

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство общего и профессионального образования Ростовской области
Отдел образования Администрации Октябрьского района
МБОУ СОШ № 6

РАССМОТРЕНО

Руководитель ШМО

Пятницкая Н.В.

от 28.08.2023 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора

Муженская В.Н.

от 28.08.2023 г.

УВЕРЖДЕНО

Директор

Кацилова И.А.

Приказ № 60

от 28. 08. 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Курса внеурочной деятельности «Юнармия»

для обучающихся 5-9 классов

х. Маркин 2023

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа курса внеурочной деятельности «Юнармия» направлена на формирование у детей патриотизма, ценностного отношения к своей малой и большой Родине, которую нужно оберегать, посредством реализации программы военно-патриотического воспитания детей и молодежи во внеурочной деятельности.

Актуальность Программы заключается в повышении значимости военно-патриотического воспитания обучающихся через интегрированную деятельность по следующим взаимосвязанным направлениям:

- познавательная деятельность;
- туристско-краеведческая деятельность;
- спортивно-оздоровительная деятельность.

Всероссийское детско-юношеское военно-патриотическое общественное движение «ЮНАРМИЯ» образовано по инициативе министерства обороны РФ в 2016 году, в целях улучшения патриотического воспитания. Это сравнительно молодое движение, которое растёт и набирает свои обороты. Во многих образовательных организациях движение «ЮНАРМИЯ» реализуется через реализацию модуля «Детские общественные объединения» Примерной программы воспитания. Поэтому в России, и в частности в Саратовской области, не так много действующих общеразвивающих программ для развития детей и подростков в рамках движения «ЮНАРМИЯ», что явилось основанием и вместе с тем новизной разработки данной Программы, с учетом принципиально-качественных изменений в образовании и развитии детей и подростков. Программа основана на комплексном подходе к подготовке молодого человека «новой формации», умеющего жить в современных условиях: компетентного, мобильного, с высокой культурой общения, готового к принятию справедливых решений, умеющего эффективно взаимодействовать с окружающим миром.

Реализация Программы основывается на тесной межпредметной интеграции с дисциплинами «История», «Основы безопасности жизнедеятельности», «Физическая культура», «География», «Краеведение».

Процесс формирования готовности к защите Отечества у обучающихся строится с учетом имеющихся знаний, жизненного опыта, общих задач обучения и воспитания. Программа способствует освоению учебной информацией лично значимого характера, опираясь на высокую эмоциональность, впечатлительность, восприимчивость, формирования у обучающихся чувства восхищения воинами Вооруженных Сил РФ, формировании желания в будущем встать в их ряды.

При разработке содержания Программы учитывались:

- основные закономерности развития теории военно-патриотического воспитания;
- интегративность – охват многих сфер человеческой деятельности;

- направленность на формирование у обучающихся современного уровня культуры безопасности жизнедеятельности для снижения отрицательного влияния «человеческого фактора» на безопасность личности, общества и государства.

Отбор содержания Программы проведен с учетом системного подхода, в соответствии с которым обучающиеся должны освоить содержание, значимое для формирования гуманистического мировоззрения, познавательной, нравственной культуры, ценностного отношения к своему здоровью и мотивационной установки на ведение здорового образа жизни, любви к своему краю и его истории.

Описание места Программы в учебном плане.

Содержание Программы предполагает ее освоение в течение 5-ти лет обучения на уровне основного общего образования для обучающихся 5 – 9 классов.

Программа для обучающихся 5 – 9 классов рассчитана на 2 часа в неделю.

Цель и задачи Программы.

Цель Программы: формирование активной гражданской позиции, патриотизма у обучающихся посредством вовлечения их в деятельность по приобретению социально значимых знаний о военно-историческом наследии Отечества и престиже военной службы, формированию готовности к выполнению священного долга по защите Родины, следованию идеям здорового образа жизни, воспитанию любви к родному краю.

Задачи Программы:

- воспитать готовность к защите Отечества, к действиям в экстремальных ситуациях;
- расширить и углубить знания об истории, о многонациональной культуре и традициях России и родного края;
- обучить начальным знаниям по основам военной службы;
- систематизировать представления о требованиях, предъявляемых к будущему военнослужащему, о порядке призыва и прохождения военной службы;
- познакомить со структурой Вооружённых сил, назначением видов и родов войск, их вооружением и боевыми возможностями;
- обучить приёмам стрельбы из пневматического оружия, метания гранаты в цель;
- сформировать умения действовать в строю, в бою, на марше, в наступлении и в обороне;
- сформировать способность осмысливать события и явления действительности во взаимосвязи прошлого, настоящего и будущего;
- сформировать потребность в ведении здорового образа жизни, двигательной активности посредством физического воспитания, физической подготовки, физического развития.

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «ЮНАРМИЯ»

Содержание программы 1 года обучения 5-9 классы (2023-2024 учебный год)

1. Исторические и боевые традиции Отечества.

Тема 1.1. ВВПОД «ЮНАРМИЯ». Основные сведения. Цели и задачи движения

Знакомство с Всероссийским детско-юношеским военно-патриотическим общественным движением «ЮНАРМИЯ»: историей создания, уставом, эмблемой, флагом, гимном, клятвой юнармейцев, знаками различия, знаками отличия и иными геральдическими знаками юнармейцев, с формой одежды и её вариантами.

Тема 1.2. Государственная и военная символика

Государственные и воинские символы России — это неотъемлемые атрибуты государства и его армии. Довести Федеральные конституционные законы № 2-ФКЗ «О Государственном гербе Российской Федерации» и № 3-ФКЗ «О Государственном гимне Российской Федерации» от 25 декабря 2000 года.

Тема 1.3. Основные битвы Великой Отечественной войны

Московская битва (1941 - 1942 гг.). Рассмотреть операцию по взятию Москвы под кодовым названием «Тайфун».

Сталинградская битва (1942 - 1943 гг.). Рассмотреть ведение оборонительных боев в городе Сталинград. Рассказать о подвигах воинов при обороне города.

Курская битва (1943 г.). Рассмотреть военную операцию под кодовым названием «Цитадель».

Белорусская операция (1944 г.). Рассказать об одной из крупнейших военных операций в истории.

Берлинская операция (1945 г.).

Тема 1.4. Города-герои

Довести до обучающихся отличие между званиями: «Город воинской славы» (45 городов) и «Город-герой» (13, из них 12 городов и Брестская крепость «крепость-герой»).

Городами-героями являются:

1. Ленинград (Санкт-Петербург)
2. Сталинград (Волгоград)
3. Севастополь
4. Одесса
5. Москва
6. Киев
7. Керчь
8. Новороссийск
9. Минск
10. Тула
11. Мурманск
12. Смоленск

13. Брестской крепости было присвоено уникальное звание «крепость-герой».

Провести тест по знанию городов-героев:

Какие города называют городами-героями?

Какие города стали первыми городами-героями?

Сколько городов-героев было в бывшем Советском Союзе?

Сколько городов-героев находится на территории РФ?

Тема 1.5. Дети-герои Великой Отечественной войны

Рассказать о подвигах детей-героев в годы Великой Отечественной войны.

2. Основы выживания и поведения в автономии.

Тема 2.1. Понятие о спортивной карте

Определение понятия «спортивная карта». Общие требования к спортивной карте.

Тема 2.2. Условные знаки на спортивной карте

Условные знаки на спортивной карте. Требования к изображению компонентов ландшафта на спортивной карте.

Тема 2.3. Ориентирование по горизонту, азимуту. Работа с компасом.

Ориентирование по небесным светилам, по различным особенностям местных предметов. Работа с компасом.

Тема 2.4. Ориентирование по местным предметам

Ориентирование по местным признакам. Важность изучения главных ориентиров (река, дорога, церковь, деревня).

Тема 2.5. Действия в случае потери ориентировки

Действия в случае потери ориентировки, определение горизонта по небесным светилам и местным предметам.

Тема 2.6. Личное и групповое туристское снаряжение. Рюкзаки. Привалы и ночлеги. Питание в туристском походе

Довести до обучаемых комплект личного снаряжения, который зависит от целей, разновидности, продолжительности путешествия, а также климатических условий.

Обязательный минимум, необходимый в походе.

Тема 2.7. Вязание узлов: туристические узлы «академический», «брамикотовый»

Довести до обучаемых случаи необходимости знания порядка вязания различных узлов, законспектировать данные и дать практику в их вязании.

Тема 2.8. Вязание узлов для страховки (незатягивающиеся петли): «простой проводник»

Довести до обучаемых случаи необходимости знания порядка вязания различных узлов, законспектировать данные и дать практику в их вязании.

3. Строевая подготовка.

Тема 3.1. Строевая стойка (выполнение команд «СТАНОВИСЬ», «СМИРНО», «ВОЛЬНО», «ЗАПРАВИТЬСЯ»). Повороты на месте.

Разучить по разделениям и в целом порядок выполнения строевого приема «Строевая стойка» и выполнение команд «СТАНОВИСЬ», «СМИРНО», «ВОЛЬНО», «ЗАПРАВИТЬСЯ»). Разучить по разделениям повороты на месте.

Тема 3.2. Строевой и походный шаг: последовательность обучения движению строевым шагом, тренировка в движении руками, с обозначением шага на месте

Довести до обучающихся порядок выполнения строевых приемов, провести их разучивание по разделениям.

Тема 3.3. Строевой и походный шаг: последовательность обучения движению строевым шагом на четыре счета

Довести до обучающихся порядок выполнения строевых приемов, провести их разучивание по разделениям.

Тема 3.4. Строевой и походный шаг: последовательность обучения движению строевым шагом, тренировка в движении строевым шагом на два счета, в замедленном темпе (50—60 шагов в минуту)

Довести до обучающихся порядок выполнения строевых приемов, провести их разучивание по разделениям.

Тема 3.5. Строевой и походный шаг: последовательность обучения движению строевым шагом, тренировка в движении строевым шагом на два счета, в уставном темпе (110—120 шагов в минуту)

Довести до обучающихся порядок выполнения строевых приемов, провести их разучивание по разделениям.

Тема 3.6. Повороты в движении по разделениям на три счета

Довести до обучающихся порядок выполнения строевых приемов, провести их разучивание по разделениям.

Тема 3.7. Повороты в движении в комплексе

Тренировать обучающихся в выполнении строевых приемов.

Тема 3.8. Выполнение воинского приветствия на месте по разделениям на два счета

Довести до обучающихся порядок выполнения строевых приемов, провести их разучивание по разделениям.

Тема 3.9. Выполнение воинского приветствия на месте в комплексе .

Тренировать обучающихся в выполнении строевых приемов.

Тема 3.10. Выход из строя и возвращение в строй по разделениям .

Довести до обучающихся порядок выполнения строевых приемов, провести их разучивание по разделениям.

Тема 3.11. Подход к начальнику и отход от него.

Тренировать обучающихся в выполнении строевых приемов.

4. Физическая подготовка.

Тема 4.1. Определение уровня физических качеств: сила, скоростная сила, ловкость посредством сдачи тестов физической подготовленности (по одному часу в начале учебного года) .

Прием зачетов для проверки уровня физической подготовки, постановка задач на улучшение результатов:

- отжимание от пола;
- поднимание туловища из положения лежа на спине;
- челночный бег.

Тема 4.2. Определение уровня физических качеств: выносливость, силовая выносливость посредством сдачи тестов физической подготовленности (по одному часу в конце учебного года) .

Прием зачетов для проверки уровня физической подготовки, постановка задач на улучшение результатов:

- отжимание от пола;
- поднимание туловища из положения лежа на спине;
- челночный бег.

5. РХБ защита.

Тема 5.1. Средства индивидуальной защиты органов дыхания .

Довести до обучающихся устройство и предназначение средств защиты органов дыхания (респираторы, противогазы, противопыльные тканевые маски и марлевые повязки), средства защиты кожного покрова (защитные костюмы, резиновые сапоги и др.), средства медицинской защиты (индивидуальная аптечка АИ-2, индивидуальный противохимический пакет, пакет перевязочный индивидуальный).

6. Огневая подготовка.

Тема 6.1. История развития стрелкового оружия .

Довести до обучающихся историю развития стрелкового оружия, более подробно обратить внимание на стрелковом оружии России.

Тема 6.2. Назначение, боевые свойства, общее устройство и принцип работы автомата Калашникова .

Довести до обучающихся назначение, боевые свойства, общее устройство и принцип работы автомата Калашникова.

Тема 6.3. Последовательность неполной разборки и сборки после неполной разборки АК-74 .

Довести до детей последовательность неполной разборки и сборки после неполной разборки автомата. Дать практику обучающимся в неполной разборке и сборки после неполной разборки автомата Калашникова.

Тема 6.4. Порядок снаряжения магазина АК .

Дать практику обучающимся в снаряжении магазина АК.

7. Оказание первой помощи.

Тема 7.1. Основы оказания первой медицинской помощи .

Довести до обучающихся общую последовательность действий на месте происшествия. Оказывать первую помощь необходимо в соответствии с «Универсальным алгоритмом оказания первой помощи».

Содержание программы 2 года обучения 5-9 классы (2024-2025 учебный год)

1. Исторические и боевые традиции Отечества.

Тема 1.1. ВВПОД «ЮНАРМИЯ». Основные сведения. Правила ношения форменной одежды, знаков различия, знаков отличия и иных геральдических знаков участниками ВВПОД «ЮНАРМИЯ» .

Изучение правил ношения форменной одежды, знаков различия, знаков отличия и иных геральдических знаков участниками ВВПОД «ЮНАРМИЯ».

Тема 1.2. История, символы и геральдика .

Рассказать обучающимся об истории создания и значении государственных символов России.

Тема 1.3. Ростовская область в годы Великой Отечественной войны ..

Дать обучающимся информацию об оборонной промышленности в годы Великой Отечественной войны.

2. Основы выживания и поведения в автономии.

Тема 2.1. Понятие о топографической карте .

Понятие топографической карты. Области применения топографических карт:

- военные ведомства;
- для проведения геодезических или геологических работ;
- при строительстве и планировании дорожного полотна;
- сельское хозяйство.

Тема 2.2. Условные знаки на топографической карте .

Условные знаки на топографической карте:

- основные пункты геодезии или геологии;
- особенности рельефа;
- сведения гидрографии;
- границы, дороги;
- коммуникации;
- важные объекты.

Тема 2.3. Ориентирование по горизонту, азимуту .

Основные направления на стороны горизонта: С, В, Ю, З. Дополнительные и вспомогательные направления по сторонам горизонта.

Градусное значение основных и дополнительных направлений по сторонам горизонта. Азимутальное кольцо («Роза направлений»).

Определение азимута.

Тема 2.4. Компас, работа с компасом ..

Компас. Типы компасов. Правила обращения с компасом. Прежде всего, каждый обучающийся должен научиться определять стороны горизонта по компасу, в частности по светящемуся компасу, приспособленному для работы ночью. При тренировке надо добиваться безошибочного определения, как главных направлений сторон горизонта, так и промежуточных и обратных направлений. Умение определять обратные направления очень важно, и при тренировке необходимо уделить ему особое внимание.

Тема 2.5. Ориентирование по местным предметам. Действия в случае потери ориентировки..

Научить обучающихся применять способы определения правильного направления, когда человек заблудился.

Тема 2.6. Личное и групповое туристское снаряжение. Рюкзаки..

Довести до обучающихся содержание и порядок укладки туристического рюкзака, а также порядок сбора после привала.

Тема 2.7. Привалы и ночлеги. Питание в туристском походе. ..

Изучить порядок действий на малом, обеденном и ночном привалах, а также порядок сбора после привала.

Тема 2.8. Вязание узлов: туристические узлы «простой проводник», «восьмерка», «серединный австрийский проводник», «двойной проводник», «удавка», «булинь», «стремя» ..

Довести до обучающихся случаи необходимости знания порядка вязания различных узлов, законспектировать данные и дать практику в их вязании.

Тема 2.9. Вязание узлов: узлы для страховки (незатягивающиеся петли): «восьмерка», «серединный австрийский проводник», «двойной проводник» .

Довести до обучающихся случаи необходимости знания порядка вязания различных узлов, законспектировать данные и дать практику в их вязании.

3. Строевая подготовка.

Тема 3.1. Строевая стойка (выполнение команд «СТАНОВИСЬ», «СМИРНО», «ВОЛЬНО», «ЗАПРАВИТЬСЯ»). Повороты на месте .

Разучить по разделениям и в целом порядок выполнения строевого приема «Строевая стойка» и выполнение команд «СТАНОВИСЬ», «СМИРНО», «ВОЛЬНО», «ЗАПРАВИТЬСЯ»).

Тема 3.2. Строевой и походный шаг: последовательность обучения движению строевым шагом, тренировка в движении руками, с обозначением шага на месте ..

Тренировать обучающихся в выполнении строевых приемов, провести их разучивание по разделениям.

Тема 3.3. Строевой и походный шаг: последовательность обучения движению строевым шагом на четыре счета ..

Тренировать обучающихся в выполнении строевых приемов, провести их разучивание по разделениям.

Тема 3.4. Строевой и походный шаг: последовательность обучения движению строевым шагом, тренировка в движении строевым шагом на два счета, в замедленном темпе (50—60 шагов в минуту) .

Тренировать обучающихся в выполнении строевых приемов, провести их разучивание по разделениям.

Тема 3.5. Строевой и походный шаг: последовательность обучения движению строевым шагом, тренировка в движении строевым шагом на два счета, в уставном темпе (110—120 шагов в минуту) .

Тренировать обучающихся в выполнении строевых приемов, провести их разучивание по разделениям.

Тема 3.6. Повороты в движении по разделениям на три счета ..

Довести до обучающихся порядок выполнения строевых приемов, провести их разучивание по разделениям.

Тема 3.7. Повороты в движении в комплексе ..

Тренировать обучающихся в выполнении строевых приемов.

Тема 3.8. Выполнение воинского приветствия на месте по разделениям на два счета .

Тренировать обучающихся в выполнении строевых приемов, провести их разучивание по разделениям.

Тема 3.9. Выполнение воинского приветствия на месте в комплексе .

Тренировать обучающихся в выполнении строевых приемов.

Тема 3.10. Выход из строя и возвращение в строй по разделениям .

Тренировать обучающихся в выполнении строевых приемов, провести их разучивание по разделениям.

Тема 3.11. Подход к начальнику и отход от него (1ч).

Тренировать обучающихся в выполнении строевых приемов.

Тема 3.12. Строевые приемы в движении в составе отделения: смыкание и размыкание отделения ..

Тренировать обучающихся в выполнении смыкания и размыкания отделения. Провести разучивание по разделениям.

Тема 3.13. Строевые приемы в движении в составе отделения: перестроение отделения из одной шеренги в две и обратно ..

Тренировать обучающихся в выполнении перестроения отделения. Провести разучивание по разделениям.

4. Физическая подготовка.

Тема 4.1. Определение уровня физических качеств: сила, скоростная сила, ловкость посредством сдачи тестов физической подготовленности (по одному часу в начале учебного года) .

Прием зачетов для проверки уровня физической подготовки, постановка задач на улучшение результатов:

- поднимание туловища из положения лежа на спине;
- челночный бег.

Тема 4.2. Определение уровня физических качеств: выносливость, силовая выносливость посредством сдачи тестов физической подготовленности (по одному часу в конце учебного года) .

Прием зачетов для проверки уровня физической подготовки, постановка задач на улучшение результатов:

- отжимания от пола;
- бег на 1500 метров.

5. РХБ защита.

Тема 5.1. Средства индивидуальной защиты .

Обучить обучающихся порядку надевания противогаза ГП-7. Ознакомить с другими видами защитных противогазов.

Тема 5.2. Порядок надевания средств индивидуальной защиты органов дыхания .

Провести тренировку обучающихся по надеванию противогаза ГП-7.

6. Огневая подготовка.

Тема 6.1. История развития стрелкового оружия .

Систематизация изученного обучающимися материала по истории развития стрелкового оружия.

Тема 6.2. Назначение, боевые свойства, общее устройство и принцип работы автомата Калашникова .

Актуализация знаний обучающихся о назначении, боевых свойствах, общем устройстве и принципах работы автомата Калашникова.

Тема 6.3. Последовательность неполной разборки и сборки после неполной разборки АК-74 .

Тренировать обучающихся в выполнении неполной разборки и сборки после неполной разборки автомата Калашникова.

Тема 6.4. Порядок снаряжения магазина АК .

Тренировать обучающихся в снаряжении магазина автомата Калашникова.

7. Оказание первой помощи.

Тема 7.1. Основы оказания первой медицинской помощи ..

Довести до обучающихся предназначение и порядок проведения искусственной вентиляции лёгких (ИВЛ). Обучить обучающихся проведению ИВЛ.

Содержание программы 3 года обучения 5-9 классы (2025-2026 учебный год)

I. Исторические и боевые традиции Отечества.

Тема 1.1. Символы воинской чести .

Что входит в понятие «Государственные и воинские символы России».

Изучение Государственного гимна России. Характеристика боевых знамен как символ воинской чести. Какова роль воинских званий и наград как символов воинской чести.

Тема 1.2. Ростовская область в годы Великой Отечественной войны .

Дать обучающимся информацию о событиях данного исторического периода

Основы выживания и поведения в автономии.

Тема 2.1. Понятие о топографической и спортивной карте. Условные знаки .

Условные знаки топографических карт:

- размеры и цвет условных знаков;
- населенные пункты;
- промышленные, сельскохозяйственные и социально-культурные объекты;
- шоссейные и грунтовые дороги, тропы;
- гидрография.

Тема 2.2. Ориентирование по горизонту, азимуту. Работа с компасом. Ориентирование в населенном пункте .

Необходимо научить обучающихся ориентированию в населенном пункте с помощью:

- мобильных приложений;
- схем нумерации домов;
- сторон горизонта и постройки;
- ориентирования по религиозным постройкам.

Тема 2.3. Ориентирование по местным предметам. Действия в случае потери ориентировки.

Обучить детей порядку действий при передаче информации спасателям используя специальные знаки международной кодовой таблицы символов, сигналы костром, сигналы зеркалом.

Тема 2.4. Личная гигиена туриста, профилактика различных заболеваний .

Довести до обучающихся и разобрать:

- как мыться в походе;
- как стирать одежду;
- как организовать туалет в походе;
- что положить в походный рюкзак.

Тема 2.5. Личное и групповое туристское снаряжение. Рюкзаки. Привалы и ночлеги. Питание в туристском походе.

Разобрать с обучающимися следующие положения:

- подготовка к походу;
- составление раскладки в поход;
- заготовка продуктов впрок;
- питание в походе.

Тема 2.6. Вязание узлов.

Довести до обучающихся случаи необходимости знания порядка вязания различных узлов, законспектировать данные. Дать практику в вязании туристических узлов «простой проводник», «восьмерка», «серединный австрийский проводник», «двойной проводник», «удавка», «булинь», «стремя».

2. Строевая подготовка.

Тема 3.1. Строевая стойка (выполнение команд «СТАНОВИСЬ», «СМИРНО», «ВОЛЬНО», «ЗАПРАВИТЬСЯ»). Повороты на месте .

Разучить по разделениям и в целом порядок выполнения строевого приема «Строевая стойка» и выполнение команд «СТАНОВИСЬ», «СМИРНО», «ВОЛЬНО», «ЗАПРАВИТЬСЯ»).

Тема 3.2. Строевой и походный шаг: последовательность обучения движению строевым шагом, тренировка в движении руками, с обозначением шага на месте .

Тренировать обучающихся в выполнении строевых приемов, провести их разучивание по разделениям.

Тема 3.3. Строевой и походный шаг: последовательность обучения движению строевым шагом на четыре счета ..

Тренировать обучающихся в выполнении строевых приемов, провести их разучивание по разделениям.

Тема 3.4. Повороты в движении .

Тренировать обучающихся в выполнении поворотов в движении в комплексе.

Тема 3.5. Выполнение воинского приветствия без оружия на месте и в движении .

Тренировать обучающихся в выполнении воинского приветствия на месте в комплексе.

Тема 3.6. Выход из строя и возвращение в строй по разделениям .

Тренировать обучающихся в выполнении строевых приемов, провести их разучивание по разделениям.

Тема 3.7. Выход из строя и возвращение в строй в комплексе .

Тренировать обучающихся в выполнении строевых приемов.

Тема 3.8. Строевые приемы в движении в составе отделения: смыкание и размыкание отделения .

Тренировать обучающихся в выполнении смыкания и размыкания отделения. Провести разучивание по разделениям.

Тема 3.9. Строевые приемы в движении в составе отделения: перестроение отделения из одной шеренги в две и обратно .

Тренировать обучающихся в выполнении перестроения отделения. Провести разучивание по разделениям.

Тема 3.10. Действия в составе отделения на месте .

Довести до обучающихся порядок действий в составе отделения под барабан, оркестр. Провести разучивание по разделениям и тренировать обучающихся в выполнении строевых приемов.

Тема 3.11. Действия в составе отделения в движении .

Довести до обучающихся порядок движения в составе отделения под барабан, оркестр. Провести разучивание по разделениям и тренировать обучающихся в выполнении строевых приемов.

3. Физическая подготовка.

Тема 4.1. Определение уровня физических качеств: сила, скоростная сила, ловкость посредством сдачи тестов физической подготовленности (по одному часу в начале учебного года) .

Прием зачетов для проверки уровня физической подготовки, постановка задач на улучшение результатов:

- поднимание туловища из положения лежа на спине;
- бег на 60 метров.

Тема 4.2. Определение уровня физических качеств: выносливость, силовая выносливость посредством сдачи тестов физической подготовленности (по одному часу в конце учебного года) .

Прием зачетов для проверки уровня физической подготовки, постановка задач на улучшение результатов:

- подтягивание из виса на высокой перекладине;
- бег на 2000 метров.

4. РХБ защита.

Тема 5.1. Средства индивидуальной защиты .

Изучить с обучающимися назначение, комплектацию и порядок надевания общевойскового защитного комбинезона.

Тема 5.2. Порядок надевания общевойскового защитного комбинезона .

Провести тренировку обучающихся по надеванию общевойскового защитного комбинезона.

Тема 5.3. Приборы радиационной, химической разведки .

Изучить с обучающимися назначение, классификация и общее устройство приборов радиационной и химической разведки: индикаторы радиоактивности ДП-63, ДП-63Н, рентгенометры ДП-2 и ДП-3, рентгенометры-радиометры ДП-5 и ДП-5-А.

5. Огневая подготовка.

Тема 6.1. Материальная часть автомата Калашникова. Назначение, боевые свойства, общее устройство и принцип работы автомата .

Систематизация изученного материала, напомнить обучающимся назначение, боевые свойства, общее устройство и принцип работы автомата Калашникова.

Тема 6.2. Последовательность неполной разборки и сборки АК-74. Порядок снаряжения магазина АК .

Тренировать обучающихся в выполнении неполной разборки и сборки после неполной разборки автомата Калашникова и порядок снаряжения магазина АК.

Тема 6.3. Правила прицеливания и стрельбы из пневматической винтовки .

Довести до обучающихся требования безопасности и затем последовательно изучить устройство, правила изготовления и прицеливания из пневматической винтовки. На занятиях необходимо проконтролировать прицеливания каждым учеником.

Тема 6.4. Порядок выполнения упражнения по стрельбе. Изготовка для стрельбы - требования и принципы. Разучивание изготовки для стрельбы (лежа, сидя и стоя) .

Изготовка для стрельбы - требования и принципы. Разучивание изготовки для стрельбы (лежа, сидя и стоя).

Тема 6.5. Техника прицеливания. Нажим на спусковой крючок. Дыхание при стрельбе. Разучивание выстрела..

Техника прицеливания, нажим на спусковой крючок. Нужно разместить концентрически мишень, кольцо и диоптр, и попасть в самый центр мишени.

Стрелка нужно научить, правильному прицеливанию. Ему нужно показать на рисунке, как элементы прицела расположены в соответствии с черным кругом. Затем ему должна быть предоставлена винтовка на опоре для самостоятельного прицеливания, с тем, чтобы он повторил то изображение, которое он видел. Когда он усвоит, как расположены элементы прицела относительно мишени, он может практиковать прицеливание, находясь в положении для стрельбы.

Тема 6.6. Стрельба из пневматической винтовки или электронного оружия: упражнение на дистанции 5 метров 8 выстрелами по круглой мишени .

Перед началом занятия довести требование безопасности. Занятие необходимо проводить с помощником руководителя на учебном месте. Количество стреляющих зависит от возможностей стрелкового тира. Упражнение на дистанции 5 метров 8 выстрелами по круглой мишени.

Тема 6.7. Стрельба из пневматической винтовки или электронного оружия: упражнение на дистанции 8 метров 8 выстрелами по круглой мишени .

Перед началом занятия довести требование безопасности. Занятие необходимо проводить с помощником руководителя на учебном месте. Количество стреляющих зависит от возможностей стрелкового тира. Упражнение на дистанции 8 метров 8 выстрелами по круглой мишени.

Тема 6.8. Стрельба из пневматической винтовки или электронного оружия: упражнение на дистанции 10 метров 8 выстрелами по круглой мишени .

Перед началом занятия довести требование безопасности. Занятие необходимо проводить с помощником руководителя на учебном месте. Количество стреляющих зависит от возможностей стрелкового тира. Упражнение на дистанции 10 метров 8 выстрелами по круглой мишени.

6. Оказание первой помощи.

Тема 7.1. Основы оказания первой медицинской помощи .

Обучить обучающихся делать непрямой массаж сердца.

Тема 7.2. Правила медицинской помощи при переломах .

Довести до обучающихся общую классификацию переломов. Проводится на основании степени разрыва (повреждения) кости. Прежде всего, различают полные и неполные переломы, а

также открытые и закрытые, со смещением костных обломков и без него. Довести общие признаки, на основании которых у человека предварительно диагностируют перелом:

- рука, нога, позвоночник или таз деформированы;
- сильная боль в повреждённом месте;
- положение конечности выглядит неестественным;
- наблюдаются кровоизлияния и отёки.

Содержание программы 4 года обучения 5-9 классы (2026-2027 учебный год)

1. Исторические и боевые традиции Отечества.

Тема 1.1. Наши земляки в локальных войнах: в Афганистане, на Северном Кавказе, в странах Африки, Центральной и Средней Азии, Приднестровье, Азербайджане .

Саратовцы принимали участие в более 20 локальных войнах и миротворческих акциях: в Афганистане, на Северном Кавказе, в странах Африки, Центральной и Средней Азии, Приднестровье, Азербайджане.

Тема 1.2. Наши земляки в локальных войнах: в Абхазии, Южной Осетии, Венгрии, Югославии, на Кубе и в Сирии .

Саратовцы принимали участие в более 20 локальных войнах и миротворческих акциях: в Абхазии, Южной Осетии, Венгрии, Югославии, на Кубе и в Сирии.

2. Основы выживания и поведения в автономии.

Тема 2.1. Ориентирование по горизонту, азимуту. Работа с компасом

Научить обучающихся порядку ориентирования в лесу. .

Наиболее простые и распространенные методы ориентирования:

- по деревьям;
- по мхам и лишайникам;
- по муравейникам;
- по крестам храмов (церквей);
- по просекам;
- по солнцу;
- по звездам;
- по луне.

Тема 2.2. Измерение расстояний. Способы ориентирования. .

Изучить различные способы определения расстояний на местности: по карте, аэрофотоснимку, с помощью дальномера и т.д.

Изучить более простые способы измерения, такие как: определение расстояний на глаз, по угловым и линейным размерам предметов, промером шагами, по времени движения, по соотношению скоростей света и звука, на слух.

Тема 2.3. Вязание узлов. .

Довести до обучаемых случаи необходимости знания порядка вязания различных узлов, законспектировать данные. Дать практику в вязании узлов для страховки (незатягивающиеся петли): «восьмерка», «серединный австрийский проводник», «двойной проводник».

3. Строевая подготовка.

Тема 3.1. Строевой и походный шаг: последовательность обучения движению строевым шагом, тренировка в движении руками, тренировка с обозначением шага на месте, тренировка в движении строевым шагом на четыре счета.

Довести до обучающихся порядок выполнения строевых приемов, провести их разучивание по разделениям.

Тема 3.2. Строевой и походный шаг: последовательность обучения движению строевым шагом, тренировка в движении строевым шагом на два счета, тренировка в движении строевым шагом в замедленном темпе (50—60 шагов в минуту), тренировка в движении строевым шагом в уставном темпе (110—120 шагов в минуту).

Довести до обучающихся порядок выполнения строевых приемов, провести их разучивание по разделениям.

Тема 3.3. Повороты в движении.

Тренировать обучающихся в выполнении поворотов в движении в комплексе.

Тема 3.4. Выполнение воинского приветствия без оружия на месте и в движении.

Тренировать обучающихся в выполнении воинского приветствия на месте в комплексе.

Тема 3.5. Выход из строя и возвращение в строй по разделениям .

Тренировать обучающихся в выполнении строевых приемов, провести их разучивание по разделениям.

Тема 3.6. Выход из строя и возвращение в строй в комплексе .

Тренировать обучающихся в выполнении строевых приемов.

Тема 3.7. Строевые приемы в движении в составе отделения: смыкание и размыкание отделения .

Тренировать обучающихся в выполнении смыкания и размыкания отделения. Провести разучивание по разделениям.

Тема 3.8. Строевые приемы в движении в составе отделения: перестроение отделения из одной шеренги в две и обратно .

Тренировать обучающихся в выполнении перестроения отделения. Провести разучивание по разделениям.

Тема 3.9. Действия в составе отделения на месте .

Довести до обучающихся порядок действий в составе отделения под барабан, оркестр. Провести разучивание по разделениям и тренировать обучающихся в выполнении строевых приемов.

Тема 3.10. Действия в составе отделения в движении .

Довести до обучающихся порядок движения в составе отделения под барабан, оркестр. Провести разучивание по разделениям и тренировать обучающихся в выполнении строевых приемов.

4. Физическая подготовка.

Тема 4.1. Определение уровня физических качеств: сила, скоростная сила, ловкость посредством сдачи тестов физической подготовленности (по одному часу в начале учебного года) .

Прием зачетов для проверки уровня физической подготовки, постановка задач на улучшение результатов:

- поднимание туловища из положения лежа на спине;
- бег на 100 метров;
- бросание мяча.

Тема 4.2. Определение уровня физических качеств: выносливость, силовая выносливость посредством сдачи тестов физической подготовленности (по одному часу в конце учебного года) .

Прием зачетов для проверки уровня физической подготовки, постановка задач на улучшение результатов:

- подтягивание из виса на высокой перекладине;
- бег на 2000 метров.

Тема 4.3. Изучение техники движений со снарядами и на тренажерах, оценка величины отягощения .

Изучить с учениками технику выполнения упражнений на развитие силовых качеств с различным оборудованием. Приспособления с отягощениями или для отягощений – рюкзаки, ремни, лямки, пояса, цепи и др.; уличные тренажеры – модули воркаута для тренировки разных групп мышц.

Тема 4.4. Круговая тренировка общефизической направленности .

Круговая тренировка. Количество упражнений 5-7, предназначенных для разных групп мышц, с небольшим интервалом отдыха между подходами. Перерыв должен быть между завершённым циклом из 5-7 выполненных упражнений, а не между каждым из видов нагрузок.

Упражнения учитель подбирает исходя из возможностей материальной базы учебного заведения и физического развития обучающихся.

Тема 4.5. Круговая тренировка на развитие силы .

Круговая тренировка. Как правило задействуют 2-3 группы мышц. Количество упражнений 2-3, количество повторений 3-4 предназначенных для одной группы мышц, с небольшим интервалом отдыха между подходами. Упражнения учитель подбирает исходя из возможностей материальной базы учебного заведения и физического развития обучающихся.

Тема 4.6. Круговая тренировка на развитие скоростной выносливости .

Вариант:

1. Прыжки на скамейку с последующим быстрым спрыгиванием.
2. Прыжки «кенгуру».
3. Из положения лежа на животе - руки вверх, прогнуться.

4. Из положения лежа на спине одновременно поднять ноги и туловище.
5. Сидя на скамейке, держась за нее руками, поднимать и опускать прямые ноги, пола не касаться.
6. Из положения стоя бросить набивной мяч (0,5 кг) вверх, присесть, встать и поймать мяч.
7. Отжимания от пола.
8. Из положения руки в стороны, набивной мяч (0,5 кг) в левой руке. Бросить мяч через голову в правую руку и наоборот.
9. Из положения лежа на спине, руки с набивным мячом (0,5-1 кг) вытянуты вперед, быстро поднимать и опускать руки в исходное положение. Упражнения учитель подбирает исходя из возможностей материальной базы учебного заведения и физического развития обучаемых.

Тема 4.7. Круговая тренировка повышенной интенсивности

Экстенсивный интервальный метод

Тренировка протекает с индивидуальной дозировкой в 50–60% от максимального теста (МТ).

1 вариант:

В активном тренировочном темпе за 15 секунд выполнить как можно большее количество повторений упражнения с нагрузкой в 50% МТ. Затем следует пауза в 30 сек., и упражнение повторяется вновь в течение 15 сек. и т.д. Серия может состоять из 3–5 подходов. Для перехода к выполнению следующего упражнения с таким же количеством серий, пауза уже 30–90 сек. в зависимости от интенсивности выполнения упражнения и физической подготовленности занимающегося. Паузы между кругами могут быть от трех до пяти минут.

2 вариант:

Режим нагрузки: 30 секунд работы в каждом упражнении и 30 секунд – пауза. Темп спокойный, из расчета 15–20 повторений. Нагрузку повышают, увеличивая ее объем в заданный временной отрезок. Упражнения учитель подбирает исходя из возможностей материальной базы учебного заведения и физического развития обучаемых.

5. РХБ защита.

Тема 5.1. Средства индивидуальной защиты. .

Тренировать обучающихся в правильности и быстроте надевания ОЗК, а также порядка действий после выхода из района заражения.

Тема 5.2. Средства коллективной защиты. .

Довести до обучающихся назначение, общее устройство средств коллективной защиты, их классификацию. Общие правила использования и требования безопасности при работе со средствами коллективной защиты

Тема 5.3. Приборы радиационной, химической разведки.

Изучить с обучающимися порядок работы с приборами радиационной, химической разведки и дозиметрического контроля.

6. Огневая подготовка.

Тема 6.1. Последовательность неполной разборки и сборки АК-74. Порядок снаряжения магазина АК .

Тренировать детей в выполнении неполной разборки и сборки после неполной разборки автомата Калашникова и порядок снаряжения магазина АК.

Тема 6.2. Порядок выполнения упражнения по стрельбе. Изготовка для стрельбы требования и принципы. Разучивание изготовки, лежа, сидя и стоя.

Напомнить обучаемым правила изготовки к стрельбе различными способами, выполнить норматив № 1 по огневой подготовке.

Тема 6.3. Техника прицеливания. Нажим на спусковой крючок. Дыхание при стрельбе. Разучивание выстрела.

Дыхание при производстве выстрела, обеспечивающие правильный спуск. Характер и степень колебания оружия при производстве выстрела. Зависимость правильного управления спуском от отладки спускового механизма. Спуски на винтовках. Спуски на пистолетах. Дыхание и спуск в стрельбе из винтовки и пистолета.

Тема 6.4. Стрельба из пневматической винтовки или электронного оружия: упражнение на дистанции 5 метров 8 выстрелами по круглой мишени .

Перед началом занятия довести требование безопасности. Занятие необходимо проводить с помощником руководителя на учебном месте. Количество стреляющих зависит от возможностей стрелкового тира. Упражнение на дистанции 5 метров 8 выстрелами по круглой мишени.

Тема 6.5. Стрельба из пневматической винтовки или электронного оружия: упражнение на дистанции 8 метров 8 выстрелами по круглой мишени .

Перед началом занятия довести требование безопасности. Занятие необходимо проводить с помощником руководителя на учебном месте. Количество стреляющих зависит от возможностей стрелкового тира. Упражнение на дистанции 8 метров 8 выстрелами по круглой мишени.

Тема 6.6. Стрельба из пневматической винтовки или электронного оружия: упражнение на дистанции 10 метров 8 выстрелами по круглой мишени .

Перед началом занятия довести требование безопасности. Занятие необходимо проводить с помощником руководителя на учебном месте. Количество стреляющих зависит от возможностей стрелкового тира. Упражнение на дистанции 10 метров 8 выстрелами по круглой мишени.

7. Оказание первой помощи.

Тема 7.1. Основы оказания первой медицинской помощи .

Тренировать обучающихся в выполнении непрямого массажа сердца.

Тема 7.2. Правила медицинской помощи при наружных и внутренних кровотечениях .

Довести до обучающихся способы временной остановки наружного кровотечения: пальцевое прижатие артерии, наложение жгута, максимальное сгибание конечности в суставе, прямое давление на рану, наложение давящей повязки.

Тема 7.3. Правила медицинской помощи при переломах .

Обучить обучающихся порядку изготовления различного рода шин и дать практику в их наложении.

Содержание программы 5 года обучения 5-9 классы (2027-2028 учебный год)

Исторические и боевые традиции Отечества.

Тема 1.1. Вооруженные Силы Российской Федерации .

Назначение, состав и структура Вооруженных Сил РФ. Виды и рода Вооруженных Сил России.

1. Основы выживания и поведения в автономии.

Тема 2.1. Измерение расстояний. Способы ориентирования..

Что такое ориентирование на местности, для чего необходимо уметь ориентироваться на местности. Ориентирование с помощью карты, по компасу, по карте и компасу, ориентация по светилам, по солнцу, по солнцу и часам, по луне, ориентирование по звездам. Ориентирование в лесу, по деревьям, по мхам и лишайникам, по животным, по муравейникам, по искусственным объектам и просеки. Ориентирование в пустыне, по радиосигналам.

Тема 2.2. Вязание узлов..

Довести до обучающихся случаи необходимости знания порядка вязания различных узлов, законспектировать данные. Дать практику в вязании туристических узлов «простой проводник», «восьмерка», «серединный австрийский проводник», «двойной проводник», «удавка», «булинь», «стремя» и узлов для страховки (незатягивающиеся петли) .

2. Строевая подготовка.

Тема 3.1. Строевой и походный шаг: последовательность обучения движению строевым шагом, тренировка в движении руками, тренировка с обозначением шага на месте, тренировка в движении строевым шагом на четыре счета .

Тренировать обучающихся в выполнении строевых приемов в комплексе.

Тема 3.2. Строевой и походный шаг: последовательность обучения движению строевым шагом, тренировка в движении строевым шагом на два счета, тренировка в движении строевым шагом в замедленном темпе (50—60 шагов в минуту), тренировка в движении строевым шагом в уставном темпе (110—120 шагов в минуту) .

Тренировать обучающихся в движении строевым шагом.

Тема 3.3. Повороты в движении.

Тренировать обучающихся в выполнении поворотов в движении в комплексе.

Тема 3.4. Выполнение воинского приветствия без оружия на месте и в движении. (1ч).

Тренировать обучающихся в выполнении воинского приветствия на месте в комплексе.

Тема 3.5. Выход из строя и возвращение в строй по подразделениям .

Тренировать обучающихся в выполнении строевых приемов.

Тема 3.6. Выход из строя и возвращение в строй в комплексе .

Тренировать обучающихся в выполнении строевых приемов.

Тема 3.7. Строевые приемы в движении в составе отделения: смыкание и размыкание отделения .

Тренировать обучающихся в выполнении смыкания и размыкания отделения.

Тема 3.8. Строевые приемы в движении в составе отделения: перестроение отделения из одной шеренги в две и обратно .

Тренировать обучающихся в выполнении перестроения отделения.

Тема 3.9. Подготовка к смотру строя и песни: разучивание текста и мелодии .

Провести подготовку к смотру строя и песни: разучить текст и мелодию. Тренировать исполнение строевой песни.

Тема 3.10. Подготовка к смотру строя и песни: работа над ритмом .

Провести подготовку к смотру строя и песни: отработать ритм. Тренировать исполнение строевой песни.

Тема 3.11. Подготовка к смотру строя и песни: работа над слаженностью пения и строевого шага .

Провести подготовку к смотру строя и песни: отработать слаженность пения и строевого шага. Тренировать исполнение строевой песни.

3. Физическая подготовка.

Тема 4.1. Определение уровня физических качеств: сила, скоростная сила, ловкость посредством сдачи тестов физической подготовленности (по одному часу в начале учебного года) .

Прием зачетов для проверки уровня физической подготовки, постановка задач на улучшение результатов:

- рывок гири 16 кг;
- поднимание туловища из положения лежа на спине;
- бег на 100 метров;
- бросание мяча.

Тема 4.2. Определение уровня физических качеств: выносливость, силовая выносливость посредством сдачи тестов физической подготовленности (по одному часу в конце учебного года) .

Прием зачетов для проверки уровня физической подготовки, постановка задач на улучшение результатов:

- подтягивание из виса на высокой перекладине;
- бег на 3000 метров.

Тема 4.3. Изучение техники движений со снарядами и на тренажерах, оценка величины отягощения..

Изучить с учениками технику движений со снарядами и на тренажерах, структуру силовой способности.

Тема 4.4. Круговая тренировка общефизической направленности

Круговая тренировка. Количество упражнений 5-7, предназначенных для разных групп мышц, с небольшим интервалом отдыха между подходами. Перерыв должен быть между завершённым циклом из 5-7 выполненных упражнений, а не между каждым из видов нагрузок.

Упражнения учитель подбирает исходя из возможностей материальной базы учебного заведения и физического развития обучаемых.

Тема 4.5. Круговая тренировка на развитие силы

Круговая тренировка. Как правило, задействуют 2-3 группы мышц. Количество упражнений 2-3, количество повторений 3-4 предназначенных для одной группы мышц, с небольшим интервалом отдыха между подходами. Упражнения педагог подбирает исходя из возможностей материальной базы учебного заведения и физического развития обучаемых.

Тема 4.6. Круговая тренировка на развитие скоростной выносливости

Вариант:

1. Прыжки на скамейку с последующим быстрым спрыгиванием.
2. Прыжки «кенгуру».
3. Из положения лежа на животе - руки вверх, прогнуться.
4. Из положения лежа на спине одновременно поднять ноги и туловище.
5. Сидя на скамейке, держась за нее руками, поднимать и опускать прямые ноги, пола не касаться.
6. Из положения стоя бросить набивной мяч (0,5 кг) вверх, присесть, встать и поймать мяч.
7. Отжимания от пола.
8. Из положения руки в стороны, набивной мяч (0,5 кг) в левой руке. Бросить мяч через голову в правую руку и наоборот.
9. Из положения лежа на спине, руки с набивным мячом (0,5-1 кг) вытянуты вперед, быстро поднимать и опускать руки в исходное положение. Упражнения учитель подбирает исходя из возможностей материальной базы учебного заведения и физического развития обучаемых.

Тема 4.7. Круговая тренировка повышенной интенсивности

Экстенсивный интервальный метод

Тренировка протекает с индивидуальной дозировкой в 50–60% от максимального теста (МТ).

1 вариант

В активном тренировочном темпе за 15 секунд выполнить как можно большее количество повторений упражнения с нагрузкой в 50% МТ. Затем следует активная пауза в 30 сек., и упражнение повторяется вновь в течение 15 сек. и т.д. Серия может состоять из 3–5 подходов. Для перехода к выполнению следующего упражнения с таким же количеством серий, пауза уже 30–90 сек. в зависимости от интенсивности выполнения упражнения и физической подготовленности занимающегося. Паузы между кругами могут быть от трех до пяти минут.

2 вариант

Режим нагрузки: 30 секунд работы в каждом упражнении и 30 секунд – пауза. Темп спокойный, из расчета 15–20 повторений. Нагрузку повышают, увеличивая ее объем в заданный временной отрезок. Упражнения учитель подбирает исходя из возможностей материальной базы учебного заведения и физического развития обучаемых.

Упражнения учитель подбирает исходя из возможностей материальной базы учебного заведения и физического развития обучаемых.

4. РХБ защита.

Тема 5.1. Средства индивидуальной защиты .

Тренировать обучающихся в правильности и быстроте надевания ОЗК, а также порядка действий после выхода из района заражения.

Тема 5.2. Приборы радиационной, химической разведки .

Тренировать обучающихся порядку работы с приборами радиационной, химической разведки и дозиметрического контроля (ДП-22В, ИД-1, ВПХР, ДП-5 в).

5. Огневая подготовка. (5 часов)

Тема 6.1. Последовательность неполной разборки и сборки АК-74. Порядок снаряжения магазина АК.

Совершенствовать навыки детей в выполнении неполной разборки и сборки после неполной разборки автомата Калашникова и снаряжении магазина.

Тема 6.2. Правила прицеливания и стрельбы из пневматической винтовки

Напомнить обучающимся требования безопасности и устройство, правила изготовления и прицеливания из пневматической винтовки. На занятиях необходимо проконтролировать прицеливание каждым учеником.

Тема 6.3. Порядок выполнения упражнения по стрельбе. Изготовка для стрельбы требования и принципы. Разучивание изготовления, лежа, сидя и стоя.

Научить обучающихся выполнять 1 упражнение учебных стрельб из АК, выполнить норматив № 1 по огневой подготовке используя шлем стальной, амуницию и сумку для гранат.

Тема 6.4. Техника прицеливания. Нажим на спусковой крючок. Дыхание при стрельбе. Разучивание выстрела.

На занятии отработать следующие вопросы:

- тренировка техники;
- создание предпосылок;
- «холостая» тренировка;
- отработка фаз стрельбы;
- отработка ритма выстрела;
- отработка ритма стрельбы;
- анализ отклонений (отметка выстрела);

- мысленная проработка, холостая и прицельная стрельба.

Тема 6.5. Упражнение на дистанции 10 метров 8 выстрелами по круглой мишени .

Это упражнение рассчитано на стрелков, которые уже знают и понимают технику стрелковой стойки, однообразного удержания оружия, компенсации отдачи при множественных выстрелах.

Упражнение. Восемь металлических тарелок находятся на разных дистанциях, и под разным углом по отношению к стрелку. И это обязательно должны быть падающие мишени, а не гонги (см. схема):

Тарелка 1 — 7 метров.

Тарелка 2 — 9 метров.

Тарелка 3 — 8 метров.

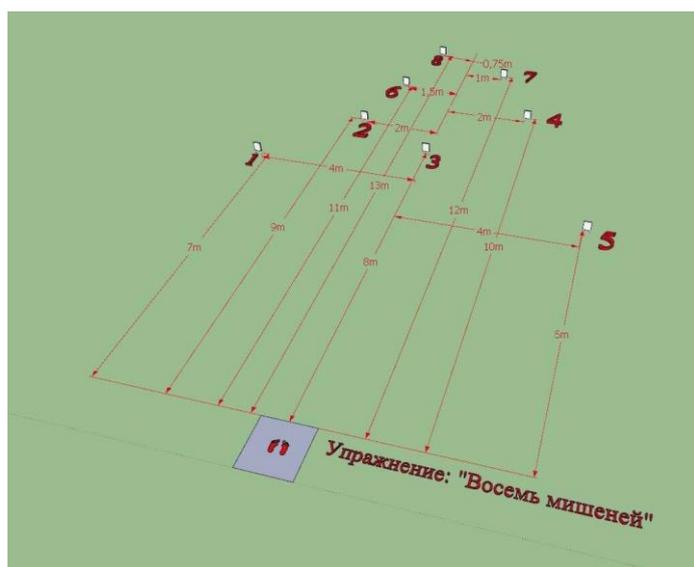
Тарелка 4 — 10 метров.

Тарелка 5 — 6 метров.

Тарелка 6 — 11 метров.

Тарелка 7 — 12 метров.

Тарелка 8 — 13 метров.



При строительстве упражнения не нужно скрупулёзно вымерять дистанции и углы. Мишени расположены произвольно, делайте все примерно. Первые пять мишеней расположены перед стрелком, примерно в одну линию. Центральной мишенью является мишень 3, она расположена прямо перед стрелком. Взять за основу расстояние между мишенями 1 и 5. Первоначально оно должно быть 8 метров. В дальнейшем, когда у вас появится прогресс в этом упражнении, вы можете его увеличить. Ни одна мишень не повторяется, все они разные. Отсюда небольшой вывод, у вас не получится поставить стрелковую стойку удобно по отношению к какой-то конкретной металлической тарелке.

6. Оказание первой помощи.

Тема 7.1. Основы оказания первой медицинской помощи. .

Тренировать обучающихся в выполнении комплекса мероприятий реанимационных действий.

Тема 7.2. Правила медицинской помощи при переломах .

Довести до обучающихся особенности открытых переломов и порядок оказания помощи.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ КУРСА ВЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «ЮНАРМИЯ»

Личностные результаты

На уровне основного общего образования у учащегося будут сформированы следующие личностные результаты:

гражданского воспитания:

- ✓ знание и принятие своей российской гражданской принадлежности (идентичности) в поликультурном, многонациональном и многоконфессиональном российском обществе, в мировом сообществе;
- ✓ понимание сопричастности к прошлому, настоящему и будущему народа России, тысячелетней истории российской государственности на основе исторического просвещения, российского национального исторического сознания;
- ✓ проявление уважения к государственным символам России, праздникам;
- ✓ проявление готовности к выполнению обязанностей гражданина России, реализации своих гражданских прав и свобод при уважении прав и свобод, законных интересов других людей;
- ✓ выражение неприятия любой дискриминации граждан, проявлений экстремизма, терроризма, коррупции в обществе;
- ✓ участие в жизни класса, общеобразовательной организации, в том числе самоуправления, ориентированность на участие в социально значимой деятельности.

патриотического воспитания:

- ✓ осознание своей национальной, этнической принадлежности, любовь к своему народу, его традициям, культуре;
- ✓ уважение исторического и культурного наследия своего и других народов России, символов, праздников, памятников, традиций народов, проживающих в родной стране;
- ✓ проявление интереса к познанию родного языка, истории и культуры своего края, своего народа, других народов России;
- ✓ знание и уважение достижений нашей Родины — России в науке, искусстве, спорте, технологиях, боевые подвиги и трудовые достижения, героев и защитников Отечества в прошлом и современности;
- ✓ участие в мероприятиях патриотической направленности.

духовно-нравственного воспитания:

- ✓ знание и уважение духовно-нравственной культуры своего народа, ориентированного на духовные ценности и нравственные нормы народов России, российского общества в ситуациях нравственного выбора (с учётом национальной, религиозной принадлежности);

- ✓ готовность оценивать своё поведение и поступки, поведение и поступки других людей с позиций традиционных российских духовно-нравственных ценностей и норм с учётом осознания последствий поступков;
- ✓ неприятие антигуманных и асоциальных поступков, поведения, противоречащих традиционным в России духовно-нравственным нормам и ценностям;
- ✓ осознание соотношения свободы и ответственности личности в условиях индивидуального и общественного пространства, значение и ценность межнационального, межрелигиозного согласия людей, народов в России, умение общаться с людьми разных народов, вероисповеданий;
- ✓ проявление уважения к старшим, к российским традиционным семейным ценностям, институту брака как союзу мужчины и женщины для создания семьи, рождения и воспитания детей;
- ✓ проявление интереса к чтению, к родному языку, русскому языку и литературе как части духовной культуры своего народа, российского общества.

эстетического воспитания:

- ✓ понимание ценности отечественного и мирового искусства, народных традиций и народного творчества в искусстве;
- ✓ проявление эмоционально-чувственной восприимчивости к разным видам искусства, традициям и творчеству своего и других народов, понимание их влияния на поведение людей;
- ✓ осознание роли художественной культуры как средства коммуникации и самовыражения в современном обществе, значение нравственных норм, ценностей, традиций в искусстве;
- ✓ ориентированность на самовыражение в разных видах искусства, в художественном творчестве.

физического воспитания, формирования культуры здоровья и эмоционального благополучия:

- ✓ понимание ценности жизни, здоровья и безопасности, значения личных усилий в сохранении здоровья, знание и соблюдение правил безопасности, безопасного поведения, в том числе в информационной среде;
- ✓ выражение установки на здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиенических правил, сбалансированный режим занятий и отдыха, регулярную физическую активность);
- ✓ неприятие вредных привычек (курения, употребления алкоголя, наркотиков, игровой и иных форм зависимостей), понимание их последствий, вреда для физического и психического здоровья;
- ✓ умение осознавать физическое и эмоциональное состояние (своё и других людей), стремление управлять собственным эмоциональным состоянием;
- ✓ способность адаптироваться к меняющимся социальным, информационным и природным условиям, стрессовым ситуациям.

трудового воспитания:

- ✓ уважение труда, результатов своего труда, труда других людей;

- ✓ проявление интереса к практическому изучению профессий и труда различного рода, в том числе на основе применения предметных знаний;
- ✓ осознание важности трудолюбия, обучения труду, накопления навыков трудовой деятельности на протяжении жизни для успешной профессиональной самореализации в российском обществе;
- ✓ участие в решении практических трудовых дел, задач (в семье, общеобразовательной организации, своей местности) технологической и социальной направленности, способный инициировать, планировать и самостоятельно выполнять такого рода деятельность;
- ✓ выражение готовности к осознанному выбору и построению индивидуальной траектории образования и жизненных планов с учётом личных и общественных интересов, потребностей.

экологического воспитания:

- ✓ понимание значения и глобального характера экологических проблем, путей их решения, значения экологической культуры человека, общества;
- ✓ осознание своей ответственности как гражданина и потребителя в условиях взаимосвязи природной, технологической и социальной сред;
- ✓ выражение активного неприятия действий, приносящих вред природе;
- ✓ ориентированность на применение знаний естественных и социальных наук для решения задач в области охраны природы, планирование своих поступков и оценки их возможных последствий для окружающей среды;
- ✓ участие в практической деятельности экологической, природоохранной направленности.

ценности научного познания:

- ✓ выражение познавательных интересов в разных предметных областях с учётом индивидуальных интересов, способностей, достижений;
- ✓ ориентированность в деятельности на научные знания о природе и обществе, взаимосвязях человека с природной и социальной средой;
- ✓ развитие навыков использования различных средств познания, накопления знаний о мире (языковая, читательская культура, деятельность в информационной, цифровой среде);
- ✓ демонстрация навыков наблюдений, накопления фактов, осмысления опыта в естественнонаучной и гуманитарной областях познания, исследовательской деятельности.

Личностные результаты, обеспечивающие адаптацию учащегося к изменяющимся условиям социальной и природной среды, включают:

- ✓ освоение учащимися социального опыта, основных социальных ролей, соответствующих ведущей деятельности возраста, норм и правил общественного поведения, форм социальной жизни в группах и сообществах, включая семью, группы, сформированные по профессиональной деятельности, а также в рамках социального взаимодействия с людьми из другой культурной среды;
- ✓ способность учащихся во взаимодействии в условиях неопределенности, открытость опыту и

знаниям других;

- ✓ способность действовать в условиях неопределенности, повышать уровень своей компетентности через практическую деятельность, в том числе умение учиться у других людей, осознавать в совместной деятельности новые знания, навыки и компетенции из опыта других;
- ✓ навык выявления и связывания образов, способность формирования новых знаний, в том числе способность формулировать идеи, понятия, гипотезы об объектах и явлениях, в том числе ранее не известных, осознавать дефициты собственных знаний и компетентностей, планировать свое развитие;
- ✓ умение распознавать конкретные примеры понятия по характерным признакам, выполнять операции в соответствии с определением и простейшими свойствами понятия, конкретизировать понятие примерами, использовать понятие и его свойства при решении задач (далее - оперировать понятиями), а также оперировать терминами и представлениями в области концепции устойчивого развития;
- ✓ умение анализировать и выявлять взаимосвязи природы, общества и экономики;
- ✓ умение оценивать свои действия с учетом влияния на окружающую среду, достижений целей и преодоления вызовов, возможных глобальных последствий;
- ✓ способность обучающихся осознавать стрессовую ситуацию, оценивать происходящие изменения и их последствия;
- ✓ воспринимать стрессовую ситуацию как вызов, требующий контрмер;
- ✓ оценивать ситуацию стресса, корректировать принимаемые решения и действия;
- ✓ формулировать и оценивать риски и последствия, формировать опыт, уметь находить позитивное в произошедшей ситуации;
- ✓ быть готовым действовать в отсутствие гарантий успеха.

Метапредметные результаты

Овладение универсальными учебными познавательными действиями:

1) базовые логические действия:

- ✓ выявлять и характеризовать существенные признаки объектов (явлений);
- ✓ устанавливать существенный признак классификации, основания для обобщения и сравнения, критерии проводимого анализа;
- ✓ с учетом предложенной задачи выявлять закономерности и противоречия в рассматриваемых фактах, данных и наблюдениях;
- ✓ предлагать критерии для выявления закономерностей и противоречий;
- ✓ выявлять дефициты информации, данных, необходимых для решения поставленной задачи;
- ✓ выявлять причинно-следственные связи при изучении явлений и процессов;
- ✓ делать выводы с использованием дедуктивных и индуктивных умозаключений, умозаключений по аналогии, формулировать гипотезы о взаимосвязях;
- ✓ самостоятельно выбирать способ решения учебной задачи (сравнивать несколько вариантов

решения, выбирать наиболее подходящий с учетом самостоятельно выделенных критериев);

2) базовые исследовательские действия:

- ✓ использовать вопросы как исследовательский инструмент познания;
- ✓ формулировать вопросы, фиксирующие разрыв между реальным и желательным состоянием ситуации, объекта, самостоятельно устанавливать искомое и данное;
- ✓ формировать гипотезу об истинности собственных суждений и суждений других, аргументировать свою позицию, мнение;
- ✓ проводить по самостоятельно составленному плану опыт, несложный эксперимент, небольшое исследование по установлению особенностей объекта изучения, причинно-следственных связей и зависимостей объектов между собой;
- ✓ оценивать на применимость и достоверность информации, полученной в ходе исследования (эксперимента);
- ✓ самостоятельно формулировать обобщения и выводы по результатам проведенного наблюдения, опыта, исследования, владеть инструментами оценки достоверности полученных выводов и обобщений;
- ✓ прогнозировать возможное дальнейшее развитие процессов, событий и их последствия в аналогичных или сходных ситуациях, выдвигать предположения об их развитии в новых условиях и контекстах;

3) работа с информацией:

- ✓ применять различные методы, инструменты и запросы при поиске и отборе информации или данных из источников с учетом предложенной учебной задачи и заданных критериев;
- ✓ выбирать, анализировать, систематизировать и интерпретировать информацию различных видов и форм представления;
- ✓ находить сходные аргументы (подтверждающие или опровергающие одну и ту же идею, версию) в различных информационных источниках;
- ✓ самостоятельно выбирать оптимальную форму представления информации и иллюстрировать решаемые задачи несложными схемами, диаграммами, иной графикой и их комбинациями;
- ✓ оценивать надежность информации по критериям, предложенным педагогическим работником или сформулированным самостоятельно;
- ✓ эффективно запоминать и систематизировать информацию.

Овладение системой универсальных учебных познавательных действий обеспечивает сформированность когнитивных навыков у обучающихся.

Овладение универсальными учебными коммуникативными действиями:

1) общение:

- ✓ воспринимать и формулировать суждения, выражать эмоции в соответствии с целями и условиями общения;
- ✓ выражать себя (свою точку зрения) в устных и письменных текстах;

- ✓ распознавать невербальные средства общения, понимать значение социальных знаков, знать и распознавать предпосылки конфликтных ситуаций и смягчать конфликты, вести переговоры;
- ✓ понимать намерения других, проявлять уважительное отношение к собеседнику и в корректной форме формулировать свои возражения;
- ✓ в ходе диалога и (или) дискуссии задавать вопросы по существу обсуждаемой темы и высказывать идеи, нацеленные на решение задачи и поддержание благожелательности общения;
- ✓ сопоставлять свои суждения с суждениями других участников диалога, обнаруживать различие и сходство позиций;
- ✓ публично представлять результаты выполненного опыта (эксперимента, исследования, проекта);
- ✓ самостоятельно выбирать формат выступления с учетом задач презентации и особенностей аудитории и в соответствии с ним составлять устные и письменные тексты с использованием иллюстративных материалов;

2) совместная деятельность:

- ✓ понимать и использовать преимущества командной и индивидуальной работы при решении конкретной проблемы, обосновывать необходимость применения групповых форм взаимодействия при решении поставленной задачи;
- ✓ принимать цель совместной деятельности, коллективно строить действия по ее достижению: распределять роли, договариваться, обсуждать процесс и результат совместной работы;
- ✓ уметь обобщать мнения нескольких людей, проявлять готовность руководить, выполнять поручения, подчиняться;
- ✓ планировать организацию совместной работы, определять свою роль (с учетом предпочтений и возможностей всех участников взаимодействия), распределять задачи между членами команды, участвовать в групповых формах работы (обсуждения, обмен мнениями, "мозговые штурмы" и иные);
- ✓ выполнять свою часть работы, достигать качественного результата по своему направлению и координировать свои действия с другими членами команды;
- ✓ оценивать качество своего вклада в общий продукт по критериям, самостоятельно сформулированным участниками взаимодействия;
- ✓ сравнивать результаты с исходной задачей и вклад каждого члена команды в достижение результатов, разделять сферу ответственности и проявлять готовность к предоставлению отчета перед группой.

Овладение системой универсальных учебных коммуникативных действий обеспечивает сформированность социальных навыков и эмоционального интеллекта обучающихся.

Овладение универсальными учебными регулятивными действиями:

1) самоорганизация:

- ✓ выявлять проблемы для решения в жизненных и учебных ситуациях;
- ✓ ориентироваться в различных подходах принятия решений (индивидуальное, принятие решения

в группе, принятие решений группой);

- ✓ самостоятельно составлять алгоритм решения задачи (или его часть), выбирать способ решения учебной задачи с учетом имеющихся ресурсов и собственных возможностей, аргументировать предлагаемые варианты решений;
- ✓ составлять план действий (план реализации намеченного алгоритма решения), корректировать предложенный алгоритм с учетом получения новых знаний об изучаемом объекте;
- ✓ делать выбор и брать ответственность за решение;

2) самоконтроль:

- ✓ владеть способами самоконтроля, самомотивации и рефлексии;
- ✓ давать адекватную оценку ситуации и предлагать план ее изменения;
- ✓ учитывать контекст и предвидеть трудности, которые могут возникнуть при решении учебной задачи, адаптировать решение к меняющимся обстоятельствам;
- ✓ объяснять причины достижения (недостижения) результатов деятельности, давать оценку приобретенному опыту, уметь находить позитивное в произошедшей ситуации;
- ✓ вносить коррективы в деятельность на основе новых обстоятельств, изменившихся ситуаций, установленных ошибок, возникших трудностей;
- ✓ оценивать соответствие результата цели и условиям;

3) эмоциональный интеллект:

- ✓ различать, называть и управлять собственными эмоциями и эмоциями других;
- ✓ выявлять и анализировать причины эмоций;
- ✓ ставить себя на место другого человека, понимать мотивы и намерения другого;
- ✓ регулировать способ выражения эмоций;

4) принятие себя и других:

осознанно относиться к другому человеку, его мнению;

признавать свое право на ошибку и такое же право другого;

принимать себя и других, не осуждая;

открытость себе и другим;

осознавать невозможность контролировать все вокруг.

Овладение системой универсальных учебных регулятивных действий обеспечивает формирование смысловых установок личности (внутренняя позиция личности) и жизненных навыков личности (управления собой, самодисциплины, устойчивого поведения).

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

- использовать элементарные теоретические знания по истории техники и вооружения;
- использовать знания о назначении, организации и основных задачах, выполняемых Вооруженными Силами Российской Федерации, в построении маршрута получения профессионального образования;
- оперировать основными понятиями в области обороны государства;

- описывать порядок подготовки граждан к военной службе; порядок призыва и поступления, прохождения военной службы по призыву, контракту и гражданской службы на военную службу;
- производить неполную и полную разборку автомата Калашникова, его чистку и смазку, снаряжать магазин патронами;
- соблюдать правила и выполнять приемы стрельбы из пневматического и стрелкового оружия;
- правильно выполнять команды в строю и строевые приемы;
- описывать основные виды чрезвычайных ситуаций и их последствия;
- характеризовать способы защиты от оружия массового поражения;
- пользоваться индивидуальными средствами защиты; применять первичные средства пожаротушения;
- правильно действовать в чрезвычайных ситуациях;
- основам выживания в условиях вынужденной автономии;
- характеризовать порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим;
- оказывать первую помощь пострадавшим.
- характеризовать влияние физических упражнений на различные органы и системы организма;
- определять уровень развития физических качеств.
- приводить примеры применения различных типов вооружения и военной техники в войнах и конфликтах различных исторических периодов, проследить их эволюцию;
- описывать работу частей и механизмов автомата Калашникова при стрельбе;
- выполнять нормативы неполной разборки и сборки автомата Калашникова;
- описывать порядок работы с приборами радиационной и химической разведки и дозиметрического контроля;
- выполнять нормативы надевания противогаза, респиратора и общевойскового защитного комплекта (ОЗК);
- проектировать повышение уровня собственной физической подготовленности.

Тематическое планирование курса внеурочной деятельности «Юнармия 5-9 класс

1 год обучения 5-9 классы (2023-2024 учебный год)

| № п/п | Тема | Количество часов | Форма проведения занятий | Электронные (цифровые) образовательные ресурсы |
|-------|---|------------------|--|--|
| 1 | Исторические и боевые страницы Отечества. | 14 | Беседа / обсуждение / игровая деятельность / решение познавательных задач и разбор ситуаций, практикумы. | http://www.scrf.gov.ru http://www.mvd.ru http://www.emercom.gov.ru http://www.minzdrav-rf.ru http://www.mil.ru http://www.mon.gov.ru |
| 2 | Основы выживания и поведения в автономии | 16 | Беседа / обсуждение / игровая деятельность / решение познавательных задач и разбор ситуаций, практикумы. | http://www.scrf.gov.ru http://www.mvd.ru http://www.emercom.gov.ru http://www.minzdrav-rf.ru http://www.mil.ru http://www.mon.gov.ru |
| 3 | Строевая подготовка | 22 | Беседа / обсуждение / игровая деятельность / решение познавательных задач и разбор ситуаций, практикумы. | http://www.scrf.gov.ru http://www.mvd.ru http://www.emercom.gov.ru http://www.minzdrav-rf.ru http://www.mil.ru http://www.mon.gov.ru |
| 4 | Физическая подготовка | 4 | Беседа / обсуждение / игровая деятельность / решение познавательных задач и разбор ситуаций, практикумы. | http://www.scrf.gov.ru http://www.mvd.ru http://www.emercom.gov.ru http://www.minzdrav-rf.ru http://www.mil.ru http://www.mon.gov.ru |
| 5 | РБХ защита | 2 | Беседа / обсуждение / игровая деятельность / решение познавательных задач и разбор ситуаций, практикумы. | http://www.scrf.gov.ru http://www.mvd.ru http://www.emercom.gov.ru http://www.minzdrav-rf.ru http://www.mil.ru http://www.mon.gov.ru |
| 6 | Огневая подготовка | 7 | Беседа / обсуждение / игровая деятельность | http://www.scrf.gov.ru |

| | | | | |
|---|------------------------|----|---|--|
| | | | / решение познавательных задач и разбор ситуаций, практикумы. | http://www.mvd.ru http://www.emercom.gov.ru http://www.minzdrav-rf.ru http://www.mil.ru http://www.mon.gov.ru |
| 7 | Оказание первой помощи | 2 | Беседа / обсуждение / игровая деятельность / решение познавательных задач и разбор ситуаций, практикум. | http://www.scrf.gov.ru http://www.mvd.ru http://www.emercom.gov.ru http://www.minzdrav-rf.ru http://www.mil.ru http://www.mon.gov.ru |
| | Итого | 67 | | |

2 год обучения 5-9 классы (2024-2025 учебный год)

| № п/п | Тема | Количество часов | Форма проведения занятий | Электронные (цифровые) образовательные ресурсы |
|--------------|---|-------------------------|--|--|
| 1 | Исторические и боевые страницы Отечества. | 6 | Беседа / обсуждение / игровая деятельность / решение познавательных задач и разбор ситуаций, практикумы. | http://www.scrf.gov.ru http://www.mvd.ru http://www.emercom.gov.ru http://www.minzdrav-rf.ru http://www.mil.ru http://www.mon.gov.ru |
| 2 | Основы выживания и поведения в автономии | 18 | Беседа / обсуждение / игровая деятельность / решение познавательных задач и разбор ситуаций, практикумы. | http://www.scrf.gov.ru http://www.mvd.ru http://www.emercom.gov.ru http://www.minzdrav-rf.ru http://www.mil.ru http://www.mon.gov.ru |
| 3 | Строевая подготовка | 23 | Беседа / обсуждение / игровая деятельность / решение познавательных задач и разбор ситуаций, практикумы. | http://www.scrf.gov.ru http://www.mvd.ru http://www.emercom.gov.ru http://www.minzdrav-rf.ru http://www.mil.ru http://www.mon.gov.ru |

| | | | | |
|---|------------------------|----|--|--|
| 4 | Физическая подготовка | 4 | Беседа / обсуждение / игровая деятельность / решение познавательных задач и разбор ситуаций, практикумы. | http://www.scrf.gov.ru http://www.mvd.ru http://www.emercom.gov.ru http://www.minzdrav-rf.ru http://www.mil.ru http://www.mon.gov.ru |
| 5 | РБХ защита | 4 | Беседа / обсуждение / игровая деятельность / решение познавательных задач и разбор ситуаций, практикумы. | http://www.scrf.gov.ru http://www.mvd.ru http://www.emercom.gov.ru http://www.minzdrav-rf.ru http://www.mil.ru http://www.mon.gov.ru |
| 6 | Огневая подготовка | 8 | Беседа / обсуждение / игровая деятельность / решение познавательных задач и разбор ситуаций, практикумы. | http://www.scrf.gov.ru http://www.mvd.ru http://www.emercom.gov.ru http://www.minzdrav-rf.ru http://www.mil.ru http://www.mon.gov.ru |
| 7 | Оказание первой помощи | 2 | Беседа / обсуждение / игровая деятельность / решение познавательных задач и разбор ситуаций, практикум. | http://www.scrf.gov.ru http://www.mvd.ru http://www.emercom.gov.ru http://www.minzdrav-rf.ru http://www.mil.ru http://www.mon.gov.ru |
| | Итого | 68 | | |

3 год обучения 5-9 классы (2025-2026 учебный год)

| № п/п | Тема | Количество часов | Форма проведения занятий | Электронные (цифровые) образовательные ресурсы |
|--------------|---|-------------------------|--|--|
| 1 | Исторические и боевые страницы Отечества. | 4 | Беседа / обсуждение / игровая деятельность / решение познавательных задач и разбор ситуаций, практикумы. | http://www.scrf.gov.ru http://www.mvd.ru http://www.emercom.gov.ru http://www.minzdrav-rf.ru http://www.mil.ru http://www.mon.gov.ru |

| | | | | |
|---|--|----|--|--|
| 2 | Основы выживания и поведения в автономии | 12 | Беседа / обсуждение / игровая деятельность / решение познавательных задач и разбор ситуаций, практикумы. | http://www.scrf.gov.ru http://www.mvd.ru http://www.emercom.gov.ru http://www.minzdrav-rf.ru http://www.mil.ru http://www.mon.gov.ru |
| 3 | Строевая подготовка | 22 | Беседа / обсуждение / игровая деятельность / решение познавательных задач и разбор ситуаций, практикумы. | http://www.scrf.gov.ru http://www.mvd.ru http://www.emercom.gov.ru http://www.minzdrav-rf.ru http://www.mil.ru http://www.mon.gov.ru |
| 4 | Физическая подготовка | 4 | Беседа / обсуждение / игровая деятельность / решение познавательных задач и разбор ситуаций, практикумы. | http://www.scrf.gov.ru http://www.mvd.ru http://www.emercom.gov.ru http://www.minzdrav-rf.ru http://www.mil.ru http://www.mon.gov.ru |
| 5 | РБХ защита | 6 | Беседа / обсуждение / игровая деятельность / решение познавательных задач и разбор ситуаций, практикумы. | http://www.scrf.gov.ru http://www.mvd.ru http://www.emercom.gov.ru http://www.minzdrav-rf.ru http://www.mil.ru http://www.mon.gov.ru |
| 6 | Огневая подготовка | 16 | Беседа / обсуждение / игровая деятельность / решение познавательных задач и разбор ситуаций, практикумы. | http://www.scrf.gov.ru http://www.mvd.ru http://www.emercom.gov.ru http://www.minzdrav-rf.ru http://www.mil.ru http://www.mon.gov.ru |
| 7 | Оказание первой помощи | 4 | Беседа / обсуждение / игровая деятельность / решение познавательных задач и разбор ситуаций, практикумы. | http://www.scrf.gov.ru http://www.mvd.ru http://www.emercom.gov.ru http://www.minzdrav-rf.ru http://www.mil.ru http://www.mon.gov.ru |

| | | | | |
|--|-------|----|--|--|
| | Итого | 68 | | |
|--|-------|----|--|--|

4 год обучения 5-9 классы (2026-2027 учебный год)

| № п/п | Тема | Количество часов | Форма проведения занятий | Электронные (цифровые) образовательные ресурсы |
|-------|---|------------------|--|--|
| 1 | Исторические и боевые страницы Отечества. | 4 | Беседа / обсуждение / игровая деятельность / решение познавательных задач и разбор ситуаций, практикумы. | http://www.scrf.gov.ru http://www.mvd.ru http://www.emercom.gov.ru http://www.minzdrav-rf.ru http://www.mil.ru http://www.mon.gov.ru |
| 2 | Основы выживания и поведения в автономии | 6 | Беседа / обсуждение / игровая деятельность / решение познавательных задач и разбор ситуаций, практикумы. | http://www.scrf.gov.ru http://www.mvd.ru http://www.emercom.gov.ru http://www.minzdrav-rf.ru http://www.mil.ru http://www.mon.gov.ru |
| 3 | Строевая подготовка | 20 | Беседа / обсуждение / игровая деятельность / решение познавательных задач и разбор ситуаций, практикумы. | http://www.scrf.gov.ru http://www.mvd.ru http://www.emercom.gov.ru http://www.minzdrav-rf.ru http://www.mil.ru http://www.mon.gov.ru |
| 4 | Физическая подготовка | 8 | Беседа / обсуждение / игровая деятельность / решение познавательных задач и разбор ситуаций, практикумы. | http://www.scrf.gov.ru http://www.mvd.ru http://www.emercom.gov.ru http://www.minzdrav-rf.ru http://www.mil.ru http://www.mon.gov.ru |
| 5 | РБХ защита | 6 | Беседа / обсуждение / игровая деятельность / решение познавательных задач и разбор ситуаций, практикумы. | http://www.scrf.gov.ru http://www.mvd.ru http://www.emercom.gov.ru http://www.minzdrav-rf.ru http://www.mil.ru http://www.mon.gov.ru |

| | | | | |
|---|------------------------|----|--|--|
| 6 | Огневая подготовка | 12 | Беседа / обсуждение / игровая деятельность / решение познавательных задач и разбор ситуаций, практикумы. | http://www.scrf.gov.ru http://www.mvd.ru http://www.emercom.gov.ru http://www.minzdrav-rf.ru http://www.mil.ru http://www.mon.gov.ru |
| 7 | Оказание первой помощи | 6 | Беседа / обсуждение / игровая деятельность / решение познавательных задач и разбор ситуаций, практикумы. | http://www.scrf.gov.ru http://www.mvd.ru http://www.emercom.gov.ru http://www.minzdrav-rf.ru http://www.mil.ru http://www.mon.gov.ru |
| | Итого | 68 | | |

5 год обучения 5-9 классы (2027-2028 учебный год)

| № п/п | Тема | Количество часов | Форма проведения занятий | Электронные (цифровые) образовательные ресурсы |
|--------------|---|-------------------------|--|--|
| 1 | Исторические и боевые страницы Отечества. | 2 | Беседа / обсуждение / игровая деятельность / решение познавательных задач и разбор ситуаций, практикумы. | http://www.scrf.gov.ru http://www.mvd.ru http://www.emercom.gov.ru http://www.minzdrav-rf.ru http://www.mil.ru http://www.mon.gov.ru |
| 2 | Основы выживания и поведения в автономии | 4 | Беседа / обсуждение / игровая деятельность / решение познавательных задач и разбор ситуаций, практикумы. | http://www.scrf.gov.ru http://www.mvd.ru http://www.emercom.gov.ru http://www.minzdrav-rf.ru http://www.mil.ru http://www.mon.gov.ru |
| 3 | Строевая подготовка | 22 | Беседа / обсуждение / игровая деятельность / решение познавательных задач и разбор ситуаций, практикумы. | http://www.scrf.gov.ru http://www.mvd.ru http://www.emercom.gov.ru http://www.minzdrav-rf.ru http://www.mil.ru http://www.mon.gov.ru |

| | | | | |
|---|------------------------|----|--|--|
| 4 | Физическая подготовка | 22 | Беседа / обсуждение / игровая деятельность / решение познавательных задач и разбор ситуаций, практикумы. | http://www.scrf.gov.ru http://www.mvd.ru http://www.emercom.gov.ru http://www.minzdrav-rf.ru http://www.mil.ru http://www.mon.gov.ru |
| 5 | РБХ защита | 4 | Беседа / обсуждение / игровая деятельность / решение познавательных задач и разбор ситуаций, практикумы. | http://www.scrf.gov.ru http://www.mvd.ru http://www.emercom.gov.ru http://www.minzdrav-rf.ru http://www.mil.ru http://www.mon.gov.ru |
| 6 | Огневая подготовка | 10 | Беседа / обсуждение / игровая деятельность / решение познавательных задач и разбор ситуаций, практикумы. | http://www.scrf.gov.ru http://www.mvd.ru http://www.emercom.gov.ru http://www.minzdrav-rf.ru http://www.mil.ru http://www.mon.gov.ru |
| 7 | Оказание первой помощи | 4 | Беседа / обсуждение / игровая деятельность / решение познавательных задач и разбор ситуаций, практикумы. | http://www.scrf.gov.ru http://www.mvd.ru http://www.emercom.gov.ru http://www.minzdrav-rf.ru http://www.mil.ru http://www.mon.gov.ru |
| | Итого | 68 | | |