


Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя
общеобразовательная школа № 56

Принята на заседании
педагогического совета МБОУ
СОШ № 56
От 07.08.2023
Протокол № 1

Утверждена
Приказом от 07.08.2023г.
№ 180-ДОП
Директор МБОУ СОШ № 56
Лаврова Е.А.
«07» августа 2023г.



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ

ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

«Курс юного росгвардейца»

Возраст обучающихся 10 — 17 лет

Срок реализации — 5 лет

Автор-составитель:

Воротников Виталий Олегович

Педагог дополнительного образования

Нижний Тагил

2023

Программа «Курс юного росгвардейца» разработана на основании следующих документов:

Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 2273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»»,

– Концепция развития дополнительного образования детей (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726-

р); Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. № 196 утверждения Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»>> (далее – Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам);

– Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 26.06.2019 г. № 70-Д «Об утверждении методических рекомендаций «Правила персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Свердловской области»

– Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 г. № 241 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»>> (далее – СанПиН)»,

– Письмо Минобрнауки России № 09-3242 от 18.11.2015 «Направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»>>;

– Согласно ФЗ № 273 (ст. 12. п.5) образовательные программы самостоятельно разрабатываются и утверждаются организацией, осуществляющей образовательную деятельность, а именно Уставом муниципального автономного общеобразовательного учреждения средняя общеобразовательная школа № 56 г. Нижний Тагил.

- Учреждение вправе применять электронное обучение, дистанционные образовательные технологии при реализации дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ.

Программа вариативна, то есть при необходимости допустима корректировка содержания и формы занятия, а также времени прохождения материала. Программа определяет цели, задачи, основные направления, конкретные мероприятия патриотического воспитания учащихся и ориентирована на повышение статуса патриотического воспитания.

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

Современное общественное развитие России остро поставило задачу духовного возрождения нации. Патриотическое воспитание подрастающего поколения является приоритетным направлением деятельности организаций социальной сферы. В настоящее время в системе дополнительного образования сложились определенные направления и формы социальной адаптации учащихся, среди которых — подготовка подрастающего поколения к выполнению обязанностей защитника Отечества.

Отличие данной программы от существующих заключается в том, что она направлена на реализацию широкого спектра направлений деятельности (Готов к труду и обороне (ГТО), Строевая подготовка (СП), Школа безопасности (ШБП), Начальная военная подготовка (НВП)), объединенных общей целью и задачами.

В юного росгвардейца>> идёт подготовка обучающихся к поступлению в образовательные организации Управления Росгвардии Российской Федерации, а также в образовательные организации других ведомств, в том числе служению в рядах Российской армии. Обучающиеся носят форму с символикой Росгвардии.

Новизна дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы заключается в том, что она предполагает непосредственное сотрудничество с подразделениями Росгвардии, а также представителями ветеранских организаций.

В целом программа направлена на патриотическое воспитание подрастающей молодежи, на сохранение, развитие и приумножение славных традиций российского воинства.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа юного росгвардейца>> рассчитана на 5 лет обучения и состоит из 5 модулей:

1 модуль первый год обучения 170 часов 2

модуль — второй год обучения — 170 часов

3 модуль — третий год обучения — 170 часов

4 модуль — четвертый год обучения — 170 часов

5 модуль — пятый год обучения — 170 часов

Занятия проходят 5 раз в неделю по 1 академическому часу.

Наполняемость группы — 20-25 человек

Дополнительная общеобразовательная программа рассчитана на учащихся

1017 лет. Направленность программы — физкультурно-спортивная.

Реализация дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

«Курс юного росгвардейца» осуществляется в соответствии с учебным
планом.

Учебный план

п/п	Кол-во Часов Раздел	1 модуль		2 модуль		3 модуль		4 модуль		5 модуль	
		нед	год	нед	год	нед	год	нед	год	нед	год
1	Готов к труду и обороне (ГТО)										
2	Строевая подготовка	2									
3	Школа безопасности (ШБП)	1	34	1	34	1	34				
4	Начальная военная подготовка (НВП)	1									
	Итого	5	170	5	170	5	170	5	170	5	170
Всего по программе часов		850									

Календарно-тематическое планирование

Модуль 1

N2 п/п	Тема	Кол-во часов
1	Готов кт д и обо не	

1.1.	Беседа «История создания ГТО? Ступени современного ГТО»». Инструктаж по технике безопасности.	1
1.2.	Развитие двигательных качеств (бег, метание). Бег 60 метров. Бег с ускорением.	1
1.3.	Легкая атлетика развитие двигательных качеств (бег, метание), Бег 1,5км. Высокий старт.5-1 Ом.	1

1.4.	Легкая атлетика развитие двигательных качеств (бег, метание.). Подтягивание из виса на высокой перекладине (мальчики), Подтягивание из виса лёжа на низкой перекладине (девочки).	1
1.5.	Легкая атлетика развитие двигательных качеств (бег, метание) Подтягивание из виса на высокой перекладине (мальчики), Подтягивание из виса лёжа на низкой перекладине (девочки).	1
1.6.	Легкая атлетика развитие двигательных качеств (бег, метание) Метание мяча 150г. на дальность.	1
1.7.	Спортивный праздник «Мой друг»	1
1.8.	Спортивные игры на развитие быстроты и гибкости.	1
1.9.	Спортивные игры на развитие быстроты и гибкости.	1
1.10.	Гимнастика (акробатические упражнения). Перекаты и кувырки вперед:	1
1.11.	Гимнастика (акробатические упражнения) Кувырок вперед в стойку на лопатках.	1
1.12.	Гимнастика (акробатические упражнения) Кувырки назад в группировке.	1
1.13.	Гимнастика развитие силовых способностей и силовой выносливости). Прыжки через скакалку. Упражнения на гимнастической стенке.	1
1.14.	Гимнастика (развитие силовых способностей и гибкости) Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на пол.	1
1.15.	Гимнастика развитие силовых способностей и гибкости.) Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на пол.	1
1.16.	Беседа «Этапы развития комплекса ГТО, зимние виды спорта Олимпийских игр»	1
1.17.	Техника безопасности на лыжах. Передвижение скользящим шагом (без палок).	1
1.18.	Передвижение скользящим шагом (без палок). Игра	1
1.19.	Попеременный двухшажный ход.	1
1.20.	Подъемы и спуски с небольшого склона. Игра «Самокат».	1
1.21.	Одновременный одношажный и бесшажный ход. Дистанция 2 км. Игра «Самокат».	1
1.22.	Одновременный двухшажный ход. Дистанция 2 км.	1
1.23.	Бег на лыжах на отрезках 300—500 м с соревновательной скоростью в режиме повторного способа выполнения.	1

1.24.	Поднимание туловища из положения лежа на спине. Правила выполнения упражнения.	1
1.25.	Поднимание туловища из положения лежа на спине.	1
1.26.	Поднимание туловища из положения лежа на спине. (на время).	1
1.27.	Инструктаж по технике безопасности. Прыжки в длину с разбега. Прыжки через небольшие препятствия.	1
1.28.	Прыжки. Сочетание разбега, отталкивания и прыжками. Группировка и приземление.	1
1.29.	Развитие прыгучести. Прыжки избранным способом с индивидуальным подбором разбега.	1
1.30.	Специальные прыжковые упражнения, прыжки на результат.	1
1.31.	Прыжки в длину с места.	1
1.32.	Спортивные игры на развитие скорости и прыгучести.	1
1.33.	Спортивные игры на развитие быстроты и ловкости.	1

1.34.	Урок-экскурсия «Путешествие по стране»	1
2.	Строевая подготовка	68
2.1.	«Общие положения строевого устава Вооружённых сил РФ»	1
2.2.	Повороты на месте в составе отделения	2
2.3.	Построение в одну (две) шеренги, в колонну по одному (по два, по три)	4
2.4.	Перестроение взвода из одношереножного строя в двухшереножный строй и наоборот.	4
2.5.	Движение походным шагом в составе отделения (взвода).	4
2.6.	Перестроение отделения (взвода) из колонны по два в колонну по одному.	4
2.7.	Прохождение торжественным маршем в составе отделения (взвода).	4
2.8.	Выполнение воинского приветствия вне строя.	2
2.9.	Выполнение воинского приветствия в движении.	4
2.10.	Подход к начальнику.	
2.11.	Зачет «Смотр со строя и песни»	2
3.	Школа безопасности	
3.1.	Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи	2
3.2.	Основные правила оказания первой помощи (далее - ПП). Определение места оказания ПП.	1
3.3.	Перевязочные и иммобилизационные средства. Методы оказания ПП, асептика и антисептика. Средства оказания ПП, перевязочные средства.	1
3.4.	Основные виды травм у детей младшего школьного возраста, первая медицинская помощь	1
3.5.	Основные виды травм у детей младшего школьного возраста. Переломы, вывихи и растяжения связок.	1

3.6.	Когда следует вызывать «скорую помощь» и каков порядок ее вызова.	1
3.7.	Кровотечение, первая медицинская помощь.	1
3.8.	Ушибы, сотрясение мозга, попадание инородных тел в глаз, ухо, нос, первая медицинская помощь.	1
3.9.	Первая медицинская помощь п и ук сах насекомых, собак, кошек.	1
3.10.	Кровотечение из носа, оказание первой медицинской помощи.	1
3.11.	Первая медицинская помощь при наружном кровотечении.	1
3.12.	Правила обработки ран. Перевязка ран.	1
3.13.	Оказание первой медицинской помощи при ожогах и обморожении.	1
3.14.	Оказание первой медицинской помощи при отравлениях.	1
3.15.	Первая медицинская помощь при травмах опорно-двигательного аппарата (при травме кистей рук, бедра, колена).	1
3.16.	Практические занятия по отработке навыков оказания первой медицинской помощи	18
4.	Начальная военная подготовка	34
4.1.	Знакомство с уставами ВС РФ	2
4.2.	Общие положения Устава ВС РФ	2
4.3.	Зачет	1
4.4.	Общее устройство ВС РФ	1
4.5.	Радиационная, химическая и биологическая защита РХБЗ:	1
4.6.	История развития оружия массового поражения (ОМП).	1
4.7.	Респиратор, ПТМ, ватно-марлевая повязка, их назначение, защитные свойства, порядок изготовления их и пользование ими.	1
4.8.	Фильтрующие противогазы, их назначение и устройство. Проверка исправности, набор шлем-маски, сборка и укладка противогаза. Правила ношения и пользования им.	1
4.9.	Средства защиты кожи. ОЗК, Л-1 их назначение, устройство и правила пользования ими.	1
4.10.	Тренировочные занятия. Выполнения личным составом нормативов по одеванию средств индивидуальной защиты органов дыхания и кожи.	4
4.11.	Зачет	1
4.12.	Общие сведения о пневматическом оружии типа ИЖ-38 пневматическая винтовка. Техника безопасности.	1
4.13.	Основы устройства оружия и боеприпасов. Общеразвивающие упражнения без применения боеприпасов.	1
4.14.	Правила выполнения стрельбы. Основные фазы производства выстрела. Упражнения для выполнения мышечно-суставной деятельности.	1
4.15.	Практические упражнения на отработку точности и кучности стрельбы.	4
4.16.	Устройство АК-74. Разборка и сборка.	1
4.17.	Занятия по выполнению подготовительных упражнений при стрельбе.	4

4.18.	Практические упражнения по стрельбе. Т/б при стрельбе. Разборка и сборка АК-74.	4
4.19.	Итоговые соревнования по стрельбе	2

Модуль 2

N2 п/п	Тема	Кол-во часов
1	Готов кт д и обоне	
1.1.	Беседа «Что такое ГТО? Ступени современного ГТО». Инструктаж по технике безопасности.	1
1.2.	Легкая атлетика развитие двигательных качеств (бег, метание). Бег 30 м. Низкий старт от 5-1 Ом.	1
1.3.	Легкая атлетика развитие двигательных качеств (бег, метание) Челночный бег 4х1 Ом.	1
1.4.	Легкая атлетика развитие двигательных качеств (бег, метание.). Смешанное передвижение на 1 км.	1
1.5.	Легкая атлетика развитие двигательных качеств (бег, метание) Метание мяча 150г .на дальность.	1
1.6.	Легкая атлетика развитие двигательных качеств (бег, метание) . Метание теннисного мяча в вертикальные цели азного размера.	1
1.7.	Спортивный праздник «Мой друг ГТО»	1
1.8.	Спортивные игры на развитие быстроты и гибкости.	1
1.9.	Спортивные игры на развитие быстроты и гибкости.	1
1.10.	Гимнастика (акробатические упражнения) . Перекаты и кувырки вперед:	1

1.11.	Гимнастика (акробатические упражнения) Кувырок вперед в стойку на лопатках.	1
1.12.	Гимнастика (акробатические упражнения) Кувырок вперед и назад	1
1.13.	Гимнастика (развитие силовых способностей и силовой выносливости) . Прыжки через скакалку. Упражнения на гимнастической стенке.	1
1.14.	Гимнастика (развитие силовых способностей и гибкости) Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу.	1
1.15.	Гимнастика (развитие силовых способностей и гибкости.) Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу.	1
1.16.	Беседа «Этапы развития комплекса ГТО», зимние виды спорта с применением лыж.	1
1.17.	Техника безопасности на лыжах. Передвижение скользящим шагом(без палок).	1
1.18.	Передвижение скользящим шагом без палок). Игра «Аист».	1
1.19.	Попеременный двужаменный ход.	1
1.20.	Подъемы и спуски с небольшого склона. Игра «Самокат».	1
1.21.	Одновременный одношажный и бесшажный ход. Дистанция 3 км. Игра «Самокат».	1

1.22.	Однов еменный дв шажный ход. Дистанция 3 км.	1
1.23.	Бег на лыжах на отрезках 300—500 м с соревновательной скоростью в ежиге повто ного способа выполнения.	1
1.24.	Поднимание туловища из положения лега на спине. Правила выполнения ажнения.	1
1.25.	Поднимание т ловища из положения лега на спине.	1
1.26.	Поднимание т ловища из положения лега на	1
1.27.	спине. (на в емя).	1
1.28.	Инст ктаж по технике безопасности. П ыжки в длин с места.	1
1.29.	Прыжки в длину с разбега с 8-9 шагов разбега с приземлением в обозначенн зону.	1
1.30.	Прыжки в длину с разбега с 8-9 шагов разбега с приземлением в обозначенн зону.	1
1.31.	Сгибание и разгибание ук в упоре лёга на полу.	1
1.32.	Спо тивные иг ы на развитие ско ости и п ыгучести.	1
1.33.	Спортивные иг ы на азвитие быстроты и ловкости.	1
1.34.	Урок-соревнование <<Путешествие по стране	1
2.	Ст оевая подготовка	
2.1.	Строевые приемы в движения без оружия.	1
2.2.	Повороты в движении.	2
2.3.	Повороты в движении в составе отделения (взвода).	4
2.4.	Движение строевым шагом, в полшага в составе отделения (взвода)	4
2.5.	Развернутый и походный строй.	4
2.6.	Перестроение отделения (взвода) из колоны по два а колону по одному.	4
2.7.	Перестроение взвода из одношереножного строя в двухшереножный строй и наоборот.	4
2.8.	Выполнение воинского приветствия в строю на месте при подходе начальника.	2
2.9.	Выполнение воинского приветствия в движении.	4

2.10.	Выполнение воинского приветствия в движении в составе отделения (взвода).	
2.11.	Зачет <<Смот ст оя и песни»	2
3.	Школа безопасности	34
3.1.	Первоочередные меры при ранениях и травмах. Первая помощь при ранениях. Виды ран. Виды кровотечений и способы их остановки.	2
3.2.	Правила наложения повязок. Перевязочные средства. Наложение бинтовых повязок.	1
3.3.	Оказание первой помощи при механических повреждениях костей. Разновидности переломов. Способы наложения транспортной иммобилизации.	1
3.4.	Разновидности травматического шока. Способы транспортировки пост адавших	1

3.5.	Первая помощь при ушибах и вывихах, ожогах, при отморожении, п и тепловом и солнечном ударе.	1
3.6.	Проведение сердечно-легочной реанимации. Экстренная реанимационная помощь.	1
3.7.	Донорский метод искусственной вентиляции легких. Реанимационные мероприятия.	1
3.8.	Искусственное дыхание. Непрямой массаж сердца. Признаки клинической смерти.	1
3.9.	Первая помощь при автодорожном происшествии. Основные причины гибели пострадавших и типичные ошибки при оказании первой помощи.	1
3.10.	Понятие о черепно-мозговой травме и коматозном состоянии. Экстренная помощь пострадавшему в состоянии комы. Правила транспортировки пострадавшего.	1
3.11.	Помощь при утоплении. Этапы оказания помощи. Признаки истинного (синего) утопления. Причины смерти в первые минуты после спасения. Экстренная помощь при истинном утоплении. Помощь при сохранении рвотного и кашлевого рефлексов.	1
3.12.	Первая помощь пострадавшему без признаков жизни. Оказание помощи после оживления. Медицинская помощь в первые часы после спасения.	1
3.13.	Помощь при отеке легких. Правила транспортировки. Бледное утопление. Особенности оказания первой помощи в случае бледного утопления.	1
3.14.	Помощь при попадании инородного тела в дыхательные пути. Обстоятельства, способствующие попаданию инородного тела в гортань и трахею.	1
3.15.	Стадии асфиксии (удушения). Наиболее частые ошибки при оказании первой помощи.	1
3.16.	Практические занятия по отработке навыков оказания первой медицинской помощи	18
4.	Начальная военная подготовка	68
4.1.	Военная топография. Введение.	2
4.2.	Местность как элемент боевой обстановки. Местность и ее значение в бою. Тактические свойства местности.	4
4.3.	Ориентирование на местности без карты. Сущность и способы ориентирования на местности.	4
4.4.	Определение сторон горизонта различными способами. Выбор ориентира. Компас и приемы работы с ним.	4
4.5.	Движение по азимутам. Магнитный азимут. Определение и виды живления направлений на местности.	4
4.6.	Подготовка данных для движения по азимутам. Порядок движения, обход препятствий и точность движения по азимутам.	4
4.7.	Ориентирование на местности без карты. Сущность и способы ориентирования на местности.	4

4.8.	Определение сторон горизонта различными способами. Выбор ориентиров. Компас и приемы работы с ним.	4
4.9.	Зачет. Полевой выход.	8
4.10.	Практические упражнения по стрельбе. Т/б при стрельбе. Разборка и сборка АК-74.	2
4.11.	Практическое занятие по разборке и сборке АК 74	8
4.12.	Практические упражнения на отработку точности и кучности стрельбы.	12
4.13.	Участие в военно-патриотических мероприятиях	6
4.14.	Участие в соревнованиях	10

Модуль 3

N2 п/п	Тема	Кол-во часов
1	Готов к д и обоне	
1.1.	Беседа <<Что такое ГТО? Ступени современного ГТО>>. Инструктаж по технике безопасности.	1
1.2.	Легкая атлетика развитие двигательных качеств (бег, метание). Бег 3(0) мет ов. Низкий старт от 5-1 Ом.	1
1.3.	Легкая атлетика развитие двигательных качеств (бег, метание) Челночный бег 4x1 Ом.	1
1.4.	Легкая атлетика развитие двигательных качеств (бег, метание.). Смешанное передвижение на 1 км.	1
1.5.	Легкая атлетика развитие двигательных качеств (бег, метание) Метание мяча 150гр.на дальность.	1
1.6.	Легкая атлетика развитие двигательных качеств (бег, метание) . Метание теннисного мяча в вертикальные цели азного азме а.	1
1.7.	Спортивный праздник «Мой друг ГТО»	1
1.8.	Спортивные игры на развитие быстроты и гибкости.	1
1.9.	Спортивные игры на развитие быстроты и гибкости.	1
1.10.	Гимнастика (акробатические упражнения) . Перекаты и кувырки вперед:	1
1.11.	Гимнастика (акробатические упражнения) Кувырок вперед в стойку на лопатках.	1
1.12.	Гимнастика (акробатические упражнения) Кувырок вперед и назад	1
1.13.	Гимнастика (развитие силовых способностей и силовой выносливости) . Прыжки через скакалку. Упражнения на гимнастической стенке.	1
1.14.	Гимнастика (развитие силовых способностей и гибкости) Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на по	1
1.15.	Гимнастика (развитие силовых способностей и гибкости.) Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на по	1

1.16.	Беседа <<Этапы развития комплекса ГТО, зимние виды спорта с применением лыж.	1
1.17.	Техника безопасности на лыжах. Передвижение скользящим шагом без палок).	1
1.18.	Передвижение скользящим шагом без палок. Игра «Аист».	1
1.19.	Попеременный двужажный ход.	1
1.20.	Подъемы и спуски с небольшого склона. Игра «Самокат».	1
1.21.	Одновременный одношажный и бесшажный ход. Дистанция 3 км. Игра «Самокат».	1
1.22.	Одновременный двужажный ход. Дистанция 3 км.	1
1.23.	Бег на лыжах на отрезках 300—500 м с соревновательной скоростью в ежиге повторного способа выполнения.	1
1.24.	Поднимание туловища из положения лежа на спине. Правила выполнения упражнения.	1
1.25.	Поднимание туловища из положения лежа на спине.	1
1.26.	Поднимание туловища из положения лежа на	1
1.27.	спине. (на вставке).	1
1.28.	Инструкция по технике безопасности. Прыжки в длину с места.	1
1.29.	Прыжки в длину с разбега с 8-9 шагов разбега с приземлением в обозначенной зоне	1
1.30.	Прыжки в длину с разбега с 8-9 шагов разбега с приземлением в обозначенной зоне	1
1.31.	Сгибание и разгибание кистей рук лежа на полу.	1
1.32.	Спортивные игры на развитие скорости и прыгучести.	1
1.33.	Спортивные игры на развитие быстроты и ловкости.	1
1.34.	Урок-сочинение «Путешествие по стране ГТО»	1
2.	Строевая подготовка	
2.1.	Строевые приемы и движения без оружия. Введение.	1
2.2.	Выход из строя и возвращение в строй	2
2.3.	Движение отделения (взвода) строевым шагом, повороты в движении.	4
2.4.	Размыкание и смыкание развернутого строя	4
2.5.	Подход к начальнику и отход от него	4
2.6.	Строй, шеренга, фланг, фронт, тыльная сторона строя, интервал	4
2.7.	Дистанция, ширина строя, глубина строя, двухшереножный строй, ряд, колонна.	4
2.8.	Походный строй, направляющий, замыкающий, развернутый строй.	4
2.9.	Обязанности командиров и военнослужащих перед построением и в строю.	
2.10.	Зачет «Смотр строя и песни»	2
2.11.	Участие в военно-патриотических мероприятиях	2
3.	Школа безопасности	34

3.1.	Помощь при поражении электрическим током и молнией. Поражающее действие электрического тока. Что такое дефибриляция сердца.	2
3.2.	Понятие о дефибриляции. Наиболее частые ошибки при оказании помощи.	1
3.3.	Правила обесточивания пострадавших. Первая помощь при поражении электрическим током.	1
3.4.	Поражение током высокого напряжения и правила безопасного подхода к пострадавшему.	1
3.5.	Помощь при поражении током высокого напряжения и молнией.	1
3.6.	Помощь пострадавшим при обширных ожогах. Зависимость смертельных исходов от площади и степени ожога.	1
3.7.	Понятие об ожоговом шоке. Понятие об ожоговой болезни. Схема лечения ожогового шока. Правила оказания помощи на месте происшествия.	1
3.8.	Помощь пострадавшим при извлечении из-под обломков и завалов зданий и техники.	1
3.9.	Понятие о синдроме длительного сдавливания. Причины смерти пострадавших в первые минуты и через несколько суток после освобождения.	1
3.10.	Правила извлечения пострадавшего из-под завала. Оказание помощи на месте происшествия.	1
3.11.	Помощь при аллергическом шоке. Коварство аллергии. Понятие об аллергенах, антителах и аллергической реакции.	1
3.12.	Схема развития аллергического шока. Внешние проявления аллергии. Варианты проявления аллергии. Первая помощь.	1
3.13.	Причины алкоголизма и понятие о медиаторе удовольствия. Механизм развития алкогольной зависимости. Патологическое изменение личности при злоупотреблении алкоголем.	1
3.14.	Внешние признаки алкоголизма. Поражение внутренних органов при алкоголизме. Признаки алкогольного опьянения.	1
3.15.	Предвестники алкогольной комы. Помощь при отравлении алкоголем.	1
3.16.	Практические занятия по отработке навыков оказания первой медицинской помощи	18
4.	Начальная военная подготовка	68
4.1.	Дисциплинарный устав ВС РФ	2
4.2.	Устав внутренней службы ВС РФ	4
4.3.	Устав внутренней службы ВС РФ. Дисциплинарный устав ВС РФ. (ЗАЧЕТ)	4
4.4.	Практические упражнения по стрельбе. Т/б при стрельбе. Разборка и сборка АК-74.	4
4.5.	Практическое занятие по разборке и сборке АК 74	4

4.6.	Практические упражнения на отработку точности и кучности стрельбы.	4
4.7.	Маскировка, внезапность действий в бою. Способы добычи воды в полевых условиях	4
4.8.	Просмотр патриотических фильмов	6
4.9.	Полевой выход	16
4.10.	Участие в военно-патриотических мероприятиях	16
4.11.	Участие в соревнованиях	12

Модуль 4

.М2 п/п	Тема	Кол-во часов
1	Готов кт д и обо оне	34
1.1.	Беседа «Что такое ГТО? Ступени современного ГТО>>». Инструктаж по технике безопасности.	1
1.2.	Легкая атлетика развитие двигательных качеств (бег, метание). Бег 30 мет ов. Низкий ста т от 5-10м.	1
1.3.	Легкая атлетика развитие двигательных качеств (бег, метание) Челночный бег 4x1 Ом.	1
1.4.	Легкая атлетика развитие двигательных качеств (бег, метание.). Смешанное пе едвижение на 1 км.	1
1.5.	Легкая атлетика развитие двигательных качеств бег, метание Метание мяча 150г .на дальность.	1
1.6.	Легкая атлетика развитие двигательных качеств (бег, метание). Метание теннисного мяча в ве тикальные цели азного азме а.	1
1.7.	Спо тивныйп азник <<Мойд г	1
1.8.	Спо тивные иг ы на азвитие быст оты и гибкости.	1
1.9.	Спо тивные иг ы на азвитие быст оты и гибкости.	1
1.10.	Гимнастика (акробатические упражнения). Перекаты и кувырки впе ед:	1
1.11.	Гимнастика (акробатические упражнения) Кувырок вперед в стойк на лопатках.	1
1.12.	Гимнастика (ак обатические уп ажнения) Кувы ок впе ед и назад.	1
1.13.	Гимнастика фазвитие силовых способностей и силовой выносливости) . Прыжки через скаалку, Упражнения на гимнастической стенке.	1
1.14.	Гимнастика (развитие силовых способностей и гибкости) Наклон впе ёд из положения стоя с п ямыми ногами на пол	1
1.15.	Гимнастика (развитие силовых способностей и гибкости.) Наклон впе ёд из положения стоя с п ямыми ногами на полу.	1
1.16	Беседа «Этапы развития комплекса ГТО ,зимние виды спорта с применение лыж.	1
1.17.	Техника безопасности на лыжах. Передвижение скользящим шагом(без палок).	1
1.18.	Передвижение скользящим шагом(без палок). Игра «Аист».	1
1.19.	Попе еменный двухшажный ход.	1

3.4.	Поражение током высокого напряжения и правила безопасного подхода к пострадавшему .	1
3.5.	Помощь при поражении током высокого напряжения и молнией.	1
3.6.	Помощь пострадавшим при обширных ожогах. Зависимость смертельных исходов от площади и степени ожога.	1
3.7.	Понятие об ожоговом шоке. Понятие об ожоговой болезни. Схема лечения ожогового шока. Правила оказания помощи на месте происшествия.	1
3.8.	Помощь пострадавшим при извлечении из-под обломков и завалов зданий и техники.	1
3.9.	Понятие о синдроме длительного сдавливания. Причины смерти пострадавших в первые минуты и через несколько суток после освобождения.	1
3.10.	Правила извлечения пострадавшего из-под завала. Оказание помощи на месте происшествия.	1
3.11.	Помощь при аллергическом шоке. Коварство аллергии. Понятие об аллергенах, антителах и аллергической реакции.	1
3.12.	Схема развития аллергического шока. Внешние проявления аллергии. Варианты проявления аллергии. Первая помощь.	1
3.13.	Причины алкоголизма и понятие о медиаторе удовольствия. Механизм развития алкогольной зависимости. Патологическое изменения личности и зло от употребления алкоголя.	1
3.14.	Внешние признаки алкоголизма. Поражение внутренних органов при алкоголизме. Признаки алкогольного опьянения.	1
3.15.	Предвестники алкогольной комы. Помощь при отравлении алкоголем.	1
3.16.	Практические занятия по отработке навыков оказания первой медицинской помощи	18
4.	Начальная военная подготовка	68
4.1.	Дисциплинарный устав ВС РФ	2
4.2.	Устав внутренней службы ВС РФ	4
4.3.	Устав внутренней службы ВС РФ. Дисциплинарный устав ВС РФ. (ЗАЧЕТ)	4
4.4.	Практические упражнения по стрельбе. Т/б при стрельбе. Разборка и сборка АК-74.	4
4.5.	Практическое занятие по разборке и сборке АК 74	4
4.6.	Практические упражнения на отработку точности и кучности стрельбы.	4
4.7.	Маскировка, внезапность действий в бою. Способы добычи воды в полевых условиях	4
4.8.	Посмотр патристических фильмов	6
4.9.	Полевой выход	16
4.10.	Участие в военно-патристических мероприятиях	16
4.11.	Участие в соревнованиях	12

№ п/п	Тема	Кол-во часов
1	Готов кт д и обо оне	
1.1.	Беседа <<Что такое ГТО? Ступени современного ГТО». Инструктаж по технике безопасности.	1
1.2.	Легкая атлетика развитие двигательных качеств (бег, метание). Бег 30 метров. Низкий старт от 5-1 Ом.	1
1.3.	Легкая атлетика развитие двигательных качеств (бег, метание) Челночный бег 4х 1 Ом.	1
1.4.	Легкая атлетика развитие двигательных качеств (бег, метание.). Смешанное передвижение на 1 км.	1
1.5.	Легкая атлетика развитие двигательных качеств (бег, метание) Метание мяча 150гр.на дальность.	1
1.6.	Легкая атлетика развитие двигательных качеств (бег, метание). Метание теннисного мяча в ве тикальные цели разного азмера.	1
1.7.	Спортивный праздник «Мой друг ГТО>>	1
1.8.	Спо тивные игры на развитие быстроты и гибкости.	1
1.9.	Спортивные игры на развитие быстроты и гибкости.	1

1.10.	Гимнастика (акробатические упражнения). Перекаты и кувырки вперед:	1
1.11.	Гимнастика (акробатические упражнения) Кувырок вперед в стойк на лопатках.	1
1.12.	Гимнастика ак обатические п ажнения К вы ок впе ед и назад.	1
1.13.	Гимнастика (развитие силовых способностей и силовой выносливости) . Прыжки через скакалку. Упражнения на гимнастической стенке.	1
1.14.	Гимнастика (развитие силовых способностей и гибкости) Наклон впе ёд из положения стоя с п ямыми ногами на пол .	1
1.15.	Гимнастика (развитие силовых способностей и гибкости.) Наклон впе ёд из положения стоя с п ямыми ногами на пол .	1
1.16.	Беседа <<Этапы развития комплекса ГТО ,зимние виды спо та с п именение лыж.	1
1.17.	Техника безопасности на лыжах. Передвижение скользящим шагом без палок).	1
1.18.	Пе едвижение скользящим шагом без палок . Иг а«Аист».	1
1.19.	Попе еменный дв шажный ход.	1
1.20.	Подъемы и сп ски с небольшого склона. Иг а «Самокат».	1
1.21.	Одновременный одношажный и бесшажный ход. Дистанция 3 км. Иг а «Самокат».	1
1.22.	Однов еменный дв шажный ход. Дистанция 3 км.	1
1.23.	Бег на лыжах на отрезках 300—500 м с соревновательной ско остью в ежиме повто ного способа выполнения.	1
1.24.	Поднимание туловища из положения лежа на спине. Правила выполнения уп ажнения.	1

1.25.	Поднимание туловища из положения лежа на спине.	1
1.26.	Поднимание тловища из положения лежа на	1
1.27.	спине. нав емя).	1
1.28.	Инструктаж по технике безопасности. Прыжки в длин с места.	1
1.29.	Прыжки в длину с разбега с 8-9 шагов разбега с приземлением в обозначенную зону.	1
1.30.	Прыжки в длину с разбега с 8-9 шагов разбега с приземлением в обозначенную зону.	1
1.31.	Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу.	1
1.32.	Спортивные игры на азвитие скорости и прыгучести.	1
1.33.	Спо тивные иг ы на азвитие быст оты и ловкости.	1
1.34.	Урок-соревнование <<Путешествие по стране	1
2.	Ст оевая подготовка	
2.1.	Строевые приемы и движения с оружием и без оружия. Введение.	1
2.2.	Выход из строя и возвращение в строй	2
2.3.	Движение отделения (взвода) строевым шагом, повороты в движении.	4
2.4.	Размыкание и смыкание развернутого строя	4
2.5.	Подход к начальнику и отход от него	4
2.6.	Строй, шеренга, фланг, фронт, тыльная сторона строя, интервал	4
2.7.	Дистанция, ширена строя, глубина строя, двухшереножный строй, ряд, колонна.	4
2.8.	Походный строй, направляющий, замыкающий, развернутый строй.	4

2.9.	Обязанности командиров и военнослужащих перед построением и в строю.	3
2.10.	Зачет «Смот ст оя и песни»	2
2.11.	Участие в военно-пат иотических ме оп иятиях	2
3.	Школа безопасности	
3.1.	Обобщение изученного мате иала по теме Первая помощь	2
3.2.	Обобщение изученного мате иала по теме Вязание злов	1
3.3.	Обобщение из енного материала по теме Мы - пешеходы	1
3.4.	Обобщение изученного материала по теме Правила дорожного движения	1
3.5.	Обобщение изученного материала по теме Безопасность пассажи а	1
3.6.	Обобщение изученного материала по теме Правила пользования озк	1
3.7.	Обобщение из енного материала по теме П авила надевания ОЗК	1
3.8.	Обобщение из енного мате иала по теме Пожарная эста ета	1
3.9.	Обобщение изученного материала по теме Оказание первой помощи п и пе еломах	1
3.10.	Т ени овочные занятия за ничников	
4.	Начальная военная подготовка	68
4.1.	Обобщение изученного материала по теме Дисциплинарный устав ВС РФ	2
4.2.	Обобщение изученного материала по теме Устав внутренней службы ВС РФ	4
4.3.	Устав внутренней службы ВС РФ. Дисциплинарный устав ВС РФ. (ЗАЧЕТ)	4
4.4.	Практические упражнения по стрельбе. Т/б при стрельбе. Разбо ка и сборка АК-74.	4
4.5.	П актическое занятие по азбо ке и сбо ке АК 74	4
4.6.	Практические упражнения на отработку точности и кучности стрельбы.	4
4.7.	Просмотр патриотических фильмов	6
4.8.	Полевой выход	16
4.9.	Участие в военно-патриотических мероприятиях	20
4.10.	Участие в соревнованиях	12