспитанию «Школьник-призывник», М.: Чистые пруды, 2006, Библиотечка «Первого сентября», серия «Спорт в школе», выпуск 1(7).
3. Буянов В.М., Нестеренко Ю.А. Первая медицинская помощь: Учебник. – М.: Медицина, 2000.
4. Выршиков А.Н. Патриотическое воспитание: методологический аспект [Текст] / А.Н.Выршиков. – Волгоград, 2001. – 200 с.
5. Глыжко Л.И. Военно-патриотическое воспитание молодежи (опыт работы центра доп. образования [Текст]/ Л.И. Глыжко, С.А. Пищулин// Внешкольник. – 2002. – С.11-12.
6. Государственная символика России. История и современность: Наглядное пособие / И.В. Можейко, Н.А. Сивова, И.А. Соболева. – М.: ЦНСО, 2003.
7. Гоголев М.И. «Основы медицинских знаний учащихся». М.: Просвещение, 2004.
8. Зеленин, А.А. и др. Методическое пособие по организации и проведению военно-спортивных игр, конкурсов и соревнований [Текст]/ А.А. Зеленин, С.И. Мешкова, А.В. Мешков. – Кемерово: Кузбассвузиздат, 2004. – 163 с.
9. Манжелей И.В. Инновации в физическом воспитании: учеб. пособие. – Тюмень, 2010.
10. Миронова Т.И. Реабилитация социально-психологического здоровья детско-молодежных групп. – Кострома, 2014.
11. Федоровская, Г. О критериях оценок при проведении соревнований военно-патриотической направленности [Текст]/ Г. Федоровская // Воспитание школьников. – 2002. – №10. – С.25-29.

Календарный учебный график

№ п/п	Наименование разделов, тем	Общее количество учебных часов	Количество часов		Формы Контроля / аттестации
			Теория	Практика	
	Вводное занятие	2	2		
1	Строевая подготовка	20	4	16	Знание статей Строевого устава. Умение практически выполнять строевые приёмы одиночной строевой подготовки, в составе отделения, взвода.
1.1	Строевой Устав ВС РФ. Общие положения. Строй отделения и взвода, роты, батальона, полка	4	4		
1.2	Практическое занятие по выполнению строевых приёмов одиночной строевой подготовки.	4		4	
1.3	Практическое занятие по выполнению строевых приёмов одиночной строевой подготовки.	4		4	
1.4	Практическое занятие по выполнению строевых приёмов в составе отделения.	4		4	
1.5	Практическое занятие по выполнению строевых приёмов в составе взвода.	4		4	
2	Огневая подготовка	72	12	60	Знание общих понятий о стрелковом оружии. Практические навыки обращения с автоматом АК
2.1	Общие понятия о стрелковом оружии и боеприпасах	2	2		
2.2	Автомат АК-74, история создания, принятия на вооружение.	2	2		
2.3	Основные ТТХ автомата АК-74, его преимущества и возможные недостатки	2	2		
2.4	Техника безопасности при обращении с оружием и боеприпасами	2	2		
2.5	Неполная разборка и сборка автомата АК-74	30		30	
2.6	Практическое выполнение приёмов и правил стрельбы из автомата АК	6		6	
	Промежуточная аттестация	2		2	Практические навыки по пройденным

					темам
2.7	Рукопашный бой с применением автомата АК	8		8	Практические навыки применения автомата АК в рукопашном бою
2.8	Пневматическое оружие. Правила стрельбы из пневматической винтовки.	2	2		
2.9	Техника безопасности при стрельбе из пневматической винтовки	2	2		Теоретические знания о пневматическом оружии и навыки практической стрельбы из пневматической винтовки
2.10	Практические стрельбы из пневматической винтовки (упражнение № 2, сидя, дистанция 5 метров)	16		16	
3	Уставы ВС РФ»	12	8	4	Знание статей Общевоинских уставов и умение применять их на практике
3.1	Уставы ВС РФ. Общие положения.	2	2		
3.2	Права и обязанности военнослужащего	2	2		
3.3	Внутренний наряд по роте. Обязанности	4	4		
3.4	Практическое выполнение обязанностей дежурного и дневального по роте	4		4	
4	Защита от оружия массового поражения (далее – ЗОМП)	34	8	26	Общие понятия об ОМП и способах защиты от него. Практическое выполнение армейских нормативов по применению противогаза и общевойскового защитного комплекта
4.1	Оружие массового поражения (ОМП). Боевые свойства и последствия применения.	2	2		
4.2	Коллективные и индивидуальные средства защиты человека и населения в целом от ОМП.	2	2		
4.3	Противогаз и общевойсковой защитный комплект (ОЗК). Назначение, способы применения и нормативы выполнения упражнений.	4	4	4	
4.4	Практическое выполнение армейского норматива № 1 в различных условиях обстановки.	4		4	
4.5	Практическое выполнение армейского норматива № 3-а в различных условиях обстановки.	12		12	

4.6	Практическое выполнение армейского норматива № 7 в различных условиях обстановки.	10		10	
5.	Итоговая аттестация	2		2	Практические навыки по пройденным темам
	ИТОГО:	144	34	110	8