

Управление образования администрации муниципального образования
«Черняховский городской округ Калининградской области»

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 5 имени дважды Героя Советского
Союза Ивана Даниловича Черняховского»

СОГЛАСОВАНО
на педагогическом совете
протокол № 1 от «30» августа 2023 г.

Документ подписан электронной подписью
МАОУ «СОШ № 5 ИМ. И.Д.ЧЕРНЯХОВСКОГО»

01289A8F00A2AF84A24FAF43CD6D8F4D77
Срок действия с 07.02.2023 до 07.05.2024

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
социально-гуманитарной направленности**

«Юный спасатель»

Возраст детей: 11-16 лет

Срок реализации - 4 года

Программу составила:
Миценко Лидия Андреевна,
ответственная за работу кадетских классов

город Черняховск, 2023 год

Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа социально-гуманитарной направленности «Юный спасатель» (далее – Программа) реализуется в Муниципальном автономном общеобразовательном учреждении «Средняя общеобразовательная школа № 5 имени дважды Героя Советского Союза Ивана Даниловича Черняховского» далее (образовательная организация). Программа разработана в соответствии с:

- ❖ Федеральным законом Российской Федерации от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
- ❖ Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 года № 629 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам"
- ❖ Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
- ❖ Распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 года № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года».
- ❖ Приказа Министерства образования Калининградской области от 08.12.2010 г. №1115/1 «Об утверждении положения о кадетском классе общеобразовательного учреждения»;
- ❖ Приказа Министерства образования Калининградской области от 26 июля 2022 года № 912/1 «Об утверждении Плана работы по реализации Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года, I этап (2022 - 2024 годы) в Калининградской области и Целевых показателей реализации Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года в Калининградской области»
- ❖ Уставом МАОУ «СОШ № 5 им. И.Д.Черняховского»
- ❖ Положением о специализированном классе (группе) «Юный спасатель»
- ❖ санитарно-эпидемиологическими требованиями к условиям и организации обучения в ОУ (с внесенными изменениями в санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.2.2821-10, постановлением от 24.11.2015 г.)

Направленность программы

Данная Программа имеет социально-гуманитарную направленность и нацелена на формирование мировоззренческих позиций, гражданской идентичности, на самоопределение, командообразование, развитие социальной активности подростков. Программа разработана с опорой на ведущие теории и подходы в педагогической деятельности и сочетает в себе социальные и патриотические аспекты, затрагивает в той или иной мере все стороны жизни, опирается на образование, культуру и физическое развитие.

Новизна программы

Новизна программы в том, что усиление воспитательной функции образования, формирование гражданственности, трудолюбия, нравственности, уважения к правам и свободам человека, любви к Родине, семье окружающей природе рассматривается как одно из базовых направлений государственной политики в области образования. Именно поэтому в современных условиях резко возрастает значение кадетского образования, особенно ценного тем, что оно ставит своей главной целью подготовку юных россиян к государственной службе, а также параметрами эффективности и качества обучения и воспитания.

Программа реализуется на принципах:

- ❖ удовлетворение индивидуальных потребностей обучающихся в интеллектуальном, художественно-эстетическом, нравственном развитии, а также в занятиях физической культурой и спортом;
- ❖ формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья обучающихся;
- ❖ обеспечение духовно-нравственного, гражданско-патриотического, военно-патриотического, трудового воспитания обучающихся;
- ❖ выявление, развитие и поддержку талантливых обучающихся, а также лиц, проявивших выдающиеся способности;
- ❖ профессиональную ориентацию обучающихся;
- ❖ создание и обеспечение необходимых условий для личностного развития, укрепление здоровья, профессионального самоопределения и творческого труда обучающихся;
- ❖ социализацию и адаптацию обучающихся к жизни в обществе;
- ❖ формирование общей культуры обучающихся;
- ❖ удовлетворение иных образовательных потребностей и интересов обучающихся, не противоречащих законодательству Российской Федерации, осуществляемых за пределами федеральных государственных образовательных стандартов и федеральных государственных требований.

Основные направления реализации Программы:

- ✓ развитие навыков по обеспечению жизнедеятельности в экстремальных условиях;
- ✓ спортивное ориентирование и техника пешеходного туризма;
- ✓ художественно-эстетическое и физическое воспитание.

Актуальность

Формирование гражданского сознания подрастающего поколения является приоритетной задачей развития российского общества в соответствии с потребностями стабильности и преемственности, консолидации и социального согласия в нём.

Образование традиционно является одним из важнейших государственных институтов, формирующих ценностные ориентиры гражданина, патриота своей страны, поэтому образовательной организации отводиться

большая роль в содействии сплочению нации на основе духовно-нравственных ценностей и отечественных традиций перед лицом внешних и внутренних вызовов. Актуальной и приоритетной задачей образования становится воспитание и обучение прогрессивной, конкурентно-способной личности нового типа, Гражданина и Патриота своей страны, способной отвечать новым вызовам времени, изменять и приумножать российскую историю, посвятить свою жизнь служению своему Отечеству.

Российскому государству жизненно необходимы государственные служащие с высокими нравственными устоями, готовые осознанно обеспечивать национальную безопасность страны. В связи с этим современные задачи воспитания ответственного гражданина России требуют изменения подходов в образовании и воспитании, как в содержании, так и в методике преподавания, а так же предлагают принципиально новые модели учебно-воспитательного процесса. Такой моделью является кадетское образование – это обучение и воспитание обучающихся, направленное на их интеллектуальное, культурное, физическое и нравственное развитие, успешную адаптацию к жизни в обществе, создание основы для подготовки несовершеннолетних граждан к служению Отечеству на гражданском и военном поприще.

Современное Российское кадетство сочетает нравственный и государственно-патриотический аспекты образования и воспитания обучающихся, имеет богатую историю и славные традиции. Многие родители заранее задумываются о будущем своих детей, хотят видеть их здоровыми, образованными, талантливыми. Основными задачами кадетского обучения является развитие патриотизма, физических и творческих способностей, формирование личностной культуры ребенка, что достигается через организацию дополнительного образования.

Педагогическая целесообразность программы заключается в том, что патриотическое воспитание представляет собой организованный и непрерывный процесс педагогического воздействия на сознание, чувства, волю, психику и физическое развитие подростков с целью формирования у них высоконравственных принципов, выработки определенных норм поведения, должной физической и военно-профессиональной готовности к защите Отечества. Она позволяет усилить ориентацию подростка на развитие его интересов и способностей в выбранной деятельности, приобретении знаний и практических навыков, межличностных отношений и коллективной деятельности.

Отличительная особенность программы от других подобных программ в том, что данная программа комплексная, она в комплексе сочетает в себе специальную подготовку по специализированным дисциплинам, общую физическую подготовку, медицинскую подготовку, а также занятия по танцам. Программа создает условия для приобретения практических навыков по спасению людей и действий в чрезвычайных ситуациях, координационных и спортивно-силовых способностей,

выносливости, вследствие этого расширяется социальный опыт детей, происходит становление социально-активной гражданской личности.

Цель программы – создание оптимальных условий для духовно-нравственного, интеллектуального и физического развития учеников, формирование основы для их подготовки к достойному служению Отечеству на гражданском и военном поприще.

Задачи:

❖ создание основы для осознанного выбора профессии и дальнейшего обучения в образовательных организациях высшего или среднего профессионального образования;

❖ формирование личностной культуры кадета, приобщение к искусству и раскрытие творческого потенциала;

❖ воспитание у кадет любви к Родине, традициям, верности конституционному долгу, ответственности перед обществом за судьбу Отечества, потребности в упорном труде во имя его могущества и процветания;

❖ формирование у кадет высокой общей культуры, нравственных, морально-волевых, деловых и организаторских качеств, способствующих выбору жизненного пути в пользу высоконравственного, профессионального и ответственного служения своему народу;

❖ привитие кадетам чувств чести и достоинства, гражданственности, уважения к правам и свободам человека;

❖ социальное становление и формирование активной гражданской позиции обучающихся в процессе интеллектуального, духовно-нравственного и физического развития;

❖ развитие интереса к профессии спасателя и формирование желания получить соответствующую подготовку; выработка готовности к достойному служению обществу и государству;

❖ физическое развитие обучающихся, формирование навыков дисциплины, самоорганизации и умения действовать в сложных и экстремальных ситуациях;

❖ оказание помощи родителям (законным представителям) в воспитании и социальной защите подростков, формировании у них навыков самостоятельной жизни, адаптированности к современным реалиям жизни, трудолюбия, дисциплинированности и целеустремленности.

Формы и методы обучения

Для повышения интереса обучающихся к специализированным занятиям и более успешного решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач Программа предусматривает применение разнообразных форм и методов проведения занятий.

На специализированных кадетских занятиях используются методы обучения: объяснение, показ, личный пример, упражнения и тренировки. Личный пример воспитателя кадетских классов (групп) в сочетании с высокой методической подготовкой, постоянная требовательность к

обучающимся в точном выполнении поставленной задачи – вот путь успешной подготовки кадет.

Наглядные методы применяются в комплексе с практическими. Ведущим методом обучения кадет на занятиях является метод упражнений, который предусматривает многократные практические повторения. Игровой и соревновательный методы применяются после того, как у обучающихся сформировались некоторые навыки.

Формы обучения: индивидуальная, фронтальная, групповая, поточная.

Возраст детей, их психологические особенности

Программа предназначена для обучающихся кадетских классов (групп), в возрасте 11-16 лет (5-9 классы).

Подростковый возраст, 11-16 лет, качественно новый этап в развитии воспитанника (обучающегося). Наряду с детскими проявлениями в облике кадета появляются новые черты повзрослевшего человека и активное желание быть взрослым. Существенные изменения происходят в анатомо-физиологическом развитии подростка. Оно протекает интенсивно, хотя и неравномерно. Поэтому так важно в этом возрасте обратить внимание на осанку подростка, его посадку за партой, посоветовать ему регулярно заниматься гимнастикой, строевыми упражнениями, занятия в спортивной секции.

Нервная система подростка отмечается повышенной возбудимостью, что накладывает отпечаток на быструю смену настроений воспитанников (обучающихся), их эмоциональность, подвижность. Поэтому воспитателю кадетских классов (групп), классному руководителю, важно установить контроль за выполнением подростками режима труда и отдыха, учитывать возможности обучающихся, организации трудовой деятельности, развивать стремление к самоконтролю.

Меняется положение кадета в коллективе, в семье. Он имеет больше прав и обязанностей, более сложной становится не только его учебная, но и служебная, и общественная деятельность, усложняются отношения с окружающими, утвердиться в глазах своих товарищей, а если это почему-либо не удаётся в условиях коллектива кадет, то подросток начинает активно искать друзей за пределами учебного заведения. Поэтому, воспитателю важно знать, какое место в коллективе сверстников занимает тот или иной кадет, удовлетворяет ли занимаемое им положение уровню его притязаний, с кем дружит кадет, каковы нравственные основы этой дружбы.

Педагоги должны советоваться с подростком, считаться с его мнением. Но учитывая недостаточный опыт кадета, неустойчивость его поведения, взрослые вынуждены активно вмешиваться в его жизнь, следить за соблюдением режима, направлять организацию досуга, чтение книг, просмотр фильмов, посещение театров, библиотек, контролировать характер общения с товарищами за пределами класса, школы.

Особое значение для кадет подросткового возраста представляют его взаимоотношения с товарищами и положение в коллективе сверстников. Чтобы занять желаемое место среди товарищей, они иногда могут проявлять негативизм, становятся своевольными, упрямыми и драчливыми. Необходимо помочь им найти правильные формы самоутверждения в коллективе на основе интересной и полезной для других деятельности.

Условия реализации Программы

Программа разработана на четыре года и составляет **1420 часов (первый, второй и третий год обучения – 360 часов, четвертый год обучения – 340 часов).**

Программа реализуется в кадетском классе (группе) «Юный спасатель» в целях приобретения ими первоначальных знаний и практических навыков по профессии спасателя.

Программа расширяет кругозор ученика и даёт ему соответствующую возрасту адекватную картину мира, подготавливает его к действиям в экстремальных ситуациях, прививает практические навыки оказания пострадавшим первой доврачебной помощи.

В кадетские классы принимаются дети, не имеющие медицинских противопоказаний и изъявившие желание обучаться в кадетском классе (группе) «Юный спасатель» по заявлению родителя (законного представителя). Набор производится, начиная с мая до 1 сентября текущего года.

Жизнь кадетского класса (группы) строится на выполнении Заветов Кадетов, на торжественном обещании, кодексе Чести кадетов, правах и обязанностях кадетов, Уставе школы и Положении о кадетских классах (группах).

Во внеурочное время кадеты изучают специализированные дисциплины Программы «Юный спасатель», ведётся целенаправленная воспитательная работа. При реализации программы могут предусматриваться как аудиторные, так и внеаудиторные (самостоятельные) занятия, которые проводятся по группам или индивидуально. Аудиторные занятия реализуются в различных формах: лекции, семинары, практикумы, экскурсии, выставки, экспедиции, соревнования, олимпиады и др..

Перечень специализированных дисциплин, преподаваемых в кадетских классах (группах) «Юный спасатель»:

1. Топография
2. Медицинская подготовка
3. Основы теории гражданской обороны и ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций
4. Противопожарная подготовка
5. Туристические навыки и поисково-спасательные работы
6. Огневая подготовка
7. Строевая подготовка
8. Хореография
9. Спортивное ориентирование

10. Физическая подготовка

Программа предполагает участие кадет в муниципальных и областных соревнованиях по спортивному ориентированию и туризму, топографии, участие в областном смотре-конкурсе кадетских классов Калининградской области, участие в летнем полевом лагере «Школа безопасности» и других конкурсах и соревнованиях.

Кадровое обеспечение

Механизм реализации программы основывается на взаимодействии всех педагогических работников, работающих в кадетских классах (группах). С кадетами работают:

- специалисты других организаций (ГУ МЧС по Калининградской области, ГБУ «ОГПС и ГО» г. Черняховска, ДОСААФ России по Калининградской области, Военная часть №54229, Совет ветеранов Черняховского городского округа);

- педагог-психолог;
- классные руководители;
- родители.

Финансовое обеспечение – обеспечение обучающихся кадетского класса (группы) форменным обмундированием осуществляется за счёт родителей. Обучение в кадетских классах бесплатное.

Форма одежды обучающихся кадетских классов (групп) «Юный спасатель»

Кадеты в обязательном порядке носят форму установленного образца определённую для ношения в подразделениях МЧС: пиджак, футболка, джемпер с эмблемой Министерства чрезвычайных ситуаций, брюки, туфли тёмного цвета. Единый для всех цвет - одежды – синий. Берет оранжевого цвета и белые перчатки (у девочек белые банты).

Планируемые результаты обучения

Туристические навыки и поисково-спасательные работы

По окончании изучения дисциплины

кадет должен знать:

- ✓ основные туристические узлы: восьмерка, проводник, прямой, встречный, удавка, бромшкотовый, булинь, штык;
- ✓ технику и тактику прохождения КТМ.

уметь:

- ✓ вязать основные туристические узлы: восьмерка, проводник, прямой, встречный, удавка, бромшкотовый, булинь, штык;
- ✓ устанавливать туристическую палатку, проходить контрольно — туристический маршрут: переноска раненного, мятник, мышеловка, бревно.

Топография

По окончании изучения дисциплины

Кадет должен знать:

- ✓ разновидности и тактические свойства местности;

- ✓ назначение, содержание топографических карт;
- ✓ способы измерений и ориентирования на местности по карте и без карты;

- ✓ знать и понимать способы измерения расстояний и ориентирование на местности по карте и без карты;

уметь:

- ✓ читать топографические карты и выполнять измерения по ним;
- ✓ ориентироваться на местности по карте и без карты;
- ✓ совершать движение по азимуту с картой днем и ночью;
- ✓ отличать военные карты от гражданских, выполнять простейшие измерения по ним;

владеть навыком:

- ✓ определения по карте координат отдельных целей и осуществления целеуказания;

- ✓ определения своего местонахождения;

- ✓ движения по азимуту с картой.

Основы теории ГО и ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций

По окончанию изучения дисциплины

Кадет должен знать:

- ✓ основные положения руководящих документов по вопросам организации и ведения аварийно-спасательных работ (АСР);

- ✓ функции спасательной службы и законодательную базу по ней;

- ✓ специфику аварий, катастроф и стихийных бедствий региона, их поражающие факторы и последствия;

- ✓ принципы организации и порядок ведения АСР при различных ЧС;

- ✓ свои задачи, права и обязанности;

- ✓ способы поиска, извлечения и транспортировки пострадавших в различных условиях;

- ✓ последствия применения современных видов оружия и специфику ведения АСР в этой ЧС;

- ✓ приемы оказания первой медицинской помощи;

- ✓ особенности оказания первой медицинской помощи при переломах различной локализации;

- ✓ способы переноски и транспортировки пострадавших при различных переломах;

- ✓ средства для оказания первой медицинской помощи;

- ✓ способы страховки и самостраховки;

- ✓ технику безопасности при выполнении АСР;

уметь:

- ✓ ориентироваться в законодательной базе по аварийно-спасательному делу;

- ✓ оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим;

- ✓ работать с компасом и картой, ориентироваться на местности в любое время суток при различных погодных условиях;

- ✓ контролировать свое морально-психологическое состояние при ЧС;
- ✓ применять приемы управления своим состоянием;
- ✓ иметь представление:
 - ✓ об отечественном и зарубежном опыте ведения АСР в различных ЧС природного и техногенного характера;
 - ✓ о природных явлениях региона;
 - ✓ о процессе горения, пожаре и его развитии;
 - ✓ об особенностях тушения пожаров различных категорий на различных объектах;
 - ✓ об основах психологических знаний и особенностях поведения человека в ЧС.

Противопожарная подготовка

По окончании изучения дисциплины

Кадет должен знать:

- ✓ организацию пожарной охраны, технику безопасности и охрану труда при несении службы, средства индивидуальной защиты, технику самоспасения и спасения пострадавшего;

уметь:

- ✓ спасать пострадавшего, выполнять упражнения в АСВ «Дрегер», выполнять упражнения по пожарно-спасательному спорту, владеть тактикой тушения пожаров в различных условиях.

Медицинская подготовка

По окончании изучения дисциплины

Кадет должен знать:

- ✓ принципы и методы формирования здорового образа жизни;
- ✓ факторы, влияющие на состояние здоровья;
- ✓ методы оказания первой медицинской помощи;

уметь:

- ✓ применять здоровьесберегающие технологии и методы;
- ✓ проводить реанимационные мероприятия;
- ✓ оказывать первую медицинскую помощь при травмах;
- ✓ оказывать первую медицинскую помощь при кровотечениях;
- ✓ оказывать первую медицинскую помощь при ожогах, отморожениях;
- ✓ оказывать первую медицинскую помощь при неотложных состояниях;

владеть:

- ✓ методами и способами оказания первой медицинской помощи

Огневая подготовка

По окончании изучения дисциплины

Кадет должен знать:

- ✓ меры безопасности при обращении с оружием и боеприпасами;
- ✓ приемы и правила стрельбы из оружия;

- ✓ условия и порядок выполнения упражнений Курса стрельб;
 - ✓ основные документы, регламентирующие огневую подготовку;
- уметь:*
- ✓ метко стрелять по целям из различных положений;
 - ✓ правильно применять оружие при решении задач служебного характера.

Спортивное ориентирование

По окончанию изучения дисциплины

Кадет должен знать:

- ✓ особенности топографической подготовки ориентировщиков, приемы и способы ориентирования, основные условные знаки спортивного ориентирования, последовательность действий ориентировщиков при прохождении соревновательной дистанции;

уметь:

- ✓ определять стороны горизонта, измерять расстояния на карте и на местности, применять технику спортивного ориентирования, приемы и способы ориентирования.

Строевая подготовка

По окончанию изучения дисциплины

Кадет должен знать:

- ✓ основные положения Строевого Устава, обязанности военнослужащих перед построением и в строю. Требования Строевого Устава в повседневной жизни;

уметь:

- ✓ выполнять строевые приемы индивидуально и в составе подразделения без оружия согласно требованиям Строевого устава ВС РФ.

Хореография

По окончанию изучения дисциплины

Кадет должен знать:

- ✓ названия движений и фигур в полонезе, мазурке, медленном, фигурном, венском вальсе, правильную технику исполнения;
- ✓ различать и правильно держать открытую и закрытую позицию, технику исполнения движений, технику движения в паре;

уметь:

- ✓ следить за осанкой, правильно исполнять движения, соблюдать дистанцию, различать двух- и трехчастный размер в музыке;
- ✓ правильно и эмоционально исполнять полонез, мазурку, медленный, фигурный, венский вальс.

Физическая подготовка

По окончанию изучения дисциплины

Кадет должен знать:

✓ порядок подготовки и проведения занятий по физической подготовке;

✓ меры безопасности при проведении занятий;

✓ правила страховки и оказания первой помощи;

✓ нормативы по физической подготовке в МЧС РФ;

уметь:

✓ контролировать физическую нагрузку по субъективным параметрам (частота дыхания, пульс, самочувствие);

✓ проводить разминку в соответствии с планируемой темой занятия;

✓ выполнять нормативы по физической культуре.

Формы промежуточной и итоговой аттестации.

Формы промежуточной и итоговой аттестации кадет включают:

тестирование, зачёты, анкетирование, выполнение индивидуальных и групповых творческих заданий, проведение конкурсных военно-патриотических, спортивных и интеллектуальных мероприятий.

Программа предполагает различные виды и формы итоговой аттестации. Промежуточная и итоговая аттестация проводится для кадет 1, 2 и 3 годов обучения в виде зачета за выполнение проектной работы, тестирования, зачетные смотры, конкурсы, турниры, соревнования по пройденным темам специализированных дисциплин.

Итогом полученных знаний, навыков и умений является участие кадет в муниципальных и областных соревнованиях по спортивному ориентированию и туризму, топографии, участие в областном смотре-конкурсе кадетских классов Калининградской области, участие в летнем областном полевом лагере «Школа безопасности».

При успешной сдаче зачетов обозначается в журнале буквой «з» (зачёт), при неуспешной сдаче – буквами «нз» (незачёт).

Текущий контроль успеваемости кадет направлен на поддержание учебной мотивации и интереса, выявление отношений обучающегося к изучаемому предмету, повышение уровня освоения программных требований. Текущий контроль имеет воспитательные цели и учитывает индивидуальные психологические особенности обучающегося, является частью системы оценки качества образования.

Учебный план

специализированных кадетских классов (групп) «Юный спасатель»

№ п/п	Раздел программы / Предмет, дисциплина, модуль	Теория	Практика	Всего	Формы аттестации (контроля)
1	Противопожарная подготовка	44,5	97,5	142	Промежуточный, итоговый зачёт
2	Основы теории гражданской обороны и ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций	68	74	142	Промежуточный, итоговый зачёт

3	Туристические навыки и поисково-спасательные работы	51,5	90,5	142	Промежуточный, итоговый зачёт
4	Хореография	12	130	142	Промежуточный, итоговый зачёт
5	Медицинская подготовка	77	65	142	Промежуточный, итоговый зачёт
6	Огневая подготовка	51	91	142	Промежуточный, итоговый зачёт
7	Строевая подготовка	12	130	142	Промежуточный, итоговый зачёт
8	Топография	66	76	142	Промежуточный, итоговый зачёт
9	Спортивное ориентирование	32	110	142	Промежуточный, итоговый зачёт
10	Физическая подготовка	4	138	142	Промежуточный, итоговый зачёт
Всего:		418	1002	1420	

Учебный план первого года обучения
специализированных кадетских классов (групп) «Юный спасатель»

№ п/п	Раздел программы / Предмет, дисциплина, модуль	Теория	Практика	Всего	Формы аттестации (контроля)
1	Противопожарная подготовка	12,5	23,5	36	Промежуточный, итоговый зачёт
2	Основы теории гражданской обороны и ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций	18	18	36	Промежуточный, итоговый зачёт
3	Туристические навыки и поисково-спасательные работы	20,5	15,5	36	Промежуточный, итоговый зачёт
4	Хореография	4	32	36	Промежуточный, итоговый зачёт
5	Медицинская подготовка	18	18	36	Промежуточный, итоговый зачёт
6	Огневая подготовка	16	20	36	Промежуточный, итоговый зачёт
7	Строевая подготовка	3	33	36	Промежуточный, итоговый зачёт
8	Топография	15	21	36	Промежуточный, итоговый зачёт
9	Спортивное ориентирование	10	26	36	Промежуточный, итоговый зачёт
10	Физическая подготовка	1	35	36	Промежуточный, итоговый зачёт
Всего:		118	242	360	

Учебный план второго года обучения
специализированных кадетских классов (групп) «Юный спасатель»

№ п/п	Раздел программы / Предмет, дисциплина, модуль	Теория	Практика	Всего	Формы аттестации (контроля)
1	Противопожарная подготовка	16	20	36	Промежуточный, итоговый зачёт
2	Основы теории гражданской обороны и ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций	17	19	36	Промежуточный, итоговый зачёт
3	Туристические навыки и поисково-спасательные работы	12	24	36	Промежуточный, итоговый зачёт
4	Хореография	2	34	36	Промежуточный, итоговый зачёт
5	Медицинская подготовка	20	16	36	Промежуточный, итоговый зачёт
6	Огневая подготовка	18	18	36	Промежуточный, итоговый зачёт
7	Строевая подготовка	2	34	36	Промежуточный, итоговый зачёт
8	Топография	17	19	36	Промежуточный, итоговый зачёт
9	Спортивное ориентирование	6	30	36	Промежуточный, итоговый зачёт
10	Физическая подготовка	1	35	36	Промежуточный, итоговый зачёт
Всего:		112	248	360	

Учебный план третьего года обучения
специализированных кадетских классов (групп) «Юный спасатель»

№ п/п	Раздел программы / Предмет, дисциплина, модуль	Теория	Практика	Всего	Формы аттестации (контроля)
1	Противопожарная подготовка	8	28	36	Промежуточный, итоговый зачёт
2	Основы теории гражданской обороны и ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций	16	20	36	Промежуточный, итоговый зачёт
3	Туристические навыки и поисково-спасательные работы	10	26	36	Промежуточный, итоговый зачёт
4	Хореография	3	33	36	Промежуточный, итоговый зачёт
5	Медицинская подготовка	14	22	36	Промежуточный, итоговый зачёт
6	Огневая подготовка	10	26	36	Промежуточный,

					итоговый зачёт
7	Строевая подготовка	2	34	36	Промежуточный, итоговый зачёт
8	Топография	17	19	36	Промежуточный, итоговый зачёт
9	Спортивное ориентирование	7	29	36	Промежуточный, итоговый зачёт
10	Физическая подготовка	1	35	36	Промежуточный, итоговый зачёт
Всего:		88	272	360	

Учебный план четвертого года обучения
специализированных кадетских классов (групп) «Юный спасатель»

№ п/п	Раздел программы / Предмет, дисциплина, модуль	Теория	Практика	Всего	Формы аттестации (контроля)
1	Противопожарная подготовка	8	26	34	Промежуточный, итоговый зачёт
2	Основы теории гражданской обороны и ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций	17	17	34	Промежуточный, итоговый зачёт
3	Туристические навыки и поисково-спасательные работы	10	24	34	Промежуточный, итоговый зачёт
4	Хореография	3	31	34	Промежуточный, итоговый зачёт
5	Медицинская подготовка	15	19	34	Промежуточный, итоговый зачёт
6	Огневая подготовка	7	27	34	Промежуточный, итоговый зачёт
7	Строевая подготовка	5	29	34	Промежуточный, итоговый зачёт
8	Топография	17	17	34	Промежуточный, итоговый зачёт
9	Спортивное ориентирование	9	25	34	Промежуточный, итоговый зачёт
10	Физическая подготовка	1	33	34	Промежуточный, итоговый зачёт
Всего:		92	248	340	

Недельный учебный план
специализированных кадетских классов (групп) «Юный спасатель»

№	Учебный предмет	1-й год	2-й год	3-й год	4-й год	Всего
1.	Противопожарная подготовка	1	1	1	1	4


2.	Основы теории гражданской обороны и ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций	1	1	1	1	4
3.	Туристические навыки и поисково-спасательные работы	1	1	1	1	4
4.	Хореография	1	1	1	1	4
5.	Медицинская подготовка	1	1	1	1	4
6.	Огневая подготовка	1	1	1	1	4
7.	Строевая подготовка	1	1	1	1	4
8.	Топография	1	1	1	1	4
9.	Спортивное ориентирование	1	1	1	1	4
10.	Физическая подготовка	1	1	1	1	4
Всего:		10	10	10	10	40

Календарный учебный график

Год реализации программы	1 четверть	Каникулярный период	2 четверть	Каникулярный период	3 четверть	Каникулярный период	4 четверть	Продолжительность уч. года
1 год	8 недель	1 неделя	8 недель	2 недели	9 недель	2 недели	9 недель Неделя Промежуточная аттестация	36 недель
2 год	8 недель	1 неделя	8 недель	2 недели	9 недель	2 недели	9 недель Неделя Промежуточная аттестация	36 недель
3 год	8 недель	1 неделя	8 недель	2 недели	9 недель	2 недели	9 недель Неделя Промежуточная аттестация	36 недель
4 год	8 недель	1 неделя	8 недель	2 недели	9 недель	2 недели	9 недель Итого-вая аттестация	34 недели


Условные обозначения:

Ведение занятий по расписанию

 Подготовка к туристскому слёту – лагерю «Школа безопасности»

 Туристский слёт – лагерь «Школа безопасности»

 Самостоятельная подготовка

 Промежуточная/итоговая аттестация

Содержание программы

«Противопожарная подготовка»

1 год обучения.

История развития пожарной охраны. Организация пожарной охраны. Ознакомительное занятие с пожарной частью, техникой, вооружением.

Техника безопасности и охрана труда.

Техника безопасности и охрана труда при несении службы, при сборе, выезде и следовании на пожар, при боевом развертывании, при работе на пожаре. Техника безопасности и охрана труда при работе с ручными пожарными лестницами. Техника безопасности и охрана труда при спасении и самоспасении, при разборке конструкций и аварийно-спасательных работах.

Пожарная техника и оборудование.

Классификация пожарных автомобилей, их тактико-технические характеристики. Пожарные автомобили, имеющиеся в пожарной части №11. Ручной пожарный инструмент.

Итоговое зачётное занятие.

Учебно-тематический план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
Страницы прошлого. Из истории развития пожарной охраны.2					
1	Организация пожарной охраны	1	1		Устный опрос
2	Ознакомительное занятие с пожарной частью, техникой, вооружением.	1		1	Устный опрос
Техника безопасности и охрана труда 11					
3	Техника безопасности и охрана труда при несении службы.	1	1		Устный опрос
4	Техника безопасности и охрана труда при сборе, выезде и следовании на пожар.	1	0,5	0,5	Устный опрос
5	Техника безопасности и охрана труда при боевом развертывании.	1	0,5	0,5	Устный опрос
6-7	Техника безопасности и охрана труда при работе на пожаре.	2	1	1	Устный опрос
8	Техника безопасности и охрана труда при работе с ручными пожарными лестницами. Зачет.	1		1	Тестирование
9	Самоподготовка. Техника безопасности и охрана труда при пожаре.	1	1		Самооценка

10	Техника безопасности и охрана труда при работе с ручными пожарными лестницами.	1	0,5	0,5	Устный опрос
11	Техника безопасности и охрана труда при спасении и самоспасении.	1	0,5	0,5	Устный опрос
12	Техника безопасности и охрана труда при разборке конструкций и аварийно-спасательных работах.	1	0,5	0,5	Устный опрос
13	Техника безопасности и охрана труда при разборке конструкций и аварийно-спасательных работах. Зачет.	1		1	Тестирование
Пожарная техника и оборудование²³					
14-15	Классификация пожарных автомобилей, их тактико-технические характеристики.	2	2		Устный опрос
16-17	Самоподготовка. Тактико-технические характеристики пожарных автомобилей.	2	1	1	Самооценка
18-19	Классификация пожарных автомобилей, их тактико-технические характеристики.	2	1	1	Устный опрос
20	Классификация пожарных автомобилей, их тактико-технические характеристики. Зачет.	1		1	Тестирование
21	Пожарные автомобили, имеющиеся в пожарной части.	1		1	Устный опрос
22	Пожарные автомобили, имеющиеся в пожарной части. Зачет.	1		1	Тестирование
23-24	Самоподготовка. Техника безопасности и охрана труда при разборке конструкций и аварийно-спасательных работах.	2	1	1	Самооценка
25-26	Пожарные автомобили, имеющиеся в пожарной части.	2		2	Устный опрос
27-28	Ручной пожарный инструмент.	2	1	1	Устный опрос
29	Зачет.	1		1	Тестирование
30-33	Подготовка к слету-лагерю «Школа безопасности».	4		4	Решение проблемных задач
34-35	Туристский слёт – лагерь	2		2	Решение

	«Школа безопасности».				проблемных задач
36	Промежуточная аттестация.	1		1	Тестирование
	Итого	36	12,5	23,5	

2 год обучения

Пожарная техника и оборудование.

Боевая одежда и снаряжение пожарного. Пожарные ручные лестницы. Пожарные рукава и соединительная арматура. Пожарные рукава и соединительная арматура. Пожарные стволы. Огнетушители, огнетушащие вещества, их классификация. Противопожарное водоснабжение. Пожарная связь и сигнализация.

Пожарная тактика.

Пожар и сопровождающие его явления. Способы прекращения горения и огнетушащие средства. Подготовка к тушению пожара. Основы организации тушения пожаров в населенных пунктах. Боевые действия подразделений пожарной охраны. Руководство боевой работой на пожаре. Тактика тушения пожаров в различных условиях.

Итоговое зачётное занятие.

Учебно-тематический план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации /контроля
		Всего	Теория	Практика	
Пожарная техника и оборудование (19)					
1	Боевая одежда и снаряжение пожарного.	1	1		Устный опрос
2	Пожарные ручные лестницы.	1	1		Устный опрос
3-6	Пожарные рукава и соединительная арматура.	4	1	3	Устный опрос
7-8	Пожарные рукава и соединительная арматура. Зачет.	2		2	Тестирование
9	Самоподготовка. Составляющие пожарного рукава.	1	1		Самооценка
10	Пожарные рукава и соединительная арматура.	1	1		Устный опрос
11-12	Пожарные стволы.	2	1	1	Устный опрос
13	Огнетушители, огнетушащие вещества, их классификация.	1	1		Устный опрос
14-16	Противопожарное водоснабжение.	3	1	2	Устный опрос
17	Пожарная связь и сигнализация. Зачет.	1		1	Тестирование
18-19	Самоподготовка. Пожарная техника и оборудование.	2	1	1	Самооценка
Пожарная тактика (17)					

20	Пожар и сопровождающие его явления.	1	1		Устный опрос
21-22	Способы прекращения горения и огнетушащие средства.	2	1	1	Устный опрос
23-24	Подготовка к тушению пожара.	2	1	1	Устный опрос
25-26	Основы организации тушения пожаров в населенных пунктах.	2	1	1	Устный опрос
27-28	Основы организации тушения пожаров в населенных пунктах. Зачет.	2		2	Тестирование
29-30	Самоподготовка. Основы организации тушения пожаров.	2	1	1	Самооценка
31-32	Боевые действия подразделений пожарной охраны.	2	1	1	Устный опрос
33-34	Руководство боевой работой на пожаре.	2	1	1	Устный опрос
35	Тактика тушения пожаров в различных условиях.	1		1	Устный опрос
36	Итоговая аттестация.	1		1	Тестирование
	Итого	36	16	20	

3 год обучения

Пожарная тактика.

Тактика тушения пожаров в различных условиях.

Газодымозащитная подготовка.

Газодымозащитная служба в ГПС. Средства индивидуальной защиты органов дыхания и зрения. Техника безопасности и охрана труда при работе в СИЗОД. Проверки АСВ «Дрегер». Обязанности постового на посту безопасности, расчеты.

Практические занятия.

Подъем по штурмовой лестнице. Установка, подъем по технической лестнице.

Итоговое зачётное занятие.

Учебно-тематический план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации /контроля
		Всего	Теория	Практика	
Пожарная тактика (5)					
1 - 4	Тактика тушения пожаров в различных условиях.	5	1	4	Устный опрос
Газодымозащитная подготовка (20)					
5 - 8	Газодымозащитная служба в ГПС.	4	1	3	Устный опрос

9 - 12	Средства индивидуальной защиты органов дыхания и зрения.	4	1	3	Устный опрос
13 - 16	Техника безопасности и охрана труда при работе в СИЗОД.	4	1	3	Устный опрос
17 - 20	Проверки АСВ «Дрегер».	4	1	3	Устный опрос
21 - 24	Обязанности постового на посту безопасности, расчеты.	4	1	3	Устный опрос
Практические занятия. (11)					
25 - 29	Подъем по штурмовой лестнице.	5	1	4	Устный опрос
30 - 34	Установка, подъем по технической лестнице.	5	1	4	Устный опрос
35- 36	Итоговая аттестация.	2		2	Тестирование
Итого		36	8	28	

4 год обучения

Самоспасение. Спасение пострадавшего.

Развертывание лафетного ствола. Боевое развертывание. Выполнение упражнений в АСВ «Дрегер». Выполнение упражнений по пожарно-спасательному спорту.

Подъем по штурмовой лестнице. Установка, подъем по технической лестнице.

Итоговое зачётное занятие.

Учебно-тематический план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации /контроля
		Всего	Теория	Практика	
Пожарная тактика (8)					
1-4	Самоспасение.	4	1	3	Устный опрос
5-8	Спасение пострадавшего.	4	1	3	
Газодымозащитная подготовка (16)					
9-12	Развертывание лафетного ствола.	4	1	3	Устный опрос
13-16	Боевое развертывание.	4	1	3	Устный опрос
17-20	Выполнение упражнений в АСВ «Дрегер»	4	1	3	Устный опрос
21-24	Выполнение упражнений по пожарно-спасательному спорту.	4	1	3	Устный опрос
Практические занятия. (10)					
25-28	Подъем по штурмовой лестнице.	4	1	3	Устный опрос
29-32	Установка, подъем по	4	1	3	Устный опрос

	технической лестнице.				
33-34	Итоговая аттестация.	2		2	Тестирование
	Итого	34	8	26	

«Основы теории ГО и ликвидации последствий»

1 год обучения

Гражданская оборона Российской Федерации. История развития сил МЧС России. Цели и задачи МЧС России, профессиональная подготовка спасателей.

Экстремальные температуры воздуха. Холод, охлаждение, переохлаждение, обморожение. Жара, солнечный удар, тепловой удар. Чрезвычайные ситуации: классификация. Классификация по масштабам и тяжести последствий. Чрезвычайные ситуации природного, техногенного, экологического и социального характера. Природные пожары. Понятие о радиосвязи. Классификация природных и техногенных чрезвычайных ситуаций по месту возникновения и характера воздействия источника ЧС.

Итоговое зачётное занятие.

Учебно-тематический план

№ п/п	Наименование разделов и тем занятий	В том числе			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
Раздел 1. Гражданская оборона Российской Федерации.					
1	Гражданская оборона Российской Федерации. История развития сил МЧС России.	1	1		анкетирование
2	Цели и задачи МЧС России, профессиональная подготовка спасателей.	1	1		тестовые задания
3-4	Экстремальные температуры воздуха. Холод, охлаждение, переохлаждение, обморожение.	2	1	1	индивидуальные карточки
5-6	Экстремальные температуры воздуха. Жара, солнечный удар, тепловой удар.	2	1	1	тестовые задания
7	Экстремальные температуры воздуха. Зачет.	1		1	зачет
8-10	Чрезвычайные ситуации: классификация. Классификация по масштабам и тяжести последствий.	3	2	1	индивидуальные карточки, наблюдение и анализ умений
11-12	Чрезвычайные ситуации природного характера.	2	1	1	тестовые задания

13-14	Чрезвычайные ситуации техногенного характера.	2	1	1	тестовые задания
15-16	Чрезвычайные ситуации экологического характера.	2	1	1	тестовые задания
17	Чрезвычайные ситуации социального характера. Зачет.	1	1		зачет
18	Самоподготовка. Как вести себя в различных чрезвычайных ситуациях. Составление алгоритма действий.	1		1	самооценка
19-20	Природные пожары.	2	1	1	тестовые задания
21-22	Понятие о радиосвязи.	2	1	1	наблюдение и анализ умений
23	Понятие о радиосвязи. Зачет.	1		1	зачет
24-28	Классификация природных и техногенных чрезвычайных ситуаций по месту возникновения и характеру воздействия источника ЧС.	5	3	2	наблюдение и анализ умений
29	Самоподготовка. Алгоритм действия при техногенных чрезвычайных ситуациях.	1		1	тестовые задания
30-33	Классификация природных и техногенных чрезвычайных ситуаций по месту возникновения и характера воздействия источника ЧС.	4	3	1	наблюдение и анализ умений
34	Подготовка к слету-лагерю «Школа безопасности».	1		1	наблюдение и анализ умений
35	Туристский слёт – лагерь «Школа безопасности»	1		1	наблюдение и анализ умений
36	Промежуточная аттестация	1		1	зачет
Всего:		36	18	18	

2 год обучения

Основные положения документов, регламентирующих деятельность аварийно-спасательных служб. Организация и ведение аварийно-спасательных и других неотложных работ в зонах ЧС.

Техника безопасности при производстве работ в очаге землетрясения. Действия в чрезвычайных ситуациях: землетрясения, наводнения, лесные пожары, ураганы, бури, смерчи, селевые потоки и оползни.

Сигналы оповещения Гражданской обороны и действия населения по ним. Защитные сооружения гражданской обороны: убежища, быстровозводимые убежища.

Практические занятия ПСЧ -11.

Итоговое зачётное занятие.

Учебно-тематический план

№ п/п	Наименование разделов и тем занятий	В том числе			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
Раздел 1. Регламент деятельности аварийно-спасательных служб.					
1-2	Основные положения документов, регламентирующих деятельность аварийно-спасательных служб.	2	2		анкетирование
3-6	Организация и ведение аварийно-спасательных и других неотложных работ в зонах ЧС.	4	2	2	тестовые задания
7	Организация и ведение аварийно-спасательных и других неотложных работ в зонах ЧС. Зачет.	1		1	зачет.
Раздел 2. Техника безопасности.					
8-9	Техника безопасности при производстве работ в очаге землетрясения.	2	1	1	тестовые задания
10	Самоподготовка. Составление памяток-оповещений при возникновении ЧС.	1		1	самооценка
11-17	Техника безопасности при производстве работ в очаге землетрясения.	7	3	4	наблюдение и анализ умений
18	Самоподготовка. Опасность нахождения в очаге землетрясения.	1	1		наблюдение и анализ умений
19-20	Действия в чрезвычайных ситуациях: землетрясения.	2	1	1	наблюдение и анализ умений
21-22	Действия в чрезвычайных ситуациях: наводнения.	2	1	1	наблюдение и анализ умений
23-24	Действия в чрезвычайных ситуациях: лесные пожары.	2	1	1	индивидуальные карточки
25-26	Действия в чрезвычайных ситуациях: ураганы, бури,	2	1	1	наблюдение и анализ

	смерчи.				умений
27	Действия в чрезвычайных ситуациях: селевые потоки и оползни.	1	1		индивидуальные карточки
28	Действия в чрезвычайных ситуациях: селевые потоки и оползни. Зачет	1		1	зачет
Раздел 3. Сигналы оповещения Гражданской обороны и действия населения по ним.					
29-30	Сигналы оповещения Гражданской обороны и действия населения по ним.	2	1	1	тестовые задания
31-33	Защитные сооружения гражданской обороны: убежища, быстровозводимые убежища.	3	2	1	индивидуальные карточки
34	Подготовка к слету-лагерю «Школа безопасности».	1		1	наблюдение и анализ умений
35	Туристский слёт – лагерь «Школа безопасности»	1		1	наблюдение и анализ умений
36	Промежуточная аттестация	1		1	зачет
	Итого	36	17	19	

3 год обучения

Основные положения документов, регламентирующих деятельность аварийно-спасательных служб. Организация и ведение аварийно-спасательных и других неотложных работ в зонах ЧС.

Техника безопасности при производстве работ в очаге землетрясения. Действия в чрезвычайных ситуациях: землетрясения, наводнения, лесные пожары, ураганы, бури, смерчи, селевые потоки и оползни.

Сигналы оповещения Гражданской обороны и действия населения по ним. Защитные сооружения гражданской обороны: убежища, быстровозводимые убежища.

Практические занятия ПСЧ -11.

Итоговое зачётное занятие.

Учебно-тематический план

№ п/п	Наименование разделов и тем занятий	В том числе			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
Раздел 1. Регламент деятельности аварийно-спасательных служб.					
1-2	Основные положения документов, регламентирующих деятельность аварийно-спасательных служб.	2	2		анкетирование

3-6	Организация и ведение аварийно-спасательных и других неотложных работ в зонах ЧС.	4	2	2	тестовые задания
7	Организация и ведение аварийно-спасательных и других неотложных работ в зонах ЧС. Зачет.	1		1	зачет.
Раздел 2. Техника безопасности.					
8-9	Техника безопасности при производстве работ в очаге землетрясения.	2	1	1	тестовые задания
10	Самоподготовка. Составление памяток-оповещений при возникновении ЧС.	1		1	самооценка
11-17	Техника безопасности при производстве работ в очаге землетрясения.	7	3	4	наблюдение и анализ умений
18-19	Самоподготовка. Опасность нахождения в очаге землетрясения.	2	1	1	наблюдение и анализ умений
20-21	Действия в чрезвычайных ситуациях: землетрясения.	2	1	1	наблюдение и анализ умений
22-23	Действия в чрезвычайных ситуациях: наводнения.	2	1	1	наблюдение и анализ умений
24-25	Действия в чрезвычайных ситуациях: лесные пожары.	2	1	1	индивидуальные карточки
26-27	Действия в чрезвычайных ситуациях: ураганы, бури, смерчи.	2	1	1	наблюдение и анализ умений
28	Действия в чрезвычайных ситуациях: селевые потоки и оползни.	1	1		индивидуальные карточки
29	Действия в чрезвычайных ситуациях: селевые потоки и оползни. Зачет	1		1	зачет
Раздел 3. Сигналы оповещения Гражданской обороны и действия населения по ним.					
30-31	Сигналы оповещения Гражданской обороны и действия населения по ним.	2	1	1	тестовые задания
32-33	Защитные сооружения гражданской обороны: убежища, быстровозводимые убежища.	2	1	1	индивидуальные карточки
34	Подготовка к слету-лагерю «Школа безопасности».	1		1	наблюдение и анализ умений

35	Туристский слёт – лагерь «Школа безопасности»	1		1	наблюдение и анализ умений
36	Промежуточная аттестация	1		1	зачет
	Итого	36	16	20	

4 год обучения

Регламент деятельности аварийно-спасательных служб. Основные положения документов, регламентирующих деятельность аварийно-спасательных служб. Организация и ведение аварийно-спасательных и других неотложных работ в зонах ЧС.

Техника безопасности. Техника безопасности при производстве работ в очаге землетрясения. Действия в чрезвычайных ситуациях: землетрясения, наводнения, лесные пожары, ураганы, бури, смерчи, селевые потоки и оползни.

Сигналы оповещения Гражданской обороны и действия населения по ним. Сигналы оповещения Гражданской обороны и действия населения по ним. Защитные сооружения гражданской обороны: убежища, быстровозводимые убежища.

Практика: практические занятия ПСЧ -11.

Итоговое зачётное занятие.

Учебно-тематический план

№ п/п	Наименование разделов и тем занятий	В том числе			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
Раздел 1. Регламент деятельности аварийно-спасательных служб.					
1-2	Основные положения документов, регламентирующих деятельность аварийно-спасательных служб.	2	2		анкетирование
3-6	Организация и ведение аварийно-спасательных и других неотложных работ в зонах ЧС.	4	2	2	тестовые задания
7	Организация и ведение аварийно-спасательных и других неотложных работ в зонах ЧС. Зачет.	1		1	зачет.
Раздел 2. Техника безопасности.					
8-9	Техника безопасности при производстве работ в очаге землетрясения.	2	1	1	тестовые задания
10	Самоподготовка. Составление памяток-оповещений при возникновении ЧС.	1		1	самооценка

11-17	Техника безопасности при производстве работ в очаге землетрясения.	7	3	4	наблюдение и анализ умений
18-19	Самоподготовка. Опасность нахождения в очаге землетрясения.	2	1	1	наблюдение и анализ умений
20-21	Действия в чрезвычайных ситуациях: землетрясения.	2	1	1	наблюдение и анализ умений
22-23	Действия в чрезвычайных ситуациях: наводнения.	2	1	1	наблюдение и анализ умений
24-25	Действия в чрезвычайных ситуациях: лесные пожары.	2	1	1	индивидуальные карточки
26-27	Действия в чрезвычайных ситуациях: ураганы, бури, смерчи.	2	1	1	наблюдение и анализ умений
28	Действия в чрезвычайных ситуациях: селевые потоки и оползни.	1	1		индивидуальные карточки
29	Действия в чрезвычайных ситуациях: селевые потоки и оползни. Зачет	1		1	зачет
30-31	Самоподготовка. Алгоритм действия в ЧС.	2	1	1	самооценка
Раздел 3. Сигналы оповещения Гражданской обороны и действия населения по ним.					
32	Сигналы оповещения Гражданской обороны и действия населения по ним.	1	1		тестовые задания
33	Защитные сооружения гражданской обороны: убежища, быстровозводимые убежища.	1		1	индивидуальные карточки
34	Итоговое зачетное занятие.	1	1		зачет
Итого		34	17	17	

«Туристические навыки и поисково-спасательные работы»

1 год обучения

История развития туристического спорта.

Изучение топографических знаков.

Личное и групповое туристское снаряжение. Работа со снаряжением, уход за ним и его ремонт. Организация туристского быта. Меры безопасности при обращении с огнем, кипятком. Организация питания в походе. Составление меню и списка необходимых продуктов питания для 1-3 дневного похода.

Техника пешеходного туризма. Использование страховки и самостраховки. Понятие и назначение страховочной системы. Изготовление и одевание страховочной системы. Навыки вязания и использования

туристических узлов. Техника преодоления естественных препятствий со страховкой. Меры безопасности при преодолении препятствий.

Понятие о топографической и спортивной карте. Назначение компаса. Типы компасов. Устройство компаса. Ориентирование по местным признакам. Ориентирование по карте на местности. Наведение маршрута. Определение азимута. Характеристика местности. Теория наведения переправы.

Изучение техники прохождения контрольно - туристического маршрута (КТМ).

Итоговое зачётное занятие.

Учебно-тематический план

№ п/п	Тема занятий	В том числе			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Туристический быт. Личное и групповое туристское снаряжение.	1	1		Устный опрос
2	Работа со снаряжением, уход за ним и его ремонт.	1	1		Контрольные задания
3	Организация туристского быта.	1	1		Устный опрос
4	Правила установки палаток и размещение в них вещей.	1	0,5	0,5	тестирование
5	Типы костров, правила их разведения.	1	0,5	0,5	Устный опрос
6	Типы костров, правила их разведения. Зачет.	1		1	зачет
7	Правила работы с топором, пилой, правила хранения и переноски колющих и режущих предметов. Правила ухода за одеждой и обувью в походе. Меры безопасности при обращении с огнем, кипятком.	1	1		Устный опрос
8	Организация питания в походе	1	1		Письменный опрос
9	Приготовление пищи на костре.	1	1		тестирование
10	Составление меню и списка необходимых продуктов питания для 1-3 дневного похода.	1	0,5	0,5	Устный опрос
11	Техника пешеходного туризма.	1		1	Устный опрос
12	Использование страховки и само страховки.	1	0,5	0,5	Устный опрос
13	Использование страховки и само страховки. Зачет.	1		1	зачет
14	Понятие и назначение страховочной системы. Изготовление и одевание страховочной системы.	1	0,5	0,5	Тестирование
15	Навыки вязания и использования простейших узлов: прямой, проводник, восьмерка, двойной проводник.	1	0,5	0,5	Устный опрос
16	Навыки вязания и использования простейших узлов: стремя, схватывающий, встречный, булинь.	1		1	Практическая работа

17	Техника преодоления естественных препятствий со страховкой.	1		1	Тестирование
18	Меры безопасности при преодолении препятствий.	1	1		тестирование
19	Преодоление естественных препятствий с использованием страховочной системы: подъем, траверс, спуск, переправы.	1		1	Практическая работа
20	Понятие о топографической и спортивной карте.	1	1		Тестирование
21	Назначение компаса. Типы компасов. Устройство компаса.	1	1		тестирование
22	Ориентирование по местным признакам.	1	0,5	0,5	Устный опрос
23	Определение азимута по солнцу в разное время дня.	1	0,5	0,5	тестирование
24	Определение азимута по ночным светилам. Зачет.	1	0,5	0,5	зачет
25	Определение сторон горизонта по местным предметам.	1	1		самооценка
26	Характеристика местности.	1	1		Устный опрос
27	Теоретическое наведение переправы «навесная».	1	1		Устный опрос
28	Теория наведения переправы «параллельная».	1	1		Устный опрос
29	Теория наведения спуск, подъем.	1	1		Устный опрос
30	Теория наведения переправы по бревну, вброд.	1	1		Устный опрос
31-33	Практическая отработка наведения переправы.	3		3	Практическая работа
34	Подготовка к слету-лагерю «Школа безопасности».	1		1	Практическая работа
35	Туристский слёт – лагерь «Школа безопасности»	1		1	Практическая работа
36	Промежуточная аттестация	1		1	тестирование
	Итого	36	19,5	16,5	

2 год обучения

История развития туристического спорта.

Изучение топографических знаков.

Определение азимута по карте, на местности. Зачет.

Изучение техники вязания туристических узлов (восьмерка, проводник, прямой, встречный, удавка, бромшкотовый, булинь, штык, схватывающий, стремя, ткацкий). Зачет.

Изучение техники прохождения контрольно - туристического маршрута (КТМ). Зачет.

Установка туристической палатки; техника спуска, подъема; параллельные веревки; азимут определения расстояния; кочки.

Изучение техники прохождения контрольно — туристического маршрута(КТМ) (переноска раненного; маятник; мышеловка; бревно). Зачет.

Подготовка к туристическому слету. Зачет.
 Подготовка к слету-лагерю «Школа безопасности».
 Туристский слёт – лагерь «Школа безопасности».
 Самоподготовка.
 Итоговая аттестация.

Учебно-тематический план

№ п/п	Тема занятий	В том числе			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	История развития туристического спорта.	1	1		Устный опрос
2-4	Изучение топографических знаков.	3	2	1	Устный опрос
5-6	Определение азимута по карте, на местности.	2	1	1	Практическая работа
7	Зачет. Определение азимута по карте, на местности.	1		1	зачет
8	Самоподготовка. Виды узлов.	1	1		самооценка
9-11	Изучение техники вязания туристических узлов /восьмерка, проводник, прямой, встречный, удавка, бромшкотовый, булинь, штык/.	3	1	2	Устный опрос
12-14	Изучение техники вязания туристических узлов /схватывающий, стремя, ткацкий.	3		3	тестирование
15	Зачет по вязке узлов.	1		1	зачет
16	Самоподготовка. Контрольно-туристический маршрут.	1	1		самооценка
17	Изучение техники прохождения контрольно - туристического маршрута (КТМ).	1	1		тестирование
18	Зачет по КТМ.	1		1	зачет
19-21	Установка туристической палатки; техника спуска, подъема; параллельные веревки; азимут определения расстояния; кочки.	3	1	2	Устный опрос
22-24	Изучение техники прохождения контрольно — туристического маршрута(КТМ) /переноска раненного; маятник; мышеловка; бревно/.	3	1	2	Устный опрос
25-27	Изучение техники прохождения контрольно — туристического маршрута (КТМ) /переноска раненного; маятник; мышеловка; бревно/.	3	1	2	Тестирование
28	Зачет. Техника прохождения КТМ.	1		1	зачет
29-33	Подготовка к слету-лагерю «Школа	5	1	4	Практическая

	безопасности».				работа
34-35	Туристский слёт – лагерь «Школа безопасности»	2		2	Практическая работа
36	Промежуточная аттестация	1		1	тестирование
	Итого	36	12	24	

3 год обучения

История развития туристического спорта.

Изучение топографических знаков.

Определение азимута по карте, на местности. Зачет.

Изучение техники вязания туристических узлов (восьмерка, проводник, прямой, встречный, удавка, бромшкотовый, булинь, штык, схватывающий, стремя, ткацкий). Зачет.

Изучение техники прохождения контрольно - туристического маршрута (КТМ). Зачет.

Установка туристической палатки; техника спуска, подъема; параллельные веревки; азимут определения расстояния; кочки.

Изучение техники прохождения контрольно — туристического маршрута(КТМ) (переноска раненного; маятник; мышеловка; бревно).Зачет.

Подготовка к туристическому слету. Зачет.

Подготовка к слету-лагерю «Школа безопасности».

Туристский слёт – лагерь «Школа безопасности»

Самоподготовка

Итоговая аттестация

Учебно-тематический план

№ п/п	Тема занятий	В том числе			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Введение. Техника безопасности, анкетирование	1	1		Наблюдение
2.	Краеведение. Изучение района путешествия	1	1		Наблюдение
3.	Общественно полезная работа в путешествии, охрана природы и памятников культуры	1		1	Наблюдение
4.	Спортивный туризм. Изучение правил проведения соревнований по пешеходному и лыжному туризму	1	1		Индивидуальный опрос
5.	Преодоление водных преград (вброд, над водой, по воде, вплавь)	1		1	Конкурс команд
6.	Тактика движения и техника преодоления естественных препятствий в походе (лыжный и пешеходный туризм)	1		1	Практическая работа
7.	Правила поведения туристов	1	1		Индивидуальный опрос
8.	Основы безопасности в природной среде	1	1		Опрос
9.	Организация бивачных работ	1		1	Практическая

					работа
10.	Организация туристского быта в экстремальных ситуациях	1		1	Опрос
11.	Организация работы по развертыванию и свертыванию лагеря	1		1	Конкурс команд
12.	Техника разведения костра	1		1	Практическая работа
13.	Охрана природы, противопожарные меры	1		1	Опрос
14.	Требования к предметам снаряжения	1		1	Викторина
15.	Снаряжение для пешеходного туризма	1		1	Конкурс команд
16.	Страховка и самостраховка в пешеходном туризме	1		1	Индивидуальный опрос
17.	Техника вязки узлов	1		1	Индивидуальная работа на скорость
18.	Подножный корм и очистка воды.	1		1	Наблюдение
19.	Составление меню и раскладка продуктов	1	1		Практическая работа
20.	Возможность пополнения пищевых запасов в пути	1	1		Конкурс команд
21.	Ориентирование. Глазомерная съемка местности.	1		1	Опрос
22.	Измерение расстояния на карте и местности.	1		1	Практическая работа
23.	Определение масштаба карты.	1		1	Наблюдение
24.	Условные знаки	1		1	Тестирование
25.	Движение на местности с помощью карты	1		1	Практическая работа
26.	Работа с картой и компасом	1		1	Индивидуальный опрос
27.	Ориентирование в сложных условиях.	1		1	Конкурс команд, наблюдение
28.	Обзор аварийных ситуаций Сигналы бедствия	1		1	Конкурс команд
29.	Поисково-спасательная служба и ее деятельность	1	1		Опросник
30.	Туристские возможности родного края, обзор экскурсионных объектов, музеи	1		1	Наблюдение, викторина
31.	Краткие сведения о строении и функциях организма человека и влиянии физических упражнений	1	1		Устный опрос
32.	Горный туризм	1	1		Конкурс команд
33.	Пешеходный поход	1		1	Наблюдение в походе Итоговый тест
34.	Подготовка к слету-лагерю «Школа безопасности».	1		1	Практическая работа
35.	Туристский слёт – лагерь «Школа безопасности»	1		1	Практическая работа
36.	Промежуточная аттестация	1		1	тестирование
	Итого	36	10	26	

4 год обучения

Введение. Техника безопасности, анкетирование. Краеведческая и экскурсионная работа в походах. Краеведение. Изучение района путешествия. Составление карты маршрута.

Спортивный туризм. Техника и тактика водного и спелеотуризма. Преодоление водных преград (вброд, над водой, по воде, вплавь). Основные препятствия спелеотуристских походов. Правила поведения туристов в лесу, на воде, на заболоченной местности, на склонах, во время грозы, в населенных пунктах. Обеспечения безопасности человека в природных условиях.

Проведение походов в зимний период. Техника безопасности туриста в зимний период. Страховка и самостраховка в горном туризме. Техника вязки узлов, Отработка навыков завязывания туристских узлов. Особые случаи ориентирования на местности. Определение азимута на заданный ориентир, движение группы по азимутам на заданное расстояние. Условные знаки.

Виды спортивного ориентирования. Старт, финиш, движение по дистанции. Особенности ориентирования в различных видах путешествий. Аварийные ситуации. Сигналы бедствия, действия в случае потери участника группы.

Опасность на воде. Профилактика несчастных случаев. Первая помощь утопающему. Социальная безопасность.

Итоговая аттестация

Учебно-тематический план

№ п/п	Тема занятий	В том числе			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Введение. Техника безопасности, анкетирование	1	1		Наблюдение
2.	Краеведческая и экскурсионная работа в походах.	1	1		Наблюдение
3.	Краеведение. Изучение района путешествия. Составление карты маршрута	1		1	Практическая работа
4.	Спортивный туризм. Техника и тактика водного и спелеотуризма	1		1	Индивидуальный опрос
5.	Преодоление водных преград (вброд, над водой, по воде, вплавь), основные препятствия	1		1	Конкурс команд
6.	Основные препятствия спелеотуристских походов	1		1	Индивидуальный опрос
7.	Правила поведения туристов в лесу, на воде, на заболоченной местности, на склонах, во время грозы, в населенных	1		1	Индивидуальный опрос

	пунктах.				
8.	Обеспечения безопасности человека в природных условиях	1	1		Викторина
9.	Проведение походов в зимний период. Техника безопасности туриста в зимний период.	1		1	Опрос
10.	Техника разведения костра в условиях непогоды	1		1	Практическая работа
11.	Снаряжение для горного туризма. Требования к предметам снаряжения для горного туризма	1		1	Конкурс команд
12.	Страховка и самостраховка в горном туризме	1		1	Индивидуальный опрос,
13.	Техника вязки узлов, Отработка навыков завязывания туристских узлов.	1		1	Индивидуальная работа на скорость
14.	Причины возникновения аварийных ситуаций в походе и меры их предупреждения. Психологические аспекты взаимоотношений в группе	1	1		Наблюдение
15.	Привалы и ночлеги	1	1		Практическая работа
16.	Возможность пополнения пищевых запасов в природных условиях	1	1		Конкурс команд
17.	Расчетный метод определения скорости передвижения в походе	1		1	Наблюдение
18.	Особые случаи ориентирования на местности	1		1	Опрос
19.	Определение азимута на заданный ориентир, движение группы по азимутам на заданное расстояние.	1		1	Практическая работа
20.	Условные знаки.	1		1	Топографический диктант
21.	Чтение топографической карты по квадратам и маршрутам.	1		1	Тестирование
22.	Виды спортивного ориентирования. Старт, финиш, движение по дистанции	1		1	Практическая работа
23.	Особенности ориентирования в различных видах путешествий	1		1	Индивидуальный опрос
24-25	Аварийных ситуаций Сигналы бедствия, действия в случае потери участника группы	2	1	1	Конкурс команд
26	Спортивная подготовка туриста. Естественные факторы природы в походе. Закаливание	1		1	Конкурс команд
27-28	Опасность на воде. Профилактика несчастных случаев. Первая помощь утопающему. Социальная безопасность	2	1	1	Устный опрос
29-31	Основные виды травм в туризме, первая медицинская помощь	3	1	2	Опросник

32-33	Способы транспортировки пострадавшего	2		2	Конкурс команд
34	Итоговая аттестация.	1	1	1	Зачет
	Итого	34	10	24	

«Хореография»
1 год обучения

Упражнения для развития чувства ритма: простые ритмические шаги по кругу и на середине, сочетание шагов и движений рук, переменный шаг, галоп по кругу. Основные позиции рук и ног в классическом танце. Плие, релеве, батман тандю из 1поз, 1-ое порт де бра, батман тандю жете. Прыжки по 1,2,6 позициям, с 2-х ног на одну, прыжок с поворотом на 90 градусов. Шаг полонеза.

Основное положение в паре, шаг полонеза в паре. Подготовка к медленному вальсу, вальсовый шаг вперед-назад с продвижением вперед в медленном темпе. Вальсовый квадрат. Подготовительное положение в паре. Вальсовый квадрат в паре. Итоговое зачётное занятие.

Учебно-тематический план

№	Наименование разделов и тем	Общее количество учебных часов	В том числе		Форма контроля
			Теоретич.	Практич.	
Раздел 1: Введение в предмет		3	3	1	
1.1	Инструктаж. Культура танца.	1	2		Свободный опрос.
1.2	Понятие «танец». Направления танца.	1	1	1	Свободный опрос.
1.3	История танца.	1			Тест.
Раздел 2: Историко-бытовой танец		11	1	10	
2.1	Бальный этикет	1	1		Свободный опрос
2.2	Полька	3		3	Контроль выполнения упражнения. Зачёт.
2.3	Полька-тройка	2		2	Контроль выполнения упражнения. Зачёт.
2.4	Падеграс	3		3	Контроль выполнения упражнения. Зачёт.
2.5	Фигурный вальс	2		2	Контроль выполнения упражнения. Зачёт.
Раздел 3: Народный танец		12		12	
3.1	Русский лирический	3		3	Контроль выполнения упражнения. Зачёт.
3.2	Ручеек	3		3	Контроль выполнения упражнения. Зачёт.
3.3	Русский танец	3		3	Контроль выполнения упражнения. Зачёт.

3.4	Греческий танец «сиртаки»	3		3	Контроль выполнения упражнения. Зачёт.
Раздел 4: Композиционно-постановочный практикум		9		5	
4.1	Кадетский вальс	6		3	Анализ исполнения упражнения. Зачёт.
4.2	Падеграс	3		2	Анализ исполнения упражнения. Зачёт.
Раздел 5. Итоговые занятия		1		1	
5.1.	Промежуточная аттестация.	1		1	
Итого:		36	4	32	

2 год обучения

Упражнения для развития чувства ритма: простые ритмические шаги по кругу и на середине, сочетание шагов и движений рук, переменный шаг, галоп по кругу. Простые танцевальные движения на середине. Классический экзерсис на середине: деми и гран плие, батман тандю и жете, ронд де жамб пар терр, Гран батман жете, прыжок шаршман де пьед.

Варианты положения в паре, основные фигуры и перестроения в полонезе. Закрытая позиция партнеров в вальсе. Шаг венского вальса. Фигурный вальс. Разучивание композиции полонеза.

Итоговое зачётное занятие.

Учебно-тематический план

№	Наименование разделов и тем	Общее количество учебных часов	В том числе		Форма контроля
			Теоретич.	Практич.	
Раздел 1: Введение в предмет		7	1	6	
1.1	Инструктаж. Культура танца.	1	1	1	Свободный опрос.
1.2	Понятие «танец». Направления танца.	1		1	Свободный танец.
1.3	История танца.	1			Тест.
1.4	Разнообразие танцевального мира.	4		4	Свободный опрос.
Раздел 2: Историко-бытовой танец		13	1	12	
2.1	Бальный этикет	1	1		Свободный опрос.
2.2	Полонез	3		3	Контроль выполнения упражнения. Зачёт.
2.3	Миньон	3		3	Контроль выполнения упражнения. Зачёт.
2.4	Краковяк	3		3	Контроль

					выполнения упражнения. Зачёт.
2.5	Вальс-гавот	3		3	Контроль выполнения упражнения. Зачёт.
Раздел 3: Бальный танец		4		4	
3.1	Медленный вальс	2		2	Контроль выполнения упражнения. Зачёт.
3.2	Венский вальс	2		2	Контроль выполнения упражнения. Зачёт.
Раздел 4: Народный танец		4		4	
4.1	Московская кадрили	2		2	Контроль выполнения упражнения. Зачёт.
4.2	Тарантелла	2		2	Контроль выполнения упражнения. Зачёт.
Раздел 5: Композиционно-постановочный практикум		7		7	
5.1	Кадетский вальс	4		4	Анализ исполнения упражнения. Зачёт.
5.2	Падеграс	3		3	Анализ исполнения упражнения. Зачёт.
Раздел 6: Итоговые занятия		1		1	
6.1	Промежуточная аттестация	1		1	
Итого:		36	2	34	

3 год обучения

Упражнения для развития чувства ритма: простые ритмические шаги по кругу и на середине, сочетание шагов и движений рук, переменный шаг, галоп по кругу. Простые танцевальные движения на середине. Классический экзерсис на середине: деми и гран плие, батман тандю и жете, ронд де жамб пар терр, Гран батман жете, прыжок шаршман де пьед.

Варианты положения в паре, основные фигуры и перестроения в полонезе. Закрытая позиция партнеров в вальсе. Шаг венского вальса. Фигурный вальс. Разучивание композиции полонеза.

Итоговое зачётное занятие.

Учебно-тематический план

№	Наименование разделов и тем	Общее количество учебных часов	В том числе		Форма контроля
			Теоретич.	Практич.	
Раздел 1: Введение в предмет		6	3	3	
1.1	Инструктаж. Культура танца.	1	1		Свободный опрос.
1.2	Понятие «танец». Направления танца.	2	1	1	Свободный опрос.
1.3	История танца.	1	1		Тест.
1.4	Разнообразие танцевального мира.	3		3	Свободный опрос.
Раздел 2: Историко-бытовой танец		6		6	
2.1	Мазурка.	3		3	Контроль выполнения упражнения. Зачёт.
2.2	Вальс-котильон.	3		3	Контроль выполнения упражнения. Зачёт.
Раздел 3: Бальный танец		8		8	
3.1	Венский вальс.	4		4	Контроль выполнения упражнения. Зачёт.
3.2	Медленный вальс.	4		4	Контроль выполнения упражнения. Зачёт.
Раздел 4: Народный танец		6		6	
4.1	Итальянский танец – тарантелла.	3		3	Контроль выполнения упражнения. Зачёт.
4.2	Белорусский танец – бульба.	3		3	Контроль выполнения упражнения. Зачёт.
Раздел 5: Композиционно-постановочный практикум		8		8	
5.1	Кадетский вальс	4		4	Анализ исполнения упражнения. Зачёт.
5.2	Краковяк	4		4	Анализ исполнения упражнения. Зачёт.

Раздел 6: Итоговые занятия		2		2	
6.1	Промежуточная аттестация	2		2	Зачёт.
Итого:		36	3	33	

4 год обучения

«Введение в предмет»

- инструктаж по технике безопасности на учебном занятии, правила поведения на занятиях;
- беседы о внешнем виде танцора, о гигиене,
- общие теоретические понятия и терминология танца, направления танца.
- основные понятия музыки (вступление, ритм, темп и т.д.)
- исторические аспекты танцев.

«Разнообразие танцевального мира»

Этот раздел включает изучение танцев бального и историко-бытового направления. В процессе разучивания танца педагог добивается, чтобы обучающиеся исполняли выученные танцы музыкально, выразительно, осмысленно, сохраняя стиль эпохи и национальный характер танца. Сохраняется манера исполнения и характер музыкального сопровождения.

Занятия историко-бытовым танцем органически связано с усвоением норм этики, выработки высокой культуры, общения между людьми. Неотъемлемой частью изучения является знакомства с правилами на балу

В программный материал по изучению историко-бытового танца входит:

- усвоение тренировочных упражнений на середине зала,
- ритмические упражнения,
- разучивание танцевальных композиций.

Репертуар:

- тройка
- полька-тройка
- фигурный вальс
- медленный вальс
- венский вальс
- вальс-гавот
- вальс-котильон
- падеграс
- русский лирический
- ручеек
- вальс миньон
- полонез
- краковяк
- московская кадрили
- мазурка
- кадетский вальс
- тарантелла

«Композиционно-постановочный практикум»

Постановка концертного номера.

Репертуар: кадетский вальс, краковяк, выпускной вальс.

Данные концертные номера используются в конкурсной и концертной деятельности учащихся.

«Современный танец»

Основные принципы современного танца относятся, прежде всего, к технике движения. Они сложились в процессе эволюции различных систем танца. Эти принципы были заимствованы в основном из джазового танца и танца - модерн (современного), а также из классического балета. В брейк-дансе используются элементы акробатики.

«Итоговое занятие»

Итоговое занятие по изученному материалу за четыре года обучения.

Учебно-тематический план

№	Наименование разделов и тем	Общее количество учебных часов	В том числе		Форма контроля
			Теоретич	Практич.	
Раздел 1: Введение в предмет		3	2	1	
1.1	Инструктаж. Культура танца.	1	1		Свободный опрос.
1.2	Понятие «танца». Направления танца.	1	1		Свободный опрос.
1,3	История танца.	1		1	Тест.
Раздел 2: Разнообразие танцевального мира		15	1	10	
2.1	Бальный этикет	1	1		Свободный опрос.
2.2	Полька, полька - тройка	1		1	Контроль выполнения упражнения. Зачёт.
2.3	Фигурный вальс	1		1	Контроль выполнения упражнения. Зачёт.
2.4	Медленный вальс	1		1	Контроль выполнения упражнения. Зачёт.
2.5	Венский вальс	1		1	Контроль выполнения упражнения. Зачёт.
2.6	Вальс - гавот	1		1	Контроль выполнения упражнения. Зачёт.

2.7	Вальс - котильон	1		1	Контроль выполнения упражнения. Зачёт.
2.8	Падеграс	1		1	Контроль выполнения упражнения. Зачёт.
2.9	Русский лирический	1		1	Контроль выполнения упражнения. Зачёт.
2.10	Миньон	1		1	Контроль выполнения упражнения. Зачёт.
2.11	Полонез	1		1	Контроль выполнения упражнения. Зачёт.
2.12	Краковяк	1		1	Контроль выполнения упражнения. Зачёт.
2.13	Московская кадрили	1		1	Контроль выполнения упражнения. Зачёт.
2.14	Мазурка	1		1	Контроль выполнения упражнения. Зачёт.
2.15	Ручеек	1		1	Контроль выполнения упражнения. Зачёт.
Раздел 3: Композиционно-постановочный практикум		12		12	
3.1	Кадетский вальс	4		4	Анализ исполнения упражнения. Зачёт.
3.2	Выпускной вальс	4		4	Анализ исполнения упражнения. Зачёт.
3.3	Краковяк	4		4	Анализ исполнения упражнения. Зачёт.
Раздел 4: Современный танец		3		3	

4.1	Хип-хоп	1		1	Контроль выполнения упражнения. Зачёт.
4.2	Брейк-данс	1		1	Контроль выполнения упражнения. Зачёт.
4.3	Модерн	1		1	Контроль выполнения упражнения. Зачёт.
Раздел 5: Итоговые занятия		1		1	
5.1	Итоговая аттестация	1		1	
Итого:		34	3	31	

«Медицинская подготовка»

1 год обучения

Значение первой медицинской помощи и правила ее оказания. Травмы, виды травм. Закрытые повреждения. Открытые повреждения. Понятие об асептике и антисептике. Понятие о повязке и перевязке. Виды повязок и правила их наложения. Виды кровотечений и их характеристики. Первая помощь при кровотечениях. Практика.

Правила наложения повязок на голову, грудь, нижние и верхние конечности. Практика. Понятие о переломах. Закрытые переломы. Открыты переломы.

Первая помощь при переломах. Практика. Первая медицинская помощь при внезапном прекращении дыхания и сердечной деятельности. Непрямой массаж сердца. Практика. Искусственное дыхание. Первая помощь при солнечном ударе. Практика. Первая помощь при укусах ядовитыми змеями и насекомыми. Практика. Первая помощь при отморожении, утоплении, ожогах, отравлениях.

Итоговое зачётное занятие.

Учебно-тематический план

№ п/п	Наименование разделов и тем занятий	В том числе			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
Раздел 1. Первая медицинская помощь					
1	Значение первой медицинской помощи и правила ее оказания.	1	1		анкетирование
2	Травмы, виды травм.	1	1		тестовые задания
3	Закрытые повреждения. Открытые повреждения.	1	1		индивидуальные карточки

4	Понятие об асептике и антисептике.	1	1		тестовые задания
5-6	Понятие о повязке и перевязке. Виды повязок и правила их наложения.	2	1	1	наблюдение и анализ умений
Раздел 2. Кровотечения наружные и внутренние.					
7	Виды кровотечений и их характеристики.	1	1		наблюдение и анализ умений
8	Первая помощь при кровотечениях.	1	1		наблюдение и анализ умений
9	Самоподготовка. Остановка кровотечений.	1	1		самооценка
10	Первая помощь при кровотечениях. Практика.	1		1	наблюдение и анализ умений
11	Правила наложения повязок	1	1		наблюдение
12	Правила наложения повязок на голову. Практика.	1		1	наблюдение и анализ умений
13	Правила наложения повязок на грудь и верхние конечности. Практика.	1		1	наблюдение и анализ умений
14	Правила наложения повязок на нижние конечности. Практика.	1		1	наблюдение и анализ умений
15	Самоподготовка. Наложение повязок.	1		1	самооценка
Раздел 3. Понятие о переломах.					
16-17	Понятие о переломах. Закрытые переломы. Открыты переломы.	2	1	1	наблюдение и анализ умений
18	Понятие о переломах. Закрытые переломы. Открыты переломы.	1	1		тестовые задания
19	Первая помощь при переломах. Практика.	1		1	наблюдение и анализ умений
Раздел 4. Первая медицинская помощь при различных состояниях					
20	Первая медицинская помощь при внезапном прекращении дыхания и сердечной деятельности.	1	1		тестовые задания
21-22	Непрямой массаж сердца. Практика.	2	1	1	наблюдение и анализ умений

23	Самоподготовка. Способы оказания первой медицинской помощи при внезапном прекращении дыхания и сердечной деятельности.	1		1	домашнее задание на самостоятельное выполнение.
24-25	Искусственное дыхание. Практика.	2	1	1	наблюдение и анализ умений
26	Первая помощь при солнечном ударе. Практика.	1	0,5	0,5	наблюдение и анализ умений
27	Первая помощь при укусах ядовитыми змеями и насекомыми. Практика.	1	0,5	0,5	наблюдение и анализ умений
28-29	Первая помощь при отморожении. Практика.	2	1	1	наблюдение и анализ умений
30-31	Первая помощь при утоплении. Практика.	2	1	1	наблюдение и анализ умений
32-33	Первая помощь при ожогах. Первая помощь при отравлениях. Практика.	2	1	1	наблюдение и анализ умений
34	Подготовка к туристскому слёту – лагерю «Школа безопасности»	1		1	наблюдение и анализ умений
35	Туристский слёт – лагерь «Школа безопасности»	1		1	участие в соревнованиях
36	Промежуточная аттестация	1		1	зачёт
Всего:		36	18	18	

2 год обучения

Первая медицинская помощь в полевых условиях. Поражение электрическим током. Практика. Травматический шок (понятие). Признаки, причины травматического шока. Практика. Первая медицинская помощь при синдроме длительного сдавливания. Переохлаждения: причины, профилактика. Первая медицинская помощь при удалении инородных тел из уха, носа. Первая помощь при вывихах, ушибах, растяжениях. Первая помощь при ссадинах, царапинах, резаных и других ран. Практика.

Лекарственные растения. Съедобные и ядовитые грибы.

Здоровье подростка. Профилактика вредных привычек. Инфекционные заболевания.

Медико-тактическая характеристика очагов аварий, катастроф и стихийных бедствий. Первая медицинская помощь. Юридические основы прав и обязанностей спасателей при ее оказании.

Итоговое зачётное занятие.

Учебно-тематический план

№ п/п	Наименование разделов и тем занятий	В том числе			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
Раздел 1. Первая медицинская помощь в полевых условиях.					
1	Первая медицинская помощь в полевых условиях.	1	1		анкетирование
2-3	Практические занятия по теме: «Первая медицинская помощь в полевых условиях».	2	1	1	наблюдение и анализ умений
Раздел 2. Поражение электрическим током.					
4	Поражение электрическим током.	1	1		индивидуальные карточки
5	Практические занятия по теме «Поражение электрическим током»	1		1	наблюдение и анализ умений
Раздел 3. Травматический шок.					
6-7	Травматический шок (понятие). Признаки, причины травматического шока	2	1	1	тестовые задания
8	Профилактика травматического шока.	1	1		тестовые задания
9	Самоподготовка. Признаки травматического шока.	1	1		самооценка
10	Профилактика травматического шока.	1	1		тестовые задания
11	Практические занятия по теме: «Первая помощь при травматическом шоке»	1		1	наблюдение и анализ умений
Раздел 4. Основы сердечно-легочной реанимации.					
12	Практические занятия по теме: «Основы сердечно-легочной реанимации»	1		1	наблюдение и анализ умений
13	Первая медицинская помощь при синдроме длительного сдавливания	1	1		тестовые задания
14	Переохлаждения: причины, профилактика	1	1		наблюдение и анализ умений
15	Самоподготовка. Первая	1	1		самооценка

	медицинская помощь при синдроме длительного сдавливания.				
16	Первая медицинская помощь при удалении инородных тел из уха, носа.	1	1		наблюдение и анализ умений
17	Укусы насекомых. Практика.	1		1	тестовые задания
18-19	Первая помощь при вывихах, ушибах, растяжениях.	2	1	1	индивидуальные карточки
20-21	Первая помощь при ссадинах, царапинах, резаных и других ран.	2	1	1	самооценка
22-24	Практические занятия по теме: «Первая помощь при ссадинах, царапинах, резаных и других ран».	3		3	наблюдение и анализ умений
25-26	Лекарственные растения	2	1	1	наблюдение и анализ умений
27	Самоподготовка. Съедобные и ядовитые грибы	1	1		самооценка
Раздел 5. Здоровье подростка. Профилактика вредных привычек.					
28-29	Здоровье подростка. Профилактика вредных привычек.	2	1	1	проект
30	Инфекционные заболевания.	1	1		тестовые задания
31	Профилактика инфекционных заболеваний.	1	1		тестовые задания
32	Медико-тактическая характеристика очагов аварий, катастроф и стихийных бедствий	1	1		индивидуальные карточки
33	Первая медицинская помощь. Юридические основы прав и обязанностей спасателей при ее оказании	1	1		индивидуальные карточки
34	Подготовка к туристскому слёту – лагерю «Школа безопасности»	1		1	наблюдение и анализ умений
35	Туристский слёт – лагерь «Школа безопасности»	1		1	участие в соревнованиях

36	Промежуточная аттестация	1		1	зачёт
Всего:		36	20	16	

3 год обучения

Инфекционные заболевания, их возникновение. Классификация инфекционных заболеваний, факторы риска. Кишечные инфекции.

Инфекции дыхательных путей. Инфекции, передаваемые половым путем, и меры по их профилактике.

Неинфекционные заболевания.

Факторы риска, возникновение неинфекционных заболеваний.

Сердечно-сосудистые заболевания, факторы риска, первая помощь, профилактика. Гипертоническая болезнь, факторы риска, первая помощь, профилактика. Сахарный диабет, факторы риска, первая помощь, профилактика. Диабет, факторы риска, профилактика.

Значение профилактических мероприятий и первой помощи при неинфекционных заболеваниях.

Проведение реанимационных мероприятий. Первая помощь при различных состояниях.

Отравления, в том числе алкоголем и никотином, первая помощь.

Ожоги (термические, отморожения, тепловой и солнечный удар). Инородное тело. Первая помощь.

Решение ситуационных задач, Первая доврачебная помощь

Оказание первой помощи при ранениях. Десмургия. Виды повязок. Первая доврачебная помощь при ранениях. Наложение повязок различного вида в зависимости от ранений.

Кровотечения. Виды. Наложение жгута. Правила остановки кровотечений. Методы. Оказание первой помощи при ранениях.

Способы иммобилизации и транспортировки пострадавших. Оказание первой помощи при ушибах, вывихах и растяжениях.

Переломы травматические. Шины. Первая помощь при переломах.

Первая доврачебная помощь при различных состояниях. Решение ситуационных задач.

Утопление. Виды. Первая доврачебная помощь.

Поражение электрическим током или молнией. Первая доврачебная помощь.

Оказание первой помощи при отравлении лекарственными средствами и препаратами бытовой химии. Оказание первой помощи при отравлении угарным газом и аварийно химически опасными веществами.

Первая помощь при массовых поражениях, индивидуальное медицинское оснащение.

Что такое аллергия и как помочь при аллергическом шоке.

Как оказать помощь в родах и встретить новую жизнь.

Значение первой доврачебной помощи при различных состояниях.
 Решение ситуационных задач
 Итоговая аттестация
 Учебно-тематический план

№ п/п	Наименование разделов и тем занятий	В том числе			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
Раздел 1. Инфекционные заболевания					
1	Инфекционные заболевания, их возникновение.	1	1		анкетирование
2	Классификация инфекционных заболеваний, факторы риска.	1	1		тестовые задания
3	Кишечные инфекции.	1	1		индивидуальные карточки
4	Инфекции дыхательных путей.	1	1		тестовые задания
5	Инфекции, передаваемые половым путем, и меры по их профилактике.	1	1		тестовые задания
Раздел 2. Неинфекционные заболевания.					
6	Неинфекционные заболевания.	1	1		тестовые задания
7	Факторы риска, возникновение неинфекционных заболеваний.	1	1		тестовые задания
Раздел 3. Сердечно - сосудистые заболевания					
8	Сердечно - сосудистые заболевания, гипертоническая болезнь, факторы риска, первая помощь, профилактика.	1		1	наблюдение и анализ умений
9	Сахарный диабет, факторы риска, первая помощь, профилактика.	1		1	наблюдение и анализ умений
10	Диабет, факторы риска, профилактика.	1	1		тестовые задания
11	Значение профилактических мероприятий и первой помощи при сердечно - сосудистых заболеваниях.	1		1	наблюдение и анализ умений
Раздел 4. Проведение реанимационных мероприятий.					

12	Проведение реанимационных мероприятий. Первая помощь при различных состояниях.	1	1		индивидуальные карточки
13	Отравления, в том числе алкоголем и никотином, первая помощь.	1		1	наблюдение и анализ умений
14	Ожоги (термические, отморожения, тепловой и солнечный удар). Иностранное тело. Первая помощь.	1		1	наблюдение и анализ умений
15	Самоподготовка. Решение ситуационных задач, Первая доврачебная помощь	1		1	индивидуальные карточки
16	Самоподготовка. Решение ситуационных задач, Первая доврачебная помощь	1		1	индивидуальные карточки
Раздел 5. Оказание первой помощи при ранениях. Десмургия.					
17	Оказание первой помощи при ранениях.	1		1	наблюдение и анализ умений
18	Десмургия. Виды повязок. Первая доврачебная помощь при ранениях	1		1	наблюдение и анализ умений
19	Наложение повязок различного вида в зависимости от ранений.	1		1	наблюдение и анализ умений
20	Кровотечения. Виды. Наложение жгута. Правила.	1		1	наблюдение и анализ умений
21	Правила остановки кровотечений. Методы. Оказание первой помощи при ранениях.	1		1	наблюдение и анализ умений
22	Способы иммобилизации и транспортировки пострадавших. Оказание первой помощи при ушибах, вывихах и растяжениях.	1		1	наблюдение и анализ умений
23	Переломы травматические. Шины. Первая помощь при переломах.	1		1	индивидуальные карточки
Раздел 6. Первая доврачебная помощь при различных состояниях.					

24	Первая доврачебная помощь при различных состояниях. Решение ситуационных задач.	1		1	индивидуальные карточки
25	Утопление. Виды. Первая доврачебная помощь.	1	1		наблюдение и анализ умений
26	Самоподготовка. Поражение электрическим током или молнией. Первая доврачебная помощь.	1		1	наблюдение и анализ умений
27	Оказание первой помощи при отравлении лекарственными средствами и препаратами бытовой химии.	1		1	наблюдение и анализ умений
28	Оказание первой помощи при отравлении угарным газом и аварийно химически опасными веществами.	1		1	индивидуальные карточки
29	Первая помощь при массовых поражениях, индивидуальное медицинское оснащение.	1	1		индивидуальные карточки
30	Что такое аллергия и как помочь при аллергическом шоке.	1	1		тестовые задания
31	Как оказать помощь в родах и встретить новую жизнь.	1	1		тестовые задания
32-33	Значение первой доврачебной помощи при различных состояниях. Решение ситуационных задач	2	1	1	индивидуальные карточки
34	Подготовка к туристскому слёту – лагерю «Школа безопасности»	1		1	наблюдение и анализ умений
35	Туристский слёт – лагерь «Школа безопасности»	1		1	участие в соревнованиях
36	Промежуточная аттестация	1		1	зачёт
Всего:		36	14	22	

4 год обучения

Инфекционные заболевания

Классификация инфекционных заболеваний, факторы риска. Кишечные инфекции. Инфекции дыхательных путей. Инфекции, передаваемые половым путем, и меры по их профилактике.

Неинфекционные заболевания. Факторы риска, возникновение неинфекционных заболеваний. Значение профилактических мероприятий и первой помощи при неинфекционных заболеваниях.

Сердечно-сосудистые заболевания. Гипертоническая болезнь, факторы риска, первая помощь, профилактика. Сахарный диабет, факторы риска, первая помощь, профилактика. Диабет, факторы риска, профилактика. Значение профилактических мероприятий и первой помощи при сердечно - сосудистых заболеваниях.

Проведение реанимационных мероприятий. Первая помощь при различных состояниях. Отравления, в том числе алкоголем и никотином, первая помощь. Ожоги (термические, отморожения, тепловой и солнечный удар). Иностранное тело. Первая помощь.

Оказание первой помощи при ранениях. Десмургия. Виды повязок. Первая доврачебная помощь при ранениях. Наложение повязок различного вида в зависимости от ранений. Кровотечения. Виды. Наложение жгута. Правила. Правила остановки кровотечений. Методы. Оказание первой помощи при ранениях. Способы иммобилизации и транспортировки пострадавших. Оказание первой помощи при ушибах, вывихах и растяжениях. Переломы травматические. Шины. Первая помощь при переломах.

Первая доврачебная помощь при различных состояниях. Утопление. Виды. Первая доврачебная помощь. Поражение электрическим током или молнией. Первая доврачебная помощь. Оказание первой помощи при отравлении лекарственными средствами и препаратами бытовой химии. Оказание первой помощи при отравлении угарным газом и аварийно химически опасными веществами. Первая помощь при массовых поражениях, индивидуальное медицинское оснащение.

Что такое аллергия и как помочь при аллергическом шоке.

Как оказать помощь в родах и встретить новую жизнь.

Значение первой доврачебной помощи при различных состояниях.

Итоговая аттестация.

Учебно-тематический план

№ п/п	Наименование разделов и тем занятий	В том числе			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
Раздел 1. Инфекционные заболевания					
1	Инфекционные заболевания, их возникновение.	1	1		анкетирование

2	Классификация инфекционных заболеваний, факторы риска.	1	1		тестовые задания
3	Кишечные инфекции.	1	1		индивидуальные карточки
4	Инфекции дыхательных путей.	1	1		тестовые задания
5	Инфекции, передаваемые половым путем, и меры по их профилактике.	1	1		тестовые задания
Раздел 2. Неинфекционные заболевания.					
6	Неинфекционные заболевания.	1	1		тестовые задания
7	Факторы риска, возникновение неинфекционных заболеваний.	1	1		тестовые задания
Раздел 3. Сердечно - сосудистые заболевания					
8	Сердечно - сосудистые заболевания, гипертоническая болезнь, факторы риска, первая помощь, профилактика.	1		1	наблюдение и анализ умений
9	Сахарный диабет, факторы риска, первая помощь, профилактика.	1		1	наблюдение и анализ умений
10	Диабет, факторы риска, профилактика.	1	1		тестовые задания
11	Значение профилактических мероприятий и первой помощи при сердечно - сосудистых заболеваниях.	1		1	наблюдение и анализ умений
Раздел 4. Проведение реанимационных мероприятий.					
12	Проведение реанимационных мероприятий. Первая помощь при различных состояниях.	1	1		индивидуальные карточки
13	Отравления, в том числе алкоголем и никотином, первая помощь.	1		1	наблюдение и анализ умений
14	Ожоги (термические, отморожения, тепловой и солнечный удар). Инородное тело. Первая помощь.	1		1	наблюдение и анализ умений

15	Самоподготовка. Решение ситуационных задач, Первая доврачебная помощь	1		1	индивидуальные карточки
Раздел 5. Оказание первой помощи при ранениях. Десмургия.					
16	Оказание первой помощи при ранениях.	1		1	наблюдение и анализ умений
17	Десмургия. Виды повязок. Первая доврачебная помощь при ранениях	1		1	наблюдение и анализ умений
18	Наложение повязок различного вида в зависимости от ранений.	1		1	наблюдение и анализ умений
19	Кровотечения. Виды. Наложение жгута. Правила.	1		1	наблюдение и анализ умений
20	Правила остановки кровотечений. Методы. Оказание первой помощи при ранениях.	1		1	наблюдение и анализ умений
21	Способы иммобилизации и транспортировки пострадавших. Оказание первой помощи при ушибах, вывихах и растяжениях.	1		1	наблюдение и анализ умений
22	Переломы травматические. Шины. Первая помощь при переломах.	1	1		индивидуальные карточки
Раздел 6. Первая доврачебная помощь при различных состояниях.					
23	Первая доврачебная помощь при различных состояниях. Решение ситуационных задач.	1		1	индивидуальные карточки
24	Утопление. Виды. Первая доврачебная помощь.	1	1		наблюдение и анализ умений
25	Поражение электрическим током или молнией. Первая доврачебная помощь.	1		1	наблюдение и анализ умений
26	Оказание первой помощи при отравлении лекарственными средствами и препаратами бытовой химии.	1		1	наблюдение и анализ умений
27	Оказание первой помощи при отравлении угарным газом и аварийно	1		1	индивидуальные карточки

	химически опасными веществами.				
28	Первая помощь при массовых поражениях, индивидуальное медицинское оснащение.	1	1		индивидуальные карточки
29	Что такое аллергия и как помочь при аллергическом шоке.	1	1		тестовые задания
30	Как оказать помощь в родах и встретить новую жизнь.	1	1		тестовые задания
31	Значение первой доврачебной помощи при различных состояниях. Решение ситуационных задач	1		1	индивидуальные карточки
32	Подготовка к туристскому слёту – лагерю «Школа безопасности»	1		1	наблюдение и анализ умений
33	Туристский слёт – лагерь «Школа безопасности»	1		1	участие в соревнованиях
34	Итоговая аттестация	1	1		зачёт
Всего:		34	15	19	

«Огневая подготовка»

1 год обучения

Инструктаж по технике безопасности при стрельбе из МР-512 (пневматическая винтовка). Введение в учебную дисциплину. История развития огнестрельного оружия в России.

Приемы и правила стрельбы из стрелкового оружия. Баллистика – наука о движении пули (снаряда) при стрельбе. Назначение и боевые свойства АК-74. Неполная разборка и сборка АК-74. Зачёт.

Меры безопасности и правила эксплуатации пневматической винтовки. Изучение ТТД и технических характеристик пневматической винтовки модели МР-512. Практическое занятие по эксплуатации и техническому обслуживанию пневматической винтовки МР-512. Практическое занятие по стрельбе из пневматической винтовки МР-512. Зачетное занятие по стрельбе из пневматической винтовки стоя (в тире).

Общее устройство магазина для помещения патронов АК-74. Снаряжение магазина патронами (практическое занятие). Снаряжение магазина патронами (зачетное занятие).

Итоговые практические занятия по дисциплине «Огневая подготовка».

Учебно-тематический план

№ п/п	Тема занятий	В том числе			Форма аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Инструктаж по технике безопасности при стрельбе из МР-512 (пневматическая винтовка)	1	1		Устный опрос
2	Введение в учебную дисциплину.	1	1		Устный опрос
3	История развития огнестрельного оружия в России.	1	1		Устный опрос
4	Приемы и правила стрельбы из стрелкового оружия.	1	1		Устный опрос
5	Баллистика – наука о движении пули (снаряда) при стрельбе.	1	1		Устный опрос
6-7	Назначение и боевые свойства АК-74.	2	1	1	Устный опрос
8	Назначение и боевые свойства АК-74. Зачет.	1	1		Устный опрос
9	Самоподготовка. Приемы и правила стрельбы из стрелкового оружия.	1	1		самооценка
10	Неполная разборка и сборка АК-74.	1		1	Выполнение норматива
11-12	Назначение и боевые свойства АК-74.	2	1	1	Устный опрос
13-14	Неполная разборка и сборка АК-74 (зачетное занятие).	2		2	Выполнение норматива
15	Меры безопасности и правила эксплуатации пневматической винтовки.	1	1		Устный опрос
16-17	Самоподготовка. Меры безопасности и правила эксплуатации огнестрельного оружия.	2	2		самооценка
18	Изучение ТТД и технических характеристик пневматической винтовки модели МР-512.	1	1		Устный опрос
19	Практическое занятие по эксплуатации и техническому обслуживанию пневматической винтовки МР-512.	1		1	Выполнение норматива
20-22	Практическое занятие по стрельбе из пневматической винтовки МР-512.	3		3	Выполнение норматива
23	Зачетное занятие по стрельбе из пневматической винтовки стоя (в тире).	1		1	зачет
24	Общее устройство магазина для помещения патронов АК-74.	1	1		Устный опрос
25	Снаряжение магазина патронами (практическое занятие).	1		1	Выполнение норматива
26	Снаряжение магазина патронами (зачетное занятие).	1		1	зачет
27	Меры безопасности и правила эксплуатации пневматической винтовки.	1	1		Устный опрос
28	Изучение ТТД и технических характеристик пневматической винтовки модели.	1	1		Устный опрос

29	Практическое занятие по эксплуатации и техническому обслуживанию пневматической винтовки МР-512.	1		1	Выполнение норматива
30	Практическое занятие по эксплуатации и техническому обслуживанию пневматической винтовки МР-512.	1		1	Выполнение норматива
31	Зачетное занятие по стрельбе из пневматической винтовки стоя (в тире).	1		1	зачет
32-35	Итоговые практические занятия по дисциплине «Огневая подготовка».	4		4	Выполнение норматива
36	Промежуточная аттестация	1		1	тестирование
Итого		36	16	20	

2 год обучения

Меры безопасности на занятиях по огневой подготовке. Инструктаж по технике безопасности при стрельбе из МР-512 (пневматическая винтовка).

Осмотр и подготовка оружия к стрельбе. Осмотр и подготовка оружия к стрельбе (практическое занятие). Уход за оружием и сбережение. Уход за оружием и сбережение (практическое занятие).

Основы стрельбы. Выстрел из стрелкового оружия. Принцип работы автоматики. Пробивное действие пули. Элементы изготовления. Зачет. Элементы траектории полета пули. Наводка и ее элементы. Меры безопасности и правила эксплуатации пневматической винтовки. Практическое занятие по стрельбе из пневматической винтовки МР-512 стоя. Неполная разборка и сборка пневматической винтовки МР-512 (практическое занятие). Неполная разборка и сборка пневматической винтовки МР-512 (зачетное занятие). Оборудование огневых позиций. Маскировка на местности. Практическое занятие по стрельбе из пневматической винтовки МР-512 сидя. Практическое занятие по стрельбе из пневматической винтовки МР-512 сидя (зачетное занятие). Неполная разборка и сборка пневматической винтовки МР-512 (практическое занятие). Неполная разборка и сборка пневматической винтовки МР-512 (зачетное занятие).

Итоговое зачётное занятие.

Учебно-тематический план

№ п/п	Тема занятий	В том числе			Форма аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1-2	Инструктаж по технике безопасности при стрельбе из МР-512 (пневматическая винтовка)	2	1	1	Устный опрос
3	Введение в учебную дисциплину.	1	1		Устный опрос
4-5	Осмотр и подготовка оружия к стрельбе.	2	1	1	Устный опрос
6	Осмотр и подготовка оружия к стрельбе (практическое занятие).	1		1	тестирование
7	Уход за оружием и сбережение.	1	1		Устный опрос

8	Основы стрельбы. Выстрел из стрелкового оружия.	1		1	Устный опрос
9	Основы стрельбы. Принцип работы автоматики.	1	1		Устный опрос
10-11	Основы стрельбы. Пробивное действие пули. Зачет.	2	1	1	зачет
12-13	Основы стрельбы. Элементы изготовления.	2	1	1	Устный опрос
14-15	Основы стрельбы. Элементы траектории полета пули.	2	1	1	Устный опрос
16-17	Наводка и ее элементы.	2	1	1	Устный опрос
18	Меры безопасности и правила эксплуатации пневматической винтовки.	1	1		Устный опрос
19-20	Практическое занятие по стрельбе из пневматической винтовки МР-512 стоя.	2	1	1	Выполнение нормативов
21-22	Практическое занятие по стрельбе из пневматической винтовки МР-512 стоя.	2	1	1	Выполнение нормативов
23-24	Неполная разборка и сборка. Уход за оружием и сбережение (практическое занятие).	2	1	1	Выполнение нормативов
25-26	Неполная разборка и сборка пневматической винтовки МР-512 (практическое занятие)	2	1	1	Выполнение нормативов
27-28	Неполная разборка и сборка пневматической винтовки МР-512 (зачетное занятие)	2	1	1	зачет
29	Оборудование огневых позиций.	1	1		Устный опрос
30	Маскировка на местности.	1	1		Устный опрос
31	Меры безопасности и правила эксплуатации пневматической винтовки.	1	1		Устный опрос
32	Практическое занятие по стрельбе из пневматической винтовки МР-512 сидя.	1		1	Выполнение нормативов
33	Практическое занятие по стрельбе из пневматической винтовки МР-512 сидя (зачетное занятие)	1		1	Выполнение нормативов
34-35	Неполная разборка и сборка пневматической винтовки МР-512 (практическое занятие)	2		2	Выполнение нормативов
36	Промежуточная аттестация	1		1	тестирование
	Итого	36	18	18	

3 год обучения

Меры безопасности на занятиях по огневой подготовке. Инструктаж по технике безопасности при стрельбе из МР-512 (пневматическая винтовка).

Осмотр и подготовка оружия к стрельбе. Осмотр и подготовка оружия к стрельбе (практическое занятие). Уход за оружием и сбережение. Уход за оружием и сбережение (практическое занятие).

Основы стрельбы. Выстрел из стрелкового оружия. Принцип работы автоматики. Пробивное действие пули. Элементы изготовления. Зачет.

Элементы траектории полета пули. Наводка и ее элементы. Меры безопасности и правила эксплуатации пневматической винтовки. Практическое занятие по стрельбе из пневматической винтовки МР-512 стоя. Неполная разборка и сборка пневматической винтовки МР-512 (практическое занятие). Неполная разборка и сборка пневматической винтовки МР-512 (зачетное занятие). Оборудование огневых позиций. Маскировка на местности. Практическое занятие по стрельбе из пневматической винтовки МР-512 сидя. Практическое занятие по стрельбе из пневматической винтовки МР-512 сидя (зачетное занятие). Неполная разборка и сборка пневматической винтовки МР-512 (практическое занятие). Неполная разборка и сборка пневматической винтовки МР-512 (зачетное занятие).

Итоговое зачётное занятие.

Учебно-тематический план

№ п/п	Тема занятий	В том числе			Форма аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Инструктаж по технике безопасности при стрельбе из МР-512 (пневматическая винтовка)	1	1		Устный опрос
2	Введение в учебную дисциплину.	1	1		Устный опрос
3	Осмотр и подготовка оружия к стрельбе.	1	1		Устный опрос
4	Осмотр и подготовка оружия к стрельбе (практическое занятие).	1		1	Выполнение нормативов
5	Уход за оружием и сбережение.	1	1		Устный опрос
6	Уход за оружием и сбережение (практическое занятие).	1		1	Выполнение нормативов
7	Основы стрельбы. Выстрел из стрелкового оружия.	1		1	Устный опрос
8	Основы стрельбы. Принцип работы автоматики.	1		1	Устный опрос
9	Основы стрельбы. Пробивное действие пули. Зачет.	1		1	зачет Выполнение нормативов
10	Основы стрельбы. Элементы изготовления.	1		1	Устный опрос
11	Основы стрельбы. Элементы траектории полета пули.	1	1		Устный опрос
12	Наводка и ее элементы.	1	1		Устный опрос
13	Меры безопасности и правила эксплуатации пневматической винтовки.	1	1		Устный опрос
14	Практическое занятие по стрельбе из пневматической винтовки МР-512 стоя.	1		1	Выполнение нормативов
15	Практическое занятие по стрельбе из пневматической винтовки МР-512 стоя.	1		1	Выполнение нормативов
16	Неполная разборка и сборка Уход за оружием и сбережение (практическое занятие)	1		1	Выполнение нормативов
17	Неполная разборка и сборка пневматической винтовки МР-512	1		1	Выполнение нормативов

	(практическое занятие)				
18	Неполная разборка и сборка пневматической винтовки МР-512 (зачетное занятие)	1		1	зачет
19	Оборудование огневых позиций.	1	1		Устный опрос
20	Маскировка на местности.	1	1		Устный опрос
21	Меры безопасности и правила эксплуатации пневматической винтовки.	1	1		Устный опрос
22-27	Практическое занятие по стрельбе из пневматической винтовки МР-512 сидя.	6		6	Выполнение нормативов
28-30	Практическое занятие по стрельбе из пневматической винтовки МР-512 сидя (зачетное занятие)	3		3	зачет
31-35	Неполная разборка и сборка пневматической винтовки МР-512 (практическое занятие)	5		5	Выполнение нормативов
36	Промежуточная аттестация	1		1	тестирование
	Итого	36	10	26	

4 год обучения

Требования безопасности при обращении с оружием и боеприпасами во время занятий по стрельбе

Правила поведения стрелка в тире, стрельбище на тактической площадке. Порядок выдачи и получения оружия. Порядок обращения с оружием до и во время стрельбы. Порядок выдачи стрелкам патронов на тренировках и на соревнованиях, учет их расходования. Меры безопасности во время соревнований.

Явления выстрела, его периоды и их характеристики

Сведения из внутренней и внешней баллистики. Определения внутренняя и внешняя баллистика, выстрел. Схематичное рассмотрение периодов выстрела.

Начальная скорость пули и ее значение.

Определение начальной скорости пули, ее практическое значение. Зависимость важных боевых характеристик от начальной скорости пули.

Траектория полета пули, ее элементы и свойства. Виды траекторий.

Главные определения. Понятие элементов и свойств траектории полета пули, параметры траектории и их характеристики. Навесные, настильные и сопряженные траектории, практическое применение. Угол наибольшей дальности.

Поражаемые пространства. Прикрытые и мертвые пространства. Прямой выстрел и его практическое значение.

Понятие прямого выстрела. Высота цели и настильность траектории. Практическое значение прикрытого, мертвого и поражаемого пространства.

Влияние на стрельбу метеорологических условий.

Зависимость скорости и полета пули от метеоусловий. Знание табличных значений: влияние бокового ветра на полет пули при стрельбе из стрелкового оружия.

Наблюдение за полем боя. Способы определения дальности до цели.

Схема наблюдения за полем боя. Сектора наблюдения. Ориентиры на местности. Определение дальности до цели по угловым и линейным размерам предметов. Формула тысячной. Порядок целеуказания и подачи команд на ведение огня.

Назначение и боевые свойства автомата Калашникова, пистолета Макарова

Назначение, устройство, принцип действия автоматики, тактико-технические характеристики АК-74М, АКСУ-74. Виды и модификации.

Назначение, устройство, принцип действия автоматики, тактико-технические характеристики ПМ, ПММ.

Порядок неполной разборки и сборки АК, снаряжение магазина

Порядок неполной разборки и сборки АК-74М, снаряжение магазина 30 патронами, выполнение нормативов.

Порядок неполной разборки и сборки ПМ, снаряжение магазина

Порядок неполной разборки и сборки ПМ, снаряжение магазина 8 патронами, выполнение нормативов.

Приемы и правила стрельбы

Изготовка. Виды изготовок. Особенности изготовок в зависимости от положения для стрельбы или вида упражнения. Значение однообразия изготовки. Положение туловища, рук, ног, головы при стрельбе с использованием различных видов изготовок. Варианты изготовок для стрельбы лежа, стоя, с колена.

Кучность и меткость стрельбы. Определение средней точки попадания

Прицеливание. Сущность прицеливания. Особенности прицеливания при стрельбе из автоматов, пистолетов. Понятие кучности и меткости стрельбы, способы их повышения. Определение СТП по 3, 4, множеству пробоин. Важность пристрелочных выстрелов, поправки в стрельбе.

Приемы и правила метания ручных осколочных гранат

Приемы метания учебных гранат: стоя с места, в движении, лежа, из окопа или траншеи.

Стрелковые тренировки

Порядок приведения оружия (вооружения) к нормальному бою. Правила стрельбы и приемы использования в бою. Стрельба из пневматических винтовок МР-512, МР-532 по мишеням №8, дистанция 10м. Подготовка к сдаче и сдача норм ГТО по стрельбе. Контрольные (зачетные) стрельбы.

Практическая стрельба

Изучение истории IPSC, ФПСР, правил безопасности в тире и на стрельбище, материальной части оружия, основ правильной стойки стрелка, стрельбы в движении, стрельбы слабой и сильной рукой, навыкам хвата оружия, выноса оружия на линию прицеливания, обработки спускового крючка. Выполнение стрельб из положения лежа, с колена, стоя, из различных укрытий.

Учебно-тематический план

№	Тема	Количество часов			Формы аттестации /контроля
		всего	теория	практика	
1	Вводное занятие. Требования безопасности при обращении с оружием.	1	1		Письменный опрос
2	Назначение и боевые свойства автомата Калашникова, пистолета Макарова	1	1		Устный опрос
3	Кучность и меткость стрельбы. Определение средней точки попадания.	1		1	Практическая работа
4	Приемы и правила метания ручных осколочных гранат.	1		1	Практическая работа
5	Явления выстрела, его периоды и их характеристики.	1	1		Тестирование
6	Порядок неполной разборки и сборки АК, снаряжение магазина.	1		1	Практическая работа
7	Приемы и правила стрельбы.	1	1		Тестирование
8	Стрелковые тренировки.	1		1	Практическая работа
9	Начальная скорость пули и ее значение.	1		1	Практическая работа
10	Порядок неполной разборки и сборки ПМ, снаряжение магазина.	1		1	Практическая работа
11	Стрелковые тренировки.	1		1	Практическая работа
12	Траектория полета пули, ее элементы и свойства. Виды траекторий.	1	1		Устный опрос
13	Порядок неполной разборки и сборки АК, снаряжение магазина.	1		1	Практическая работа
14	Стрелковые тренировки.	1		1	Практическая работа
15	Порядок неполной разборки и сборки ПМ, снаряжение магазина.	1		1	Практическая работа
16	Стрелковые тренировки.	1		1	Практическая работа
17	Поражаемые пространства. Прикрытые и мертвые пространства. Прямой выстрел и его практическое значение.	1	1		Тестирование
18	Порядок неполной разборки и сборки АК, снаряжение магазина.	1		1	Практическая работа
19	Стрелковые тренировки.	1		1	Практическая работа
20	Влияние на стрельбу метеорологических условий.	1	1		Устный опрос
21	Порядок неполной разборки и сборки ПМ, снаряжение магазина.	1		1	Практическая работа
22	Стрелковые тренировки.	1		1	Практическая работа
23	Наблюдение за полем боя. Способы определения дальности до цели.	1		1	Практическая работа

24	Порядок неполной разборки и сборки АК, снаряжение магазина.	1		1	Практическая работа
25	Стрелковые тренировки.	1		1	Практическая работа
26	Порядок неполной разборки и сборки ПМ, снаряжение магазина.	1		1	Практическая работа
27-29	Стрелковые тренировки.	3		3	Практическая работа
30-33	Практическая стрельба	4		4	Практическая работа
34	Итоговая аттестация	1		1	тестирование
Итого		34	7	27	

«Строевая подготовка»

1 год обучения

Общие положения Строевого Устава ВС РФ. Обязанности военнослужащего перед построением и в строю. Строй и его элементы. Развернутые и походные строи отделения, взвода. Строевая стойка. Выполнение команд «Становись», «Смирно», «Вольно», «Заправиться», «Головные уборы – СНЯТЬ (НАДЕТЬ)». Повороты на месте.

Строевой и походный шаг. Подготовительные упражнения. Движение строевым шагом по квадрату. Выполнение команд «Шире (короче) - ШАГ», «Чаще (реже) – ШАГ». Повороты в движении. Выполнение команд «Нале – ВО», «Напра – ВО». Выполнение команды «Кругом – МАРШ». Зачет.

Тренировка в поворотах на месте и в движении. Выполнение воинского приветствия на месте и в движении. Выход из строя и постановка в строй. Подход к начальнику и отход от него.

Тренировка одиночной строевой подготовки. Тренировка одиночной строевой подготовки. Зачет. Контроль одиночной строевой подготовки. Развернутый и походный строй отделения. Перестроения на месте. Перестроения в движении. Контроль подготовки отделения. Развернутый и походный строй взвода. Перестроения на месте. Перестроения в движении.

Выполнение воинского приветствия в составе взвода на месте и в движении. Зачет. Изменение направления движения взвода поворотом строя. Изменение направления движения заходом «плечом». Зачет.

Исполнение строевых песен в составе взвода. Контроль подготовки взвода. Развернутый и походный строй взвода, роты на машинах. Выполнение команд «К машине», «По местам». Управление строем с помощью флажков, сигнального фонаря.

Итоговое зачётное занятие.

Учебно-тематический план

№ п/п	Тема занятий	В том числе			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Обязанности военнослужащего перед	1	1		демонстрац

	построением и в строю.				ия
2	Строй и его элементы. Развернутые и походные строи отделения, взвода.	1	1		демонстрация
3	Строевая стойка. Выполнение команд «Становись», «Смирно», «Вольно», «Заправиться», «Головные уборы – СНЯТЬ (НАДЕТЬ)».	1		1	демонстрация
4	Повороты на месте.	1		1	демонстрация
5	Строевой и походный шаг. Подготовительные упражнения.	1		1	демонстрация
6	Движение строевым шагом по квадрату.	1		1	демонстрация
7	Выполнение команд «Шире(короче) - ШАГ», «Чаще (реже) – ШАГ».	1		1	демонстрация
8	Повороты в движении. Выполнение команд «Нале – ВО», «Напра – ВО».	1		1	демонстрация
9	Выполнение команды «Кругом – МАРШ». Зачет.	1		1	демонстрация
10	Самоподготовка. Тренировка одиночной строевой подготовки.	1		1	демонстрация
11	Тренировка в поворотах на месте и в движении.	1		1	демонстрация
12	Выполнение воинского приветствия на месте и в движении.	1		1	демонстрация
13	Выход из строя и постановка в строй.	1		1	демонстрация
14	Подход к начальнику и отход от него.	1		1	демонстрация
15	Тренировка одиночной строевой подготовки.	1		1	демонстрация
16	Тренировка одиночной строевой подготовки.	1		1	демонстрация
17	Зачет. Контроль одиночной строевой подготовки.	1		1	демонстрация
18	Тренировка одиночной строевой подготовки.	1		1	демонстрация
19	Тренировка одиночной строевой подготовки.	1		1	демонстрация
20	Развернутый и походный строй отделения. Перестроения на месте.	1		1	демонстрация
21	Развернутый и походный строй отделения. Перестроения на месте.	1		1	демонстрация
22	Развернутый и походный строй отделения. Перестроения в движении.	1		1	демонстрация
23	Контроль подготовки отделения.	1		1	демонстрация
24	Развернутый и походный строй взвода. Перестроения на месте.	1		1	демонстрация
25	Развернутый и походный строй взвода. Перестроения в движении.	1		1	демонстрация

26	Выполнение воинского приветствия в составе взвода на месте и в движении. Зачет.	1		1	демонстрация
27	Изменение направления движения отделения поворотом строя.	1		1	демонстрация
28	Изменение направления движения взвода поворотом строя.	1		1	демонстрация
29	Изменение направления движения заходом «плечом». Зачет.	1		1	демонстрация
30	Исполнение строевых песен в составе взвода.	1		1	демонстрация
31	Развернутый и походный строй взвода, роты на машинах.	1		1	демонстрация
32	Управление строем с помощью флажков, сигнального фонаря.	1		1	демонстрация
33	Подготовка к слету-лагерю «Школа безопасности».	1		1	демонстрация
34	Туристский слёт – лагерь «Школа безопасности»	1		1	демонстрация
35-36	Промежуточная аттестация	2	1	1	демонстрация
	Итого:	36	3	33	

2 год обучения

Строевые приемы и движение с оружием.

Строевая стойка с автоматом АК-74, автоматом АКС-74. Положение оружия. Выполнение приемов с оружием на месте. Из положения «на ремень» в положение «на грудь». Из положения «на ремень» в положение «за спину». «Ремень отпустить (подтянуть)». Выполнение воинского приветствия с оружием на месте и в движении.

Строй подразделений в пешем порядке. Строй отделения, взвода.

Развернутый и походный строй отделения. Перестроения на месте и в движении. Выполнение воинского приветствия в составе взвода на месте и в движении.

Итоговое зачётное занятие.

Учебно-тематический план

№ п/п	Тема занятий	В том числе			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Обязанности военнослужащего перед построением и в строю.	1	1		демонстрация
2	Строй и его элементы. Развернутые и походные строи отделения, взвода.	1	1		демонстрация
3	Строевая стойка. Выполнение команд «Становись», «Смирно», «Вольно», «Заправиться», «Головные уборы – СНЯТЬ (НАДЕТЬ)».	1		1	демонстрация

4	Повороты на месте.	1		1	демонстрация
5	Строевой и походный шаг. Подготовительные упражнения.	1		1	демонстрация
6	Движение строевым шагом по квадрату.	1		1	демонстрация
7	Выполнение команд «Шире(короче) - ШАГ», «Чаще (реже) – ШАГ».	1		1	демонстрация
8	Повороты в движении. Выполнение команд «Нале – ВО», «Напра – ВО».	1		1	демонстрация
9	Выполнение команды «Кругом – МАРШ». Зачет.	1		1	демонстрация
10	Самоподготовка. Тренировка одиночной строевой подготовки.	1		1	демонстрация
11	Тренировка в поворотах на месте и в движении.	1		1	демонстрация
12	Выполнение воинского приветствия на месте и в движении.	1		1	демонстрация
13	Выход из строя и постановка в строй.	1		1	демонстрация
14	Подход к начальнику и отход от него.	1		1	демонстрация
15	Тренировка одиночной строевой подготовки.	1		1	демонстрация
16	Зачет. Контроль одиночной строевой подготовки.	1		1	демонстрация
17	Тренировка одиночной строевой подготовки.	1		1	демонстрация
18	Развернутый и походный строй отделения. Перестроения на месте.	1		1	демонстрация
19	Развернутый и походный строй отделения. Перестроения на месте.	1		1	демонстрация
20	Развернутый и походный строй отделения. Перестроения в движении.	1		1	демонстрация
21	Развернутый и походный строй взвода. Перестроения на месте.	1		1	демонстрация
22	Развернутый и походный строй взвода. Перестроения в движении.	1		1	демонстрация
23	Выполнение воинского приветствия в составе взвода на месте и в движении.	1		1	демонстрация
24	Изменение направления движения отделения поворотом строя. Зачет.	1		1	демонстрация
25	Изменение направления движения взвода поворотом строя.	1		1	демонстрация
26	Изменение направления движения заходом «плечом».	1		1	демонстрация
27	Исполнение строевых песен в составе взвода.	1		1	демонстрация
28	Выполнение команд «К машине», «По местам».	1		1	демонстрация
29	Управление строем с помощью флажков, сигнального фонаря.	1		1	демонстрация
30-33	Подготовка к слету-лагерю «Школа безопасности».	4		4	демонстрация
34	Туристский слёт – лагерь «Школа безопасности»	1		1	демонстрация
35-36	Промежуточная аттестация	2		2	демонстрация
	Итого:	36	2	34	

3 год обучения

Строевые приемы и движение с оружием.

Строевая стойка с автоматом АК-74, автоматом АКС-74. Положение оружия. Выполнение приемов с оружием на месте. Из положения «на ремень» в положение «на грудь». Из положения «на ремень» в положение «за спину». «Ремень отпустить (подтянуть)». Выполнение воинского приветствия с оружием на месте и в движении.

Строй подразделений в пешем порядке. Строй отделения, взвода.

Развернутый и походный строй отделения. Перестроения на месте и в движении. Выполнение воинского приветствия в составе взвода на месте и в движении.

Итоговое зачётное занятие.

Учебно-тематический план

№ п/п	Тема занятий	В том числе			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Обязанности военнослужащего перед построением и в строю.	1	1		демонстрация
2	Строй и его элементы. Развернутые и походные строи отделения, взвода.	1	1		демонстрация
3	Строевая стойка. Выполнение команд «Становись», «Смирно», «Вольно», «Заправиться», «Головные уборы – СНЯТЬ (НАДЕТЬ)».	1		1	демонстрация
4	Повороты на месте.	1		1	демонстрация
5	Строевой и походный шаг. Подготовительные упражнения.	1		1	демонстрация
6	Движение строевым шагом по квадрату.	1		1	демонстрация
7	Выполнение команд «Шире(короче) - ШАГ», «Чаще (реже) – ШАГ».	1		1	демонстрация
8	Повороты в движении. Выполнение команд «Нале – ВО», «Напра – ВО».	1		1	демонстрация
9	Выполнение команды «Кругом – МАРШ». Зачет.	1		1	демонстрация
10	Тренировка в поворотах на месте и в движении.	1		1	демонстрация
11	Выполнение воинского приветствия на месте и в движении.	1		1	демонстрация
12	Выход из строя и постановка в строй.	1		1	демонстрация
13	Подход к начальнику и отход от него.	1		1	демонстрация
14	Тренировка одиночной строевой подготовки.	1		1	демонстрация
15	Тренировка одиночной строевой подготовки.	1		1	демонстрация
16	Зачет. Контроль одиночной строевой подготовки.	1		1	демонстрация
17	Тренировка одиночной строевой подготовки.	1		1	демонстрация
18	Тренировка одиночной строевой подготовки.	1		1	демонстрация
19	Развернутый и походный строй отделения.	1		1	демонстрация

	Перестроения на месте.				
20	Развернутый и походный строй отделения. Перестроения на месте.	1		1	демонстрация
21	Развернутый и походный строй отделения. Перестроения в движении.	1		1	демонстрация
22	Развернутый и походный строй взвода. Перестроения на месте.	1		1	демонстрация
23	Развернутый и походный строй взвода. Перестроения в движении.	1		1	демонстрация
24	Выполнение воинского приветствия в составе взвода на месте и в движении.	1		1	демонстрация
25	Изменение направления движения отделения поворотом строя. Зачет.	1		1	демонстрация
26	Изменение направления движения взвода поворотом строя.	1		1	демонстрация
27	Изменение направления движения заходом «плечом».	1		1	демонстрация
28	Исполнение строевых песен в составе взвода.	1		1	демонстрация
29	Выполнение команд «К машине», «По местам».	1		1	демонстрация
30	Управление строем с помощью флажков, сигнального фонаря.	1		1	демонстрация
31-33	Подготовка к слету-лагерю «Школа безопасности».	3		3	демонстрация
34	Туристский слёт – лагерь «Школа безопасности»	1		1	демонстрация
35-36	Промежуточная аттестация	2		2	демонстрация
	Итого:	36	2	34	

4 год обучения

Строевые приемы и движение с оружием.

Строевая стойка с автоматом АК-74, автоматом АКС-74. Положение оружия. Выполнение приемов с оружием на месте. Из положения «на ремень» в положение «на грудь». Из положения «на ремень» в положение «за спину». «Ремень отпустить (подтянуть)». Выполнение воинского приветствия с оружием на месте и в движении.

Строи подразделений в пешем порядке. Строи отделения, взвода.

Развернутый и походный строй отделения. Перестроения на месте и в движении. Выполнение воинского приветствия в составе взвода на месте и в движении.

Итоговое зачётное занятие.

Учебно-тематический план

№ п/п	Наименование темы	количество часов			форма аттестации
		всего	теория	практика	
1	Общие положения.	1	1		Устный

					опрос
2	Положение Государственного флага РФ и Боевого знамени в строю на месте	1	1		Тестирование
3	Положение Государственного флага РФ и Боевого знамени по команде шагом	1	1		Письменный опрос
4	Положение Государственного флага РФ и Боевого знамени при прохождении торжественным маршем	1	1		Тестирование
5	Положение Государственного флага РФ и Боевого знамени в развернутом строю	1	1		Тестирование
6-7	Вынос Государственного флага РФ и Боевого знамени	2		2	Практическое занятие
8-9	Пронос Государственного флага РФ и Боевого знамени перед личным составом воинской части	2		2	Практическое занятие
10-11	Относ Государственного флага РФ и Боевого знамени	2		2	Практическое занятие
12-13	Положение о группах парадного расчета.	2		2	Практическое занятие
14-15	Порядок возложения цветов к памятным местам.	2		2	Практическое занятие
16	Порядок смены и несения службы лицами почетного караула.	1		1	Практическое занятие
17	Порядок выхода линейных на установленные места при проведении торжественных мероприятий.	1		1	Практическое занятие
18-19	Развернутый строй отделения	2		2	Практическое занятие
20-21	Повороты на месте в составе отделения.	2		2	Практическое занятие
22-23	Повороты в движении в составе отделения.	2		2	Практическое занятие
24-25	Размыкание отделения.	2		2	Практическое занятие
26-27	Походный строй отделения.	2		2	Практическое занятие
28	Выполнение воинского приветствия на месте и в движении.	1		1	Практическое занятие
29	Развернутый строй взвода. Походный строй.	1		1	Практическое занятие
30	Выполнение воинского приветствия в строю на месте и в движении.	1		1	Практическое занятие
31	Развернутый строй роты. Походный строй.	1		1	Практическое занятие
32-33	Выполнение воинского приветствия в строю на месте и в движении.	2		2	Практическое занятие
34	Итоговая аттестация	1		1	Практическое занятие

	ИТОГО:	34	5	29	
--	---------------	-----------	----------	-----------	--

«Топография»

1 год обучения

Ориентирование на местности. Понятие об ориентировании на местности. Способы ориентирования. Практическая работа на местности «Определение сторон горизонта различными способами». Способы определения расстояний при ориентировании на местности. Способы определения расстояний при ориентировании на местности. Приборы и способы определения направлений на местности.

Ориентирование по карте. Приемы ориентирования по карте. Приемы ориентирования по карте. Зачет. Ориентирование по карте в движении по заданному маршруту. Движение по азимуту. Движение по азимуту (зачет). Система условных обозначений на картах. Виды условных знаков. Изображение местных предметов на топографических картах. Условные знаки местных предметов. Гидрография (водные объекты). Почвенно-растительный покров. Почвенно-растительный покров (зачет). Изображение рельефа на картах. Изображение населенных пунктов. Изображение населенных пунктов (зачет). Ориентирование карты по компасу. Ориентирование карты по Полярной звезде. Ориентирование карты по Полярной звезде (зачет).

Итоговое зачётное занятие.

Учебно-тематический план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Форма аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Понятие об ориентировании на местности. Способы ориентирования.	1	1	-	Устный опрос
2-3	Практическая работа на местности «Определение сторон горизонта различными способами».	2	-	2	Контрольные задания
4	Способы определения расстояний при ориентировании на местности.	1	1	-	Устный опрос
5	Способы определения расстояний при ориентировании на местности.	1	-	1	тестирование
6	Приборы и способы определения направлений на местности.	1	0,5	0,5	Устный опрос
7	Приемы ориентирования по карте.	1	1	-	тестирование
8	Приемы ориентирования по карте. Зачет.	1	-	1	тестирование

9	Ориентирование по карте в движении по заданному маршруту.	1	0,5	0,5	Письменный опрос
10-11	Движение по азимуту.	2	1	1	Письменный опрос
12	Движение по азимуту. Зачет.	1	-	1	тестирование
13-14	Система условных обозначений на картах. Виды условных знаков.	2	1	1	Устный опрос
15-16	Изображение местных предметов на топографических картах.	2	1	1	Устный опрос
17-18	Условные знаки местных предметов.	2	1	1	презентация
19-20	Гидрография (водные объекты).	2	1	1	презентация
21	Почвенно-растительный покров.	1	1	-	презентация
22	Почвенно-растительный покров. Зачет.	1	-	1	зачет
23	Изображение рельефа на картах.	1	1		презентация
24	Изображение населенных пунктов.	1	1	-	презентация
25	Изображение населенных пунктов. Зачет.	1	-	1	Письменный опрос
26-28	Ориентирование карты по компасу.	3	1	2	презентация
29	Ориентирование карты по Полярной звезде.	1	1		презентация
30	Ориентирование карты по Полярной звезде. Зачет.	1	-	1	Письменный опрос
31-33	Подготовка к слету-лагерю «Школа безопасности».	3	1	2	Решение проблемных задач
34	Туристский слёт – лагерь «Школа безопасности»	1	-	1	Решение проблемных задач
35-36	Промежуточная аттестация	2		2	зачет
	Итого	36	15	21	

2 год обучения

Классификация, назначение и сущность карт. Особенности картографического изображения. Общегеографические и специальные карты. Классификация и назначение топографических карт. Геометрическая сущность картографического изображения. Искажения в картографических проекциях. Проекция карт масштабов 1: 25000 - 1:500000. Проекция карт масштаба 1: 100000 (зачет).

Измерения на карте. Масштаб карты. Измерение линий на карте. Простейшие способы измерения площадей по карте. Системы координат, применяемые в топографии. Определение географических координат. Практическая работа «Измерения на местности» (зачет).

Чтение топографических карт. Повторение видов условных знаков. Общие правила чтения карт. Виды горизонталей. Изображение горизонталями элементарных форм рельефа. Условные знаки элементов рельефа, не выражающихся горизонталями. Определение абсолютных высот точек. Определение подъемов и спусков. Определение формы и крутизны склонов. Электролинии, трубопроводы (зачет). Железные дороги, шоссейные и грунтовые дороги, границы.

Ориентирование по карте. Повторение понятия ориентирования. Ориентирование по карте в движении по заданному маршруту. Понятие об азимуте. Движение по азимутам. Практическая работа «Движение по азимутам на местности».

Способы съемки местности. Использование аэрофотоснимков и их виды. Виды глазомерной съемки. Приборы, используемые для глазомерной съемки. Маршрутная съемка. Полярная съемка. Практическая работа «Составление плана небольшого участка местности».

Итоговое зачетное занятие.

Учебно-тематический план

№ п/п	Тема занятий	В том числе			Форма аттестации/ зачет
		Всего	Теория	Практика	
1	Особенности картографического изображения.	1	1		Устный опрос
2	Общегеографические и специальные карты.	1	1		Устный опрос
3	Классификация и назначение топографических карт.	1	1		тестирование
4	Геометрическая сущность картографического изображения.	1	1		Устный опрос
5-6	Искажения в картографических проекциях.	2	1	1	Устный опрос
7	Проекция карт масштабов 1: 25000 - 1:500000.	1	0,5	0,5	тестирование
8	Проекция карт масштаба 1: 100000. Зачет.	1		1	тестирование
9-10	Масштаб карты.	2	0,5	1,5	Устный опрос
11-12	Измерение линий на карте.	2	0,5	1,5	Письменный опрос
13-14	Самоподготовка. Измерение линий на карте.	2	0,5	1,5	самооценка
15-16	Простейшие способы измерения площадей по карте.	2	0,5	1,5	Письменный опрос
17	Системы координат, применяемые в топографии.	1	1		тестирование
18	Определение географических координат.	1		1	Устный опрос
19	Практическая работа «Измерения на местности». Зачет.	1		1	тестирование

20	Повторение видов условных знаков.	1	1		Устный опрос
21	Общие правила чтения карт.	1	1		тестирование
22	Виды горизонталей.	1	1		Устный опрос
23	Изображение горизонталями элементарных форм рельефа.	1		1	Устный опрос
24	Условные знаки элементов рельефа, не выражающихся горизонталями.	1		1	Устный опрос
25	Определение абсолютных высот точек.	1		1	Устный опрос
26	Определение подъемов и спусков.	1		1	тестирование
27	Определение формы и крутизны склонов.	1		1	тестирование
28	Электролинии, трубопроводы. Зачет.	1		1	тестирование
29	Железные дороги, шоссейные и грунтовые дороги, границы.	1	1		тестирование
30	Ориентирование по карте в движении по заданному маршруту.	1		1	Устный опрос
31	Понятие об азимуте. Движение по азимутам.	1	0,5	0,5	Устный опрос
32	Практическая работа «Движение по азимутам на местности».	1		1	тестирование
33	Использование аэрофотоснимков и их виды. Виды глазомерной съемки. Приборы, используемые для глазомерной съемки.	1	1		Устный опрос
34	Практическая работа «Составление плана небольшого участка местности».	1		1	Контрольное задание
35-36	Промежуточная аттестация	2		2	зачет
	Итого	36	17	19	

3 год обучения

Классификация, назначение и сущность карт. Особенности картографического изображения. Общегеографические и специальные карты. Классификация и назначение топографических карт. Геометрическая сущность картографического изображения. Искажения в картографических проекциях. Проекция карт масштабов 1: 25000 - 1:500000. Проекция карт масштаба 1: 100000. Зачет.

Измерения на карте. Масштаб карты. Измерение линий на карте. Простейшие способы измерения площадей по карте. Системы координат, применяемые в топографии. Определение географических координат. Практическая работа «Измерения на местности». Зачет.

Чтение топографических карт. Повторение видов условных знаков. Общие правила чтения карт. Виды горизонталей. Изображение горизонталями элементарных форм рельефа. Условные знаки элементов рельефа, не выражающихся горизонталями. Определение абсолютных высот точек. Определение подъемов и спусков. Определение формы и крутизны склонов. Элек-

тролинии, трубопроводы. Железные дороги, шоссейные и грунтовые дороги, границы. Зачет.

Ориентирование по карте. Повторение понятия ориентирования. Ориентирование по карте в движении по заданному маршруту. Понятие об азимуте. Движение по азимутам. Практическая работа «Движение по азимутам на местности».

Способы съемки местности. Использование аэрофотоснимков и их виды. Виды глазомерной съемки. Приборы, используемые для глазомерной съемки. Маршрутная съемка. Полярная съемка. Практическая работа «Составление плана небольшого участка местности».

Итоговое зачетное занятие.

Учебно-тематический план

№ п/п	Тема занятий	В том числе			Форма аттестации/зачет
		Всего	Теория	Практика	
1	Особенности картографического изображения.	1	1		Устный опрос
2	Общегеографические и специальные карты.	1	1		Устный опрос
3	Классификация и назначение топографических карт.	1	1		Устный опрос
4	Геометрическая сущность картографического изображения.	1	1		Устный опрос
5	Искажения в картографических проекциях.	1	0,5	0,5	Устный опрос
6	Проекции карт масштабов 1: 25000 - 1:500000.	1		1	Устный опрос
7	Проекция карт масштаба 1: 100000. Зачет.	1		1	Письменный опрос
8	Масштаб карты.	1	0,5	0,5	Письменный опрос
9	Измерение линий на карте.	1	0,5	0,5	Письменный опрос
10	Самоподготовка. Измерение линий на карте.	1	0,5	0,5	самооценка
11	Простейшие способы измерения площадей по карте.	1	0,5	0,5	тестирование
12	Системы координат, применяемые в топографии.	1	1		Устный опрос
13	Определение географических координат.	1		1	Устный опрос
14	Практическая работа «Измерения на местности». Зачет.	1		1	зачет
15	Общие правила чтения карт.	1	1		тестирование
16	Виды горизонталей.	1	1		тестирование

17	Изображение горизонталями элементарных форм рельефа.	1	1		тестирование
18	Условные знаки элементов рельефа, не выражающихся горизонталями.	1	1		Устный опрос
19	Определение абсолютных высот точек.	1		1	тестирование
20	Определение подъемов и спусков.	1		1	тестирование
21	Определение формы и крутизны склонов.	1		1	тестирование
22	Электролинии, трубопроводы. Зачет.	1		1	зачет
23	Железные дороги, шоссейные и грунтовые дороги, границы.	1	1		тестирование
24	Повторение понятия ориентирования.	1	1		тестирование
25	Ориентирование по карте в движении по заданному маршруту.	1		1	тестирование
26	Понятие об азимуте.	1		1	тестирование
27	Движение по азимутам.	1	0,5	0,5	
28-29	Практическая работа «Движение по азимутам на местности».	2		2	тестирование
30	Использование аэрофотоснимков и их виды.	1	1		Устный опрос
31	Виды глазомерной съемки. Приборы, используемые для глазомерной съемки.	1	1		Устный опрос
32	Маршрутная съемка. Полярная съемка.	1	1		
33-34	Практическая работа «Составление плана небольшого участка местности».	2		2	Наблюдение
35-36	Промежуточная аттестация	2		2	тестирование
Итого:		36	17	19	

4 год обучения

Классификация, назначение и сущность карт. Особенности картографического изображения. Общегеографические и специальные карты. Классификация и назначение топографических карт. Геометрическая сущность картографического изображения. Искажения в картографических проекциях. Проекция карт масштабов 1: 25000 - 1:500000. Проекция карт масштаба 1: 100000. Зачет.

Измерения на карте. Масштаб карты. Измерение линий на карте. Простейшие способы измерения площадей по карте. Системы координат, применяемые в топографии. Определение географических координат. Практическая работа «Измерения на местности». Зачет.

Чтение топографических карт. Повторение видов условных знаков. Общие правила чтения карт. Виды горизонталей. Изображение горизонталями элементарных форм рельефа. Условные знаки элементов рельефа, не выражающихся горизонталями. Определение абсолютных высот точек. Определение подъемов и спусков. Определение формы и крутизны склонов. Элек-

тролинии, трубопроводы. Железные дороги, шоссейные и грунтовые дороги, границы. Зачет.

Ориентирование по карте. Повторение понятия ориентирования. Ориентирование по карте в движении по заданному маршруту. Понятие об азимуте. Движение по азимутам. Практическая работа «Движение по азимутам на местности».

Способы съемки местности. Использование аэрофотоснимков и их виды. Виды глазомерной съемки. Приборы, используемые для глазомерной съемки. Маршрутная съемка. Полярная съемка. Практическая работа «Составление плана небольшого участка местности».

Итоговое зачетное занятие.

Учебно-тематический план

№ п/п	Наименование разделов и тем занятий	Всего	В том числе		Форма аттестации/зачет
			Теория	Практика	
1	Особенности картографического изображения.	1	1		Устный опрос
2	Общегеографические и специальные карты.	1	1		Устный опрос
3	Классификация и назначение топографических карт.	1	1		Устный опрос
4	Геометрическая сущность картографического изображения.	1	1		Устный опрос
5	Искажения в картографических проекциях.	1	0,5	0,5	Устный опрос
6	Проекция карт масштабов 1: 25000 - 1:500000.	1	0,5	0,5	Устный опрос
7	Проекция карт масштаба 1: 100000. Зачет.	1		1	Письменный опрос
8	Масштаб карты.	1	0,5	0,5	Письменный опрос
9	Измерение линий на карте.	1	0,5	0,5	Письменный опрос
10	Самоподготовка. Измерение линий на карте.	1	0,5	0,5	самооценка
11	Простейшие способы измерения площадей по карте.	1	0,5	0,5	тестирование
12	Системы координат, применяемые в топографии.	1	1		Устный опрос
13	Определение географических координат.	1		1	Устный опрос
14	Практическая работа «Измерения на местности». Зачет.	1		1	зачет
15	Общие правила чтения карт.	1	1		тестирование
16	Виды горизонталей.	1	1		тестирование
17	Изображение горизонталями элементарных форм рельефа.	1	1		тестирование

18	Условные знаки элементов рельефа, не выражающихся горизонталями.	1	1		Устный опрос
19	Определение абсолютных высот точек.	1		1	тестирование
20	Определение подъемов и спусков.	1		1	тестирование
21	Определение формы и крутизны склонов.	1		1	тестирование
22	Электролинии, трубопроводы. Зачет.	1		1	зачет
23	Железные дороги, шоссе и грунтовые дороги, границы.	1	1		тестирование
24	Ориентирование по карте в движении по заданному маршруту.	1		1	тестирование
25	Понятие об азимуте.	1		1	тестирование
26	Движение по азимутам.	1		1	тестирование
27	Практическая работа «Движение по азимутам на местности».	1		1	тестирование
28	Использование аэрофотоснимков и их виды.	1	1		тестирование
29	Виды глазомерной съемки. Приборы, используемые для глазомерной съемки.	1	1		Устный опрос
30	Маршрутная съемка. Полярная съемка.	1	1		Устный опрос
31-32	Практическая работа «Составление плана небольшого участка местности».	2		2	тестирование
33-34	Итоговая аттестация	1	1	1	тестирование
	Итого	34	17	17	

«Спортивное ориентирование»

1 год обучения

История и развитие спортивного ориентирования. Краткий исторический обзор развития ориентирования как вида спорта в России. Соблюдение безопасности на занятиях спортивного ориентирования и физических упражнений. Место физической культуры и спорта в подготовке к деятельности в экстремальных условиях. Основные методы и принципы организации и проведения занятий по развитию силы и выносливости. Закаливание организма.

Гимнастика и акробатика.

Строевые приемы, ходьба, бег, упражнения в движении, общеразвивающего характера вдвоем, с гимнастической скамейкой. Лазание по канату, гимнастической лестнице, подтягивание. Выполнение акробатических упражнений.

Ознакомление с единой полосой препятствий. Ходьба, бег, упражнения в движении, опорные и безопорные прыжки, перелазание, передвижение по узкой опоре на высоте, метание гранат по цели. Тренировка в преодолении полосы препятствий по элементам. Совершенствование навыков.

Легкая атлетика.

Бег на короткие дистанции. Техника бега на короткие дистанции. Техника низкого старта и тренировка в выполнении команд «На старт», «Внимание», «Марш». Ходьба, ускоренная ходьба, бег, специальные беговые упражнения на месте и в движении (челночного бега 10 х 10) с высокого старта. Обучение технике бега на средние дистанции: 400 м., 1000 м. Разучивание технике бега по пересеченной местности. Тренировка в совершенствовании марш-броска на 3-5 км.

Спортивные и подвижные игры.

Баскетбол — броски в корзину одной рукой от плеча с места в движении, в прыжке, сверху — крюком; одной снизу, сверху вниз и добивание двумя сверху; финты; индивидуальные, групповые, командные действия, защита; двухсторонняя игра.

Волейбол — подачи: нижняя боковая, нижняя «свечой», верхняя боковая; передачи: верхняя, верхняя в прыжке, нападающие удары; блокировка; прием-передача; тактические приемы в нападении и защите; индивидуальные, групповые и командные действия, двухсторонняя игра.

Футбол — передвижение и прыжки; удары по мячу стопой, носком; удары головой; остановки мяча голенью, головой, грудью; финты тактические приемы в нападении — индивидуальные, групповые и командные действия; игра вратаря.

Русская лапта. Летний биатлон.

Организация и проведение подвижных игр направленных на развитие и совершенствование физических и волевых качеств: силы, ловкости, быстроты, выносливости и т.п.

Итоговое зачётное занятие.

Учебно-тематический план

№ п/п	Тема занятий	В том числе			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	История и развитие спортивного ориентирования.	1	1		Устный опрос
2	Краткий исторический обзор развития ориентирования как вида спорта в России.	1	1		Устный опрос
3	Соблюдение безопасности на занятиях спортивного ориентирования и физических упражнений.	1	1		Устный опрос
4	Лёгкая атлетика. Упражнения на совершенствование техники спринтерского бега.	1		1	Практическое выполнение
5	Лёгкая атлетика. Урок соревнования.	1		1	Практическое выполнение
6	Лёгкая атлетика. Упражнения на совершенствование техники длительного бега.	1		1	Практическое выполнение

7	Лёгкая атлетика. Упражнения на совершенствование техники длительного бега. Зачет.	1		1	зачет
8	Лёгкая атлетика. Урок - соревнование.	1		1	Практическое выполнение
9	Зрительное знакомство с объектами местности, их словесное описание. Особенности топографической подготовки ориентировщиков.	1	1		Устный опрос
10	Самоподготовка. История и развитие спортивного ориентирования.	1	1		самооценка
11	Лёгкая атлетика: Упражнения на совершенствование техники прыжка в длину с разбега.	1		1	Практическое выполнение
12	Лёгкая атлетика. Упражнения на совершенствование техники прыжка в длину с разбега.	1		1	Практическое выполнение
13	Лёгкая атлетика. Урок - соревнование.	1		1	Практическое выполнение
14	Лёгкая атлетика. Упражнение на совершенствование техники метания мяча в цель и на дальность.	1		1	Практическое выполнение
15	Лёгкая атлетика. Упражнение на совершенствование техники метания мяча в цель и на дальность. Зачет.	1		1	зачет
16	Спортивная карта, условные знаки, цвета карты, масштаб карты.	1	1		Устный опрос
17	Лёгкая атлетика. Урок - соревнование.	1		1	Практическое выполнение
18	Спортивные игры. Определение уровня ОФК (выносливость)	1		1	Практическое выполнение
19	Спортивные игры. Урок - соревнование. Мини-футбол.	1		1	Практическое выполнение
20	Спортивные игры. Урок - соревнование.	1		1	Практическое выполнение
21	Спортивные игры. Русская лапта.	1		1	Практическое выполнение
22	Измерение расстояний на карте и на местности.	1	1		Устный опрос
23	Создание простейших планов и схем. Спортивный компас.	1	1		Устный опрос
24	Спортивные игры. Урок - соревнование.	1		1	Практическое выполнение
25	Спортивные игры. Баскетбол.	1		1	Практическое выполнение
26	Спортивные игры. Баскетбол. Зачет.	1		1	зачет
27	Спортивные игры. Урок - соревнование.	1		1	Практическое выполнение
28	Единоборства. Урок - соревнование.	1		1	Практическое выполнение
29	Ориентирование карты по компасу.	1		1	Устный опрос

	Снятие азимута. Движение по азимуту.				
30	Спортивные игры. Русская лапта.	1		1	Практическое выполнение
31	Лёгкая атлетика. Упражнения на совершенствование техники спринтерского бега. Зачет.	1		1	зачет
32	Краткая характеристика техники спортивного ориентирования. Понятие о технике спортивного ориентирования. Значение техники в достижение высоких спортивных результатов.	1		1	Устный опрос
33	Приемы и способы ориентирования. Отметка на контрольном пункте КП.	1	1		Устный опрос
34	Подготовка к слету-лагерю «Школа безопасности».	1		1	Практическое выполнение
35	Туристский слёт – лагерь «Школа безопасности»	1		1	Выполнение нормативов
36	Промежуточная аттестация	1	1	1	тестирование
	Итого:	36	10	26	

2 год обучения

Техника безопасности. Зрительное знакомство с объектами местности, их словесное описание. Особенности топографической подготовки ориентировщиков. ОРУ, СУ. Развитие координационных способностей. Метание мяча на дальность и в цель. Метание гранаты.

Развитие скоростно-силовых качеств. ОРУ. Спортивная карта, условные знаки, цвета карты, масштаб карты. Развитие силовых и координационных способностей. Зачет.

Бег на короткие дистанции. Техника бега на короткие дистанции. Техника низкого старта и тренировка в выполнении команд «На старт», «Внимание», «Марш». Ходьба, ускоренная ходьба, бег, специальные беговые упражнения на месте и в движении (челночного бега 10 х 10) с высокого старта. Обучение технике бега на средние дистанции: 400 м., 1000 м. Разучивание технике бега по пересеченной местности. Тренировка в совершенствовании марш-броска на 3-5 км.

Баскетбол — броски в корзину одной рукой от плеча с места в движении, в прыжке, сверху — крюком; одной снизу, сверху вниз и добивание двумя сверху; финты; индивидуальные, групповые, командные действия, защита; двухсторонняя игра.

Гимнастика: СУ. Основы знаний. Упражнения в вися. Развитие гибкости. Контрольное занятие.

Приемы и способы ориентирования. Отметка на контрольном пункте КП. КП. Восприятие и проверка номера КП. Правильное держание спортивной карты. Контрольная карточка и легенды КП.

Учебно-тематический план

№ п/п	Тема занятий	В том числе			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Техника безопасности	1	1		Устный опрос
2	Зрительное знакомство с объектами местности, их словесное описание. Особенности топографической подготовки ориентировщиков.	1	1		Устный опрос
3	ОРУ, СУ. Развитие координационных способностей.	1		1	Практическое выполнение
4	СУ. Основы знаний.	1	1		Устный опрос
5	Метание мяча на дальность и в цель.	1		1	Практическое выполнение
6	Метание гранаты.	1		1	Практическое выполнение
7	Развитие скоростно-силовых качеств. ОРУ.	1		1	Практическое выполнение
8	Спортивная карта, условные знаки, цвета карты, масштаб карты.	1		1	Устный опрос
9	Развитие силовых и координационных способностей. Зачет.	1		1	зачет
10	Прыжок в длину с места и разбега.	1		1	Практическое выполнение
11	Спринтерский бег. Низкий старт.	1		1	Практическое выполнение
12	Стартовый разгон, финальное усилие.	1		1	Практическое выполнение
13	Эстафетный бег.	1		1	Практическое выполнение
14	Измерение расстояний на карте и на местности. Создание простейших планов и схем. Спортивный компас.	1		1	Устный опрос
15	Преодоление препятствий. Зачет.	1		1	зачет
16	Развитие выносливости.	1		1	Практическое выполнение
17	Кроссовая подготовка.	1		1	Практическое выполнение
18	Баскетбол: Стойки и передвижения, повороты, остановки.	1		1	Практическое выполнение
19	Ловля и передача мяча.	1		1	Практическое выполнение
20	Ориентирование карты по компасу. Снятие азимута. Движение по азимуту.	1		1	Устный опрос
21	Баскетбол: Ведение мяча.	1		1	Практическое выполнение
22	Бросок мяча.	1		1	Практическое выполнение

23	Бросок мяча в движении.	1		1	Практическое выполнение
24	Штрафной бросок.	1		1	Практическое выполнение
25	Тактика игры.	1	1	1	Устный опрос
26	Значение техники в достижение высоких спортивных результатов. Зачет.	1		1	зачет
27	Приемы и способы ориентирования. Отметка на контрольном пункте КП.	1		1	Устный опрос
28	Краткая характеристика техники спортивного ориентирования.	1	1		Устный опрос
29	КП. Восприятие и проверка номера КП. Правильное держание спортивной карты. Контрольная карточка и легенды КП.	1		1	Устный опрос
30	Упражнения в висе. Развитие гибкости. Контрольное занятие.	1		1	Практическое выполнение
31-34	Подготовка к слету-лагерю «Школа безопасности».	4	1	1	Практическое выполнение
35	Туристский слёт – лагерь «Школа безопасности»	1		1	Выполнение нормативов
36	Промежуточная аттестация	2		2	тестирование
	Итого:	36	6	30	

3 год обучения

Техника безопасности. Зрительное знакомство с объектами местности, их словесное описание. Особенности топографической подготовки ориентировщиков. ОРУ, СУ. Развитие координационных способностей. Метание мяча на дальность и в цель. Метание гранаты.

Развитие скоростно-силовых качеств. ОРУ. Спортивная карта, условные знаки, цвета карты, масштаб карты. Развитие силовых и координационных способностей. Зачет.

Бег на короткие дистанции. Техника бега на короткие дистанции. Техника низкого старта и тренировка в выполнении команд «На старт», «Внимание», «Марш». Ходьба, ускоренная ходьба, бег, специальные беговые упражнения на месте и в движении (челночного бега 10 х 10) с высокого старта. Обучение технике бега на средние дистанции: 400 м., 1000 м. Разучивание технике бега по пересеченной местности. Тренировка в совершенствовании марш-броска на 3-5 км.

Баскетбол — броски в корзину одной рукой от плеча с места в движении, в прыжке, сверху — крюком; одной снизу, сверху вниз и добивание двумя сверху; финты; индивидуальные, групповые, командные действия, защита; двухсторонняя игра.

Гимнастика: СУ. Основы знаний. Упражнения в висе. Развитие гибкости. Контрольное занятие.

Приемы и способы ориентирования. Отметка на контрольном пункте КП. КП. Восприятие и проверка номера КП. Правильное держание спортивной карты. Контрольная карточка и легенды КП.

Учебно-тематический план

№ п/п	Тема занятий	В том числе			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие. Техника безопасности	1	1		Устный опрос
2	Общая физическая подготовка. Спортивная ходьба, кросс.	1		1	Практическое выполнение
3	Игры на местности, упражнения на снятие усталости	1		1	Практическое выполнение
4	Специальная физическая подготовка. Выносливость-как средство противостояния усталости	1	1		Практическое выполнение
5	Совершенствование общей выносливости ориентировщика	1		1	Практическое выполнение
6	Преодоление полосы препятствий	2		2	Практическое выполнение
7	Анализ тренировок и соревнований	1	1		Устный опрос
8	Совершенствование технической подготовки	1	0,5	0,5	Практическое выполнение
9	Создание карты местности	1	0,5	0,5	Практическое выполнение
10-11	Совершенствование тактической подготовки. Прохождение маркированной трассы	2		2	Практическое выполнение
12-13	Движение на местности с учетом рельефа	2		2	Практическое выполнение
14	Совершенствование топографической подготовки. Чтение топонимов	1		1	Практическое выполнение
15	Работа с компасом	1		1	Практическое выполнение
16	Краеведение. Энтозоология. Участие в краеведческих конкурсах	1	1		Устный опрос
17-18	Совершенствование туристической подготовки. Организация страховки	2		2	Практическое выполнение
19	Применение страховочной системы	1		1	Практическое выполнение
20	Крепление веревки на опоре. Карабины	1		1	Практическое выполнение
21	Медико-санитарная подготовка. Применение лекарственных растений	1		1	Устный опрос
22-23	Контрольные нормативы. Сдача нормативов по ориентированию, туризму	2		2	Зачёт
24-25	Правила соревнований по спортивному ориентированию. Судейская практика	2	1	1	Практическое выполнение

26-27	Участие в соревнованиях	2		2	Практическое выполнение
28	Прохождение маршрута в связках	1		1	Практическое выполнение
29	Подъем и спуск с самостраховкой	1		1	Практическое выполнение
30	Значение техники в достижение высоких спортивных результатов. Зачет.	1		1	зачет
31-34	Подготовка к слету-лагерю «Школа безопасности».	4	1	3	Практическое выполнение
35	Туристский слёт – лагерь «Школа безопасности»	1		1	Выполнение нормативов
36	Промежуточная аттестация	1		1	тестирование
	Итого:	36	7	29	

4 год обучения

Техника безопасности. Зрительное знакомство с объектами местности, их словесное описание. Особенности топографической подготовки ориентировщиков.

Метание мяча на дальность и в цель. Метание гранаты. Развитие скоростно-силовых качеств. ОРУ.

Спортивная карта, условные знаки, цвета карты, масштаб карты.

Прыжок в длину с места и разбега. Спринтерский бег. Низкий старт. Стартовый разгон, финальное усилие. Эстафетный бег.

Измерение расстояний на карте и на местности. Создание простейших планов и схем. Спортивный компас.

Развитие выносливости. Кроссовая подготовка.

Баскетбол: Стойки и передвижения, повороты, остановки. Ловля и передача мяча. Ведение мяча. Бросок мяча. Бросок мяча в движении. Штрафной бросок.

Ориентирование карты по компасу. Снятие азимута. Движение по азимуту. Приемы и способы ориентирования. Отметка на контрольном пункте КП. Краткая характеристика техники спортивного ориентирования. Понятие техники спортивного ориентирования.

Итоговое зачетное занятие.

Учебно-тематический план

№ п/п	Тема занятий	В том числе			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Техника безопасности	1	1		Устный опрос
2	Зрительное знакомство с объектами местности, их словесное описание. Особенности топографической подготовки ориентиров-	1		1	Устный опрос

	щиков.				
3	ОРУ, СУ. Развитие координационных способностей.	1		1	Практическое выполнение
4	СУ. Основы знаний.	1	1		Устный опрос
5	Метание мяча на дальность и в цель.	1		1	Практическое выполнение
6	Метание гранаты.	1		1	Практическое выполнение
7	Развитие скоростно-силовых качеств. ОРУ.	1		1	Практическое выполнение
8	Спортивная карта, условные знаки, цвета карты, масштаб карты.	1	1		Устный опрос
9	Развитие силовых и координационных способностей. Зачет.	1		1	зачет
10	Самоподготовка. Составление комплекса ОРУ.	1	1		самооценка
11	Прыжок в длину с места и разбега.	1		1	Практическое выполнение
12	Спринтерский бег. Низкий старт.	1		1	Практическое выполнение
13	Стартовый разгон, финальное усилие.	1		1	Практическое выполнение
14	Эстафетный бег.	1		1	Практическое выполнение
15	Измерение расстояний на карте и на местности. Создание простейших планов и схем. Спортивный компас.	1	1		Устный опрос
16	Преодоление препятствий. Зачет.	1		1	зачет
17	Развитие выносливости.	1		1	Практическое выполнение
18	Кроссовая подготовка.	1		1	Практическое выполнение
19	Баскетбол: Стойки и передвижения, повороты, остановки.	1		1	Устный опрос
20	Ловля и передача мяча.	1		1	Практическое выполнение
21	Ориентирование карты по компасу. Снятие азимута. Движение по азимуту.	1		1	Устный опрос
22	Баскетбол: Ведение мяча. Бросок мяча.	1		1	Практическое выполнение
23	Бросок мяча в движении. Штрафной бросок.	1		1	Практическое выполнение
24	Тактика игры.	1	1		Устный опрос
25	Значение техники в достижение высоких спортивных результатов. Зачет.	1		1	зачет
26	Баскетбол: Техника защитных действий.	1		1	Устный опрос
27	Гимнастика: СУ. Основы знаний.	1		1	Устный опрос
28	Приемы и способы ориентирования. Отметка на контрольном пункте КП.	1	1		Устный опрос
29	Краткая характеристика техники спортивного ориентирования.	1	1		Устный опрос

30	КП. Восприятие и проверка номера КП. Правильное держание спортивной карты. Контрольная карточка и легенды КП.	1	1		Устный опрос
31-32	Упражнения в висе. Развитие гибкости. Контрольное занятие.	2		2	Практическое выполнение
33-34	Итоговая аттестация.	2		2	зачет
Итого:		34	9	25	

«Физическая подготовка»

1 год обучения

Вводное занятие

Порядок подготовки и проведения занятий по физической подготовке. Меры безопасности при проведении занятий. Правила страховки и оказания первой помощи.

Общеразвивающие упражнения

Комплексы вольных упражнений №1, №2, №3. Упражнения на гимнастических снарядах (подтягивание, подъем переворотом на перекладине, подъем переворотом на брусках). Упражнения со спортивными снарядами (скакалка, скамейка, мячи и др.). Упражнения в парах. Спортивные игры (баскетбол, волейбол).

Силовые упражнения

Упражнения с тяжестями (упражнения с гантелями, гири, штангой). Упражнения на спортивных тренажерах. Упражнения на гимнастических снарядах (подтягивание на перекладине, сгибание рук в упоре на брусках).

Кроссовая подготовка

Специальные беговые упражнения, кросс на 1000, 2000 и 3000 м.

Контрольные занятия

Контрольное комплексное занятие в конце каждого полугодия по выполнению нормативов по физической культуре для обучающихся 1 года обучения, норм ГТО.

Учебно-тематический план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации /контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие	1	1		текущий
2	Комплекс упражнений №1	1		1	текущий
3	Комплекс упражнений №2	1		1	текущий
4	Комплекс упражнений №3.	1		1	текущий
5	Кроссовая подготовка (кросс на 1000, 2000 и 3000 м)	1		1	текущий
6	Упражнения со спортивными снарядами (скакалка, скамейка, мячи и др.)	1		1	текущий

7	Упражнения в парах.	1		1	текущий
8	Самоподготовка. Выполнение комплекса упражнений по развитию выносливости	1		1	Самооценка
9	Спортивные игры (баскетбол, волейбол)	1		1	текущий
10	Упражнения с тяжестями (упражнения с гантелями, гириями, штангой).	1		1	текущий
11	Упражнения на гимнастических снарядах (подтягивание на перекладине, сгибание рук в упоре на брусьях).	1		1	текущий
12	Контрольное комплексное занятие по выполнению нормативов по физической культуре	1		1	Зачёт
13	Самоподготовка. Выполнение комплекса упражнений по развитию выносливости	1		1	Самооценка
14	Комплекс вольных упражнений №1	1		1	текущий
15	Упражнения с тяжестями (упражнения с гантелями, гириями, штангой).	1		1	текущий
16	Упражнения на гимнастических снарядах (подтягивание на перекладине, сгибание рук в упоре на брусьях).	1		1	текущий
17	Упражнения в парах.	1		1	текущий
18	Специальные беговые упражнения (кросс на 1000, 2000 и 3000 м)	1		1	текущий
19	Спортивные игры (баскетбол, волейбол)	1		1	текущий
20	Самоподготовка. Выполнение комплекса упражнений по развитию выносливости	1		1	Самооценка
21-22	Специальные беговые упражнения (кросс на 1000, 2000 и 3000 м)	2		2	текущий
23	Упражнения на гимнастических снарядах (подтягивание на перекладине, сгибание рук в упоре на брусьях).	1		1	текущий
24	Комплекс вольных упражнений	1		1	текущий

	№2				
25	Комплекс вольных упражнений №3.	1		1	текущий
26-27	Спортивные игры (баскетбол, волейбол)	2		2	текущий
28	Контрольное комплексное занятие по выполнению нормативов по физической культуре	1		1	Зачёт
29-32	Подготовка к слету-лагерю «Школа безопасности».	4		4	Решение проблемных задач
33-34	Туристский слёт – лагерь «Школа безопасности»	2		2	Решение проблемных задач
35	<i>Самоподготовка.</i>	1		1	Самооценка
36	Промежуточная аттестация	1		1	Зачёт
	Итого:	36	1	35	

2 год обучения

Вводное занятие

Порядок подготовки и проведения занятий по физической подготовке. Меры безопасности при проведении занятий. Правила страховки и оказания первой помощи.

Общеразвивающие упражнения

Комплексы вольных упражнений №1, №2, №3. Упражнения на гимнастических снарядах (подтягивание, подъем переворотом на перекладине, подъем переворотом на брусках). Упражнения со спортивными снарядами (скакалка, скамейка, мячи и др). Упражнения в парах. Спортивные игры (баскетбол, волейбол).

Силовые упражнения

Упражнения с тяжестями (упражнения с гантелями, гириями, штангой). Упражнения на спортивных тренажерах. Упражнения на гимнастических снарядах (подтягивание, подъем переворотом на перекладине, подъем переворотом и сгибание рук в упоре на брусках). Упражнения в парах (упражнения на растяжку, ловкость, страховка и само страховка при рукопашном бое).

Контрольные занятия

Контрольное комплексное занятие в конце каждого полугодия по выполнению нормативов НФП – 2009.

Учебно-тематический план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации /контроля
		Всего	Теория	Практика	

1	Вводное занятие	1	1		текущий
2	Комплексы упражнений №1	1		1	текущий
3-4	Кроссовая подготовка (кросс на 1000, 2000 и 3000 м)	2		2	текущий
5	Комплекс упражнений №2	1		1	текущий
6	Упражнения в парах.	1		1	текущий
7-8	Силовые упражнения (подтягивание, подъем переворотом на перекладине, подъем переворотом на брусьях).	2		2	текущий
9-10	Спортивные игры (баскетбол, волейбол)	2		2	текущий
11	Самоподготовка. Выполнение комплекса упражнений по развитию выносливости	1		1	Самооценка
12	Упражнения со спортивными снарядами (скакалка, скамейка, мячи и др).	1		1	текущий
13	Упражнения с тяжестями (упражнения с гантелями, гириями, штангой).	1		1	текущий
14-15	Упражнения на спортивных тренажерах. Силовые упражнения (подтягивание, подъем переворотом на перекладине, подъем переворотом и сгибание рук в упоре на брусьях).	2		2	текущий
16	Контрольное комплексное занятие по выполнению нормативов по физической культуре	1		1	Зачёт
17	Самоподготовка. Выполнение комплекса упражнений по развитию выносливости	1		1	Самооценка
18-19	Спортивные игры (баскетбол, волейбол)	2		2	текущий
20-21	Силовые упражнения (подтягивание, подъем переворотом на перекладине, подъем переворотом и сгибание рук в упоре на брусьях).	2		2	текущий
22	Упражнения в парах	1		1	текущий

	(упражнения на растяжку, ловкость, страховка и само страховка при рукопашном бое).				
23	Упражнения в парах.	1		1	текущий
24-25	Упражнения на развитие силы (подтягивание, подъем переворотом на перекладине, подъем переворотом на брусьях).	2		2	текущий
26-27	Кроссовая подготовка (кросс на 1000, 2000 и 3000 м)	2		2	текущий
28	Самоподготовка. Выполнение комплекса упражнений по развитию выносливости	1		1	Самооценка
29-30	Упражнения на спортивных тренажерах.	2		2	текущий
31-32	Кроссовая подготовка (кросс на 1000, 2000 и 3000 м)	2		2	текущий
33	Комплексы упражнений №1	1		1	текущий
34	Спортивные игры (баскетбол, волейбол)	1		1	текущий
35	Комплексы упражнений №2	1		1	текущий
36	Контрольное комплексное занятие по выполнению нормативов по физической культуре	1		1	Зачёт
	Итого:	36	1	35	

3 год обучения

Вводное занятие

Порядок подготовки и проведения занятий по физической подготовке. Меры безопасности при проведении занятий. Правила страховки и оказания первой помощи.

Общеразвивающие упражнения

Комплексы упражнений №1, №2. Упражнения на гимнастических снарядах (подтягивание, подъем переворотом на перекладине). Упражнения со спортивными снарядами (скакалка, скамейка, мячи и др). Упражнения в парах. Спортивные игры (баскетбол, волейбол).

Силовые упражнения

Упражнения с тяжестями (упражнения с гантелями, гириями, штангой). Упражнения на спортивных тренажерах. Упражнения на гимнастических снарядах (подтягивание, подъем переворотом на перекладине, подъем переворотом и сгибание рук в упоре на брусьях). Упражнения в парах

(упражнения на растяжку, ловкость, страховка и само страховка при рукопашном бое).

Контрольные занятия

Контрольное комплексное занятие в конце каждого полугодия по выполнению нормативов НФП – 2009.

Учебно-тематический план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации /контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие	1	1		текущий
2	Комплексы упражнений №1	1		1	текущий
3-4	Кроссовая подготовка (кросс на 1000, 2000 и 3000 м)	2		2	текущий
5	Комплекс упражнений №2	1		1	текущий
6	Упражнения в парах.	1		1	текущий
7-8	Силовые упражнения (подтягивание, подъем переворотом на перекладине, подъем переворотом).	2		2	текущий
9-10	Спортивные игры (баскетбол, волейбол)	2		2	текущий
11	Самоподготовка. Выполнение комплекса упражнений по развитию выносливости	1		1	Самооценка
12	Упражнения со спортивными снарядами (скакалка, скамейка, мячи и др).	1		1	текущий
13	Упражнения с отягощениями (упражнения с гантелями, гирями, штангой).	1		1	текущий
14-15	Общая физическая подготовка (подтягивание, подъем переворотом на перекладине, подъем переворотом и сгибание рук в упоре на брусьях).	2		2	текущий
16	Контрольные нормативы по общей физической культуре.	1		1	Зачёт
17	Самоподготовка. Выполнение комплекса упражнений по развитию выносливости	1		1	Самооценка
18-19	Спортивные игры (баскетбол, волейбол)	2		2	текущий
20-22	Специальная физическая подготовка (развитие скоростных качеств).	3		3	текущий
23-24	Упражнения в парах (упражнения на растяжку, ловкость, страховка и	2		2	текущий

	самостраховка при рукопашном бое).				
25	Развитие координации в движениях.	1		1	текущий
26-27	Силовая подготовка (подтягивание, подъем переворотом на перекладине).	2		2	текущий
28-29	Кроссовая подготовка (кросс на 1000, 2000 и 3000 м)	2		2	текущий
30	Самоподготовка. Выполнение комплекса упражнений по развитию выносливости	1		1	Самооценка
31	Упражнения на спортивных тренажерах.	1		1	текущий
32	Развитие скоростно-силовых качеств.	1		1	текущий
33	Кроссовая подготовка.	1		1	текущий
34	Комплекс упражнений №1	1		1	текущий
35	Комплекс упражнений №2	1		1	текущий
36	Контрольные нормативы по общей физической культуре.	1		1	Зачёт
	Итого:	36	1	35	

4 год обучения

Порядок подготовки и проведения занятий по физической подготовке. Меры безопасности при проведении занятий. Правила страховки и оказания первой помощи.

Общеразвивающие упражнения.

Комплексы упражнений №1, №2. Упражнения на гимнастических снарядах (подтягивание, подъем переворотом на перекладине). Упражнения со спортивными снарядами (скакалка, скамейка, мячи и др). Упражнения в парах. Спортивные игры (баскетбол, волейбол).

Силовые упражнения

Упражнения с тяжестями (упражнения с гантелями, гирями, штангой). Упражнения на спортивных тренажерах. Упражнения на гимнастических снарядах (подтягивание, подъем переворотом на перекладине, подъем переворотом и сгибание рук в упоре на брусьях). Упражнения в парах (упражнения на растяжку, ловкость, страховка и самостраховка при рукопашном бое).

Контрольные занятия

Контрольное комплексное занятие в конце каждого полугодия по выполнению нормативов ГТО.

Учебно-тематический план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации /контроля
		Всего	Теория	Практика	

1	Вводное занятие	1	1		текущий
2	Комплексы упражнений №1	1		1	текущий
3-4	Кроссовая подготовка (кросс на 1000, 2000 и 3000 м)	2		2	текущий
5	Комплекс упражнений №2	1		1	текущий
6	Упражнения в парах.	1		1	текущий
7	Силовые упражнения (подтягивание, подъем переворотом на перекладине, подъем переворотом).	1		1	текущий
8	Спортивные игры (баскетбол, волейбол)	1		1	текущий
9	Самоподготовка. Выполнение комплекса упражнений по развитию выносливости	1		1	Самооценка
10	Упражнения со спортивными снарядами (скакалка, скамейка, мячи и др).	1		1	текущий
11-12	Упражнения с отягощениями (упражнения с гантелями, гирями, штангой).	2		2	текущий
13-14	Общая физическая подготовка (подтягивание, подъем переворотом на перекладине, подъем переворотом и сгибание рук в упоре на брусьях).	2		2	текущий
15	Контрольные нормативы по общей физической культуре.	1		1	Зачёт
16-17	Самоподготовка. Выполнение комплекса упражнений по развитию выносливости	2		2	Самооценка
18-19	Спортивные игры (баскетбол, волейбол)	2		2	текущий
20-21	Специальная физическая подготовка (развитие скоростных качеств).	2		2	текущий
22-23	Упражнения в парах (упражнения на растяжку, ловкость, страховка и самостраховка при рукопашном бое).	2		2	текущий
24	Развитие координации в движениях.	1		1	текущий
25-26	Силовая подготовка (подтягивание, подъем переворотом на перекладине).	2		2	текущий
27-28	Кроссовая подготовка (кросс на 1000, 2000 и 3000 м)	2		2	текущий
29	Самоподготовка. Выполнение комплекса упражнений по развитию выносливости	1		1	Самооценка
30	Развитие скоростно-силовых качеств.	1		1	текущий

31	Кроссовая подготовка.	1		1	текущий
32	Комплекс упражнений №1	1		1	текущий
33	Комплекс упражнений №2	1		1	текущий
34	Контрольные нормативы по общей физической культуре.	1		1	Зачёт
Итого:		34	1	33	

По окончании учебного года кадеты переводятся в следующий класс (группу) при сдаче зачетов по специализированным дисциплинам. При успешной сдаче зачетов обозначается в журнале буквой «з», при неуспешной сдаче – буквами «нз».

Методическое обеспечение

В материально-техническое обеспечение подготовки кадет МЧС входит:

1. Специализированный учебный класс, тир
2. Спортивная площадка МАОУ «СОШ № 5 им. И.Д.Черняховского»
3. Проектор
4. Экран
5. Интерактивная доска
6. Персональный компьютер
7. Альпинистские каски
8. Индивидуальные страховочные системы
9. Пожарные ремни
10. Боевая одежда пожарного
11. Верёвки страховочные
12. Аптечки
13. Шины медицинские
14. Медицинский манекен сердечно-легочной реанимации «Максим»
15. Огнетушители
16. Секундомеры
17. Компасы
18. Карабины туристические
19. Страховочно - спусковое устройство «Восьмерка»
20. Рюкзаки
21. Палатки
22. Спальные мешки
23. Посуда
24. Котелок
25. Костровой набор
26. Пила «Ножовка»
27. Фонари индивидуальные налобные
28. Туристическая мед. аптечка
29. Топор

- 30.Кувалда
- 31.Спасательные жилеты
- 32.Тентовая накидка
- 33.Магазины АКМ,
- 34.Малая саперная лопата
- 35.Автоматы АК-74
- 36.Справочные издания
- 37.Фотоальбомы
- 38.Учебные стенды и плакаты

Оценочные материалы

Данная программа предполагает не только обучение детей определенным знаниям, умениям и навыкам, но и развитие многообразных личностных качеств обучающихся, следовательно о ее результатах можно судить по двум группам показателей:

- ✓ *Учебным* (фиксирующим предметные и общеучебные знания, умения, навыки, приобретенные кадетом в процессе освоения Программы);
- ✓ *Личностным*(выражающим изменения личностных качеств кадета).

Технология определения учебных результатов

Совокупность измеряемых показателей (теоретическая, практическая подготовка кадета, общеучебные умения и навыки) оценивается по степени выраженности (от низкой до высокой). Выделенные уровни обозначаются соответствующими баллами (0 – 3 баллов).

Личные достижения кадет по специализированным дисциплинам оцениваются по 3-х бальной шкале:

0 баллов – кадет не освоил теоретическую и практическую части Программы;

1 балл – кадет не ответил на вопрос, но выполнил практическую часть задания;

2 балла – кадет раскрыл тему частично, смог применить свои знания на практике;

3 балла – кадет полностью раскрыл тему и продемонстрировал свои знания на практике.

Низкий уровень – 0 – 1 балл (кадет овладел менее 50% знаний, предусмотренных Программой)

Средний уровень – 2 балла (объем усвоенных кадетом знаний составляет от 51% до 79%)

Высокий уровень – 3 балла (кадет освоил более 80% знаний, предусмотренных программой за конкретный период)

Динамика результатов освоения предметной деятельности конкретным обучающимся и его личностные результаты отражаются в индивидуальной карточке учета результатов обучения по Программе (приложение 1). Воспитатель два раза в год (в середине и в конце учебного года) проставляет баллы (0-3), соответствующие степени выраженности оцениваемого качества у кадета. Здесь также отмечаются результаты участия обучающегося в выставках, олимпиадах, конкурсах, соревнованиях.

Регулярное отслеживание результатов – это основа стимулирования, поощрения кадета за его труд, старание. Каждая оценка комментируется воспитателем. Это поддерживает стремление кадет к новым успехам.

Кадет переводится на следующий год обучения при условии усвоения более 51% знаний, предусмотренных Программой за конкретный период.

Мониторинг личностного развития обучающегося в процессе усвоения Программы.

В Программе предусмотрено развитие личностных качеств кадета. Динамика личностного развития обучающихся отслеживается по трем блокам личностных качеств – организационно-волевые, ориентационные, поведенческие качества личности. В совокупности приведенные в таблице личностные свойства отражают многомерность личности; позволяют выявить основные индивидуальные особенности обучающегося, легко наблюдаемы и контролируемы, доступны для анализа любому педагогу и не требуют привлечения других специалистов.

Технология определения личностных качеств обучающегося заключается в следующем: совокупность измеряемых показателей (терпение, воля, самоконтроль, самооценка, интерес к занятиям, конфликтность, тип сотрудничества) оценивается по степени выраженности (от низкой до высокой). Выделенные уровни обозначаются баллами (0-3). В качестве методов диагностики личностных изменений ребенка используется наблюдение, анкетирование, диагностическая беседа и другие. На каждого обучающегося оформляется индивидуальная карточка учета динамики личностных качеств развития (приложение 2). Карточка заполняется два раза в год – в середине и в конце учебного года. Полученные срезы позволяют последовательно фиксировать поэтапный процесс изменения личности каждого кадета, а также планировать темп индивидуального развития.

К оценке перечисленных в карточке личностных качеств привлекается также сам обучающийся. Это позволяет соотнести его мнение о себе с представлениями окружающих людей; наглядно показать кадету, какие у него есть резервы для самосовершенствования.

Оценочные материалы по специализированным дисциплинам

Вопросы к итоговому зачёту по дисциплине «Спортивное ориентирование» (первый год обучения)

1. Виды спортивного ориентирования

2. Ориентирование в заданном направлении
3. Ориентирование по выбору
4. Ориентирование по маркированной трассе
5. Условные спортивные топографические знаки
6. Спортивная топографическая карта
7. Глазомерная съемка
8. Спортивный компас и работа с ним
9. Технические приемы ориентирования
10. Тактические приемы ориентирования

Вопросы к итоговому зачёту по дисциплине «Спортивное ориентирование» (второй-третий год обучения)

1. Виды спортивного ориентирования
2. Ориентирование в заданном направлении
3. Ориентирование по выбору
4. Ориентирование по маркированной трассе
5. Условные спортивные топографические знаки
6. Спортивная топографическая карта
7. Глазомерная съемка
8. Спортивный компас и работа с ним
9. Технические приемы ориентирования
10. Тактические приемы ориентирования

Вопросы к итоговому зачёту по дисциплине «Спортивное ориентирование» (четвертый год обучения)

1. Виды спортивного ориентирования
2. Ориентирование в заданном направлении
3. Ориентирование по выбору
4. Ориентирование по маркированной трассе
5. Условные спортивные топографические знаки
6. Спортивная топографическая карта
7. Глазомерная съемка
8. Спортивный компас и работа с ним
9. Технические приемы ориентирования
10. Тактические приемы ориентирования

Вопросы к итоговому зачёту по дисциплине «Медицинская подготовка» (первый год обучения)

№ 1 Что такое травма (определение)? Перечислить виды травмы.

№ 2 Задача и значение первой медицинской помощи.

№ 3 Какие виды травм существуют? Дать определение каждого вида.

№ 4 Ушиб (определение). Первая медицинская помощь.

№ 5 Перечислить мероприятия первой медицинской помощи.

- № 6 Табельные средства первой медицинской помощи (для остановки кровотечения, перелома, повязок). подручные средства ПМП.
- № 7 Признаки сотрясения головного мозга. Первая помощь.
- № 8 Рана (определение). Опасность.
- № 9 Ссадина (определение, признаки, первая помощь).
- № 10 Потертость (определение, признаки, первая помощь).

Вопросы к итоговому зачёту по дисциплине «Медицинская подготовка» (второй-третий год обучения)

Теоретическая часть

- № 1 Что такое травма (определение)? Перечислить виды травмы.
- № 2 Задача и значение первой медицинской помощи.
- № 3 Какие виды травм существуют? Дать определение каждого вида.
- № 4 Ушиб (определение). Первая медицинская помощь.
- № 5 Перечислить мероприятия первой медицинской помощи.
- № 6 Табельные средства первой медицинской помощи (для остановки кровотечения, перелома, повязок). подручные средства ПМП.
- № 7 Признаки сотрясения головного мозга. Первая помощь.
- № 8 Рана (определение). Опасность.
- № 9 Ссадина (определение, признаки, первая помощь).

Практическая часть

- № 10 Потертость (определение, признаки, первая помощь).
- № 11 Первая медицинская помощь в полевых условиях. Задача и значение.
- № 12 Поражение электрическим током. Травматический шок (понятие).
Признаки, причины травматического шока.
- № 13 Первая медицинская помощь при удалении инородных тел из уха, носа.
- № 14 Первая медицинская помощь при укусах насекомых, ядовитых змей.
- № 15 Первая помощь при вывихах, ушибах, растяжениях.
- № 16 Первая помощь при ссадинах, царапинах, резаных и других ран.
- № 17 Лекарственные растения.
- № 18 Съедобные и ядовитые грибы. Первая медицинская помощь при отравлениях.
- № 19 Инфекционные заболевания. Профилактика инфекционных заболеваний.
- № 20 Здоровье подростка. Профилактика вредных привычек.
- № 21 Медико-тактическая характеристика очагов аварий, катастроф и стихийных бедствий.

Вопросы к итоговому зачёту по дисциплине «Медицина» (четвертый год обучения)

Теоретическая часть

- № 1 Что такое травма (определение)? Перечислить виды травмы.
- № 2 Задача и значение первой медицинской помощи.
- № 3 Какие виды травм существуют? Дать определение каждого вида.
- № 4 Ушиб (определение). Первая медицинская помощь.

- № 5 Перечислить мероприятия первой медицинской помощи.
- № 6 Табельные средства первой медицинской помощи (для остановки кровотечения, перелома, повязок). Подручные средства ПМП.
- № 7 Признаки сотрясения головного мозга. Первая помощь.
- № 8 Рана (определение). Опасность.
- № 9 Ссадина (определение, признаки, первая помощь).

Практическая часть

- № 10 Потертость (определение, признаки, первая помощь).
- № 11 Первая медицинская помощь в полевых условиях. Задача и значение.
- № 12 Поражение электрическим током. Травматический шок (понятие).
Признаки, причины травматического шока.
- № 13 Первая медицинская помощь при удалении инородных тел из уха, носа.
- № 14 Первая медицинская помощь при укусах насекомых, ядовитых змей.
- № 15 Первая помощь при вывихах, ушибах, растяжениях.
- № 16 Первая помощь при ссадинах, царапинах, резаных и других ран.
- № 17 Лекарственные растения.
- № 18 Съедобные и ядовитые грибы. Первая медицинская помощь при отравлениях.
- № 19 Инфекционные заболевания. Профилактика инфекционных заболеваний.
- № 20 Здоровье подростка. Профилактика вредных привычек.
- № 21 Медико-тактическая характеристика очагов аварий, катастроф и стихийных бедствий.

Вопросы к итоговому зачёту по дисциплине «Противопожарная подготовка» (первый год обучения)

- № 1 Организация пожарной охраны
- № 2 Техника безопасности и охрана труда при несении службы
- № 3 Техника безопасности и охрана труда при сборе, выезде и следовании на пожар
- № 4 Техника безопасности и охрана труда при боевом развертывании.
- № 5 Техника безопасности и охрана труда при работе с ручными пожарными лестницами.
- № 6 Техника безопасности и охрана труда при спасении и самоспасении.
- № 7 Техника безопасности и охрана труда при разборке конструкций и аварийно-спасательных работах.
- № 8 Техника безопасности и охрана труда при работе на пожаре.
- № 9 Техника безопасности и охрана труда при работе с ручными пожарными лестницами.
- № 10 Классификация пожарных автомобилей, их тактико-технические характеристики.

Вопросы к итоговому зачёту по дисциплине «Противопожарная подготовка» (второй-третий год обучения)

- № 1 Боевая одежда и снаряжение пожарного.
- № 2 Пожарные стволы, их виды.
- № 3 Противопожарное водоснабжение.
- № 4 Пожар и сопровождающие его явления.
- № 5 Способы прекращения горения и огнетушащие средства.
- № 6 Подготовка к тушению пожара.
- № 7 Основы организации тушения пожаров в населенных пунктах.
- № 8 Боевые действия подразделений пожарной охраны.
- № 9 Руководство боевой работой на пожаре.
- № 10 Тактика тушения пожаров в различных условиях.

Вопросы к итоговому зачёту по дисциплине «Противопожарная подготовка» (четвертый год обучения)

- № 1 Организация пожарной охраны
- № 2 Техника безопасности и охрана труда при несении службы
- № 3 Техника безопасности и охрана труда при сборе, выезде и следовании на пожар
- № 4 Техника безопасности и охрана труда при боевом развертывании.
- № 5 Техника безопасности и охрана труда при работе с ручными пожарными лестницами.
- № 6 Техника безопасности и охрана труда при спасении и самоспасении.
- № 7 Техника безопасности и охрана труда при разборке конструкций и аварийно-спасательных работах.
- № 8 Техника безопасности и охрана труда при работе на пожаре.
- № 9 Техника безопасности и охрана труда при работе с ручными пожарными лестницами.
- № 10 Классификация пожарных автомобилей, их тактико-технические характеристики.
- № 11 Способы прекращения горения и огнетушащие средства.
- № 12 Подготовка к тушению пожара.
- № 13 Основы организации тушения пожаров в населенных пунктах.
- № 14 Боевые действия подразделений пожарной охраны.
- № 15 Руководство боевой работой на пожаре.
- № 16 Тактика тушения пожаров в различных условиях.

Вопросы к итоговому зачёту по дисциплине «Основы теории ГО и ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций» (первый год обучения)

- № 1 Гражданская оборона Российской Федерации.
История развития сил МЧС России.
- № 2 Цели и задачи МЧС России
- № 3 Чрезвычайные ситуации: классификация.
Классификация по масштабам и тяжести последствий.

- № 4 Чрезвычайные ситуации техногенного характера.
- № 5 Чрезвычайные ситуации экологического характера
- № 6 Природные пожары.
- № 7 Понятие о радиосвязи.
- № 8 Экстремальные температуры воздуха. Холод, охлаждение, переохлаждение, обморожение.
- № 9 Экстремальные температуры воздуха. Жара, солнечный удар, тепловой удар.
- № 10 Классификация природных и техногенных чрезвычайных ситуаций по месту возникновения и характера воздействия источника ЧС.

Вопросы к итоговому зачёту по дисциплине «Основы теории ГО и ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций» (второй-третий год обучения)

- № 1 Основные положения документов, регламентирующих деятельность аварийно-спасательных служб.
- № 2 Организация и ведение аварийно-спасательных и других неотложных работ в зонах ЧС.
- № 3 Техника безопасности при производстве работ в очаге землетрясения.
- № 4 Действия в чрезвычайных ситуациях: землетрясения.
- № 5 Действия в чрезвычайных ситуациях: наводнения.
- № 6 Действия в чрезвычайных ситуациях: лесные пожары.
- № 7 Действия в чрезвычайных ситуациях: ураганы, бури, смерчи.
- № 8 Действия в чрезвычайных ситуациях: селевые потоки и оползни.
- № 9 Сигналы оповещения Гражданской обороны и действия населения по ним.
- № 10 Защитные сооружения гражданской обороны: убежища, быстровозводимые убежища.

Вопросы к итоговому зачёту по дисциплине «Основы теории ГО и ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций» (четвертый год обучения)

- № 1 Гражданская оборона Российской Федерации.
История развития сил МЧС России.
- № 2 Цели и задачи МЧС России
- № 3 Чрезвычайные ситуации: классификация.
Классификация по масштабам и тяжести последствий.
- № 4 Чрезвычайные ситуации техногенного характера.
- № 5 Чрезвычайные ситуации экологического характера
- № 6 Действия в чрезвычайных ситуациях: лесные пожары.
- № 7 Действия в чрезвычайных ситуациях: ураганы, бури, смерчи.
- № 8 Действия в чрезвычайных ситуациях: селевые потоки и оползни.
- № 9 Сигналы оповещения Гражданской обороны и действия населения по ним.

№10 Защитные сооружения гражданской обороны: убежища, быстровозводимые убежища.

**Вопросы к итоговому зачёту по дисциплине «Огневая подготовка»
(первый год обучения)**

Теоретическая часть.

№ 1 Инструктаж по технике безопасности при стрельбе из МР-512 (пневматическая винтовка)

№ 2 История развития огнестрельного оружия в России.

№ 3 Баллистика – наука о движении пули (снаряда) при стрельбе.

№ 4 Назначение и боевые свойства АК-74.

№ 5 Назначения и боевые свойства ПМ.

№ 6 Изучение ТТД и технических характеристик пневматической винтовки модели МР-512.

№ 7 Меры безопасности и правила эксплуатации пневматической винтовки.

Практическая часть.

№ 1 Неполная разборка и сборка АК-74.

№ 2 Стрельба из пневматической винтовки стоя (в тире).

№ 3 Снаряжение магазина патронами.

**Вопросы к итоговому зачёту по дисциплине «Огневая подготовка»
(второй-третий год обучения)**

Теоретическая часть.

№ 1 Техника безопасности при стрельбе из МР-512 (пневматическая винтовка).

№ 2 Осмотр и подготовка оружия к стрельбе.

№ 3 Уход за оружием и сбережение.

Практическая часть.

№ 1 Осмотр и подготовка оружия к стрельбе.

№ 2 Уход за оружием и сбережение.

№ 3 Стрельба из пневматической винтовки МР-512 стоя.

№ 4 Неполная разборка и сборка пневматической винтовки МР-512

№ 5 Стрельба из пневматической винтовки МР-512 сидя.

**Вопросы к итоговому зачёту по дисциплине «Огневая подготовка»
(четвертый год обучения)**

1. Сколько патронов вмещает магазин АКМ?

2. Какова масса АКМ со снаряжённым магазином?

3. Определите радиус разлёта убойных осколков гранаты Ф-1?

4. Скорострельность АКМ при стрельбе одиночными выстрелами?

5. Какова начальная скорость пули у АКМ в м/с ?

6. Какова предельная дальность полёта пули у АКМ?

7. Прицельная дальность стрельбы из АКМ ?

8. Темп стрельбы из АКМ выстрелов/минуту?

9. Ствол служит для ?
10. Калибр АК-74М?
11. Калибр ствола это:
12. Ствольная коробка:
13. Прицельное приспособление состоит из:
14. На прицельной планке нанесена шкала с делениями:
15. Приклад и pistolетная рукоятка:
16. Затвор предназначен:
17. Возвратный механизм предназначен для:
18. Газовая трубка со ствольной накладкой :
19. Ручная осколочная граната РГД-5 имеет радиус разлёта убойных осколков :
20. Масса снаряжённой гранаты РГД-5 составляет:
21. Средняя дальность броска гранаты РГД-5 должна составлять не менее:
22. Ручная осколочная граната РГ-42 имеет радиус разлёта убойных осколков около:
23. Масса снаряженной гранаты РГ-42 составляет:
24. Средняя дальность броска гранаты РГ-42 должна составлять не менее:
25. Масса снаряжённой гранаты Ф-1 составляет:

Вопросы к итоговому зачёту по дисциплине «Строевая подготовка» (первый год обучения)

Теоретическая часть.

№ 1 Обязанности военнослужащего перед построением и в строю

№ 2 Строй и его элементы. Развернутые и походные строи отделения, взвода.

Практическая часть.

№ 1 Строевая стойка. Выполнение команд «Становись», «Смирно», «Вольно», «Заправиться», «Головные уборы – СНЯТЬ (НАДЕТЬ)».

№ 2 Движение строевым шагом по квадрату.

№ 3 Повороты в движении. Выполнение команд «Нале – ВО», «Напра – ВО».

№ 4 Выполнение воинского приветствия на месте и в движении.

№ 5 Подход к начальнику и отход от него.

№ 6 Выполнение воинского приветствия в составе взвода на месте и в движении.

№ 7 Изменение направления движения взвода поворотом строя.

№ 8 Исполнение строевых песен в составе взвода.

Вопросы к итоговому зачёту по дисциплине «Строевая подготовка» (второй-третий год обучения)

Теоретическая часть.

№ 1 Обязанности военнослужащего перед построением и в строю

№ 2 Строй и его элементы. Развернутые и походные строи отделения, взвода.

Практическая часть.

- № 1 Строевая стойка. Выполнение команд «Становись», «Смирно», «Вольно», «Заправиться», «Головные уборы – СНЯТЬ (НАДЕТЬ)».
- № 2 Движение строевым шагом по квадрату.
- № 3 Повороты в движении. Выполнение команд «Нале – ВО», «Напра – ВО».
- № 4 Выполнение воинского приветствия на месте и в движении.
- № 5 Подход к начальнику и отход от него.
- № 6 Выполнение воинского приветствия в составе взвода на месте и в движении.
- № 7 Изменение направления движения взвода поворотом строя.
- № 8 Исполнение строевых песен в составе взвода.

Вопросы к итоговому зачёту по дисциплине «Строевая подготовка» (четвертый год обучения)

Теоретическая часть.

1. Строем называется.
2. Шеренгой является.
3. Линией машин является.
4. Флангом называется.
5. Фронт является.
6. Тыльной стороной строя называется.
7. Интервалом называется.
8. Шириной строя является.
9. Глубиной строя называется.
10. Дистанцией называется.
11. Двухшереножным строем является.
12. Рядом называется.
13. Колонной называется.
14. Развёрнутым строем является.
15. Походным строем называется.
16. Направляющим называется.
17. Замыкающий является.
18. Управление строем осуществляется.
19. Управление в машине осуществляется.
20. Чтобы принять положение строевой стойки необходимо.
21. Положение «ВОЛЬНО»:
22. Поворот кругом на месте осуществляется:
23. Поворот на лево осуществляется:
24. Темп строевого шага составляет:
25. Размер строевого шага составляет:
26. Движение бегом осуществляется с темпом:
27. Размер шага при движении бегом:
28. При движении строевым шагом нога с оттянутым вперед носком выносится на высоту:

29. Положение автомата при строевой стойке с оружием:

30. Выполнение воинского приветствия в движении осуществляется:

Практическая часть.

№ 1 Строевая стойка. Выполнение команд «Становись», «Смирно», «Вольно», «Заправиться», «Головные уборы – СНЯТЬ (НАДЕТЬ)».

№ 2 Движение строевым шагом по квадрату.

№ 3 Повороты в движении. Выполнение команд «Нале – ВО», «Напра – ВО».

№ 4 Выполнение воинского приветствия на месте и в движении.

№ 5 Подход к начальнику и отход от него.

№ 6 Выполнение воинского приветствия в составе взвода на месте и в движении.

№ 7 Изменение направления движения взвода поворотом строя.

№ 8 Исполнение строевых песен в составе взвода.

Список литературы

1. Федеральный Закон от 21.12.1994 №69 – ФЗ «О пожарной безопасности»;
2. Федеральный закон «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера»;
3. ФЗ «Об охране окружающей природной среды»;
4. Постановление Правительства Российской Федерации от 16 января 1995 года №738 «О порядке подготовки населения в области защиты от чрезвычайных ситуаций»;
5. ФЗ «О радиационной безопасности населения»;
6. ФЗ «О гражданской обороне»;
7. ФЗ «Об обороне»;
8. ФЗ «Об аварийно-спасательных службах и статусе спасателей»
9. Человек и общество. (Культурология). Словарь-справочник. - Ростов-на-Дону: Изд-во «Феникс», 1996.
10. Аверин А.И., Выдрин И.Ф. Начальная военная подготовка. М.: Просвещение, 1984.
11. Литвинов Е.Н., Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности 10 кл. М: АСТ, 1996.
12. Виноградов А.В., Шаховец В.В. Медицинская помощь в чрезвычайных ситуациях. М.; Библиотечка журнала "Военные знания", 1996.
13. Вознесенский В.В., Зайцев А.П. Сильнодействующие ядовитые вещества. Технические жидкости. Ртуть. М.; Библиотечка "Военные знания", 1996. Воробьев Ю.Л., Локтионов Н.И., Фалеев М.И. и др.
14. Катастрофы и человек.- М.: АСТ - ЛТД, 1997.
15. Все о здоровом образе жизни. "Ридерз Дайджест", 1998.
16. Гостюшин А.В. Энциклопедия экстремальных ситуаций,- М.; "Зеркало", 1995.
17. Гриненко М.Ф., Ефимова Т.Я. Сколько же надо двигаться. М.; "Знание", 1995.

18. Дуриков А.П. Радиация вокруг нас. Библиотечка "Военные знания". М., 1992.
19. Жилов Ю.Д., Куценко Г.И., Назарова Е.Н. и др. Основы медико-биологических знаний. (Азбука первой медицинской помощи).- М.; "Высшая школа", 1996.
20. Латчук В.Н., Мишин Б.И., Петров СВ. и др. безопасность жизнедеятельности. Сборник нормативных документов по подготовке учащейся молодежи в области защиты от чрезвычайных ситуаций.- М.: АСТ, 1998.
21. Шойгу С.К., Кудинов СМ., Неживой А.Ф. и др. Учебник спасателя. МЧС России, 1997.
22. Шойгу С.К. и др. Катастрофы и государство. М.; Энергоатомиздат
23. Комплексная программа физического воспитания по двух часовой программе. Доктор пед. наук Лях В. И., Ждашевич А.А.
24. Наставление по физической подготовке в Вооруженных Силах Российской Федерации. Введено в действие приказом Министра обороны Российской Федерации № 200 от 21 апреля 2009 г.
25. М.И.Иванюков, Основы безопасности жизнедеятельности: тетрадь с печатной основой для учащихся 6-го класса. – Саратов: «Лицей», 1999. – 80 с.
26. М.И.Иванюков, Основы безопасности жизнедеятельности: тетрадь с печатной основой для учащихся 7-го класса. – Саратов: «Лицей», 1999. – 80 с.
27. М.И.Иванюков, Основы безопасности жизнедеятельности: тетрадь с печатной основой для учащихся 5-го класса. – Саратов: «Лицей», 2001. – 64 с.
28. Ю.Л.Воробьев, В.В.Иванов, В.П.Шолох, Хрестоматия по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности»: Для 7 класса общеобразовательных учреждений. – М.: ООО «Издательство АСТ-ЛТД». – 1998. – 160 с.
29. Ф.В.Кармазинов, О.Н.Русак, С.Ф.Гребенников, В.Н.Осенков, Безопасность жизнедеятельности: Словарь-справочник. – Санкт-Петербург: Издательство «Лань». 2001.
30. Бодина Е. Как вести себя на улице и в общественных местах. Этикет в гостях. // Воспитание школьников. - 1996. - №1.
31. Бондарев Ю.Я. У истоков современной морали. - М.: Знание, 1991 (серия «Этика», №10).
32. Васильева-Гангнус Л.П. Азбука вежливости. - Изд. 2-е. - М.: Педагогика, 1998
33. Бызов Б.Е. Военная топография / Б.Е. Бызов, А.Н. Коваленко. – М.: Воениздат, 1990.
34. Шелест О.В. Первая помощь в экстремальных ситуациях / О.В. Шелест. – М., 2004.
35. Наставление по стрелковому делу «Основы стрельбы из стрелкового оружия». Воениздат: 1986г.

36. Тренажер сердечно-легочной реанимации пружинно-механический с индикацией правильности выполнения действий – манекен (150x55x27/13 кг). Полная модель человека (типа "Максим II")

Интернет – ресурсы:

<http://www.mchs.gov.ru/>

<http://www.mchs.gov.ru/dop/info/individual>

[http://www.mchs.gov.ru/dop/info/individual/Bitovie CHS/item/7261661/](http://www.mchs.gov.ru/dop/info/individual/Bitovie_CHS/item/7261661/)

[http://www.mchs.gov.ru/dop/info/individual/Bitovie CHS/item/7263173/](http://www.mchs.gov.ru/dop/info/individual/Bitovie_CHS/item/7263173/)

<http://56.mchs.gov.ru/>

<http://56.mchs.gov.ru/folder/1574684>

<http://mid-us.ru/>

<http://www.rusprofile.ru/id/8900539>

<http://docs.cntd.ru/document/952009587>

<http://poiskovo-spasatelnyaya-sluzhba-orenburgskoi-oblasti.orenburg7.ru/>

Список специальной используемой литературы:

1. ГОСТ 12.2.037-78 ССБТ. Техника пожарная. Требования безопасности.
2. ГОСТ 12.2.047-86 ССБТ. Пожарная техника. Термины и определения.
3. ГОСТ 12.4.009-83 ССБТ. Пожарная техника для защиты объектов. Основные виды. Размещение и обслуживание.
4. ГОСТ 12.4.026-76 ССБТ. Цвета сигнальные и знаки безопасности.
5. ГОСТ 8050-85 Двуокись углерода газообразная и жидкая. Технические условия.
6. НПБ 166-97 Пожарная техника. Огнетушители. Требования к эксплуатации.
7. ГОСТ Р 51057-97 Пожарная техника. Огнетушители переносные. Общие технические требования. Методы испытаний.
8. НПБ 155-96 Пожарная техника. Огнетушители переносные. Основные показатели и методы испытаний.
9. НПБ 105-95 Определение категорий помещений и зданий по взрывопожарной и пожарной опасности.

9	Спортивное ориентирование								
10	Физическая подготовка								
Практическая подготовка									
1	Противопожарная подготовка								
2	Основы теории ГО и ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций								
3	Туристические навыки и поисково-спасательные работы								
4	Хореография								
5	Медицинская подготовка								
6	Огневая подготовка								
7	Строевая подготовка								
8	Топография								
9	Спортивное ориентирование								
10	Физическая подготовка								

**Индивидуальная карточка
учета личностных результатов обучения по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе
социально-педагогической направленности «Юный спасатель»**

Фамилия, имя обучающегося _____ Возраст _____

Дата начала наблюдения _____

№ п/п	Сроки диагностики Показатели	Первый год обучения		Второй год обучения	
		Конец 1 полугодия	Конец года	Конец 1 полугодия	Конец года
Личностные результаты					
Качества личности организационно-волевые					
1	Терпение (способность преодолевать трудности, переносить нагрузки в течении определенного времени): терпения хватает меньше чем на ½ занятия, больше чем на ½ занятия, терпения хватает на все занятие				
2	Воля (способность активно побуждать себя к действиям): волевые усилия кадета побуждаются извне, иногда самим кадетом, всегда самим кадетом				
3	Самоконтроль (умение контролировать свои поступки, приводить к должному свои действия): кадет постоянно находится под воздействием извне, периодически контролирует себя сам, постоянно контролирует себя сам				
Качества личности ориентационные					
4	Самооценка (способность оценить себя адекватно реальным достижениям): завышенная, заниженная, нормальная				

5	Интерес к занятиям по Программе «Юный спасатель» (осознанное участие кадета в освоении Программы): продиктован извне, периодически поддерживается самим кадетом, постоянно поддерживается кадетом самостоятельно				
Качества личности поведенческие					
6	Конфликтность (отношение кадета к столкновению интересов (спору) в процессе взаимодействия): периодически провоцирует конфликты, в конфликтах не участвует (старается избежать), пытается самостоятельно уладить конфликт				
7	Сотрудничество (отношение кадета к общим делам объединения): избегает участия в общих делах, участвует при побуждении извне, инициативен в общих делах				