

Муниципальное общеобразовательное автономное учреждение

«Средняя общеобразовательная школа №13»

«Рассмотрено»

на Педагогическом совете

Протокол №1 от 25.08.2023г.

«Утверждено»

И.о.директора МОАУ «СОШ №13»

 /И.Н. Телегина/

Приказ № 01-08/143 от 31.08.2023г.



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности «Юный зарничник»**

Возраст обучающихся: 10-15 лет

Срок реализации: 1 год

Автор составитель:
Ледяева Александра Александровна

г. Бузулук 2023

Содержание

		Стр.
I	Комплекс основных характеристик программы	2
1	Пояснительная записка	2
	1.1 Направленность программы	2
	1.2 Уровень освоения программы	2
	1.3 Актуальность программы	2
	1.4 Отличительные особенности программы	2
	1.5 Адресат программы	2
	1.6 Объём и сроки освоения программы	2
	1.7 Формы организации образовательного процесса	2
	1.8 Режим занятий	2
2	Цель и задачи программы	3
3	Содержание программы	3
	3.1 Учебный план	3
	3.2 Содержание учебного плана	3
4	Планируемые результаты	5
II	Комплекс организационно- педагогических условий	5
1	Календарный учебный график	5
2	Условия реализации программы	5
3	Формы аттестации/контроля	6
4	Оценочные материалы	6
5	Методические материалы	6
6	Список литературы	6
7	Приложение 1. Возрастные и педагогические особенности обучающихся	7
	Приложение 2. Рекомендуемый комплекс упражнений гимнастики глаз при дистанционной форме обучения (СанПиН 2.4.2.28.21-10)	7
	Приложение 3. Рекомендуемый комплекс упражнений физкультурных минуток (ФМ) при дистанционной форме обучения (Приложение 4 к СанПиН 2.4.2.28.21-10)	8
	Приложение 4. Календарно-тематическое планирование.	10

I Комплекс основных характеристик программы

1. Пояснительная записка

1.1 Направленность программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Юный зарничник» имеет физкультурно-спортивную направленность.

1.2. Уровень освоения программы

Уровень освоения общеобразовательной программы «Юный зарничник» - базовый.

1.3. Актуальность программы

В современном мире ясно прослеживается изменение ценностных ориентаций, отношение к службе в Вооруженных Силах. В подростковой среде авторитет Российской Армии очень низок. Психологически подростки не подготовлены к экстремальным ситуациям, у них изменилась шкала ценностей, а ведь известно, что человек без жизненных идеалов бесполезен для общества. Чтобы улучшить отношение подростков к военной службе, прежде всего надо перестроить сознание призывника, вызвать интерес, стремление и положительное отношение к ней. Без патриотического воспитания молодежи у страны нет благополучного будущего.

Для улучшения подготовки подростков к военной службе, поднятия престижа Российской Армии составлена программа «Юный зарничник».

Актуальность данной программы заключается в том, что она направлена на дальнейшее формирование патриотического сознания подростков и является одной из основ их духовно-нравственного развития.

Военно-патриотическое воспитание школьников включает в себя начальную военную, военно-техническую, морально-психологическую подготовку. В основе практики военно-патриотического воспитания должен лежать принцип единства всех его составных частей, что позволит наиболее полно сформировать качества: любовь к стране, дисциплинированность, мужество, волю, смелость, находчивость, силу, выносливость и ловкость. Школьники должны получить хорошие навыки по строевой, стрелковой, медико-санитарной подготовке, по основам тактической подготовки.

1.4. Отличительные особенности программы

Военно-патриотическое воспитание программы направлено на формирование у молодежи духовно-нравственных принципов и гражданской ответственности, любви и преданности своему Отечеству, готовности к достойному и самоотверженному служению обществу и государству.

Физкультурно-оздоровительная работа программы направлена на развитие и совершенствование у молодёжи физических качеств – выносливости, силы, быстроты и ловкости.

1.5 Адресат программы

Программа адресована обучающимся от 10 до 15 лет. Работа с детьми по данной программе проводится в групповой форме: 10-12 лет (модуль 1), 13-15 лет (модуль 2). Состав групп постоянный. Наполняемость каждой группы не более 15 человек.

1.6. Объём и сроки освоения программы: программа разбита на два модуля по возрастным группам. Каждый модуль рассчитан на 1 год, 34 недели, 34 часа.

1.7. Форма организации образовательного процесса: очная, с применением новых информационных технологий.

1.8. Режим занятий: количество часов в год – 34 ч., 1 раз в неделю по 1 часу занятий для каждого модуля.

Режим занятий определяется с учетом Санитарно-эпидемиологических правил и нормативов СанПиН 2.4.4.3172-14, приложения 3 «Рекомендуемый режим занятий в организациях дополнительного образования».

2. Цель и задачи программы

ЦЕЛЬ: создание условий, способствующих патриотическому, физическому, интеллектуальному и духовному развитию личности юного гражданина России, его лидерских качеств.

ЗАДАЧИ:

- подготовка подрастающего поколения к военной службе и воспитание уважения к Российской Армии;
- воспитание гражданственности, патриотизма и любви к Родине;
- воспитание бережного отношения к героическому прошлому нашего народа, землякам;
- физическое и духовно-нравственное развитие детей и подростков;
- совершенствование ценностно-ориентированных качеств личности, обеспечение условий для самовыражения обучающихся, их творческой активности.

3. Содержание программы

3.1. Учебный план

№ п/п	Содержание 1 модуля	Количество часов		
		всего	теория	практика
1	Основы знаний «Зарница».	1	1	
2	Физическая подготовка.	6		6
3	Исторические и боевые традиции Отечества.	8	6,5	1,5
4	Медицинская подготовка	4	2	2
5	Строевая подготовка	8	0,5	7,5
6	Огневая подготовка	7	1,5	5,5
№ п/п	Содержание 2 модуля	Количество часов		
		всего	теория	практика
1	Основы знаний «Зарница».	1	1	
2	Физическая подготовка.	6		6
3	Исторические и боевые традиции Отечества.	4	4	
4	Медицинская подготовка	4	2	2
5	Строевая подготовка	5		5
6	Военно-тактическая подготовка	3	0,5	2,5
7	Основы туристической подготовки	3		3
8	Огневая подготовка	8	1,5	6,5

3.2. Содержание учебного плана

Программа 1 модуля состоит из 6 разделов: основы знаний «Зарница», физическая подготовка, исторические и боевые традиции Отечества, медицинская подготовка, строевая подготовка, огневая подготовка.

Вводное занятие: Основы знаний «Зарница» - обучающиеся знакомятся с коллективом, с деятельностью кружка «Зарница» с правилами техники безопасности на занятиях по физической, стрелковой, строевой подготовке.

В разделе «**Физическая подготовка**» с обучающимися проводятся занятия, в процессе которых поводится физическая подготовка направленные на развитие

физических качеств: сила, быстрота, ловкость, скоростная и силовая выносливость. С использованием различных средств и методов физического воспитания.

В разделе **«Исторические и боевые традиции Отечества»** обучающиеся знакомятся с Государственной и военной символикой, Днями воинской славы России, Символами воинской чести, основными битвами ВОВ, городами – героями ВОВ, Вооруженными Силами Российской Федерации, историей.

В разделе **«Медицинская подготовка»** обучающиеся знакомятся и изучают на практике правила оказания первой помощи при различных видах травм (ссадины, порезы, укусы животных; вывихи, переломы, обморожения, ожоги, кровотечения).

В разделе **«Строевая подготовка»** обучающиеся знакомятся и изучают на практике строевые приёмы на месте и в движении и с оружием (автоматом АКМ-74) согласно Строевому уставу Вооруженных Сил Российской Федерации.

В разделе **«Огневая подготовка»** с обучающимися проводятся занятия, в процессе которых обучающиеся знакомятся с материальной частью автомата Калашникова, назначением, боевыми свойствами, общим устройством и принципом работы автомата. Выполняют неполную разборку и сборку АКМ-74. Знакомятся с правилами прицеливания и стрельбы из пневматической винтовки. Выполняют стрельбу по мишеням.

Программа 2 модуля состоит из 8 разделов: основы знаний «Зарница», физическая подготовка, исторические и боевые традиции Отечества, медицинская подготовка, строевая подготовка, огневая подготовка.

Вводное занятие: Основы знаний «Зарница» - обучающиеся знакомятся с коллективом, с деятельностью кружка «Зарница» с правилами техники безопасности на занятиях по физической, стрелковой, строевой подготовке.

Физическая подготовка. Определение уровня физических качеств: сила, скоростная сила, выносливость, ловкость, силовая выносливость посредством сдачи тестов физической подготовленности. Изучение техники движений со снарядами и на тренажерах, оценка величины отягощения. Круговая тренировка общефизической направленности, на развитие силы, скоростной выносливости.

Исторические и боевые традиции Отечества. Основные вехи Отечественной войны и Второй Мировой войны. Полководцы в Ратной истории Отечества. Дни воинской славы России. Современное оружие России (военная техника и стрелковое оружие). Воинские звания ВС РФ. Государственные символы РФ.

Медицинская подготовка. Средства оказания первой помощи и профилактики поражений. Транспортировка пострадавшего. Первая помощь при ранениях, переломах, ушибах, вывихах. Виды повязок. Первая помощь при ожогах, отморожениях, несчастных случаях и отравлениях. Простейшие способы восстановления дыхания и сердечной деятельности.

Строевая подготовка. Действия в составе отделения на месте и в движении. Одиночная строевая выучка. Движение с песней. Действия знамённой группы.

Военно-тактическая подготовка. Преодоление полосы препятствий, отработка отдельных элементов. СИЗ органов дыхания и кожи. Надевание ОЗК. Тактические действия в бою.

Туристская подготовка. Основы туристской подготовки. Прохождение дистанций: «Навесная переправа», «Параллельные верёвки», «Переправа по подвесному бревну», «Бабочка», «Маятник», «Кочки», «Поводырь».

Огневая подготовка. Материальная часть автомата Калашникова. Назначение, боевые свойства, общее устройство и принцип работы автомата. Последовательность неполной разборки и сборки АКМ-74. Меры безопасности при обращении с автоматом и патронами. Снаряжение магазина автомата Калашникова. Тактико-технические

характеристики пистолета Макарова. Назначение и устройство частей и механизмов пистолета Макарова. Стрельба из пневматической винтовки из положения стоя.

4. Планируемые результаты

По окончании курса обучающиеся должны:

Знать:

- Технику безопасности на занятиях по физической, стрелковой, строевой подготовке;
- Материальную часть автомата Калашникова;
- Назначение, боевые свойства, общее устройство и принцип работы автомата Калашникова;
- Специфику физической подготовки;
- Последовательность неполной разборки и сборки АКМ-74;
- Меры безопасности при обращении с автоматом и патронами;
- Правила прицеливания и стрельбы из пневматической винтовки;
- Государственную и военную символику;
- Дни воинской славы России;
- Структуру Вооруженных Сил Российской Федерации;
- Историю, символы и геральдику;
- Символы воинской чести;
- Правила оказания первой медицинской помощи при различных видах травм.

Уметь:

- Выполнять неполную разборку и сборку АКМ-74;
- Правильно прицеливаться и прицельно вести стрельбу по мишени;
- Выполнять строевые приемы на месте и в движении по одному и в отделении согласно Строевому уставу Вооруженных Сил Российской Федерации;
- Выполнять перевязку при различных видах травм, останавливать кровотечение различными способами, накладывать шины при различных переломах;
- Применять различные способы преодоления естественных препятствий.

II. Комплекс организационно-педагогических условий

1. Календарный учебный график.

Начало учебного года 1.09.2021г, окончание – 31.05.2022.

Занятия проводятся 1 раз в неделю, длительность занятия – 40 минут для каждого модуля.

2. Условия реализации программы

Организационно-методическое обеспечение:

- наличие специальной методической литературы;
- использование авторских и собственных методических и дидактических материалов;
- обобщение и распространение собственного опыта работы.

Материально-техническое обеспечение:

- кабинет, оборудованный столами, стульями, общим освещением, классной доской, мультимедийным оборудованием (проектор, экран, акустические системы);
- карточки, учебные плакаты, тестовые задания; необходимый инвентарь;
- электронные образовательные ресурсы; доступ к сити Интернет.

Кадровое обеспечение (педагог-организатор ОБЖ).

3. Формы аттестации/контроля

Итоги реализации дополнительной образовательной программы подводятся в форме показательного выступления – соревнования, где учащиеся демонстрируют приобретенные навыки и полученные знания.

4. Оценочные материалы

При оценивании уровня знаний по дополнительному образованию используется без отметочная система оценивания. Объектами контроля по данным курсам являются достижение каждым учеником уровня подготовки и глубина сформированности учебных умений.

5. Методические материалы

Форма занятий	Урок-презентация, урок-викторина, видеоурок, практическое занятие, беседа, дидактическая игра, театрализованное представление, лекция, соревнования
Методы обучения и воспитания	- словесный и наглядный, практический. -упражнение, стимулирование; игровой, дискуссионный.
Приемы и методы организации образовательного процесса	объяснительно-иллюстративный, индивидуальный, поисковый
Формы организации учебного занятия	презентация, игра, беседа, практическое занятие, дискуссия, игра, наблюдение беседа, наблюдение, упражнение.
Педагогические технологии	технология модульного обучения - построение образовательного процесса по модулям; технология развивающего обучения -

6. Список литературы

Нормативно-правовая база:

1. Конституция и законы Российской Федерации.
2. Закон «Об образовании»// Собрание законодательства Российской Федерации: официальное издание, - М., .
3. Закон «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», «О противодействии терроризму», Федеральные закон Российской Федерации «О гражданской обороне»
4. Конвенция ООН «О правах ребенка» .

Литература:

5. Методические рекомендации по составлению образовательных программ учебного заведения. М: ОМК ВОЧ МДО,1995.
6. В.Ю.Микрюков «Военно-патриотическое воспитание в школе». Москва. «Вако», 2009г.
7. Л.А. Тетушкина «Основы безопасности жизнедеятельности: секреты преподавания».Волгоград, «Учитель», 2009 г.
8. Е.А.Воронова «Воспитать патриота». Ростов н/Д: феникс, 2008 г.
9. Т.В. Шепелева «Государственные символы России». Волгоград: «Учитель», 2009 г.

10. П.Ф.Куклин, Л.А.Тетушкина, Л.А.Лаврова «Военно-спортивные игры». Волгоград: Учитель, 2009г.
11. С.В.Титов, Г.И.Шабаева «Тематические игры по ОБЖ». Методическое пособие для учителя. Москва: ТЦ Сфера, 2003 г.
12. Гофман Ж. И. Военно-патриотическое и интернациональное воспитание на уроках начальной военной подготовки.- М.: Высшая школа, 1985.
13. Фельдштейн Д. Н. Психология воспитания подростков.- М., 1978.
14. Лях В. И. Физическая культура: учеб. для учащихся 8-11 классов / В. И. Лях, А. А. Зданевич; под ред. В. И. Ляха, - М.; Просвещение, 2

Использование Интернета

Сайты с нормативными документами по образованию и методическими материалами:

1. <http://www.school.edu.ru> – Российский общеобразовательный портал;
2. <http://www.ed.gov.ru> – Федеральное агентство по образованию РФ Министерства образования и науки РФ;
3. <http://www.edu.ru> – Федеральный сайт Российского образования;
4. <http://www.edu.km.ru> – Образовательные проекты;
5. <http://www.ict.edu.ru> – Информационно-коммуникационные технологии в образовании;
6. <http://www.festival.1september.ru> – Сайт педагогических идей «Открытый урок»;
7. <http://www.vestniknews.ru> – Журнал «Вестник образования России»;
8. <http://www.fio.ru> – Сайт Федерации Интернет-образования России;
9. <http://www.eurekanet.ru> – Инновационная образовательная сеть.
10. <http://spo.1septemder.ru>
11. <https://my.1september.ru/preview/free/2013-01/obj/index.html>
12. <http://fizkultura.ucoz.com/>

7. Приложение 1. Возрастные и педагогические особенности обучающихся

Программа «Юный зарничник» предназначена для обучающихся в возрасте от 10 до 15 лет. Это именно тот возраст, когда подросток испытывает, с одной стороны, тягу к самоутверждению и самостоятельности, с другой – повышенную потребность в общении и дружбе, и особенно подвержен влиянию сверстников. Это очень важный период для формирования нравственных приоритетов человека. Подросток уже должен учиться принимать самостоятельные решения. Занятия по военной подготовке полностью отвечают возрастным потребностям подростков в общении в кругу ровесников, преодолении трудностей. В познании истории Отечества осуществляется воспитание зрелости, формируется мировоззрение. В процессе военной деятельности у детей формируются такие жизненно важные качества, как упорство, честность, мужество, взаимовыручка. Ребенок, научившись основам военного дела, впоследствии помогает педагогу в обучении младших, новичков. Эта деятельность при благоприятной обстановке может стать определяющей в выборе обучающимся своей будущей профессии.

Приложение 2. Рекомендуемый комплекс упражнений гимнастики глаз при дистанционной форме обучения (СанПиН 2.4.2.28.21-10)

1. Быстро поморгать, закрыть глаза и посидеть спокойно, медленно считая до 5. Повторять 4 - 5 раз.
2. Крепко зажмурить глаза (считать до 3, открыть их и посмотреть вдаль (считать до 5)). Повторять 4 - 5 раз.

3. Вытянуть правую руку вперед. Следить глазами, не поворачивая головы, за медленными движениями указательного пальца вытянутой руки влево и вправо, вверх и вниз. Повторять 4 - 5 раз.

4. Посмотреть на указательный палец вытянутой руки на счет 1 - 4, потом перенести взор вдаль на счет 1 - 6. Повторять 4 - 5 раз

5. В среднем темпе проделать 3 - 4 круговых движений глазами в правую сторону, столько же в левую сторону. Расслабив глазные мышцы, посмотреть вдаль на счет 1 - 6. Повторять 1 - 2 раза.

Приложение 3. Рекомендуемый комплекс упражнений физкультурных минуток (ФМ) при дистанционной форме обучения (Приложение 4 к СанПиН 2.4.2.28.21-10)

Учебные занятия, сочетающие в себе психическую, статическую, динамическую нагрузки на отдельные органы и системы и на весь организм в целом, требуют проведения на уроках физкультурных минуток (далее - ФМ) для снятия локального утомления и ФМ общего воздействия.

ФМ для улучшения мозгового кровообращения:

1. Исходное положение (далее - и.п.) - сидя на стуле. 1 - 2 - отвести голову назад и плавно наклонить назад, 3 - 4 - голову наклонить вперед, плечи не поднимать. Повторить 4 - 6 раз. Темп медленный.

2. И.п. - сидя, руки на поясе. 1 - поворот головы направо, 2 - и.п., 3 - поворот головы налево, 4 - и.п. Повторить 6 - 8 раз. Темп медленный.

3. И.п. - стоя или сидя, руки на поясе. 1 - махом левую руку занести через правое плечо, голову повернуть налево. 2 - и.п., 3 - 4 - то же правой рукой. Повторить 4 - 6 раз. Темп медленный.

ФМ для снятия утомления с плечевого пояса и рук:

1. И.п. - стоя или сидя, руки на поясе. 1 - правую руку вперед, левую вверх. 2 - поменять положения рук. Повторить 3 - 4 раза, затем расслабленно опустить вниз и потрясти кистями, голову наклонить вперед. Темп средний.

2. И.п. - стоя или сидя, кисти тыльной стороной на поясе. 1 - 2 - свести локти вперед, голову наклонить вперед, 3 - 4 - локти назад, прогнуться. Повторить 6 - 8 раз, затем руки вниз и потрясти расслабленно. Темп медленный.

3. И.п. - сидя, руки вверх. 1 - сжать кисти в кулак, 2 - разжать кисти. Повторить 6 - 8 раз, затем руки расслабленно опустить вниз и потрясти кистями. Темп средний.

ФМ для снятия утомления с туловища:

1. И.п. - стойка ноги врозь, руки за голову. 1 - резко повернуть таз направо. 2 - резко повернуть таз налево. Во время поворотов плечевой пояс оставить неподвижным. Повторить 6 - 8 раз. Темп средний.

2. И.п. - стойка ноги врозь, руки за голову. 1 - 5 - круговые движения тазом в одну сторону, 4 - 6 - то же в другую сторону, 7 - 8 - руки вниз и расслабленно потрясти кистями. Повторить 4 - 6 раз. Темп средний.

3. И.п. - стойка ноги врозь. 1 - 2 - наклон вперед, правая рука скользит вдоль ноги вниз, левая, сгибаясь, вдоль тела вверх, 3 - 4 - и.п., 5 - 8 - то же в другую сторону. Повторить 6 - 8 раз. Темп средний.

ФМ общего воздействия комплектуются из упражнений для разных групп мышц с учетом их напряжения в процессе деятельности.

Комплекс упражнений ФМ для обучающихся I ступени образования на уроках с элементами письма:

1. Упражнения для улучшения мозгового кровообращения. И.п. - сидя, руки на поясе. 1 - поворот головы направо, 2 - и.п., 3 - поворот головы налево, 4 - и.п., 5 - плавно наклонить голову назад, 6 - и.п., 7 - голову наклонить вперед. Повторить 4 - 6 раз. Темп медленный.

2. Упражнения для снятия утомления с мелких мышц кисти. И.п. - сидя, руки подняты вверх. 1 - сжать кисти в кулак, 2 - разжать кисти. Повторить 6 - 8 раз, затем руки расслабленно опустить вниз и потрясти кистями. Темп средний.

3. Упражнение для снятия утомления с мышц туловища. И.п. - стойка ноги врозь, руки за голову. 1 - резко повернуть таз направо. 2 - резко повернуть таз налево. Во время поворотов плечевой пояс оставить неподвижным. Повторить 4 - 6 раз. Темп средний.

4. Упражнение для мобилизации внимания. И.п. - стоя, руки вдоль туловища. 1 - правую руку на пояс, 2 - левую руку на пояс, 3 - правую руку на плечо, 4 - левую руку на плечо, 5 - правую руку вверх, 6 - левую руку вверх, 7 - 8 - хлопки руками над головой, 9 - опустить левую руку на плечо, 10 - правую руку на плечо, 11 - левую руку на пояс, 12 - правую руку на пояс, 13 - 14 - хлопки руками по бедрам. Повторить 4 - 6 раз. Темп - 1 раз медленный, 2 - 3 раза - средний, 4 - 5 - быстрый, 6 - медленный.

Календарно-тематическое планирование. Модуль 1

№ п/п	Дата (число/месяц/год)	Содержание (тема занятия)	Количество часов		Форма аттестации/контроля
			Теория	Практика	
Основы знаний «Зарница» (1 час)					
1	2.09.2022	Знакомство с деятельностью кружка «Зарница». Техника безопасности на занятиях по физической, стрелковой, строевой подготовке.	1		Опрос
Физическая подготовка (6 часов)					
2	9.09.2022	Определение уровня физических качеств: сила, скоростная сила, выносливость, ловкость, силовая выносливость посредством сдачи тестов физической подготовленности.		1	Сдача нормативов
3	16.09.2022	Изучение техники движений со снарядами и на тренажерах, оценка величины отягощения.		1	Сдача нормативов
4	23.09.2022	Круговая тренировка общефизической направленности.		1	Сдача нормативов
5	30.09.2022	Круговая тренировка на развитие силы.		1	Сдача нормативов
6	7.10.2022	Круговая тренировка на развитие скоростной выносливости.		1	Сдача нормативов
7	14.10.2022	Круговая тренировка повышенной интенсивности.		1	Сдача нормативов
Огневая подготовка (4 часа)					
8	21.10.2022	Материальная часть автомата Калашникова. Назначение, боевые свойства, общее устройство и принцип работы автомата.	0,5	0,5	Отработка навыка
9	28.10.2022	Последовательность неполной разборки и сборки АКМ-74. Меры безопасности при обращении с автоматом и патронами.	0,5	0,5	Опрос
10	11.11.2022	Неполная разборка и сборка АКМ-74.		1	Отработка навыка
11	18.11.2022	Снаряжение магазина автомата Калашникова. Разборка и сборка АКМ-74.		1	Сдача норматива
Медицинская подготовка (4 часа)					
12	25.11.2022	Средства оказания первой помощи и профилактики поражений. Транспортировка пострадавшего.	0,5	0,5	Отработка навыка оказания ПП

13	2.12.2022	Первая помощь при ранениях, переломах, ушибах, вывихах. Виды повязок.	0,5	0,5	Отработка навыка оказания ПП
14	9.12.2022	Первая помощь при ожогах, отморожениях, несчастных случаях и отравлениях.	0,5	0,5	Отработка навыка оказания ПП
15	16.12.2022	Простейшие способы восстановления дыхания и сердечной деятельности.	0,5	0,5	Отработка навыка оказания ПП
Исторические и боевые традиции Отечества (8 часов)					
16	23.12.2022	Города-Герои (12 городов и 1 крепость)	1		Опрос
17	13.01.2023	Основные вехи Отечественной войны и Второй Мировой войны	1		Опрос
18	20.01.2023	Полководцы в Ратной истории Отечества	1		Работа с карточками
19	27.01.2023	Дни воинской славы России	1		Опрос
20	3.02.2023	Современное оружие России (военная техника и стрелковое оружие)	0,5	0,5	Работа с карточками
21	10.02.2023	Воинские звания ВС РФ	0,5	0,5	Работа с карточками
22	17.02.2023	Государственные символы РФ	0,5	0,5	Работа с карточками
23	24.02.2023	География РФ	1		Опрос
Строевая подготовка (8 часов)					
24	3.03.2023	Обязанности командира. Строевые приёмы на месте.	0,5	0,5	Отработка навыков
25	10.03.2023	Действия в составе отделения на месте.		1	Отработка навыков
26	17.03.2023	Действия в составе отделения в движении.		1	Отработка навыков
27	7.04.2023	Действия в составе отделения в движении.		1	Отработка навыков
28	14.04.2023	Одиночная строевая выучка.		1	Отработка навыков
29	21.04.2023	Комплексное занятие (тренировка строевого шага, в составе подразделения).		1	Отработка навыков
30	28.04.2023	Движение с песней		1	Отработка навыков
31	5.05.2023	Действия знамённой группы.		1	Отработка навыков
Огневая подготовка (3 часа)					
32	12.05.2023	Тактико-технические характеристики пистолета Макарова. Назначение и устройство частей и механизмов пистолета Макарова.	0,5	0,5	Опрос
33	19.05.2023	Стрельба из пневматической винтовки из положения сидя с		1	Отработка навыка

		опорой локтей о стол.			
34	26.05.2023	Стрельба из пневматической винтовки из положения сидя с опорой локтей о стол.		1	Сдача норматива
		Итого:	11,5	22,5	

Календарно-тематическое планирования. Модуль 2

№ п/п	Дата (число/месяц/год)	Содержание (тема занятия)	Количество часов		Форма аттестации/контроля
			Теория	Практика	
Основы знаний «Зарница» (1 час)					
1	2.09.2022	Знакомство с деятельностью кружка «Зарница». Техника безопасности на занятиях по физической, стрелковой, строевой, туристической подготовке.	1		Опрос
Физическая подготовка (6 часов)					
2	9.09.2022	Определение уровня физических качеств: сила, скоростная сила, выносливость, ловкость, силовая выносливость посредством сдачи тестов физической подготовленности.		1	Сдача нормативов
3	16.09.2022	Изучение техники движений со снарядами и на тренажерах, оценка величины отягощения.		1	Сдача нормативов
4	23.09.2022	Круговая тренировка общефизической направленности.		1	Сдача нормативов
5	30.09.2022	Круговая тренировка на развитие силы.		1	Сдача нормативов
6	7.10.2022	Круговая тренировка на развитие скоростной выносливости.		1	Сдача нормативов
7	14.10.2022	Круговая тренировка повышенной интенсивности.		1	Сдача нормативов
Огневая подготовка (4 часа)					
8	21.10.2022	Материальная часть автомата Калашникова. Назначение, боевые свойства, общее устройство и принцип работы автомата.	0,5	0,5	Отработка навыка
9	28.10.2022	Последовательность неполной разборки и сборки АКМ-74. Меры безопасности при обращении с автоматом и патронами.	0,5	0,5	Опрос
10	11.11.2022	Неполная разборка и сборка АКМ-74.		1	Отработка навыка
11	18.11.2022	Снаряжение магазина автомата Калашникова. Разборка и сборка		1	Сдача норматива

		АКМ-74.			
Медицинская подготовка (4 часа)					
12	25.11.2022	Средства оказания первой помощи и профилактики поражений. Транспортировка пострадавшего.	0,5	0,5	Отработка навыка оказания ПП
13	2.12.2022	Первая помощь при ранениях, переломах, ушибах, вывихах. Виды повязок.	0,5	0,5	Отработка навыка оказания ПП
14	9.12.2022	Первая помощь при ожогах, отморожениях, несчастных случаях и отравлениях.	0,5	0,5	Отработка навыка оказания ПП
15	16.12.2022	Простейшие способы восстановления дыхания и сердечной деятельности.	0,5	0,5	Отработка навыка оказания ПП
Исторические и боевые традиции Отечества (4 часов)					
16	23.12.2022	Основные вехи Отечественной войны и Второй Мировой войны	1		Опрос
17	13.01.2023	Полководцы в Ратной истории Отечества. Дни воинской славы России.	1		Опрос
18	20.01.2023	Современное оружие России (военная техника и стрелковое оружие). Воинские звания ВС РФ	1		Работа с карточками
19	27.01.2023	Государственные символы РФ	1		Опрос
Стрелковая подготовка (5 часов)					
20	3.02.2023	Действия в составе отделения на месте и в движении		1	Отработка навыков
21	10.02.2023	Одиночная стрелковая выучка.		1	Отработка навыков
22	17.02.2023	Комплексное занятие (тренировка строевого шага, в составе подразделения).		1	Отработка навыков
23	24.02.2023	Движение с песней		1	Отработка навыков
24	3.03.2023	Действия знамённой группы.		1	Отработка навыков
Туристская подготовка (3 часа)					
25	10.03.2023	Основы туристической подготовки		1	Отработка навыков
26	7.04.2023	Прохождение дистанций: «Навесная переправа», «Параллельные верёвки», «Переправа по подвесному бревну»		1	Отработка навыков
27	14.04.2023	Прохождение дистанций: «Бабочка», «Маятник», «Кочки», «Поводырь».		1	Отработка навыков
Военно-тактическая подготовка (3 часа)					
28	21.04.2023	Преодоление полосы препятствий, отработка отдельных элементов.		1	Отработка навыков
29	28.04.2023	СИЗ органов дыхания и кожи.	0,5	0,5	Отработка

		Надевание ОЗК. Преодоление зоны заражения.			навыков
30	5.05.2023	Тактические действия в бою.		1	Отработка навыков
Огневая подготовка (3 часа)					
31	12.05.2023	Тактико-технические характеристики пистолета Макарова. Назначение и устройство частей и механизмов пистолета Макарова.	0,5	0,5	Опрос
32	19.05.2023	Стрельба из пневматической винтовки из положения стоя		1	Отработка навыка
33	26.05.2023	Стрельба из пневматической винтовки из положения стоя		1	Сдача норматива
34	31.05.2023	Подведение итогов.		1	Награждение
		Итого:	9	25	