

**КОМИТЕТ ПО ДЕЛАМ ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА ЧЕЛЯБИНСКА**  
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа  
для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (нарушение интеллекта) № 60  
г. Челябинска (МБОУ «С(К)ОШ № 60 г. Челябинска»)  
454010, г. Челябинск, ул. Дзержинского, 94  
ИНН 7449017299 КПП 744901001  
тел/факс: (351)256-10-31, e-mail:chernova\_irina60@mail.ru, сайт: <http://mbskou60.ru/>

ПРИНЯТО:  
на заседании  
педагогического Совета  
МБОУ «С(К)ОШ № 60»  
Протокол № 1  
от «29» августа 2025г.

УТВЕРЖДАЮ:  
Директор  
МБОУ «С(К)ОШ № 60»  
И.М. Чернова  
Приказ № 01-04/384  
от «29 » августа 2025



**Дополнительная адаптированная  
общеобразовательная  
общеразвивающая программа  
СОЦИАЛЬНО-ГУМАНИТАРНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ  
Военно-патриотический клуб «Гром»  
Уровень: ознакомительный**

Учебный год: 2025-2026  
Срок реализации программы: 1 год  
Состав группы: 12-17 лет

Автор - составитель  
Лоскутов Тимур Николаевич,  
Педагог дополнительного образования

г.Челябинск, 2025

## **Содержание:**

1.	Пояснительная записка	3
2.	Общая характеристика Программы	5
3.	Описание места Программы в учебном плане	8
4.	Личностные результаты освоения Программы	11
5.	Содержание Программы	12
6.	Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение образовательной деятельности	13
7.	Приложение	15
7.1.	Система оценки достижения планируемых результатов освоения ДАОП	15
7.2	Календарно-тематическое планирование	17

## **1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Программа дополнительного образования военно-патриотический клуб «Гром» (далее – Программа) составлена на основе следующих нормативно-правовых документов и инструктивно-методических материалов:

1. Федеральный закон Российской Федерации № 273-ФЗ от 29 декабря 2012г. «Об образовании в Российской Федерации».

2. Приказ МинПросвещения России № 196 от 09.11.2018 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

3. Федеральные проекты, действующие в рамках нацпроекта «Образование»: «Цифровая образовательная среда», «Успех каждого ребенка», «Социальная активность».

4. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы). / Приложение к письму Министерства образования и науки Российской Федерации № 09-3242 от 18 ноября 2015 г.

5. «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года». Утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 года №996-р.

6. «Концепция развития дополнительного образования». Распоряжение Правительства Российской Федерации от 04.09.2014 года №1726-р»

7. СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей». Утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации № 41 от 4 июля 2014 г.

**Актуальность дополнительной образовательной программы** заключается в комплексном подходе к воспитанию и обучению воспитанников, позволяющем сочетать патриотическое, духовно-нравственное, эстетическое воспитание школьников.

**Педагогическая целесообразность** обуславливается тем, что она формирует знания, умения и навыки в области основ военной службы и ОБЖ. Российская Федерация занимает ведущее место среди государств, твёрдо и последовательно отстаивающих свой политический, экономический, культурный и духовно-нравственный суверенитет. Современные вызовы и угрозы диктуют необходимость укрепления обороноспособности нашей Родины и повышения боеспособности её вооружённых защитников. В этих условиях в системе военно-патриотического воспитания на первый план выходят такие задачи, как формирование у подрастающего поколения

возвышенного чувства верности своему Отечеству и готовности к защите Родины. Растёт общественный запрос на качественное совершенствование системы военно-патриотического воспитания, наполнение её конкретным содержанием, обучение молодёжи знаниям, умениям и навыкам, отвечающим актуальным потребностям и уровню развития современной России. Программа позволяет расширить знания обучающихся об обороне государства, составе и структуре Вооружённых Сил Российской Федерации, овладеть начальными элементами тактической и технической подготовки, оказания первой помощи, действий в условиях химического и биологического заражения местности. Реализация программы направлена на развитие познавательных интересов обучающихся, развитие творческой инициативы и самостоятельности.

**Отличительные черты программы:**

Программа учитывает особенности детей с ОВЗ (интеллектуальные нарушения);

Использование адекватных возможностям и потребностям обучающихся современных технологий, методов, приемов и средств, способствующих как общему развитию обучающихся, так и компенсации индивидуальных недостатков развития;

Содержательную основу Программы составляет рациональное сочетание теоретической и практической деятельности.

**Цель:**

создание благоприятных условий для удовлетворения индивидуальных образовательных потребностей и интересов, обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), приобретение знаний, умений и навыков основ военного дела и ОБЖ.

**Задачи:**

- 1) создать условия для приобретения обучающимися новых знаний, умений, навыков и компетенций в области обороны и основ безопасности жизнедеятельности;
- 2) способствовать формированию у обучающихся социальной активности;
- 3) создать условия для формирования у обучающихся потребности в здоровом образе жизни, сохранения и укрепления здоровья и желания быть полезным своей Родине;
- 4) способствовать формированию и развитию навыков общения и взаимодействия в совместной коллективной деятельности;
- 5) содействовать воспитанию у обучающихся патриотизма, глубокого уважения к государственным символам Российской Федерации, историческому и культурному прошлому России, гордости за свою страну, Вооружённые Силы и их боевые традиции.

## **2. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА КУРСА**

Основная задача педагога дополнительного образования состоит в умении правильно сочетать принципы обучения на занятиях в зависимости от возраста учащихся, их индивидуальных способностей усваивать учебный материал и черт характера.

Наиболее распространенными **формами занятия** с детьми при реализации данной программы являются:

- беседа;
- практические занятия;
- просмотр обучающих фильмов.

**Важнейшими дидактическими принципами обучения являются**

- сознательность и активность,
- наглядность,
- доступность,
- индивидуализация,
- систематичность,
- последовательность.

**Данная программа предназначена для детей с ограниченными возможностями здоровья, осваивающими адаптированную основную общеобразовательную программу (вариант 1).**

**Возраст детей участвующих в реализации данной программы:**  
13-17 лет.

**Ведущими методами** обучения, развития и воспитания, обучающихся в рамках данной программы являются:

- **словесные методы**, создающие у учащихся предварительное представление. Для этой цели рекомендуется использовать: объяснение, рассказ, замечания; команды, распоряжения, указания, подсчет и т.д.;
- **наглядные методы** – применяются главным образом в виде показа упражнений, учебных наглядных пособий, видеофильмов. Эти методы помогают создать у учащихся конкретные представления об изучаемых действиях, явлениях и т.д.;
- **практические методы**: метод упражнений, игровой метод, соревновательный. Главным является метод упражнений, который предусматривает многократное повторение движений. Разучивание упражнений осуществляется двумя способами: - в целом; - по частям. Игровой и соревновательный методы применяются после того, как у учащихся образовались некоторые навыки игры.

**Методы организации деятельности**, учащихся на занятии следующие: фронтальный, групповой, поточный методы, метод индивидуальных занятий и круговой тренировки.

### **3. ЛИЧНОСТНЫЕ И ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ**

#### **Личностные результаты освоения программы дополнительного образования**

<b>КРИТЕРИЙ</b>	<b>СОДЕРЖАНИЕ ПОКАЗАТЕЛЯ</b>
<b>1. Осознание себя как гражданина России; формирование чувства гордости за свою Родину.</b>	<p>Понимать и использовать в речи положительные качества, характеризующие гражданскую направленность (патриотизм, трудолюбие, верность, справедливость, честь, смелость, и др. социальные компетенции).</p> <p>Понимать, что связывает ребенка: с его близкими, друзьями, одноклассниками, с Родиной.</p> <p>Бережно относиться к окружающему миру (через трудовое и экологическое воспитание).</p> <p>Знать символики школы, района, города, области, страны.</p> <p>Уважительно относиться к себе, к другим людям.</p> <p>Признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою.</p>
<b>2. Формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов.</b>	<p>Уважать и доброжелательно относиться к другим (толерантность):</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- этническая толерантность;</li><li>- конфессиональная толерантность (уважительное отношение к представителям других религий и вероисповеданий);</li><li>- возрастная толерантность;</li><li>- гендерная толерантность.</li></ul> <p>Вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания.</p> <p>Уметь обратиться с просьбой (например, о помощи) или сформулировать просьбу о своих потребностях, иметь достаточный запас фраз и определений («повторите, пожалуйста, я не услышал; я не совсем понял, что ты имеешь в виду»).</p>
<b>3. Развитие адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении.</b>	<p>Выполнить насущно необходимые действия (бытовые навыки: самостоятельно одеться, и т.д.).</p> <p>Ориентироваться в классе, школе (знать, где классный кабинет, учителя, столовая, расписание уроков и т.д.)</p> <p>Конструктивно общаться в семье, в школе (со взрослыми: родители и педагоги):</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- слушать и слышать («слушать объяснение тренера на занятии»);</li><li>- обращаться за помощью;</li><li>- выражать благодарность;</li><li>- следовать полученной инструкции;</li><li>- договариваться;</li><li>- доводить начатую работу до конца;</li><li>- вступать в обсуждение;</li><li>- задавать вопросы;</li><li>- исправить недостатки в работе.</li></ul>

<p><b>4. Овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире.</b></p>	<p>Конструктивно общаться со сверстниками:            - знакомиться;            - присоединиться к другим детям;            - просить об одолжении;            - выражать симпатию;            - проявлять инициативу;            - делиться;            - извиняться.</p>
	<p>Применять навыки сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.</p>
	<p>Понимать ситуацию и на ее основе принимать адекватное решение.</p>
	<p>Овладевать навыками самообслуживания дома и в школе.</p>
<p><b>5. Овладение социально-бытовыми умениями, используемые в повседневной жизни.</b></p>	<p>Уметь попросить о помощи в случае затруднений.            Ориентироваться в пространстве школы, в расписании занятий.            Уметь начать и поддержать разговор, задать вопрос, выразить свои намерения, просьбу, пожелание, опасение, завершить разговор.            Уметь корректно выразить отказ и недовольство, благодарность, сочувствие.</p>
	<p>Поддерживать коммуникацию, применять адекватные способы поведения в разных ситуациях, обращаться за помощью, оказывать помощь.</p>
<p><b>6. Владение умениями коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия.</b></p>	<p>Использовать разнообразные средства коммуникации (в меру своих возможностей) согласно ситуации.            Правильно применять нормы и правила социального взаимодействия.            соблюдать правила поведения в разных социальных ситуациях:            - с учителем;            - с товарищами по команде;            - с судьями.</p>
<p><b>7. Способность к осмыслиению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей.</b></p>	<p>Отвечать за свои поступки.            Уважать свое мнение и мнение окружающих.            Быть благодарным, проявлять сочувствие, правильно выразить отказ, умение корректно высказать просьбу, намерение, опасение и др.)            Организовывать собственную деятельность:            - в быту            - в общественных местах и т.д.            Посещать занятия, не иметь пропусков без уважительной причины.</p>
<p><b>8. Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие</b></p>	<p>Соблюдать правила поведения на занятиях.            Соблюдать правила поведения на переменах и мероприятиях.            Проявлять активность на занятиях и внеурочное время.</p>

<b>мотивов учебной деятельности.</b>	<p>Выполнять задания тренера в школе и дома. Проявлять интерес к спорту и физической культуре; Применять полученные знания в жизни.</p> <p>Проявлять интерес к общению; помогать и поддерживать товарищей, прислушиваться к их советам; критически относиться к результатам общения, правильно оценивать замечания; ориентироваться в ситуации общения.</p>
<b>9.Развитие умений сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях.</b>	<p>Уметь выразить свое отношение к происходящему: речью, мимикой или жестами, осознавать свое поведение в коллективе, следовать адекватным формам поведения.</p> <p>Видеть и понимать красоту в окружающем мире.</p>
<b>10.Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.</b>	<p>Выражать свои мысли, чувства, впечатления в форме эстетического суждения, оценки. Участвовать в различных видах творческой деятельности, выражать себя в доступных видах творчества. Понимать художественные традиции своего народа.</p> <p>Уважать и любить себя. Проявлять чувства доброжелательности, искренности,уважительности, справедливости, вежливости, терпения по отношению к другим людям.</p>
<b>11.Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.</b>	<p>Применять умения личной гигиены в повседневной жизни.</p>
<b>12.Формирование установки за безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.</b>	<p>Различать вредные привычки от полезных. Заниматься спортом. Применять различные формы ЗОЖ в повседневной жизни.</p> <p>Создавать художественные образы в своем воображении. Участвовать в доступных ему формах творческой деятельности. Положительно относиться к трудовой творческой деятельности. Уметь сотрудничать со сверстниками, старшими детьми и взрослыми.</p> <p>Быть искренним, заботливым по отношению к себе и другим людям.</p> <p>Уметь взаимодействовать в коллективных творческих делах.</p>

## **Предметные результаты освоения программы дополнительного образования**

**В результате освоения практической части курса учащиеся будут знать:**

- о способах и особенностях движения и передвижений человека в строю;
- о правильном выполнении физических упражнений при общей физической подготовке;
- об общих и индивидуальных основах химической защиты;
- правила оказания первой помощи и транспортировки пострадавшего;
- о технических и тактических действиях при преодолении полосы препятствий.

**Учащиеся будут уметь:**

- выполнять физические упражнения для развития физических качеств и навыков;
- выполнять технические приемы построения и перестроения, движения в строю;
- оказывать первую помощь;
- соблюдать элементарные правила химической защиты;
- применять коммуникативные навыки;
- выполнять технические и тактические действия при преодолении полосы препятствий.

**Ожидаемые результаты реализации программы:**

- 1.развитие природных данных обучающихся, для быстрого роста мастерства;
- 2.овладение теоретическими и практическими основами строевой и специальной подготовки;
- 3.участие в военно-спортивной игре «Зарница», в строевом смотре;
- 4.участие знаменной группы на общешкольных мероприятиях.

#### **4. ОПИСАНИЕ МЕСТА ПРОГРАММЫ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ**

Возраст детей участвующих в реализации данной программы: 13-17 лет.

**Срок реализации программы:** 1 год.

Наполняемость групп: до 10 человек. Настоящая программа рассчитана на 30 часов (1 часа в неделю).

**Формами и методами контроля освоения программы являются:**

- выступление учащихся в мероприятиях школьного, городского уровней;
- сдача контрольных нормативов.

#### **Содержание программы:**

№	Разделы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Введение.	1	1	0	Беседа. Ответы на вопросы, участие в мероприятиях.
2	Строевая подготовка.	9	1	8	Беседа. Ответы на вопросы. Строевой смотр.
3	Общая физическая подготовка.	10	1	9	Беседа. Ответы на вопросы. Сдача контрольных нормативов.
4	Специальная подготовка:				
4.1	Первая помощь	3	1	2	Беседа. Ответы на вопросы. Сдача контрольных нормативов.
4.2	Химическая защита	3	1	2	Беседа. Ответы на вопросы. Сдача контрольных нормативов.
4.3	Метание гранаты	2	1	1	Беседа. Ответы на вопросы. Сдача контрольных нормативов.
4.4	Полоса препятствий	2	0	2	Беседа. Ответы на вопросы. Сдача контрольных нормативов.
	Итого:	30	6	24	

## **5. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ ДАОП**

Программа включает в себя следующие разделы обучения (для всех групп):

### ***1. Введение (1 час)***

*Теория:* Вводное занятие, введение в программу. Правила техники безопасности на занятиях.

### ***2. Строевая подготовка (9 часов)***

*Теория:* Правила техники безопасности на занятиях, виды строев, перестроений, передвижений в строю. Движение в строю с песней.

*Практика:*

- строевой шаг;
- движение строевым шагом по одному;
- движение строевым шагом в колонне;
- движение строевым шагом со знаменем;
- движение строевым шагом в колонне с песней;
- строевой смотр.

### ***3. Общая физическая подготовка (10 часов)***

*Теория:* Правила техники безопасности на занятиях, Техника выполнения упражнений и сдачи нормативов.

*Практика:* Гимнастические, легкоатлетические упражнения для развития быстроты, силовых и скоростно-силовых качеств, специальной выносливости, специфической координации. Сдача контрольных нормативов.

### ***4. Специальная подготовка (10 часов)***

#### ***4.1 Первая помощь***

*Теория:* Правила техники безопасности на занятиях, правила оказания первой помощи при различных травмах. Содержание аптечек. Виды аптечек. Классификация травм. Основные виды травм: переломы, вывихи и растяжения связок.

*Практика:* Первая медицинская помощь при травмах. Первая доврачебная помощь при механических травмах. Первая доврачебная помощь при комбинированных травмах.

#### ***4.2 Химическая защита***

*Теория:* Правила техники безопасности на занятиях, противогаз, общевойсковой защитный костюм.

*Практика:* Извлечение противогаза из сумки. Способы надевания противогаза и общевойскового защитного костюма. Сдача контрольных нормативов.

#### ***4.3 Метание гранаты***

*Теория:* Правила техники безопасности на занятиях. Разновидности гранат. Техники метания.

*Практика:* Метание различных видов гранат в цель и на дальность. Сдача контрольных нормативов.

#### ***4.4 Полоса препятствий***

*Практика:* Прохождение полосы препятствий. Сдача контрольных нормативов. Участие в военно-спортивной игре «Зарница».

## **6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

1. Валеев Р.А., Зайцев А.А., Зайцева В.Ф. «Военно-патриотическая работа с подростками в молодежных организациях России// Проблемы воспитания патриотизма». – Вологда: ВИРО, 2004 г.
2. Гаврилов Ф.К., Кожин Г.А. «Военно-спортивные игры. – Москва: «Досааф», 1996 г.
3. Латчук В.Н., Марков В.В., Миронов С.К. Основы безопасности жизнедеятельности. Москва: «Дрофа», 2003.
4. Лукашов П.Д. Военно-спортивные игры на местности. Пособие для учителей. – Москва: «Просвещение», 1998 г.
5. Начальная военная подготовка: Учебник для учащихся 9 - 10 кл. /А. И. Аверин, И. Ф. Выдрин, Н. К. Ендвицкий и др.; Под ред. Ю. А. Науменко. Москва: Просвещение, 1995.
6. Под редакцией Воробьева Ю.Л. Основы безопасности жизнедеятельности. 10 класс. Раздел «Основы военной службы». Москва: «Астrelль. ACT», 2003.
7. Смирнов А.Т., Васнев В.А. Основы военной службы, Москва: «Дрофа», 2007.
8. Смирнов А.Т. Методические материалы и документы по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности»: Кн. для учителя / Сост. А. Т. Смирнов, Б. И. Мишин. – Москва: «Просвещение», 2007.

### **Программно-методические условия.**

Дидактические материалы: изображения (картинки, фото, пиктограммы) спортивного инвентаря; карточки с демонстрационным материалом в соответствии с темами занятий.

**ПРИЛОЖЕНИЯ**  
**Приложение 1**

**СИСТЕМА ОЦЕНКИ ДОСТИЖЕНИЯ ПЛАНИРУЕМЫХ  
РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДАОП**

Критерии оценивания	Строевая			Общая физическая			специальная			
	баллы	Строевой шаг	Строевой шаг в колонне	Строевой шаг со знаменем	Отжимания	Бег 60 м.	Челночный бег	Команда «Газы»	Метание гранаты в цель (отклонение от цели м.)	Полоса препятствий
5	если прием выполнен в строгом соответствии с требованиями Строевого устава четко и уверено	если прием выполнен в строгом соответствии с требованиями Строевого устава четко и уверено	если прием выполнен в строгом соответствии с требованиями Строевого устава четко и уверено	если прием выполнен в строгом соответствии с требованиями Строевого устава четко и уверено	25\13 раз	10 сек\17 сек	8.5 сек\9 сек	3 сек	1	3 мин
4	если прием выполнен в строгом соответствии с требованиями Строевого устава, но недостаточно четко и уверено	если прием выполнен в строгом соответствии с требованиями Строевого устава, но недостаточно четко и уверено	если прием выполнен в строгом соответствии с требованиями Строевого устава, но недостаточно четко и уверено	если прием выполнен в строгом соответствии с требованиями Строевого устава, но недостаточно четко и уверено	20\12 раз	11 сек\18.сек	8.8 сек\9.5 сек	5 сек	2	3,5 мин
3	если прием в основном выполнен в строгом соответствии с требованиями Строевого устава, но при этом была допущена хотя бы одна ошибка	если прием в основном выполнен в строгом соответствии с требованиями Строевого устава, но при этом была допущена хотя бы одна ошибка	если прием в основном выполнен в строгом соответствии с требованиями Строевого устава, но при этом была допущена хотя бы одна ошибка	если прием в основном выполнен в строгом соответствии с требованиями Строевого устава, но при этом была допущена хотя бы одна ошибка	18\10 раз	11,5 сек\18.5 сек	9.2 сек\9.8 сек	8 сек	3	4 мин
2	если прием не выполнен или при его выполнении были допущены две или более ошибки.	если прием не выполнен или при его выполнении были допущены две или более ошибки.	если прием не выполнен или при его выполнении были допущены две или более ошибки.	если прием не выполнен или при его выполнении были допущены две или более ошибки.	15\8 раз	12 сек\19 сек	9.5 сек\10 сек	10 сек	4	5 мин

## Карта развития учащихся

### 1 группа

Критерии оценивания	Строевая						Общая физическая						специальная					
	Строевой шаг		Строевой шаг в колонне		Строевой шаг со знаменем		Строевой шаг		Строевой шаг в колонне		Строевой шаг со знаменем		Строевой шаг		Передача мяча		Удары по воротам	
	н/г	к/г	н/г	к/г	н/г	к/г	н/г	к/г	н/г	к/г	н/г	к/г	н/г	к/г	н/г	к/г	н/г	к/г
1.																		
2.																		
3.																		
4.																		
<b>ИТОГО</b>																		

## Карта развития учащихся

### 2 группа

Критерии оценивания	Строевая						Общая физическая						специальная					
	Строевой шаг		Строевой шаг в колонне		Строевой шаг со знаменем		Строевой шаг		Строевой шаг в колонне		Строевой шаг со знаменем		Строевой шаг		Строевой шаг в колонне		Строевой шаг со знаменем	
	н/г	к/г	н/г	к/г	н/г	к/г	н/г	к/г	н/г	к/г	н/г	к/г	н/г	к/г	н/г	к/г	н/г	к/г
<b>ИТОГО</b>																		

## Приложение 2

### Календарно-тематическое планирование 1 группы.

№ п/п	Тема занятия	Дата	Кол-во часов	
			Теория	Практика
1	Знакомство с деятельностью ВПК. Техника безопасности на занятиях.		1	
Строевая подготовка				
2	Правила поведения на занятиях, строй и его элементы.		1	
3	Строевая стойка.			1
4	Повороты направо - налево на месте.			1
5	Повороты направо - налево в движении.			1
6	Воинское приветствие на месте и в движении.			1
7	Одиночная строевая подготовка.			1
8	Строевая подготовка в составе отделения.			1
9	Строевые приёмы со знаменем.			1
10	Строевой смотр.			1
Общая физическая подготовка				
11	Техника безопасности при занятиях физическими упражнениями.		1	
12	Определение уровня физических качеств.			1
13	Круговая тренировка общефизической направленности.			1
14	Круговая тренировка на развитие силы.			1
15	Силовые упражнение.			1
16	Круговая тренировка на развитие скоростной выносливости.			1
17	Челночный бег.			1
18	Круговая тренировка повышенной интенсивности.			1
19	Бег с препятствиями.			1
20	Сдача нормативов.			1
Специальная подготовка				
21	Правила техники безопасности на занятиях, правила оказания первой помощь при различных травмах. Содержание аптечек. Виды аптечек.		1	
22	Классификация травм. Первая доврачебная помощь при механических травмах.			1
23	Первая доврачебная помощь при комбинированных травмах.			1

24	Правила техники безопасности на занятиях, противогаз, общевойсковой защитный костюм.		1	
25	Извлечение противогаза из сумки. Способы надевания противогаза и общевойскового защитного костюма.			1
26	Сдача контрольных нормативов. Команда «Газы».			1
27	Правила техники безопасности на занятиях. Разновидности гранат. Техники метания.		1	
28	Метание различных видов гранат в цель и на дальность. Сдача контрольных нормативов.			1
29	Наведение и прохождение полосы препятствий.			1
30	Сдача контрольных нормативов. Участие в военно-спортивной игре «Зарница».			1

### **Календарно-тематическое планирование 2 группа.**

№ п/п	Тема занятия	Дата	Кол-во часов	
			Теория	Практика
1	Знакомство с деятельностью ВПК. Техника безопасности на занятиях.		1	
<b>Строевая подготовка</b>				
2	Правила поведения на занятиях, строй и его элементы.		1	
3	Строевая стойка.			1
4	Повороты направо - налево на месте.			1
5	Повороты направо - налево в движении.			1
6	Воинское приветствие на месте и в движении.			1
7	Одиночная строевая подготовка.			1
8	Строевая подготовка в составе отделения.			1
9	Строевые приёмы со знаменем.			1
10	Строевой смотр.			1
<b>Общая физическая подготовка</b>				
11	Техника безопасности при занятиях физическими упражнениями.		1	
12	Определение уровня физических качеств.			1
13	Круговая тренировка общефизической направленности.			1
14	Круговая тренировка на развитие силы.			1
15	Силовые упражнение.			1
16	Круговая тренировка на развитие скоростной выносливости.			1

17	Челночный бег.			1
18	Круговая тренировка повышенной интенсивности.			1
19	Бег с препятствиями.			1
20	Сдача нормативов.			1
Специальная подготовка				
21	Правила техники безопасности на занятиях, правила оказания первой помощи при различных травмах. Содержание аптечек. Виды аптечек.		1	
22	Классификация травм. Первая доврачебная помощь при механических травмах.			1
23	Первая доврачебная помощь при комбинированных травмах.			1
24	Правила техники безопасности на занятиях, противогаз, общевойсковой защитный костюм.		1	
25	Извлечение противогаза из сумки. Способы надевания противогаза и общевойскового защитного костюма.			1
26	Сдача контрольных нормативов. Команда «Газы».			1
27	Правила техники безопасности на занятиях. Разновидности гранат. Техники метания.		1	
28	Метание различных видов гранат в цель и на дальность. Сдача контрольных нормативов.			1
29	Наведение и прохождение полосы препятствий.			1
30	Сдача контрольных нормативов. Участие в военно-спортивной игре «Зарница».			1