

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА МОСКВЫ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА МОСКВЫ

«Марьинская школа № 1566 памяти Героев Сталинградской битвы»
(ГБОУ Школа № 1566 корпус 1780)

Ответственный
за дополнительное
образование
по корпусу 1780

_____ (М.А. Максимова)

Согласовано:
на заседании
Педагогического совета

Протокол № 1
От «31» августа 2018 г.

Утверждено:

Директор школы
_____ (Смирнова Т.В.)

Приказ № _____
от «___» _____ 20__ г.

Дополнительная общеобразовательная развивающая программа

ТЕМА ПРОГРАММЫ: ВОЕННО-ПРИКЛАДНЫЕ ВИДЫ СПОРТА

Направленность программы: физкультурно-спортивная

Уровень программы: ознакомительный

Возраст учащихся: - 13-15 лет (7 класс)

- 16-18 лет (11 класс)

Срок реализации программы: 9 месяцев

Москва 2018год

Пояснительная записка

Направленность программы: Программа «Военно-прикладные виды спорта» направлена на освоение детьми военно-прикладных видов спорта, оздоровительных программ и достижение результатов в военно-спортивной подготовке.

Уровень программы: ознакомительный

Актуальность программы: В последнее время очевидна тенденция к ухудшению состояния здоровья населения России. Это связано с увеличением частоты проявления разрушительных сил природы, числа промышленных аварий и катастроф, опасных ситуаций социального характера и отсутствием навыков разумного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях.

В деле защиты населения в опасных и чрезвычайных ситуациях возрастает роль и ответственность системы образования за подготовку обучающихся по вопросам, относящимся к области безопасности жизнедеятельности. Остро возникает необходимость выработки у населения привычек здорового образа жизни.

Программа «ВОЕННО-ПРИКЛАДНЫЕ ВИДЫ СПОРТА» разработана в соответствии с требованиями **нормативных документов:**

1. Конституция РФ;
2. Об образовании в Российской Федерации: Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ;
3. Концепция развития дополнительного образования детей. Утверждена распоряжением Правительства РФ от 4 сентября 2014 г. N 1726-р;
4. Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам. Утверждён Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 29 августа 2013 г. № 1008 г.;
5. О мерах по развитию дополнительного образования детей в 2014-2015 учебном году: Приказ Департамента образования города Москвы от 17 декабря 2014 г. № 922;
6. О внесении изменений в приказ Департамента образования города Москвы от 17 декабря 2014 г. № 922: Приказ Департамента образования города Москвы от 7.08.2015 г. № 1308;
7. О внесении изменений в приказ Департамента образования города Москвы от 17 декабря 2014 г. № 922: Приказ Департамента образования города Москвы от 08.09.2015 г. № 2074;
8. О внесении изменений в приказ Департамента образования города Москвы от 17 декабря 2014 г. № 922: Приказ Департамента образования города Москвы от 30 августа 2016 года № 1035;
9. Примерные требования к программам дополнительного образования детей: приложение к письму Департамента молодежной политики, воспитания и социальной поддержки детей Минобрнауки России от 11.12.2006 № 06-1844;
10. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы): приложение к письму Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11.15 № 09-3242;
11. Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей: Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.4.3172-14. Утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 № 41.
12. ФЗ «Об обороне», ФЗ «О статусе военнослужащих», ФЗ «О воинской обязанности и военной службе»;
13. Типовое положение о кадетской школе (кадетской школе-интернате);

14. Программа боевой подготовки личного состава пополнения, поступившего (призванного) на военную службу;
15. Уставы и наставления ВС РФ;
16. Указ Президента РФ, постановления Правительства РФ и Правительства г. Москвы о подготовке граждан РФ к военной службе;
17. Положение о подготовке граждан РФ к военной службе, утвержденным постановлением Правительства РФ от 31.12.1999г. № 1441;
18. Инструкция об организации обучения граждан Российской Федерации начальным знаниям в области обороны и их подготовки по основам военной службы, утвержденной приказом Министра обороны РФ и Министра образования РФ от 03.05.2001г, № 203/1936;
19. Приказ Департамента образования города Москвы от 12.12.2007 г. № 969.

1. Данная программа предназначена для кадетской школы, осуществляющей общевоинскую выучку обучающихся. Содержание ориентировано на конкретную подготовку кадет для службы в рядах Вооруженных Сил Российской Федерации (Военно-Морских Силах, Военно-Воздушных Силах, Воздушно-десантных войсках), воинских формированиях других министерств и ведомств Российской Федерации.

2. Основной целью Курса «ВОЕННО-ПРИКЛАДНЫЕ ВИДЫ СПОРТА» является профессиональная ориентация и подготовка кадет к осознанному выбору профессии служения Отечеству на гражданском и военном поприще.

Главными задачами курса «Основы военной службы» являются:

- выработка у них высокого сознания общественного долга, дисциплинированности;
- привитие стремления добросовестно выполнять обязанности кадета, привитие чувства необходимости овладения военной специальностью и постоянного стремления овладевать и совершенствовать военные, военно-технические и специальные знания;
- подготовка кадет к военной службе и поступлению в высшие военные и гражданские образовательные учреждения РФ.

Особое место отводится выработке у кадет высокой дисциплинированности, организованности, строевой подтянутости и стремления посвятить свою жизнь служению Отечеству на военном и гражданском поприще.

Достижение цели и осуществление задач Курса требуют:

- проведения занятий и воспитательной работы на высоком организационно-методическом уровне;
- творческой атмосферы и здоровой нравственной обстановки в коллективах преподавателей, воспитателей и кадет;
- образцовой организации учебно-воспитательного процесса, внутреннего порядка, жизни и быта кадет.

3. Программа курса «Военно-прикладные виды спорта» предусматривает:

- приобретение кадетами необходимых военных знаний и практических навыков в объеме, необходимом для службы в Вооруженных Силах РФ.
- Обучение по основам военной службы организуется и ведется в соответствии с «Типовым положением о кадетской школе (кадетской школе-интернате)», приказами и распоряжениями Руководителя Департамента образования города Москвы, а также других старших начальников, с учетом требований уставов, наставлений, курсов стрельб Вооруженных Сил РФ.

4. Требования к уровню подготовки воспитанников кадетской школы.

Кадеты должны:

знать:

- правовые и морально-психологические основы военной службы, требования безопасности в различных ситуациях деятельности военнослужащих;
- назначение, боевые свойства и общее устройство стрелкового оружия мотострелковых подразделений;
- правила стрельбы из стрелкового оружия, меры безопасности при проведении стрельб;

уметь:

- выполнять требования и соблюдать меры безопасности в повседневной деятельности, на занятиях, учебных сборах и стрельбах;
- выполнять приемы и способы действий солдата в бою в пешем порядке;
- готовить стрелковое оружие и боеприпасы к стрельбе и содержать их в боевой готовности;
- вести меткий огонь из стрелкового оружия по различным целям;
- выполнять обязанности солдата перед построением и в строю, соблюдать правила ношения форменной одежды для кадет, уверенно и четко выполнять строевые приемы на месте и в движении.

ознакомиться:

- с основами ведения боевых действий в составе отделения в обороне и наступлении;
- с методикой проведения занятий по строевой подготовке с личным составом отделения.

5. Методические рекомендации по организации и проведению занятий по Курсу.

На основании данной программы в кадетском образовательном учреждении для каждого класса на учебный год разрабатывается тематический план.

Занятия с кадетами организуются и проводятся на протяжении всего периода их обучения в кадетском образовательном учреждении. С целью последовательного наращивания знаний, навыков и умений кадет программой предусмотрено:

- в **5-6 классах** – привитие умения и навыков в стрельбе из пневматической винтовки; обучение одиночной строевой подготовке.
- в **7-9 классах** – обучение действиям солдата в различных видах боя; привитие навыков и умений в стрельбе из различных образцов стрелкового оружия; совершенствование одиночной строевой подготовки и физического развития.
- в **10-11 классах** – совершенствование строевой подготовки и физической закали.

Занятия по Курсу «Основы военной службы» проводят старшие воспитатели, преподаватели физической подготовки.

Основные виды (формы) проведения занятий по Курсу «Военно-прикладные виды спорта» - практические* и контрольные** занятия.

*В группу **практических занятий** входят занятия: в учебном городке, на строевом плацу, спортивном городке (зале), стрельбище, полигоне, на местности (макете местности), показательные занятия, тактико-строевые занятия, военно-тактические (военно-спортивные) игры.

К **контрольным занятиям относятся: итоговые (практические) занятия, зачеты, сдача нормативов, строевые смотры.

Основные методы обучения (применяемые на занятиях) Курса «Военно-прикладные виды спорта»: - показ (демонстрация); тренировка (упражнение); практическая и самостоятельная работа. Руководитель занятия самостоятелен в выборе метода обучения. На каждый урок (занятие) руководитель занятия составляет план-конспект (план) проведения урока (занятия). В нем отражаются тема, учебные и воспитательные цели, распределение учебного времени, материально – техническое обеспечение урока (занятия).

Для проведения практических занятий целесообразно использовать методические материалы и разработки, применяемые в Вооруженных Силах РФ. Существующая в Вооруженных Силах РФ методика проведения занятий должна творчески использоваться с учетом возрастных особенностей кадет и задач кадетской школы. Все занятия должны быть обеспечены необходимым количеством наглядных пособий, наглядными и техническими средствами обучения, в том числе, учебным вооружением и техникой.

В целях предупреждения несчастных случаев на всех занятиях должны строго соблюдаться **меры безопасности**. Перед проведением всех практических занятий должны проводиться инструктажи по мерам безопасности, с обязательной записью о проведении инструктажа в соответствующих журналах.

6. Личностные, метапредметные, предметные, планируемые результаты освоения курса «Основы военной службы».

Личностные результаты:

- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности, обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных интересов;
- развитие правового мышления и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;
- формирование антиэкстремистского мышления и антитеррористического поведения, потребностей соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности.

Метапредметные результаты:

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- умение самостоятельно планировать пути достижения целей защищённости, в том числе альтернативные осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами курса, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата;
- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;
- формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли.

Предметные результаты:

- понимание роли государства и действующего законодательства в обеспечении национальной безопасности и защиты населения при возникновении военной угрозы, в том числе от экстремизма и терроризма;
- умение оказать первую помощь пострадавшим;
- умение принимать обоснованные решения в конкретной ситуации для минимизации последствий с учётом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей.

Планируемые результаты:

- умение самостоятельно и мотивированно организовывать свою познавательную деятельность (от постановки цели до получения и оценки результата);
- поиск нужной информации по заданной теме в источниках различного типа;
- воспитание личной ответственности за защиту Родины;
- овладение умениями анализа специальной информации, получаемой из различных источников.

7. Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение.

- | | |
|-----------------------------------------------------|-----------------------------------------------|
| - Общевоинские уставы ВС РФ; | - Гимнастический городок, полоса препятствий; |
| - Макеты массово-габаритные 5,45 мм автомата АК-74; | - Стрелковой плац; |
| - Винтовки пневматические; | - Стрелковый тир; |
| - 5,45 мм учебные патроны; | - Классы ОВС и ОБЖ; |
| - Фильтрующие противогазы, комплекты ОВЗК; | - Мультимедийные пособия. |
| - Плоскостные спортивные сооружения; | |

Основные формы обучения по:

- **огневой подготовке** - обучаемые на классных занятиях, используют учебное оружие, макеты и плакаты, изучают боевые свойства, общее устройство, порядок разборки и сборки оружия, устройство ручных гранат, основы и правила стрельбы.

На огневых тренировках обучающиеся, используя штатное (учебное) оружие, а при наличии – учебные приборы и тренировочные средства, обучаются приемам изготовления для стрельбы, производству выстрела, ведению меткого огня с места, метанию ручных гранат, разведке целей, решению огневых задач и другим вопросам огневой выучки. В ходе тренировок осуществляется индивидуальный подход к каждому обучаемому в совершенствовании его мастерства и устранении имеющихся конкретных недостатков. Огневые тренировки и стрельбы организуются по учебным группам на нескольких учебных местах;

- **защите от ОМП** - проводятся в оборудованных местах и классах. В начале объясняются поражающие факторы, а затем отрабатываются приемы и способы защиты от них. Одна из главных задач – привитие обучаемым устойчивых навыков в использовании средств индивидуальной и коллективной защиты, фортификационных сооружений, отработка действия в различных условиях на зараженной местности.

Навыки, полученные на занятиях и тренировках по выполнению нормативов, совершенствуются в ходе проведения других предметов обучения, особенно по тактической подготовке;

- строевой и физической подготовке - основным методом обучения является упражнение (тренировка) с многократным повторением обучаемыми приемов (действий), с постепенным усложнением условий, в целях выработки устойчивых навыков в выполнении строевых приемов без оружия и с оружием. Важное место в обучении занимают упражнения по гимнастике, рукопашному бою, преодолению препятствий и ускоренному передвижению.

Физическая подготовка начинается с контрольных занятий, в ходе которых оценивается состояние подготовленности каждого обучаемого. Занятия строятся с учетом индивидуальных возможностей, преследуя постепенное повышение физической нагрузки.

В целях лучшего усвоения предметов обучения в часы самостоятельной подготовки проводятся показы учебных кинофильмов, сопровождаемые рассказом руководителя;

СОДЕРЖАНИЕ

Расчет часов по предметам обучения

№ п/п	Предметы обучения	Количество часов	
		7 кл.	11 кл.
1.	Основы огневой подготовки	16	16
2.	Основы строевой подготовки	12	10
3.	Основы военно-прикладной физической подготовки	6	4
4.	Основы защиты от оружия массового поражения (ЗОМП)	4	8
	ИТОГО	38	38

Перечень тем и примерный расчет часов (VII класс)

№	Название разделов и тем	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
	РАЗДЕЛ 1. ОСНОВЫ ОГНЕВОЙ ПОДГОТОВКИ.	16			
	Тема 1. Меры безопасности при обращении с оружием и выполнении стрельб.	2	1	1	
1.1	Вводное занятие. Правила поведения кадет на огневом рубеже.	1	1	-	
1.2	Правила прицеливания и производство выстрела.	1	-	1	Тест
	Тема 2. Неполная разборка и сборка автомата АК-74.	6	1	5	
1.3	Автомат Калашникова (АК-74). Тактико-технические данные.	1	1	-	
1.4	Устройство и назначение частей АК-74. Порядок неполной разборки и сборки АК-74.	1	-	1	
1.5	Порядок неполной разборки и сборки АК-74	1		1	
1.6	Порядок неполной разборки и сборки АК-74	1		1	
1.7	Порядок неполной разборки и сборки АК-74	1		1	
1.8	Порядок неполной разборки и сборки АК-74	1		1	Зачет на время
	Тема 3. Снаряжение магазина патронами 5,45 мм и 7,62 мм.	4	1	3	
1.9	Правила снаряжения магазина к АК-74 патронами.	1	1	-	
1.10	Отработка навыков снаряжения магазина к АК-74 патронами.	1	-	1	
1.11	Отработка навыков снаряжения магазина к АК-74 патронами.	1	-	1	
1.12	Отработка навыков снаряжения магазина к АК-74 патронами.	1	-	1	Зачет на время
	Тема 4. Действия на огневом рубеже	2	-	2	
1.13	Отработка команд: «К бою», «Заряжай», «Огонь», «Стой», «Оружие к осмотру». Формы докладов.	1	-	1	
1.14	Отработка команд: «К бою», «Заряжай», «Огонь», «Стой», «Оружие к осмотру». Формы докладов.	1	-	1	
	Тема 5. Выполнение стрельб из пневматического оружия.	2	-	2	
1.15	Практические стрельбы из пневматического оружия.	1	-	1	
1.16	Практические стрельбы из пневматического оружия.	1	-	1	Зачет на результат

	РАЗДЕЛ II. ОСНОВЫ СТРОЕВОЙ ПОДГОТОВКИ	12	-	12	
	Тема 1. Строевые приемы и движение без Оружия. Одиночная строевая подготовка.	4	-	4	
2.1	Строевая стойка. Выполнение команд «Равняйсь», «Смирно», «Вольно».	1		1	
2.2	Повороты на месте.	1		1	
2.3	Выход из строя и возвращение в строй.	1		1	
2.4	Подход к командиру и отход от него.	1		1	
	Тема 2. Слаженность подразделений.	4	-	4	
2.5	Отработка строевого шага в составе подразделения	1		1	
2.6	Выполнение команды «Смирно» в движении	1		1	
2.7	Перестроение из колонны по одному в колонну по два	1		1	
2.8	Исполнение строевой песни	1		1	Зачет
	Тема 3. Строевой смотр.	2	-	2	
2.9	Правила ношения кадетской формы. Оборудование форменного обмундирования кадета.	1		1	
2.10	Летняя и зимняя форма одежды кадета.	1		1	
	Тема 4. Порядок выноса Знамени	1	-	1	
2.11.	Ритуал выноса Знамени. Действия кадет при выносе Знамени.	1		1	
	Тема 5. Отдание воинских почестей.	1	-	1	
2.12	Ритуал возложения цветов к памятникам и захоронениям воинов.	1		1	
	РАЗДЕЛ III ОСНОВЫ ВОЕННО-ПРИКЛАДНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ	6	-	6	
	Тема 1. Гимнастика	2	-	2	
3.1	Подтягивание на перекладине (М)	1		1	
3.2	Комбинированное силовое упражнение (Д)	1		1	
	Тема 2. Преодоление препятствий и	2	-	2	

	ускоренное передвижение				
3.3	Преодоление единой полосы препятствий .	1		1	
3.4	Преодоление единой полосы препятствий.	1		1	Зачет на результат
	Тема 2. Ускоренное передвижение	2	-	2	
3.5	Бег 100м	1		1	Зачет на время
3.6	Кросс 1000м	1		1	Зачет на время
	РАЗДЕЛ IV. ОСНОВЫ ЗАЩИТЫ ОТ ОМП	4	-	4	
	Тема 1. Надевание противогаза. Норматив №1.	2	1	2	
4.1	Противогаз, правила надевания противогаза.	1	1	-	
4.2	Отработка навыков надевания противогаза.	1		1	Зачет
	Тема 2. Надевание ОЗК в виде плаща.	1	-	1	
4.3	Норматив № 3. Надевание ОЗК в виде плаща.	1		1	Зачет
	Тема 3. Действия по сигналам «Вспышка...», «Химическая опасность»	1	-	1	
4.4	Отработка действий при угрозе применения ОМП.	1		1	Зачет
	Итого	38			

Перечень тем и примерный расчет часов (XI класс)

№	Название разделов и тем	Количество часов			Форма контроля
		Всего	Теория	Практика	
	РАЗДЕЛ 1. ОСНОВЫ ОГНЕВОЙ ПОДГОТОВКИ	16	5	11	
	Тема 1. Меры безопасности при обращении с оружием и выполнении стрельб.	2	2	-	
1.1	Вводное занятие. Правила поведения кадет на огневом рубеже	1	1		
1.2	Правила прицеливания и производство выстрела	1	1		Тест
	Тема 2. Неполная разборка и сборка автомата АК-74.	6	2	4	
1.3	Автомат Калашникова (АК-74). Тактико-технические данные.	1	1	-	
1.4	Устройство и назначение частей АК-74. Порядок неполной разборки и сборки АК-74	1	1	-	
1.5	Порядок неполной разборки и сборки АК-74	1		1	
1.6	Порядок неполной разборки и сборки АК-74	1		1	
1.7	Порядок неполной разборки и сборки АК-74	1		1	
1.8	Порядок неполной разборки и сборки АК-74	1		1	Зачет на время
	Тема 3. Снаряжение магазина патронами 5,45 мм и 7,62 мм.	4	-	4	
1.9	Отработка навыков снаряжения магазина к АК-74 патронами.	1		1	
1.10	Отработка навыков снаряжения магазина к АК-74 патронами.	1		1	
1.11	Отработка навыков снаряжения магазина к АК-74 патронами.	1		1	
1.12	Отработка навыков снаряжения магазина к АК-74 патронами.	1		1	Зачет на время
	Тема 4. Действия на огневом рубеже.	2	-	2	
1.13	Действия по командам: «К бою», «Заряжай», «Огонь», «Стой», «Оружие к осмотру». Формы докладов.	1		1	
1.14	Действия по командам: «К бою», «Заряжай», «Огонь», «Стой», «Оружие к осмотру». Формы докладов.	1		1	Зачет
	Тема 5. Выполнение практических стрельб из пневматического оружия.	2	-	2	
1.15	Практические стрельбы из пневматического оружия.	1		1	

1.16	Практические стрельбы из пневматического оружия.	1		1	Зачет на результат
	РАЗДЕЛ II. ОСНОВЫ СТРОЕВОЙ ПОДГОТОВКИ	10	-	10	
	Тема 1. Слаженность подразделений.	2	-	2	
2.1	Отработка строевого шага в составе подразделения.	1		1	
2.2	Отработка поворотов в движении в составе подразделения.	1		1	
	Тема 2. Строевые приемы и движение с оружием.	2	-	2	
2.3	Выполнение команд «К оружию», «Ремень подтянуть», «На ремень», «Автомат на грудь», «Оружие за спину», «Положить оружие».	1		1	
2.4	Движение с оружием.	1		1	Зачет
	Тема 3. Строевой смотр.	2	-	2	
2.5	Правила ношения кадетской формы. Оборудование форменного обмундирования кадета.	1		1	
2.6	Летняя и зимняя форма одежды кадета.	1		1	Зачет
	Тема 4. Порядок выноса Знамени.	2	-	2	
2.7	Ритуал выноса Знамени. Действия кадет при выносе Знамени.	1		1	
2.8	Отработка действий знаменных групп.	1		1	
	Тема 5. Отдание воинских почестей.	2	-	2	
2.9	Ритуал возложения цветов к памятникам и захоронениям воинов.	1		1	
2.10	Почетный караул. Пост № 1	1		1	
	РАЗДЕЛ III. ОСНОВЫ ВОЕННО-ПРИКЛАДНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ	4	-	4	
	Тема 1. Преодоление препятствий и ускоренное передвижение	4	-	4	
3.1	Преодоление единой полосы препятствий.	1		1	
3.2	Преодоление единой полосы препятствий.	1		1	
3.3	Преодоление единой полосы препятствий.	1		1	

3.4	Преодоление единой полосы препятствий.	1		1	Зачет на время
	РАЗДЕЛ IV. ОСНОВЫ ЗАЩИТЫ ОТ ОМП	8	-	8	
	Тема 1. Надевание ОЗК в виде плаща.	2	-	2	
4.1	Норматив № 3 (а). Надевание ОЗК в виде плаща.	1		1	
4.2	Норматив № 3(а). Надевание ОЗК в виде плаща.	1		1	Зачет на время
	Тема 2. Надевание ОЗК в виде комбинезона	4	4	4	
4.3	Норматив № 3(б). Надевание ОЗК в виде комбинезона.	1		1	
4.4	Норматив № 3(б). Надевание ОЗК в виде комбинезона.	1		1	
4.5	Норматив № 3(б). Надевание ОЗК в виде комбинезона.	1		1	
4.6	Норматив № 3(б). Надевание ОЗК в виде комбинезона.	1		1	Зачет на время
	Тема 3. Действия по сигналам «Вспышка...», «Химическая опасность»	2	-	2	
4.7	Отработка действий при угрозе применения ЯО.	1		1	
4.8	Отработка действий при угрозе применения ХО.	1		1	Зачет на время
	Итого	38			

5. Нормативы по курсу «Основы военной службы»

№ Норм.	Наименование норматива	Условия (порядок) выполнения норматива	Категория обучаемых	Оценка по времени		
				Отлично	Хорошо	Удовлетв.
Основы ЗОМП						
1	Надевание противогаза или респиратора	<p>Обучаемые в составе подразделения находятся на занятии. Противогазы и респираторы в походном положении. Неожиданно подается команда «Газы» или «Респираторы надеть». Обучаемые надевают противогазы (респираторы). Время отсчитывается от момента подачи команды до надевания головного убора.</p> <p>Примечание: В числителе - время надевания противогаза, в знаменателе – респиратора.</p> <p>Ошибки, определяющие оценку «неудовлетворительно»: Допущено образование складок или перекосов, при которых наружный воздух может проникнуть под шлем-маску; Не полностью навинчена ФПК.</p>	Кадеты	<u>7 с</u>	<u>8 с</u>	<u>10 с</u>
				11 с	12 с	14 с
			Отделение	<u>8 с</u>	<u>9 с</u>	<u>11 с</u>
				12 с	13 с	15 с
	Класс (взвод)	<u>9 с</u>	<u>10 с</u>	<u>12 с</u>		
			13 с	14 с	17 с	
2	Действия по вспышке ядерного взрыва	<p>Обучаемые в составе подразделения выполняют боевую задачу или находятся в районе расположения.</p> <p>Имитируются вспышка ядерного взрыва или подается команда «Вспышка справа (слева) и т.д. По вспышке или команде кадеты залегают на местности, а при наличии в 2-3 шагах естественных укрытий или убежищ занимают их.</p>	Кадеты	2 с	3 с	4 с
			Отделение, класс (взвод)	3 с	4 с	5 с
3	Отрывка и маскировка одиночных окопов для стрельбы из автомата	<p>Место отрывки окопа указывается командиром. Окоп отрыть и замаскировать. Время отсчитывается от команды «К отрывке окопа приступить» до доклада о готовности.</p> <p>Окоп для стрельбы из автомата из положений; «лежа»</p> <p>«с колена»</p> <p>«стоя»</p>	Кадеты	<u>25 мин</u>	<u>27 мин</u>	<u>32 мин</u>
				18 мин	20 мин	24 мин
				<u>55 мин</u>	<u>1 час</u>	<u>70 мин</u>
				40 мин	45 мин	55 мин
				<u>1ч30 мин</u>	<u>1ч 40 мин</u>	<u>2 часа</u>
				1ч05 мин	1ч10 мин	2ч25 мин

Основы огневой подготовки

1	Изготовка к стрельбе из автомата из различных положений («лежа», «с колена», «стоя», из-за укрытия) при действиях в пешем порядке	Обучаемый с автоматом в исходном положении в 10 м от огневой позиции (месте для стрельбы). Автомат в положении «на ремень», магазин, снаряженный 5 учебными патронами в сумке, сумка застегнута. Руководитель указывает огневую позицию, положение для стрельбы и подает команду «К бою». Обучаемый изготавливается к стрельбе и докладывает: «Готов». На прицеле должны быть нулевые установки.	Кадеты	7 с	8 с	10 с
2	Разряжание автомата при действии в пешем порядке	Обучаемый выполнил команду «К бою» (оружие заряжено). Руководитель подает команду «Разряжай». Обучаемый разряжает автомат, извлекает из магазина патроны, кладет их в сумку, переводит автомат в положение «На ремень» и становится в исходное положение в 10 м от огневой позиции.	Кадеты	16 с	17 с	20 с
3	Неполная разборка автомата	Автомат на подстилке, инструмент наготове. Обучаемый находится у автомата.	Кадеты	15 с	17 с	19 с
4	Сборка автомата после неполной разборки	Автомат разобран. Части и механизмы аккуратно разложены на подстилке. Обучаемый находится у автомата.	Кадеты	25 с	27 с	32 с
5	Снаряжение магазина патронами	Обучаемый находится перед подстилкой, на которой расположены: автомат, магазин и 30 учебных патрон. Обучаемый снаряжает магазин и присоединяет его к АК.	Кадеты	33 с	38 с	43 с

Военно-прикладная физическая подготовка

№ Упраз.	Упражнения	Форма одежды	Единица измерения	Оценка		
				Отлично	Хорошо	Удовлетв.
1	Подтягивание на перекладине	спортивная	к-во раз	12	10	7
2	Поднимание ног к перекладине	спортивная	к-во раз	10	8	6
3	Подъем переворотом на перекладине	спортивная	к-во раз	6	5	4
4	Подъем силой на перекладине	спортивная	к-во раз	5	4	2
5	Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях	спортивная	к-во раз	8	5	3
6	Бег на 100м	повседневная	с	14.4	15.0	16.0
7	Челночный бег 10х10 м	повседневная	с	28.0	29.0	30.0
8	Бег на 1 км	повседневная	мин, с	3.30	3.40	4.10
9	Бег на 3 км	повседневная	мин, с	12.45	13.10	13.45

10	Марш-бросок на 5 км	повседневная	мин, с	27.00.	28.00	29.00
11	Марш-бросок на 10 км	повседневная	мин, с	56.00	58.00	62.00
12	Лыжная гонка на 5 км	спортивная	мин, с	29.00	30.00	31.00
13	Марш на лыжах в составе класса (взвода) на 5 км	повседневная	мин, с	38.00	43.00	48.00
14	Марш на лыжах в составе класса (взвода) на 10 км	повседневная	ч, мин	1.20	1.25	1.30
15	Плавание в обмундировании	повседневная	м	80	60	40
16	Метание гранаты (600 г) Ф-1 на дальность	повседневная	м	36	32	28

Примечание: Показатели нормативов для кадет разработаны применительно к показателям нормативов для военнослужащих ВС РФ, прослуживших менее 6 месяцев.

Сайты, используемые при подготовке и проведении занятий

Название сайта	Электронный адрес
МЧС России	http://www.emercom.gov.ru
Министерство здравоохранения и соцразвития РФ	http://www.minzdrav-rf.ru
Министерство обороны РФ	http://www.mil.ru
Министерство образования и науки РФ	http://mon.gov.ru/
Федеральная служба железнодорожных войск РФ	http://www.fsgv.ru
Федеральная пограничная служба	http://www.fps.gov.ru
Федеральный надзор России по ядерной и радиационной безопасности	http://www.gan.ru
Русский образовательный портал	http://www.gov.ed.ru
Академия повышения квалификации работников образования	http://www.apkro.ru
Журнал «Вестник образования»	http://www.vestnik.edu.ru
Издательский дом «Профкнига»	http://www.profkniga.ru
Издательский дом «Армпресс»	http://www.armpress.info
Фестиваль педагогических идей «Открытый урок» (издательский дом «1 сентября»)	http://festival.1september.ru
Энциклопедия безопасности	http://www.opasno.net
Личная безопасность	http://personal-safety.redut-7.ru
Образовательные ресурсы Интернета-Безопасность жизнедеятельности	http://www.alleng.ru
«Мой компас» (безопасность ребёнка)	http://moikompass.ru/compas/bezopasnost_det

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН (VII класс)

№	Дата	Время	Тема занятия	Кол-во часов	Форма	Место	Форма контроля
	проведения занятия				проведения занятия		
Первый период							
1.	04 - 08.09		Вводное занятие.	2 часа	Теория	Учебный класс	
2.	11 - 15.09		Правила поведения кадет на огневом рубеже. Правила прицеливания и производства выстрела.	2 часа	Теория	Учебный класс	Зачет
3.	18 - 22.09		Автомат Калашникова (АК-74). Тактико-технические данные.	2 часа	Теория	Учебный класс	
4.	25 - 29.09		Устройство и назначение частей АК-74. Порядок неполной разборки и сборки АК-74.	2 часа	Практика	Учебный класс	
5.	09 - 13.10		Порядок неполной разборки и сборки АК-74	2 часа	Практика	Учебный класс	
Второй период							
6.	16 - 20.10		Порядок неполной разборки и сборки АК-74	2 часа	Практика	Учебный класс	
7.	23 - 27.10		Порядок неполной разборки и сборки АК-74	2 часа	Практика	Учебный класс	
8.	30.10 - 03.11		Порядок неполной разборки и сборки АК-74	2 часа	Практика	Учебный класс	Зачет на время
9.	06 - 10.11		Правила снаряжения магазина к АК-74 патронами	2 часа	Практика	Учебный класс	
10.	13 - 17.11		Отработка навыков снаряжения магазина к АК-74 патронами.	2 часа	Практика	Учебный класс	
11.	20 - 24.11		Отработка навыков снаряжения магазина к АК-74 патронами.	2 часа	Практика	Учебный класс	

Третий период							
12.	27.11 - 01.12		Отработка навыков снаряжения магазина к АК-74 патронами.	2 часа	Практика	Учебный класс	Зачет на время
13.	04 - 08.12		Действия по командам: «К бою», «Заряжай», «Оружие к осмотру», «Огонь», «Стой». Формы докладов.	2 часа	Практика	Спорт. зал	
14.	11 - 15.12		Отработка команд: «К бою», «Заряжай», «Оружие к осмотру», «Огонь», «Стой». Формы докладов.	2 часа	Практика	Спорт. зал	
15.	18 - 22.12		Практические стрельбы из пневматического оружия.	2 часа	Практика	Тир	
16.	25 - 29.12		Практические стрельбы из пневматического оружия.	2 часа	Практика	Тир	Зачет на результат
17.	01 - 05.01		Строевая стойка. Выполнение команд «Равняйсь», «Смирно», Равнение в шеренге и в колонне.	2 часа	Практика	Плац	
Четвертый период							
18.	08 - 12.01		Повороты на месте	2 часа	Практика	Плац	
19.	15 - 19.01		Выход из строя и возвращение в строй.	2 часа	Практика	Плац	
20.	22 - 26.01		Подход к командиру и отход от него.	2 часа	Практика	Плац	
21.	29.01 - 02.02		Отработка строевого шага в составе подразделения	2 часа	Практика	Плац	
22.	05 - 09.02		Выполнение команды «Смирно» в движении	2 часа	Практика	Плац	
23.	12 - 16.02		Перестроение из колонны по одному в колонну по два	2 часа	Практика	Плац	
24.	19 - 23.02		Исполнение строевой песни	2 часа	Практика	Плац	Зачет
Пятый период							
25.	26.02 - 02.03		Правила ношения кадетской формы. Оборудование форменного обмундирования кадета.	2 часа	Теория	Учебный класс	

26.	05 - 09.03		Летняя и зимняя форма одежды кадета.	2 часа	Теория	Учебный класс	
27.	12 - 16.03		Ритуал выноса Знамени. Действия кадет при выносе Знамени.	2 часа	Практика	Плац	
28.	19 - 23.03		Ритуал возложения цветов к памятникам и захоронениям воинов.	2 часа	Практика	Плац	
29.	26 - 30.03		Подтягивание на перекладине (М)	2 часа	Практика	Спорт. городок	
30.	02 - 05.04		Комбинированное силовое упражнение (Д)	2 часа	Практика	Спорт. городок	
31.	09 - 13.04		Преодоление единой полосы препятствий (отдельные элементы)	2 часа	Практика	Полоса препятствий	
Шестой период							
32.	16 - 20.04		Преодоление единой полосы препятствий (отдельные элементы)	2 часа	Практика	Полоса препятствий	Зачет на результат
33.	23 - 27.04		Бег на 100м	2 часа	Практика	Стадион	Зачет на время
34.	30.04 - 04.05		Кросс 1000м	2 часа	Практика	Стадион	Зачет на время
35.	07 - 11.05		Противогаз, правила надевания противогаза.	2 часа	Практика	Спорт. городок	
36.	14 - 18.05		Отработка навыков надевания противогаза.	2 часа	Практика	Спорт. городок	Зачет
37.	21 - 25.05		Норматив № 3. Надевание ОЗК в виде плаща.	2 часа	Практика	Спорт. городок	Зачет
38.	28 - 31.05		Отработка действий при угрозе применения ОМП.	2 часа	Практика	Спорт. городок	Зачет

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН (XI класс)

№	Дата	Время	Тема занятия	Кол-во часов	Форма	Место	Форма контроля
	проведения занятия				проведения занятия		
Первый период							
1.	04 - 08.09		Вводное занятие. Правила поведения кадет на огневом рубеже.	1 час	Теория	Учебный класс	
2.	11 - 15.09		Правила прицеливания и производства выстрела.	1 час	Теория	Учебный класс	Зачет
3.	18 - 22.09		Автомат Калашникова (АК-74). Тактико-технические данные.	1 час	Теория	Учебный класс	
4.	25 - 29.09		Устройство и назначение частей АК-74. Порядок неполной разборки и сборки АК-74.	1 час	Практика	Учебный класс	
5.	09 - 13.10		Порядок неполной разборки и сборки АК-74	1 час	Практика	Учебный класс	
Второй период							
6.	16 - 20.10		Порядок неполной разборки и сборки АК-74	1 час	Практика	Учебный класс	
7.	23 - 27.10		Порядок неполной разборки и сборки АК-74	1 час	Практика	Учебный класс	
8.	30.10 - 03.11		Порядок неполной разборки и сборки АК-74	1 час	Практика	Учебный класс	Зачет на время
9.	06 - 10.11		Правила снаряжения магазина к АК-74 патронами	1 час	Практика	Учебный класс	
10.	13 - 17.11		Отработка навыков снаряжения магазина к АК-74 патронами.	1 час	Практика	Учебный класс	
11.	20 - 24.11		Отработка навыков снаряжения магазина к АК-74 патронами.	1 час	Практика	Учебный класс	

Третий период							
12.	27.11 - 01.12		Отработка навыков снаряжения магазина к АК-74 патронами.	1 час	Практика	Учебный класс	Зачет на время
13.	04 - 08.12		Действия по командам: «К бою», «Заряжай», «Оружие к осмотру», «Огонь», «Стой». Формы докладов.	1 час	Практика	Спорт. зал	
14.	11 - 15.12		Отработка команд: «К бою», «Заряжай», «Оружие к осмотру», «Огонь», «Стой». Формы докладов.	1 час	Практика	Спорт. зал	
15.	18 - 22.12		Практические стрельбы из пневматического оружия.	1 час	Практика	Тир	
16.	25 - 29.12		Практические стрельбы из пневматического оружия.	1 час	Практика	Тир	Зачет на результат
17.	01 - 05.01		Отработка строевого шага в составе подразделения	1 час	Практика	Плац	
Четвертый период							
18.	08 - 12.01		Отработка поворотов в движении в составе подразделения.	1 час	Практика	Плац	
19.	15 - 19.01		Выполнение команд «К оружию», «Ремень подтянуть», «На ремень», «Автомат на грудь», «Оружие за спину», «Положить оружие».	1 час	Практика	Плац	
20.	22 - 26.01		Движение с оружием.	1 час	Практика	Плац	
21.	29.01 - 02.02		Правила ношения кадетской формы. Оборудование форменного обмундирования кадета.	1 час	Практика	Плац	
22.	05 - 09.02		Летняя и зимняя форма одежды кадета.	1 час	Практика	Плац	
23.	12 - 16.02		Ритуал выноса Знамени. Действия кадет при выносе Знамени.	1 час	Практика	Плац	
24.	19 - 23.02		Отработка действий знаменных групп.	1 час	Практика	Плац	Зачет

Пятый период							
25.	26.02 - 02.03		Ритуал возложения цветов к памятникам и захоронениям воинов	1 час	Теория	Плац	
26.	05 - 09.03		Почетный караул. Пост № 1.	1 час	Теория	Плац	
27.	12 - 16.03		Преодоление единой полосы препятствий (отдельные элементы)	1 час	Практика	Полоса препятствий	
28.	19 - 23.03		Преодоление единой полосы препятствий (отдельные элементы)	1 час	Практика	Полоса препятствий	
29.	26 - 30.03		Преодоление единой полосы препятствий (отдельные элементы)	1 час	Практика	Полоса препятствий	
30.	02 - 05.04		Преодоление единой полосы препятствий (отдельные элементы)	1 час	Практика	Полоса препятствий	
31.	09 - 13.04		Норматив № 3 (а). Надевание ОЗК в виде плаща	1 час	Практика	Спорт. городок	
Шестой период							
32.	16 - 20.04		Норматив № 3 (а). Надевание ОЗК в виде плаща	1 час	Практика	Спорт. городок	Зачет на результат
33.	23 - 27.04		Норматив 3 (б). Надевание ОЗК в виде комбинезона.	1 час	Практика	Спорт. городок	
34.	30.04 - 04.05		Норматив 3 (б). Надевание ОЗК в виде комбинезона	1 час	Практика	Спорт. городок	
35.	07 - 11.05		Норматив 3 (б). Надевание ОЗК в виде комбинезона	1 час	Практика	Спорт. городок	
36.	14 - 18.05		Норматив 3 (б). Надевание ОЗК в виде комбинезона	1 час	Практика	Спорт. городок	Зачет на время
37.	21 - 25.05		Отработка действий при угрозе применения ОМП (ядерное оружие)	1 час	Практика	Спорт. городок	Зачет
38.	28 - 31.05		Отработка действий при угрозе применения ОМП (химическое оружие)	1 час	Практика	Спорт. городок	Зачет