

Департамент по образованию Волгограда  
Муниципальное учреждение дополнительного образования  
«Детский морской центр им. Н.А. Вилкова  
Ворошиловского района Волгограда»

Рассмотрена на заседании  
педагогического совета  
от 23.06.2023г. протокол № 23

УТВЕРЖДАЮ  
директор МОУ ДМЦ  
\_\_\_\_\_ Д.А. Худяков  
приказ от 31.08.2023 г. № 74



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

физкультурно-спортивной направленности

**«Военно-спортивная подготовка»**

Возраст обучающихся – 11-18 лет  
Срок реализации программы – 4 года

Автор-составитель  
программы:  
Фролов Валерий Александрович,  
педагог дополнительного образования

Волгоград - 2023 год

Внутренняя экспертиза проведена.  
Программа рекомендована к рассмотрению на педагогическом совете учреждения.

Методист



/Т.С. Гадюченко/

22.06.2023



## Содержание

### Раздел 1 «Комплекс основных характеристик образования»

№ п/п	Наименование раздела	№ страниц
1	Пояснительная записка	4
2	Направленность дополнительной общеобразовательной программы	5
3	Актуальность	5
4	Педагогическая целесообразность	5
5	Отличительные особенности данной дополнительной общеобразовательной программы от уже существующих программ	6
6	Адресат программы	6
7	Уровень программы, объем и сроки реализации дополнительной общеобразовательной программы	7
8	Формы обучения	7
9	Режим занятий	7
10	Особенности организации образовательного процесса	8
11	Цель программы	8
12	Задачи программы	8
13	Тематический план 1-го года обучения	9
14	Содержание программы 1-го года обучения	11
15	Планируемые результаты 1-го года обучения	17
16	Тематический план 2-го года обучения	17
17	Содержание программы 2-го года обучения	19
18	Планируемые результаты 2-го года обучения	25
19	Тематический план 3-го года обучения	26
20	Содержание программы 3-го года обучения	28
21	Планируемые результаты 3-го года обучения	33
22	Тематический план 4-го года обучения	34
23	Содержание программы 4-го года обучения	37
24	Планируемые результаты 4-го года обучения	42
25	Календарные периоды учебного года	43
26	Условия реализации программы	43

### Раздел 2 «Комплекс организационно-педагогических условий, включающий формы аттестации»

№ п/п	Наименование раздела	№ страниц
1	Формы аттестации	44
2	Оценочные материалы	45
3	Методические материалы	45
4	Список литературы	47

## **Раздел 1 «Комплекс основных характеристик образования»**

### **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА к программе дополнительного образования детей 11-18 лет «ВОЕННО-СПОРТИВНАЯ ПОДГОТОВКА» 1-го, 2-го, 3-го и 4-го года обучения**

Программа «Военно-спортивная подготовка» имеет физкультурно-спортивную направленность. Уровень освоения – общекультурный. Проблема патриотического воспитания и гражданского становления подрастающего поколения сегодня одна из актуальных задач государства и общества.

В Национальной доктрине образования в Российской Федерации определена не только государственная политика в области образования, но и дан социальный заказ государства на воспитание человека с активной жизненной позицией, трудолюбивого и высоконравственного, патриота своей Родины, уважающего права и свободы личности, традиции и культуру других народов, проявляющего национальную и религиозную терпимость.

Изменения военно-политической обстановки в мире требуют укрепления экономической мощи Отечества, повышения его обороноспособности, отлаженной работы всей системы патриотического воспитания подрастающего поколения, подготовки его к защите Родины.

Обществу нужны здоровые, мужественные, смелые, инициативные, дисциплинированные, грамотные люди, которые были бы готовы работать и учиться на его благо. Поэтому особое место в воспитании подрастающего поколения отводится воспитанию патриотизма, чувства любви к Родине.

Патриотизм - категория нравственная. А к нравственным поступкам человека побуждают его сознание и убеждение, которые являются мощными мотивами активности. И конечно, истинный патриотизм подразумевает духовность, гуманизм, милосердие. И провозглашает общечеловеческие ценности: разум, мир, добро, справедливость, любовь и т.д.

В настоящее время в нашей стране возрождается система патриотического воспитания детей и подростков, в котором наряду с традиционными задачами подготовки подрастающего поколения к военной службе, появилась необходимость ориентировать ребят на выбор профессии.

Военно-спортивная подготовка МОУ ДМЦ проводится с целью подготовить для Вооруженных Сил РФ беззаветно преданных своему народу воинов, обладающих необходимыми знаниями, а также дать учащимся знания и умения, необходимые для дальнейшего успешного обучения в высших военно-учебных заведениях, привить им волевые, командирские качества.

Военно-спортивная подготовка ДМЦ должна быть тесно связана с воинским воспитанием. При этом особое внимание должно быть уделено выработке у учащихся высокого осознания общественного и воинского долга, дисциплинированности, любви к военной службе, чувства гордости, стремления добросовестно выполнять служебные обязанности.

## **Направленность дополнительной образовательной программы**

Направленность программы «Военно-спортивная подготовка»:

- **по содержанию** является физкультурно-спортивной;
- **по функциональному назначению** – базовый;
- **по форме организации** – групповой;
- **по времени реализации** – длительной подготовки.

Программа разработана с учетом требований государственной программы «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации» утверждённая постановлением правительства Российской Федерации на основании федерального закона «О воинской обязанности и военной службе», федерального закона «О Днях воинской славы (победных днях) России», Общевоинских уставов Вооруженных Сил Российской Федерации.

Программа «Военно-спортивная подготовка», прежде всего, перестраивает сознание подростка, формируя у него необходимые установки на предстоящую службу.

Данная программа позволит юношам: усвоить основы военной службы; получить физическую закалку и психологическую устойчивость; получить знания по основам военной службы.

## **Актуальность дополнительной образовательной программы**

Актуальность программы обусловлена тем, что в настоящее время в современном мире ясно прослеживается изменение ценностных ориентаций, отношение к службе в Вооруженных Силах. Особенно эта ситуация усилилась после вооруженных конфликтов на Северном Кавказе. Психологически подростки не подготовлены к экстремальным ситуациям, у них изменилась шкала ценностей, а ведь известно, что человек без жизненных идеалов бесполезен для общества. Предпосылки в решении этих задач - чтобы улучшить подготовку подростков к военной службе, прежде всего надо перестроить сознание призывника, вызвать интерес, стремление и положительное отношение к ней. Без патриотического воспитания молодежи у страны нет благополучного будущего.

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

## **Педагогическая целесообразность дополнительной образовательной программы**

**Педагогическая целесообразность** программы заключается в том, что патриотическое воспитание представляет собой организованный и непрерывный процесс педагогического воздействия на сознание, чувства, волю, психику и физическое развитие подростков, с целью формирования у них высоконравственных принципов, выработки определенных норм поведения, должной физической и военно-профессиональной готовности к защите Отечества.

Она позволяет усилить ориентацию подростка на развитие его интересов и способностей в выбранной деятельности, приобретение знаний и практических навыков, необходимых при прохождении военной службы, вместе с тем формируется опыт вхождения в коллектив, становление межличностных отношений в общественной деятельности коллектива.

Программа ориентирована на обучение, воспитание и развитие каждого юноши с учетом индивидуальных (возрастных, психологических, интеллектуальных и других) особенностей, личностных склонностей, путем создания максимально благоприятных условий для умственного, нравственного и физического развития личности.

Программа «Военно-спортивная подготовка» дополняет общеобразовательные программы – «Военно-морская подготовка» и «Судовождение», способствует развитию силы и выносливости обучающихся, готовит их к физическим нагрузкам в период проведения шлюпочных походов и поэтому является целесообразной.

### **Отличительная особенность дополнительной образовательной программы от уже существующих программ**

Отличительная особенность данной программы - в первую очередь, ее комплексность, так как в программе совмещается общевойсковая и физическая подготовка.

Обучение по данной программе не просто воспитывает патриотизм, но и развивает у учащихся стремление к приобретению знаний, умений, навыков и выносливости, применяемых в экстремальных ситуациях, как в мирное, так и в военное время. Практические занятия развивают психологическую устойчивость, учат детей адаптироваться в стрессовых и экстремальных ситуациях,

Данная программа отличается от многих других программ тем, что теоретические знания закрепляются практическими занятиями.

Приоритет программы - не подготовка специалиста в какой-либо из отраслей (военная профессия), а ознакомление подростков с широким кругом знаний, умений, культурных традиций, позволяющее осуществить свободный выбор жизненного пути.

Основная цель программы:

- программа нацелена на воспитание, прежде всего, человека с высоко развитым сознанием, способного на основе своих знаний о действительности самостоятельно формировать свое мировоззрение, оценивать значимость событий и самого себя, пересматривать свои потребности исходя из интересов коллектива, регулировать, осмысливать мотивы и последствия своих поступков, выискивать значимое «рациональное зерно» в каждом деле и самостоятельно принимать решение о своем общественно полезном поведении в тех «принудительных» обстоятельствах, в которые иногда ставит жизнь.

### **Адресат программы.**

Данная программа предназначена для подростков 11 – 18 лет. В этом возрасте подросток ощущает свою принадлежность и причастность к определенной социальной группе. Он уже не просто подражает в поведении старшим, а анализирует и оценивает историю, сложившиеся традиции, существующую систему ценностей и мораль того общества, которое его воспитывает. Эта сложная работа вызывает у подростка яркий эмоциональный отклик. В этот период особенно часто проявляются патриотические чувства. Педагогам следует учитывать, что именно в подростковом возрасте возникают глубокие, действенные, устойчивые интересы, развивается самостоятельность, исполнительность и дисциплинированность. Также в подростковом возрасте происходят существенные сдвиги в мыслительной деятельности: увеличивается объем внимания, памяти, происходит развитие наблюдательности.

Набор в группу – свободный

Количество обучающихся в группе:

1-го года обучения - 7 - 25 человек; 2-го года обучения - 7 - 25 человек; 3-го года обучения - 7 - 25 человек; 4-го года обучения - 7 - 25 человек.

### **Уровень программы, объем и сроки реализации дополнительной общеобразовательной программы.**

**Уровень программы – базовый.**

#### **Сроки реализации программы.**

Образовательная дополнительная программа обучения рассчитана на 4 года обучения с нагрузкой:

- для 1-го года обучения -72 часа в год;
- для 2-го года обучения -72 часа в год;
- для 3-го года обучения -72 часа в год;
- для 4-го года обучения -72 часа в год.

Дополнительная общеобразовательная программа по ВСП состоит из 8 разделов:

- строевая подготовка
- огневая подготовка
- защита от оружия массового поражения (ОМП);
- медицинская подготовка;
- топография;
- спортивная подготовка;
- общевоинские уставы;
- подготовка к шлюпочной практике.

#### **Форма обучения.**

Форма обучения – очная.

#### **Режим занятий**

Составлен согласно СанПиН 2.4.3648-20 от 18.12.2020 N61573 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

Занятия проводятся 1 раз в неделю по 2 академических часа, с перерывом 10 минут.

#### **Особенности организации образовательного процесса.**

Состав группы - постоянный.

Занятия – групповые.

Виды занятий по программе:

- лекции,
- практические и семинарские занятия,
- тренинги,
- соревнования

Группы учащихся - одного возраста или разновозрастные группы.

Занятия по курсу могут проводиться по группам совместно с юношами и девушками.

В целях предупреждения несчастных случаев на всех занятиях, стрельбах, выполнении работ и проведении спортивных мероприятий должны строго соблюдаться правила и меры безопасности. Накануне всех практических занятий должны быть организованы инструктажи по мерам безопасности.

### **Цель программы.**

Способствовать формированию и развитию у учащихся патриотического сознания, преданности своему Отечеству и стремление к осознанному выбору профессии для служения Родине через освоение знаний, умений и навыков военно-спортивной подготовки.

### **Задачи программы:**

1. Научить выполнять разборку-сборку макета малогабаритного АК-74, определять по внешнему виду марку оружия и знать его тактико-технические данные;
2. Научить выполнять строевые приемы на месте и в движении по одному согласно Строевому уставу Вооруженных Сил Российской Федерации;
3. Познакомить с техникой перевязки при различных видах травм, остановке кровотечения различными способами, накладыванию шины при различных переломах;
4. Научить надевать противогаз и костюм химической защиты;
5. Сформировать у обучающихся уверенность в своих силах, внутреннюю дисциплину и самообладание, умение преодолевать трудности, стремление к достижению высоких, стабильных результатов и ответственности за достигнутые результаты.
6. Воспитать у обучающихся высокую ответственность и дисциплинированность, уважение к оружию, к славным традициям ВС РФ.
7. Воспитать у обучающихся чувство патриотизма и любви к Родине.

### **Задачи по годам обучения**

В целях последовательного накопления обучающимися знаний, умений и навыков программой предусмотрены:

- на 1-м году – вводный этап с общевоинской подготовкой;
- на 2-м году – одиночная подготовка;
- на 3-м году – углубление знаний и совершенствование навыков одиночной подготовки;
- на 4-м году – изучение основ законодательства по подготовке к службе в Вооруженных Силах РФ



**1. ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**  
по предмету «Военно-спортивная подготовка» 1-го года обучения

№ тем	Наименование учебных разделов, тем и № занятий	1 год обучения			Форма контроля
		Количество часов на учебный год			
		всего	в том числе		
теория	практика				
Тема 1.	<b>Стрелковая подготовка</b> Стрелковые приемы и движение без оружия.	2	-	2	Практическая работа
Тема 2.	<b>Стрелковая подготовка</b> Стрелковые приемы и движение без оружия.	2	-	2	Практическая работа
Тема 3.	<b>Огневая подготовка</b> Меры безопасности при обращении с оружием и при проведении стрельб.	2	2	-	Фронтальный опрос
Тема 4.	<b>Огневая подготовка</b> Основы и правила стрельбы из стрелкового оружия.	2	2	-	Фронтальный опрос
Тема 5.	<b>Защита от ОМП</b> Организация защиты учащихся от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.	2	2	-	Фронтальный опрос
Тема 6.	<b>Медицинская подготовка</b> Первая медицинская помощь при кровотечениях.	2	1	1	Фронтальный опрос
Тема 7.	<b>Топография</b> Топографические карты.	2	2	-	Фронтальный опрос
Тема 8.	<b>Спортивная подготовка</b> Гимнастические упражнения.	2	-	2	Практическая работа
Тема 9.	<b>Уставы ВС РФ</b> Устав внутренней службы ВС РФ	2	2	-	Фронтальный опрос
Тема 10.	<b>Стрелковая подготовка</b> Стрелковые приемы и движение без оружия.	2	-	2	Практическая работа
Тема 11.	<b>Огневая подготовка</b> Приемы и правила стрельбы из стрелкового оружия.	2	2	-	Фронтальный опрос
Тема 12.	<b>Защита от ОМП</b> Индивидуальные средства защиты органов дыхания и кожи от РАВ, ОВ и БС.	2	2	-	Фронтальный опрос
Тема 13.	<b>Медицинская подготовка</b> Первая помощь при укусах домашних животных.	2	2	-	Фронтальный опрос
Тема 14.	<b>Стрелковая подготовка</b> Стрелковые приемы и движение без оружия.	2	-	2	Практическая работа
Тема 15.	<b>Стрелковая подготовка</b> Строй отделения.	2	-	2	Практическая работа
Тема	<b>Огневая подготовка</b>	2	-	2	Практическая

16.	Приемы и правила стрельбы из стрелкового оружия.				работа
Тема 17.	<b>Огневая подготовка</b> Практические стрельбы из пневматической винтовки.	2	-	2	Практическая работа
Тема 18.	<b>Защита от ОМП</b> Практические занятия по пользованию индивидуальными средствами защиты.	2	-	2	Практическая работа
Тема 19.	<b>Топография</b> Топографические карты.	2	-	2	Практическая работа
Тема 20.	<b>Спортивная подготовка</b> Гимнастические упражнения.	2	-	2	Практическая работа
Тема 21.	<b>Строевая подготовка</b> Строй отделения.	2	-	2	Практическая работа
Тема 22.	<b>Строевая подготовка</b> Строй отделения.	2	-	2	Практическая работа
Тема 23.	<b>Огневая подготовка</b> Практические стрельбы из пневматической винтовки.	2	-	2	Практическая работа
Тема 24.	<b>Медицинская подготовка</b> Практические занятия.	2	-	2	Практическая работа
Тема 25.	<b>Строевая подготовка</b> Строй отделения.	2	-	2	Практическая работа
Тема 26.	<b>Огневая подготовка</b> Практические стрельбы из пневматической винтовки.	2	-	2	Практическая работа
Тема 27.	<b>Спортивная подготовка</b> Гимнастические упражнения.	2	-	2	Практическая работа
Тема 28.	<b>Огневая подготовка</b> Практические стрельбы из пневматического пистолета.	2	-	2	Практическая работа
Тема 29.	<b>Спортивная подготовка</b> Силовые упражнения.	2	-	2	Практическая работа
Тема 30.	<b>Огневая подготовка</b> Практические стрельбы из пневматического пистолета.	2	-	2	Практическая работа
Тема 31.	<b>Спортивная подготовка</b> Силовые упражнения.	2	-	2	Практическая работа
Тема 32.	<b>Спортивная подготовка</b> Спортивные игры.	2	-	2	Практическая работа
Тема 33.	<b>Подготовка к шлюпочной практике.</b> Приемы и правила стрельбы из пневматической винтовки МР-512 и пневматического пистолета МР-53М	2	-	2	Практическая работа
Тема 34.	<b>Подготовка к шлюпочной практике.</b> Приемы и правила стрельбы из пневматической винтовки МР-512 и пневматического пистолета МР-53М	2	-	2	Практическая работа
Тема 35.	<b>Подготовка к шлюпочной практике</b>	2	-	2	Практическая работа

	Приемы и правила стрельбы из пневматической винтовки МР-512 и пневматического пистолета МР-53М				
Тема 36	Интегрированный зачет	2	-	2	Практическая работа
Всего учебных часов на год		72	17	55	

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

### 1 год обучения

#### Тема 1. Строевые приемы и движение без оружия

**Теория:** основные элементы строя.

**Практика:** выполнение строевых приемов: повороты на месте. Выполнение команд: «На пра-Во», «На ле-Во», «Пол-оборота на ле-Во, на пра-Во, «Кру-Гом» по разделением на два счета и в целом.

**Формы контроля:** практическая работа.

#### Тема 2. Строевые приемы и движение без оружия

**Теория:** основные элементы строя.

**Практика:** Движение строевым и походным шагом. Изучение и отработка строевого и походного шага. Движение рук, ног. Выполнение команд «Смирно» при движении походным шагом, «Бегом марш».

**Формы контроля:** практическая работа.

#### Тема 3. Меры безопасности при обращении с оружием и при проведении стрельб.

**Теория:** Меры безопасности при обращении с оружием и при проведении учебных стрельб.

**Практика:** выполнение требований мер безопасности

**Формы контроля:** устный опрос.

#### Тема 4. Основы и правила стрельбы из стрелкового оружия.

**Теория:** Явление выстрела; периоды выстрела; начальная скорость пули; отдача оружия и угол вылета; образование траектории; элементы траектории; пробивное и убойное действие пули; прямой выстрел и его практическое значение; прикрытое, поражаемое и мертвое пространство;

**Практика:** работа с плакатом.

**Формы контроля:** устный опрос.

#### Тема 5. Организация защиты учащихся от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.

**Теория:** Система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций в учебном учреждении. Обязанности учащихся в области защиты населения от чрезвычайных

ситуаций.

**Практика:** обязанности учащихся в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций.

**Формы контроля:** устный опрос

#### **Тема 6. Первая медицинская помощь при кровотечениях.**

**Теория:** Виды кровотечений. Способы их остановки. Порядок наложения жгута. виды кровотечений, способы их остановки.

**Практика:** работа со средствами остановки кровотечения.

**Формы контроля:** практическая работа.

#### **Тема 7. Топографические карты**

**Теория:** Назначение и краткая характеристика топографических карт. Определение расстояний по карте. Курвиметр.

**Практика:** работа с географическими картами.

**Формы контроля:** практическая работа.

#### **Тема 8. Гимнастические упражнения. Общеразвивающие упражнения.**

**Теория:** упражнения с использованием гимнастических снарядов.

**Практика:** Упражнения с использованием гимнастических снарядов: стенок, скамеек, наклонных досок.

**Формы контроля:** практическая работа.

#### **Тема 9. Устав внутренней службы ВС РФ**

**Теория:** Предназначение устава внутренней службы ВС РФ. Основные положения внутреннего порядка в части. Взаимоотношения между военнослужащими Военная присяга. Положение о знамени. Начальники и подчинённые, старшие и младшие. Порядок отдачи и выполнения приказаний. Воинское приветствие. О воинской вежливости и поведении военнослужащих.

**Практика:** работа с уставом внутренней службы ВС РФ.

**Формы контроля:** устный опрос.

#### **Тема 10. Строевые приемы и движение без оружия**

**Теория:** основные элементы строя.

**Практика:** Повороты в движении. Отработка поворотов в движении поразделением на два счета и в целом.

**Формы контроля:** практическая работа.

#### **Тема 11. Приемы и правила стрельбы из стрелкового оружия.**

**Теория:** общие положения.

**Практика:** Общие положения; способы определения дальности до цели; элементы наводки. Изготовка к стрельбе: принятие положения для стрельбы, зарядание винтовки.

**Формы контроля:** устный опрос, практическая работа

## **Тема 12. Индивидуальные средства защиты органов дыхания и кожи от РАВ, ОВ и БС.**

**Теория:** правила пользования и надевания.

**Практика:** Общевойсковой противогаз. Правила пользования; надевание противогаза на пострадавшего; правила временного пользования неисправным противогазом.

Общевойсковой защитный комплект. Назначение, устройство, правила пользования общевойсковым защитным комплектом. Приемы использования ОЗК.

**Формы контроля:** практическая работа.

## **Тема 13. Первая помощь при укусах домашних животных.**

**Теория:** первая медицинская помощь при укусах ядовитых представителей фауны домашних животных.

**Практика:** работа с плакатами.

**Формы контроля:** устный опрос.

## **Тема 14. Строевые приемы и движение без оружия**

**Теория:** основные элементы строя.

**Практика:** Выполнение воинского приветствия вне строя, на месте без головного убора и в головном уборе.

**Формы контроля:** практическая работа.

## **Тема 15. Строй отделения.**

**Теория:** основные элементы строя.

**Практика:** Отделение в походном строю. Выполнение команд: «Отделение в колонну по два (по три становись». Построение в колонну по одному (по два, по три. Отработка четкости и быстроты построения отделения, в две шеренги, одну шеренгу, в колонну по два, по три. Выполнение команды «отделение разойдись».

**Формы контроля:** практическая работа.

## **Тема 16. Приемы и правила стрельбы из стрелкового оружия.**

**Теория:** Производство стрельбы: прикладка, прицеливание, спуск курка, прекращение стрельбы.

**Практика:** работа с плакатом.

**Формы контроля:** устный опрос, практическая работа

### **Тема 17. Практические стрельбы из пневматической винтовки.**

**Теория:** условие выполнения упражнения.

**Практика:** выполнение упражнений по стрельбе из пневматической винтовки.

**Формы контроля:** практическая работа

### **Тема 18. Практические занятия по пользованию индивидуальными средствами защиты.**

**Теория:** правила пользования и надевания.

**Практика:** Выполнение нормативов по одеванию противогаза. Выполнение нормативов по одеванию общевойскового защитного комплекта.

**Формы контроля:** практическая работа.

### **Тема 19. Топографические карты**

**Теория:** назначение и краткая характеристика топографических карт.

**Практика:** Изображение местных предметов на топографических картах. Виды условных знаков. Условные знаки местных предметов

**Формы контроля:** практическая работа.

### **Тема 20. Гимнастические упражнения. Общие развивающие упражнения.**

**Теория:** упражнения с использованием гимнастических снарядов.

**Практика:** Упражнения в лазании и перелезании. Лазание, ползание и их разновидности (подлезание, перелезание, пролезание). На животе; в упоре на руках без помощи ног; на коленях и ладонях; на ступнях и ладонях; руки в упоре сзади - в различных направлениях. По гимнастической стенке, скамейке, наклонной доске.

**Формы контроля:** практическая работа.

### **Тема 21. Строй отделения.**

**Теория:** основные элементы строя.

**Практика:** Выход из строя и возвращение в строй. Выполнение команд: «Выйти из строя», «Встать в строй».

**Формы контроля:** практическая работа.

### **Тема 22. Строй отделения.**

**Теория:** основные элементы строя.

**Практика:** Подход к начальнику и отход от него. Выполнение команд: «курсант Иванов ко мне», форма доклада о прибытии, «курсант Иванов встать в строй».

**Формы контроля:** практическая работа.

### **Тема 23. Практические стрельбы из пневматической винтовки.**

**Теория:** условие выполнения упражнения.

**Практика:** Выполнение упражнений по стрельбе из пневматической винтовки.

**Формы контроля:** практическая работа

#### **Тема 24. Практические занятия.**

**Теория:** наложение жгута, шин, повязок.

**Практика:** Наложение жгута, шин, повязок. Работа с шиной, бинтами и жгутом.

**Формы контроля:** практическая работа.

#### **Тема 25. Строи отделения.**

**Теория:** основные элементы строя.

**Практика:** Выполнение воинского приветствия в составе отделения. Выполнение воинского приветствия в строю на месте при подходе начальника. Выполнение команд: «Отделение смирно равнение на право (лево). Выполнение воинского приветствия в движении в составе отделения.

**Формы контроля:** практическая работа.

#### **Тема 26. Практические стрельбы из пневматической винтовки.**

**Теория:** условие выполнения упражнения.

**Практика:** Выполнение упражнений по стрельбе из пневматической винтовки.

**Формы контроля:** практическая работа

#### **Тема 27. Гимнастические упражнения. Общеразвивающие упражнения.**

**Теория:** упражнения с использованием гимнастических снарядов.

**Практика:** Упражнения: группировка в различных положениях, перекаты на спину и в стороны в различных исходных положениях. Стойки на лопатках, на голове и руках с помощью партнера. Сочетания серий кувырков, перекатов, подскоков. Мост с помощью партнера.

**Формы контроля:** практическая работа.

#### **Тема 28. Практические стрельбы из пневматического пистолета.**

**Теория:** условие выполнения упражнения.

**Практика:** Выполнение упражнений по стрельбе из пневматического пистолета.

**Формы контроля:** практическая работа

#### **Тема 29. Силовые упражнения**

**Теория:** упражнения с использованием спортивных снарядов.

**Практика:** Отработка упражнений на спортивных снарядах: лазание по канату, лазание по штурм-трапу, лазание по шкентилю с мусингами, упражнения на экспандерах.

**Формы контроля:** практическая работа.

### **Тема 30. Практические стрельбы из пневматического пистолета.**

**Теория:** условие выполнения упражнения.

**Практика:** Выполнение упражнений по стрельбе из пневматического пистолета.

**Формы контроля:** практическая работа

### **Тема 31. Силовые упражнения**

**Теория:** упражнения с использованием спортивных снарядов.

**Практика:** Упражнения на шведской стенке, на спортивной скамейке, на силовом комплексе «Кетлер», на спортивном снаряде «Гребля».

**Формы контроля:** практическая работа.

### **Тема 32. Спортивные игры.**

**Теория:** упражнения с использованием спортивных снарядов.

**Практика:** Игра в теннис, бильярд, дартс.

**Формы контроля:** практическая работа.

### **Тема 33. Подготовка к шлюпочной практике. Приемы и правила стрельбы из пневматической винтовки МР-512 и пневматического пистолета МР-53М**

**Теория:** приемы и правила стрельбы из пневматического оружия.

**Практика:** Приемы и правила стрельбы из пневматической винтовки МР-512. Выполнение способов изготовления для стрельбы.

**Формы контроля:** практическая работа.

### **Тема 34. Подготовка к шлюпочной практике. Приемы и правила стрельбы из пневматической винтовки МР-512 и пневматического пистолета МР-53М**

**Теория:** приемы и правила стрельбы из пневматического оружия.

**Практика:** Приемы и правила стрельбы из пневматического пистолета МР-53М. Выполнение способов изготовления для стрельбы.

**Формы контроля:** практическая работа.

### **Тема 35. Подготовка к шлюпочной практике. Приемы и правила стрельбы из пневматической винтовки МР-512 и пневматического пистолета МР-53М**

**Теория:** приемы и правила стрельбы из пневматического оружия.

**Практика:** Способы изготовления для стрельбы из пневматической винтовки и пневматического пистолета, выполнение способов изготовления для стрельбы.

**Формы контроля:** практическая работа.

### **Тема 36. Интегрированный зачет.**



## ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

**По окончании 1-го года обучения учащиеся должны**

**Знать:**

- предназначение закона «О всеобщей воинской обязанности» и общевойсковых уставов;
- строи и управление ими, обязанности военнослужащего перед построением и в строю;
- тактико-технические характеристики автомата Калашникова (АК). Основные части и механизмы, и порядок неполной разборки и сборки автомата Калашникова;
- технику безопасности на спортивных снарядах – штурмтрапах, канатах, тренажёрах и экспандерах.
- назначение, устройство и правила использования основных средств индивидуальной защиты человека (противогаз, респиратор, ватно-марлевая повязка);
- значение и правила оказания первой медицинской помощи пострадавшим. Понятие об асептике и антисептике. Понятие о повязке и перевязке. Виды повязок и правила их наложения;

**Уметь:**

- выполнять обязанности военнослужащих перед построением и в строю;
- выполнять приемы выхода и возвращения в строй.
- выполнять неполную разборку и сборку после неполной разборки автомата Калашникова;
- лазать по штурмтрапу и канату.
- правильно надевать противогаз, респиратор, ватно-марлевую повязку;
- накладывать различные виды повязок.

### ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН по предмету «Военно-спортивная подготовка» 2-го года обучения

№ тем	Наименование учебных разделов, тем и № занятий	2 год обучения			Форма контроля
		Количество часов на учебный год			
		всего	в том числе		
теория	практика				
Тем а1.	<b>Строевая подготовка</b> Строевые приемы и движение без оружия.	2	-	2	Практическая работа
Тем а2.	<b>Строевая подготовка</b> Строй отделения.	2	-	2	Практическая работа
Тем а3.	<b>Огневая подготовка</b> Меры безопасности при обращении с оружием и при проведении стрельб.	2	2	-	Фронтальный опрос
Тем а4.	<b>Огневая подготовка</b> Материальная часть стрелкового оружия. Автомат АК-74.	2	2	-	Фронтальный опрос
Тем а5.	<b>Защита от ОМП</b> Гражданская оборона как система мер по защите населения.	2	2	-	Фронтальный опрос
Тем	<b>Медицинская подготовка</b>	2	1	1	Фронтальный

<b>а6.</b>	<b>Травматический шок.</b>				опрос
<b>Тем а7.</b>	<b>Топография</b> Топографические карты.	2	2	-	Фронтальный опрос
<b>Тем а8.</b>	<b>Спортивная подготовка</b> Силовые упражнения.	2	-	2	Практическая работа
<b>Тем а9.</b>	<b>Уставы ВС РФ</b> Устав внутренней службы ВС РФ	2	2	-	Фронтальный опрос
<b>Тем а10.</b>	<b>Строевая подготовка</b> Строй отделения.	2	-	2	Практическая работа
<b>Тем а11.</b>	<b>Огневая подготовка</b> Материальная часть стрелкового оружия. Автомат АК-74.	2	2	-	Фронтальный опрос
<b>Тем а12.</b>	<b>Защита от ОМП</b> Современные средства массового поражения	2	2	-	Фронтальный опрос
<b>Тем а13.</b>	<b>Медицинская подготовка</b> Первая помощь при отравлении жидкостями, парами, газами и тепловом ударе.	2	2	-	Фронтальный опрос
<b>Тем а14.</b>	<b>Строевая подготовка</b> Строй отделения.	2	-	2	Практическая работа
<b>Тем а15.</b>	<b>Строевая подготовка</b> Строй отделения.	2	-	2	Практическая работа
<b>Тем а16.</b>	<b>Огневая подготовка</b> Ручные осколочные гранаты.	2	-	2	Практическая работа
<b>Тем а17.</b>	<b>Огневая подготовка</b> Практические занятия.	2	-	2	Практическая работа
<b>Тем а18.</b>	<b>Защита от ОМП</b> Практические занятия по использованию индивидуальными средствами защиты.	2	-	2	Практическая работа
<b>Тем а19.</b>	<b>Топография</b> Топографические карты.	2	-	2	Практическая работа
<b>Тем а20.</b>	<b>Спортивная подготовка</b> Силовые упражнения.	2	-	2	Практическая работа
<b>Тем а21.</b>	<b>Уставы ВС РФ</b> Дисциплинарный устав ВС РФ	2	-	2	Практическая работа
<b>Тем а22.</b>	<b>Строевая подготовка</b> Строй отделения.	2	-	2	Практическая работа
<b>Тем а23.</b>	<b>Огневая подготовка</b> Практические стрельбы из пневматической винтовки.	2	-	2	Практическая работа

Тема 24.	Медицинская подготовка Практические занятия.	2	-	2	Практическая работа
Тема 25.	Спортивная подготовка Силовые упражнения.	2	-	2	Практическая работа
Тема 26.	Строевая подготовка Строй отделения.	2	-	2	Практическая работа
Тема 27.	Огневая подготовка Практические стрельбы из пневматической винтовки.	2	-	2	Практическая работа
Тема 28.	Спортивная подготовка Спортивные игры.	2	-	2	Практическая работа
Тема 29.	Огневая подготовка Практические стрельбы из пневматического пистолета.	2	-	2	Практическая работа
Тема 30.	Огневая подготовка Практические стрельбы из пневматического пистолета.	2	-	2	Практическая работа
Тема 31.	Спортивная подготовка Спортивные игры.	2	-	2	Практическая работа
Тема 32.	Спортивная подготовка Подвижные игры.	2	-	2	Практическая работа
Тема 33.	Подготовка к шлюпочной практике. Автомат АК-74 и пистолет ПМ.	2	-	2	Практическая работа
Тема 34.	Подготовка к шлюпочной практике. Автомат АК-74 и пистолет ПМ.	2	-	2	Практическая работа
Тема 35.	Подготовка к шлюпочной практике. Автомат АК-74 и пистолет ПМ.	2	-	2	Практическая работа
Тема 36.	Интегрированный зачет	2	-	2	Практическая работа
<b>Всего учебных часов на год</b>		<b>72</b>	<b>17</b>	<b>55</b>	

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

### Тема 1. Строевые приемы и движение без оружия

**Теория:** повороты в движении.

**Практика:** Повороты в движении. Отработка поворотов в движении поразделением на два счета и в целом. Выполнение строевых приемов.

**Формы контроля:** практическая работа.

## **Тема 2. Строи отделения.**

**Теория:** строи отделения.

**Практика:** Отделение в развернутом строю Построение отделения в развернутый одно и двухшереножный строй. Развернутый строй отделения. Выполнение команд: «Отделение (взвод) в одну шеренгу становись», «Отделение в две шеренги становись». Размыкание и смыкание отделения вправо (влево, от середины). Перестроение из одной шеренги в две.

Отделение в походном строю Выполнение команд: «Отделение в колонну по два (по три становись». Построение в колонну по одному (по два, по три. Отработка четкости и быстроты построения отделения, в две шеренги, одну шеренгу, в колонну по два, по три. Выполнение команды «отделение разойдись».

Строи отделения (взвода). Развернутый и походный строй. Построение в развернутый строй, походный, строй.

Выполнение строевых приемов.

**Формы контроля:** практическая работа.

## **Тема 3. Меры безопасности при обращении с оружием и при проведении стрельб.**

**Теория:** Меры безопасности при обращении с оружием и при проведении учебных стрельб.

**Практика:** выполнение мер безопасности.

**Формы контроля:** устный опрос.

## **Тема 4. Материальная часть стрелкового оружия. Автомат Калашникова**

**Теория:** назначение, боевые свойства автомата Калашникова.

**Практика:** Назначение, боевые свойства; история создания; общее устройство автомата, основные части и механизмы. Работа с материальной частью.

**Формы контроля:** практическая работа.

## **Тема 5. Гражданская оборона как система мер по защите населения в военное время**

**Теория:** Из истории гражданской обороны, предназначение и задачи гражданской обороны; структура и органы управления. Предназначение и задачи гражданской обороны.

**Практика:** работа с плакатами.

**Формы контроля:** устный опрос.

## **Тема 6. Травматический шок**

**Теория:** Понятие о травматическом шоке. Выведение из травматического шока. Первая медицинская помощь. Обезболивание. Эвакуация.

**Практика:** работа с плакатами.

**Формы контроля:** устный опрос.

## **Тема 7. Топографические карты**

**Теория:** понятие о топографических картах  
**Практика:** Изображение рельефа на топографических картах. Абсолютная высота. Условные знаки деталей рельефа Определение высот и взаимного превышения точек по карте.

Определение по карте направления понижения и крутизны скатов. Определение

координат точек местности (объектов, целей) и целеуказание по карте.

Работа с топографическими картами.

**Формы контроля:** практическая работа.

### **Тема 8. Силовые упражнения**

**Теория:** упражнения с использованием спортивных снарядов.

**Практика:** Отработка упражнений на спортивных снарядах: лазание по канату, лазание по штурм-трапу, лазание по шкентиллю с мусингами, упражнения на экспандерах.

Работа со спортивными снарядами.

**Формы контроля:** практическая работа.

### **Тема 9. Устав внутренней службы ВС РФ**

**Теория:** Обязанности военнослужащего. Обязанности дневального по роте.

**Практика:** работа с уставом внутренней службы ВС РФ.

**Формы контроля:** практическая работа.

### **Тема 10. Строй отделения**

**Теория:** строй отделения.

**Практика:** Повороты в движении в составе отделения (взвода), выполнение строевых приемов.

**Формы контроля:** практическая работа.

### **Тема 11. Материальная часть стрелкового оружия. Автомат Калашникова**

**Теория:** Назначение и устройство частей и механизмов автомата: ствол, ствольная коробка; назначение и устройство частей и механизмов автомата: возвратный механизм, затворная рама с газовым поршнем, затвор; назначение и устройство частей и механизмов автомата: ударно-спусковой механизм; назначение и устройство частей и механизмов автомата: крышка ствольной коробки, газовая трубка со ствольной накладкой, магазин, штык-нож, принадлежность к автомату.

**Практика:** работа с материальной частью.

**Формы контроля:** практическая работа.

### **Тема 12. Современные средства массового поражения**

**Теория: Ядерное оружие.** Общая характеристика, виды ядерных взрывов, средства доставки к цели. Поражающие факторы ядерного взрыва: ударная волна, световое излучение. Поражающие факторы ядерного взрыва: проникающая радиация, радиоактивное заражение местности; электромагнитный импульс.

**Химическое оружие.** Общая характеристика, признаки применения, средства доставки к цели. Боевые токсичные химические вещества. Бактериологическое оружие: общая характеристика, способы применения.

**Практика:** работа с плакатами.

**Формы контроля:** устный опрос.

### **Тема 13. Первая медицинская помощь при отравлении жидкостями, парами, газами, дымом и тепловых ударах**

**Теория:** Первая помощь при отравлении жидкостями, парами, газами, дымом.  
Первая медицинская помощь при отравлении угарным газом и тепловом ударе.

**Практика:** работа с плакатами.

**Формы контроля:** устный опрос.

#### **Тема 14. Строи отделения**

**Теория:** строи отделения.

**Практика:** Движение строевым шагом, в пол - шага в составе отделения (взвода), выполнение строевых приемов.

**Формы контроля:** практическая работа.

#### **Тема 15. Строи отделения**

**Теория:** строи отделения.

**Практика:** Выход из строя и возвращение в строй. Выполнение команд: «Выйти из строя», «Встать в строй».

Подход к начальнику и отход от него. Выполнение команд: «курсант Иванов ко мне», форма доклада о прибытии, «курсант Иванов встать в строй».

Выполнение строевых приемов.

**Формы контроля:** практическая работа.

#### **Тема 16. Ручные осколочные гранаты**

**Теория:** Назначение и боевые свойства ручных осколочных гранат РГД-5, Ф-1; устройство гранат; приемы и правила заряжания и метания ручных осколочных гранат; меры безопасности при метании гранат.

**Практика:** работа с материальной частью.

**Формы контроля:** практическая работа.

#### **Тема 17. Практические занятия**

**Теория:** неполная разборка и сборка после неполной разборки автомата Калашникова.

**Практика:** Практические занятия по разборке – сборке автомата; практические занятия по снаряжению магазина автомата учебными патронами

Работа с материальной частью.

**Формы контроля:** практическая работа.

#### **Тема 18. Практические занятия по пользованию индивидуальными средствами защиты**

**Теория:** выполнение нормативов по надеванию противогаза и общевойскового защитного комплекта.

**Практика:** Выполнение нормативов по одеванию противогаза. Выполнение нормативов по одеванию общевойскового защитного комплекта.

**Формы контроля:** практическая работа.

#### **Тема 19. Топографические карты**

**Теория:** Изображение рельефа на топографических картах. Абсолютная высота.

Условные знаки деталей рельефа Определение высот и взаимного превышения точек по карте.

Определение по карте направления понижения и крутизны скатов. Определение координат точек местности (объектов, целей) и целеуказание по карте.

Географические координаты (широта, долгота). Плоские прямоугольные координаты Координатная (километровая) сетка на картах. Определение координат объектов по карте. Целеуказание по карте.

**Практика:** работа с топографическими картами.

**Формы контроля:** практическая работа.

## **Тема 20. Силовые упражнения**

**Теория:** упражнения с использованием спортивных снарядов.

**Практика:** Упражнения на перекладине: подтягивание, подъем переворотом, выход силой, поднимание ног к перекладине

Работа со спортивными снарядами.

**Формы контроля:** практическая работа.

## **Тема 21. Дисциплинарный устав ВС РФ**

**Теория:** Основные положения о воинской дисциплине. Поощрения и дисциплинарные взыскания военнослужащих. Порядок их применения и учета

**Практика:** работа с дисциплинарным уставом ВС РФ.

**Формы контроля:** практическая работа.

## **Тема 22. Строй отделения**

**Теория:** строй отделения.

**Практика:** Выполнение воинского приветствия в составе отделения. Выполнение воинского приветствия в строю на месте при подходе начальника. Выполнение команд: «Отделение смирно равнение на право (лево). Выполнение воинского приветствия в движении в составе отделения.

Выполнение строевых приемов.

**Формы контроля:** практическая работа.

## **Тема 23. Практические стрельбы из пневматической винтовки**

**Теория:** условие выполнения упражнения.

**Практика:** Выполнение упражнений по стрельбе из пневматической винтовки.

**Формы контроля:** практическая работа.

## **Тема 24. Практические занятия**

**Теория:** понятие о наложении жгута, шин и повязок.

**Практика:** Наложение жгута, шин, повязок. Работа со жгутом, шиной и бинтами.

**Формы контроля:** практическая работа.

## **Тема 25. Силовые упражнения**

**Теория:** упражнения с использованием спортивных снарядов.

**Практика:** Отработка упражнений на спортивных снарядах: лазание по канату, лазание по шторм-трапу, лазание по шкентилю с мусингами, упражнения на экспандерах. Упражнения на перекладине: подтягивание, подъем переворотом, выход силой, поднимание ног к перекладине.

**Формы контроля:** практическая работа.

### **Тема 26. Строи отделения**

**Теория:** строи отделения.

**Практика:** Выполнение воинского приветствия в составе отделения. Выполнение воинского приветствия в строю на месте при подходе начальника. Выполнение команд: «Отделение смирно равнение на право (лево). Выполнение воинского приветствия в движении в составе отделения. Выполнение строевых приемов.

**Формы контроля:** практическая работа.

### **Тема 27. Практические стрельбы из пневматической винтовки**

**Теория:** условие выполнения упражнения.

**Практика:** Выполнение упражнений по стрельбе из пневматической винтовки.

**Формы контроля:** практическая работа

### **Тема 28. Спортивные игры**

**Теория:** спортивные игры: шахматы, шашки, теннис дартс.

**Практика:** Спортивные игры в шахматы и шашки.

**Формы контроля:** практическая работа.

### **Тема 29. Практические стрельбы из пневматического пистолета**

**Теория:** условие выполнения упражнения.

**Практика:** Выполнение упражнений по стрельбе из пневматического пистолета.

**Формы контроля:** практическая работа

### **Тема 30. Практические стрельбы из пневматического пистолета**

**Теория:** условие выполнения упражнения.

**Практика:** *Выполнение упражнений по стрельбе из пневматического пистолета.*

**Формы контроля:** практическая работа

### **Тема 31. Спортивные игры**

**Теория:** спортивные игры: шахматы, шашки, теннис дартс.

**Практика:** Спортивные игры в теннис, дартс.

**Формы контроля:** практическая работа.

### **Тема 32. Подвижные игры**

**Теория:** подвижные спортивные игры.

**Практика:** Игры «Гонка мячей», «Салки», «Верёвочка под ногами», «Пятнашки», «Охотники и утки», «Перестрелка», «Мяч капитану», «Третий лишний», эстафеты с



предметами.

**Формы контроля:** практическая работа.

**Тема 33. Материальная часть стрелкового оружия. Автомат Калашникова и пистолет Макарова. Неполная разборка и сборка после неполной разборки АК-74 и ПМ**

**Теория:** материальная часть автомата АК-74 и пистолета ПМ.

**Практика:** Материальная часть стрелкового оружия, неполная разборка и сборка после неполной разборки автомата АК-74 пистолета ПМ.

**Формы контроля:** практическая работа.

**Тема 34. Материальная часть стрелкового оружия. Автомат Калашникова и пистолет Макарова. Неполная разборка и сборка после неполной разборки АК-74 и ПМ**

**Теория:** материальная часть автомата АК-74 и пистолета ПМ.

**Практика:** Неполная разборка и сборка после неполной разборки автомата АК-74 пистолета ПМ.

**Формы контроля:** практическая работа.

**Тема 35. Материальная часть стрелкового оружия. Автомат Калашникова и пистолет Макарова. Неполная разборка и сборка после неполной разборки АК-74 и ПМ**

**Теория:** материальная часть автомата АК-74 и пистолета ПМ.

**Практика:** Неполная разборка и сборка после неполной разборки автомата АК-74 пистолета ПМ.

**Формы контроля:** практическая работа.

**Тема 36. Комплексный зачёт.**

**ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

**По окончании 2-го года обучения учащиеся должны**

***Знать:***

- понятия воинской дисциплины и субординации;
- строевые приемы и движение без оружия;
- меры безопасности при обращении с оружием;
- комплексы норм ГТО по спортивной подготовке;
- назначение и способы надевания общевойскового защитного комплекта (ОЗК);

- виды кровотечений и способы их остановки.

***Уметь:***

- выполнять требования воинской дисциплины и нормы субординации;
- выполнять строевые приемы и движение без оружия;
- выполнять меры безопасности при обращении с оружием во время занятий в классе и при проведении стрельбы в тире;

- выполнять упражнения из комплекса ГТО по спортивной подготовке;
- надевать общевойсковой защитный комплект (ОЗК);
- выполнять способы остановки различных кровотечений;

## 2. ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

### по предмету «Военно-спортивная подготовка» 3-го года обучения

№ тем	Наименование учебных разделов, тем и № занятий	3 год обучения			Форма контроля
		Количество часов на учебный год			
		всего	в том числе		
теория	практика				
Тема 1.	Строевая подготовка	2	-	2	Практическая работа
	Строй отделения.				
Тема 2.	Строевая подготовка	2	-	2	Практическая работа
	Строй отделения.				
Тема 3.	Огневая подготовка	2	2	-	Фронтальный опрос
	Меры безопасности при обращении с оружием и при проведении стрельб.				
Тема 4.	Огневая подготовка	2	2	-	Фронтальный опрос
	Практическое занятие.				
Тема 5.	Защита от ОМП	2	2	-	Фронтальный опрос
	Средства коллективной защиты населения.				
Тема 6.	Медицинская подготовка	2	1	1	Фронтальный опрос
	Понятие о синдроме длительного сдавливания.				
Тема 7.	Топография	2	2	-	Фронтальный опрос
	Разведка местности.				
Тема 8.	Спортивная подготовка	2	-	2	Практическая работа
	Силовые упражнения.				
Тема 9.	Уставы ВС РФ	2	2	-	Фронтальный опрос
	Устав гарнизонной и караульной службы ВС РФ				
Тема 10.	Строевая подготовка	2	-	2	Практическая работа
	Строй отделения.				
Тема 11.	Огневая подготовка	2	2	-	Фронтальный опрос
	Практическое занятие.				
Тема 12.	Защита от ОМП	2	2	-	Фронтальный опрос
	Приборы радиационной, химической				

	разведки и дозиметрического контроля				
Тема 13.	<b>Медицинская подготовка</b>	2	2	-	Фронтальный опрос
	Первая помощь при отравлении жидкостями, парами, газами и тепловом ударе.				
Тема 14.	<b>Строевая подготовка</b>	2	-	2	Практическая работа
	Строй отделения.				
Тема 15.	<b>Строевая подготовка</b>	2	-	2	Практическая работа
	Строевое слаживание взвода.				
Тема 16.	<b>Огневая подготовка</b>	2	-	2	Практическая работа
	Практические стрельбы из пневматической винтовки.				
Тема 17.	<b>Огневая подготовка</b>	2	-	2	Практическая работа
	Практические стрельбы из пневматической винтовки.				
Тема 18.	<b>Защита от ОМП</b>	2	-	2	Практическая работа
	Практические занятия по пользованию индивидуальными средствами защиты.				
Тема 19.	<b>Топография</b>	2	-	2	Практическая работа
	Разведка местности.				
Тема 20.	<b>Спортивная подготовка</b>	2	-	2	Практическая работа
	Силовые упражнения.				
Тема 21.	<b>Строевая подготовка</b>	2	-	2	Практическая работа
	Строевое слаживание взвода.				
Тема 22.	<b>Строевая подготовка</b>	2	-	2	Практическая работа
	Строевое слаживание взвода.				
Тема 23.	<b>Огневая подготовка</b>	2	-	2	Практическая работа
	Практические стрельбы из пневматической винтовки.				
Тема 24.	<b>Медицинская подготовка</b>	2	-	2	Практическая работа
	Практические занятия.				
Тема 25.	<b>Спортивная подготовка</b>	2	-	2	Практическая работа
	Силовые упражнения.				
Тема 26.	<b>Строевая подготовка</b>	2	-	2	Практическая работа
	Строевое слаживание взвода.				
Тема 27.	<b>Огневая подготовка</b>	2	-	2	Практическая работа
	Практические стрельбы из пневматической пистолета.				
Тема	<b>Строевая подготовка</b>	2	-	2	Практическая

28.	Строевое слаживание взвода.				работа
Тема 29.	<b>Огневая подготовка</b>	2	-	2	Практическая работа
	Практические стрельбы из пневматического пистолета.				
Тема 30.	<b>Огневая подготовка</b>	2	-	2	Практическая работа
	Практические стрельбы из пневматического пистолета.				
Тема 31.	<b>Спортивная подготовка</b>	2	-	2	Практическая работа
	Спортивные игры.				
Тема 32.	<b>Спортивная подготовка</b>	2	-	2	Практическая работа
	Подвижные игры.				
Тема 33.	<b>Подготовка к шлюпочной практике.</b>	2	-	2	Практическая работа
	Материальная часть арбалета «Скорпион». Приемы и правила стрельбы из арбалета.				
Тема 34.	<b>Подготовка к шлюпочной практике.</b>	2	-	2	Практическая работа
	Материальная часть арбалета «Скорпион». Приемы и правила стрельбы из арбалета.				
Тема 35.	<b>Подготовка к шлюпочной практике.</b>	2	-	2	Практическая работа
	Материальная часть арбалета «Скорпион». Приемы и правила стрельбы из арбалета.				
Тема 36.	<b>Интегрированный зачет</b>	2	-	2	Практическая работа
<b>Всего учебных часов на год</b>		<b>72</b>	<b>17</b>	<b>55</b>	

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

### Тема 1. Строи отделения

**Теория:** отделение в развернутом строю.

**Практика:** Отделение в развернутом строю Построение отделения в развернутый одно и двухшереножный строй. Развернутый строй отделения. Выполнение команд : «Отделение (взвод) в одну шеренгу становись», «Отделение в две шеренги становись». Размыкание и смыкание отделения вправо (влево, от середины). Перестроение из одной шеренги в две.

**Формы контроля:** практическая работа.

### Тема 2. Строи отделения

**Теория:** отделение в развернутом строю.

**Практика:** Движение строевым шагом, в пол-шага в составе отделения (взвода),

выполнение команд: «Отделение (взвод) в одну шеренгу становись», «Отделение в две шеренги становись».

**Формы контроля:** практическая работа.

### **Тема 3. Меры безопасности при обращении с оружием и при проведении стрельб**

**Теория:** Меры безопасности при обращении с оружием и при проведении учебных стрельб.

**Практика:** выполнение мер безопасности.

**Формы контроля:** устный опрос.

### **Тема 4. Практические занятия**

**Теория:** разборка – сборка автомата, пистолета; снаряжение магазина автомата учебными патронами.

**Практика:** Выполнение нормативов по разборке и сборке АК-74 и ПМ, снаряжению магазина учебными патронами.

**Формы контроля:** практическая работа.

### **Тема 5. Средства коллективной защиты населения.**

**Теория:** Убежища; предназначение, устройство и оборудование.

Противорадиационные укрытия; назначение, устройство и оборудование. Простейшие укрытия; назначение, устройство. Правила поведения людей в коллективных укрытиях.

Способы и порядок проведения эвакуации населения. Экипировка эвакуируемых; обязанности эвакуируемых.

**Практика:** работа с плакатами.

**Формы контроля:** устный опрос.

### **Тема 6. Понятие о синдроме длительного сдавливания**

**Теория:** Повреждение внутренних органов

**Практика:** работа с плакатами.

**Формы контроля:** устный опрос.

### **Тема 7. Разведка местности**

**Теория:** Непосредственный осмотр и обследование. Изучение местности по карте. Подготовка карты к работе (склеивание). Подъем карты.

**Практика:** работа с топографическими картами.

**Формы контроля:** практическая работа.

### **Тема 8. Силовые упражнения**

**Теория:** упражнения с использованием спортивных снарядов.

**Практика:** Отработка упражнений на спортивных снарядах: лазание по канату, лазание по штурм-трапу, лазание по шкентилю с мусингами, упражнения на экспандерах.

Работа со спортивными снарядами.

**Формы контроля:** практическая работа.

## **Тема 9. Устав гарнизонной и караульной службы**

**Теория:** Общие положения устава гарнизонной и караульной службы ВС РФ. Организация и несение караульной службы. Обязанности часового и разводящего

**Практика:** работа уставом гарнизонной и караульной службы ВС РФ.

**Формы контроля:** устный опрос.

## **Тема 10. Строи отделения.**

**Теория:** отделение в развернутом строю.

**Практика:** Выполнение команд : «Отделение (взвод) в одну шеренгу становись», «Отделение в две шеренги становись». Выход из строя и возвращение в строй. Выполнение команд: «Выйти из строя», «Встать в строй».

**Формы контроля:** практическая работа.

## **Тема 11. Практические занятия**

**Теория:** разборка – сборка автомата, пистолета; снаряжение магазина автомата учебными патронами.

**Практика:** Практические занятия по снаряжению магазина автомата учебными патронами. Выполнение нормативов по разборке и сборке АК-74 и ПМ, снаряжению магазина учебными патронами.

**Формы контроля:** практическая работа.

## **Тема 12. Приборы радиационной, химической разведки и дозиметрического контроля**

**Теория:** Войсковой прибор химической разведки (ВПХР): назначение, устройство, принцип работы. Определение наличия (отсутствия) ОВ в воздухе. Рентгенометр (измеритель дозы мощности) ДП-5А, (ДП-5Б, ДП-5В): назначение, устройство, принцип работы. Подготовка прибора к работе и работа с прибором. Индивидуальные дозиметры ДП-22В.

**Практика:** работа с плакатами.

**Формы контроля:** устный опрос.

## **Тема 13. Первая медицинская помощь при отравлении жидкостями, парами, газами, дымом и тепловых ударах**

**Теория:** Первая помощь при отравлении жидкостями, парами, газами, дымом. Первая медицинская помощь при отравлении угарным газом и тепловом ударе.

**Практика:** работа с плакатами.

**Формы контроля:** устный опрос.

## **Тема 14. Строи отделения**

**Теория:** отделение в развернутом строю.

**Практика:** Подход к начальнику и отход от него. Выполнение команд: «курсант Иванов ко мне», форма доклада о прибытии, «курсант Иванов встать в строй»

Выполнение команд : «Отделение (взвод) в одну шеренгу становись», «Отделение в две шеренги становись».

**Формы контроля:** практическая работа.

### **Тема 15. Строевое слаживание взвода**

**Теория:** взвод в развернутом строю.

**Практика:** Развернутый строй. Перестроение взвода из одношереножного строя в двухшереножный строй и наоборот. Отработка элемента строевой подготовки по разделениям и в целом. Выполнение команд: «Отделение (взвод) в одну шеренгу становись», «Отделение в две шеренги становись».

**Формы контроля:** практическая работа.

### **Тема 16. Практические стрельбы из пневматической винтовки.**

**Теория:** условие выполнения упражнения.

**Практика:** Выполнение упражнений по стрельбе из пневматической винтовки.

**Формы контроля:** практическая работа.

### **Тема 17. Практические стрельбы из пневматической винтовки.**

**Теория:** условие выполнения упражнения.

**Практика:** Выполнение упражнений по стрельбе из пневматической винтовки.

**Формы контроля:** практическая работа.

### **Тема 18. Практические занятия по пользованию индивидуальными средствами защиты.**

**Теория:** выполнение нормативов по одеванию противогаза и ОЗК.

**Практика:** Выполнение нормативов по одеванию противогаза. Выполнение нормативов по одеванию общевойскового защитного комплекта.

**Формы контроля:** практическая работа.

### **Тема 19. Разведка местности****Теория:** изучение местности по карте.

**Практика:** Изучение по карте условий наблюдения, маскировки и ведения огня. Взаимная видимость точек местности: построение треугольника; построение сокращенного профиля; определение и нанесение на карту полей невидимости

Работа с топографическими картами.

**Формы контроля:** практическая работа.

### **Тема 20. Силовые упражнения****Теория:** упражнения с использованием спортивных снарядов.

**Практика:** Упражнения на перекладине: подтягивание, подъем переворотом, выход силой, поднимание ног к перекладине.

Работа со спортивными снарядами.

**Формы контроля:** практическая работа.

### **Тема 21. Строевое слаживание взвода**

**Теория:** взвод в развернутом строю.

**Практика:** Взвод в походном строю. Перестроение взвода из колонны в развернутый двухшереножный строй.

**Формы контроля:** практическая работа.

### **Тема 22. Строевое слаживание взвода**

**Теория:** взвод в развернутом строю.

**Практика:** Выполнение воинского приветствия в составе взвода. Выполнение воинского приветствия в строю на месте при подходе начальника. Выполнение команд: «Отделение смирно равнение направо (налево). Выполнение воинского приветствия в движении в составе отделения. Отработка по разделениям и в целом

**Формы контроля:** практическая работа.

### **Тема 23. Практические стрельбы из пневматической винтовки.**

**Теория:** условие выполнения упражнения.

**Практика:** Выполнение упражнений по стрельбе из пневматической винтовки.

**Формы контроля:** практическая работа

### **Тема 24. Практические занятия.**

**Теория:** понятие о наложении жгута, шин и повязок.

**Практика:** Наложение жгута, шин, повязок, работа со жгутом, шиной и бинтами.

**Формы контроля:** практическая работа.

### **Тема 25. Силовые упражнения**

**Теория:** упражнения с использованием спортивных снарядов.

**Практика:** Упражнения на шведской стенке, на спортивной скамейке, на силовом комплексе «Кетлер», на спортивном снаряде «Гребля».

Упражнения с ручными и ножными экспандерами, гантелями и гирями. Работа со спортивными снарядами.

**Формы контроля:** практическая работа.

### **Тема 26. Строевое слаживание взвода**

**Теория:** взвод в развернутом строю.

**Практика:** Выполнение воинского приветствия в составе взвода. Выполнение воинского приветствия в строю на месте при подходе начальника. Выполнение команд: «Отделение смирно равнение направо (налево). Выполнение воинского приветствия в движении в составе отделения. Отработка по разделениям и в целом

**Формы контроля:** практическая работа.

### **Тема 27. Практические стрельбы из пневматического пистолета.**

**Теория:** условие выполнения упражнения.

**Практика:** Выполнение упражнений по стрельбе из пневматического пистолета.

**Формы контроля:** практическая работа

### **Тема 28. Строевое слаживание взвода**

**Теория:** взвод в развернутом строю.

**Практика:** Выполнение воинского приветствия в составе взвода. Выполнение воинского приветствия в строю на месте при подходе начальника. Выполнение команд: «Отделение смирно равнение направо (налево). Выполнение воинского приветствия в



движении в составе отделения. Отработка по разделениям и в целом

Движение в составе взвода.

**Формы контроля:** практическая работа.

### **Тема 29. Практические стрельбы из пневматического пистолета.**

**Теория:** условие выполнения упражнения.

**Практика:** Выполнение упражнений по стрельбе из пневматического пистолета.

**Формы контроля:** практическая работа

### **Тема 30. Практические стрельбы из пневматического пистолета.**

**Теория:** условие выполнения упражнения.

**Практика:** Выполнение упражнений по стрельбе из пневматического пистолета.

**Формы контроля:** практическая работа

### **Тема 31. Спортивные игры**

**Теория:** спортивные игры: шахматы, шашки, теннис дартс.

**Практика:** Спортивные игры в шахматы и шашки. Спортивные игры в теннис, бильярд, дартс.

**Формы контроля:** практическая работа.

### **Тема 32. Подвижные игры.**

**Теория:** подвижные спортивные игры.

**Практика:** Игры в «Гонка мячей», «Салки», «Верёвочка под ногами», «Пятнашки», «Охотники и утки», «Перестрелка», «Мяч капитану», «Третий лишний», эстафеты с предметами.

**Формы контроля:** практическая работа.

### **Тема 33. Материальная часть арбалета «Скорпион». Приемы и правила стрельбы из арбалета.**

**Теория:** Материальная часть арбалета «Скорпион».

**Практика:** способы изготовления для стрельбы из арбалета.

**Формы контроля:** практическая работа.

### **Тема 34. Материальная часть арбалета «Скорпион». Приемы и правила стрельбы из арбалета.**

**Теория:** материальная часть арбалета «Скорпион».

**Практика:** Правила стрельбы из арбалета и способы изготовления для стрельбы из арбалета.

**Формы контроля:** практическая работа.

### **Тема 35. Материальная часть арбалета «Скорпион». Приемы и правила стрельбы из арбалета.**

**Теория:** материальная часть арбалета «Скорпион».

**Практика:** Практическая стрельба из арбалета «Скорпион». Способы изготовления для стрельбы из арбалета.

**Формы контроля:** практическая работа.

### Тема 36. Комплексный зачёт.

## ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

По окончании 3-го года обучения учащиеся должны

**Знать:**

- основные положения дисциплинарного устава и устава внутренней службы;
- виды строя отделения, приветствие в строю и в движении, положение Знамени воинской части в строю, порядок выноса и относа Знамени;
- правила стрельбы из пневматической винтовки;
- знать требования комплекса ГТО по спортивной подготовке;
- приборы радиационной, химической и биологической разведки и контроля;
- виды оказания первой медицинской помощи при отморожениях и ожогах, тепловом и солнечном ударе.

**Уметь:**

- выполнять требования дисциплинарного устава и устава внутренней службы;
- выполнять строевые приемы и движение без оружия и с оружием, порядок отдания воинской чести, приветствие в строю и в движении;
- практически вести стрельбу из малокалиберной винтовки;
- выполнять упражнения из комплекса ГТО по спортивной подготовке;
- выполнять замеры приборов радиационной, химической и биологической разведки и контроля;
- оказывать первую медицинскую помощь при отморожениях и ожогах, тепловом и солнечном ударе.

## 3. ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

по предмету «Военно-спортивная подготовка» 4-го года обучения

№ тем	Наименование учебных разделов, тем и № занятий	4 год обучения			Форма контроля
		Количество часов на учебный год			
		всего	в том числе		
теория	практика				
Тема 1.	Строевая подготовка Проверка и совершенствование строевой подготовки.	2	-	2	Практическая работа
Тема 2.	Строевая подготовка Проверка и совершенствование строевой подготовки.	2	-	2	Практическая работа

Тема 3.	<b>Огневая подготовка</b> Меры безопасности при обращении с оружием и при проведении стрельб.	2	2	-	Фронтальный опрос
Тема 4.	<b>Огневая подготовка</b> Практическое занятие.	2	2	-	Фронтальный опрос
Тема 5.	<b>Защита от ОМП</b> защиты.	2	2	-	Фронтальный опрос
Тема 6.	<b>Медицинская подготовка</b> Оказание первой помощи при ранениях,.	2	1	1	Фронтальный опрос
Тема 7.	<b>Топография</b> Разведка местности	2	2	-	Фронтальный опрос
Тема 8.	<b>Спортивная подготовка</b> Силовые упражнения.	2	-	2	Практическая работа
Тема 9.	<b>Уставы ВС РФ</b> Устав гарнизонной и караульной службы ВС РФ	2	2	-	Фронтальный опрос
Тема 10.	<b>Строевая подготовка</b> Проверка и совершенствование строевой подготовки.	2	-	2	Практическая работа
Тема 11.	<b>Огневая подготовка</b> Практическое занятие.	2	2	-	Фронтальный опрос
Тема 12.	<b>Защита от ОМП</b> Практические занятия по пользованию индивидуальными средствами защиты	2	2	-	Фронтальный опрос
Тема 13.	<b>Медицинская подготовка</b> тепловом ударе.	2	2	-	Фронтальный опрос
Тема 14.	<b>Строевая подготовка</b> Проверка и совершенствование строевой подготовки.	2	-	2	Практическая работа
Тема 15.	<b>Строевая подготовка</b> Проверка и совершенствование строевой подготовки.	2	-	2	Практическая работа
Тема 16.	<b>Огневая подготовка</b> Практические стрельбы из пневматической винтовки.	2	-	2	Практическая работа
Тема 17.	<b>Огневая подготовка</b> Практические стрельбы из пневматической винтовки.	2	-	2	Практическая работа
Тема 18.	<b>Защита от ОМП</b> Действия населения при ЧС природного и техногенного характера.	2	-	2	Практическая работа
Тема 19.	<b>Топография</b> Ориентирование на местности по карте.	2	-	2	Практическая работа
Тема 20.	<b>Спортивная подготовка</b> Силовые упражнения.	2	-	2	Практическая работа

Тема 21.	<b>Уставы ВС РФ</b>	2	-	2	Практическая работа
	Строевой устав ВС РФ				
Тема 22.	<b>Строевая подготовка</b>	2	-	2	Практическая работа
	Проверка и совершенствование строевой подготовки.				
Тема 23.	<b>Огневая подготовка</b>	2	-	2	Практическая работа
	Практические стрельбы из пневматической винтовки.				
Тема 24.	<b>Медицинская подготовка</b>	2	-	2	Практическая работа
	Практические занятия.				
Тема 25.	<b>Спортивная подготовка</b>	2	-	2	Практическая работа
	Силовые упражнения.				
Тема 26.	<b>Строевая подготовка</b>	2	-	2	Практическая работа
	Проверка и совершенствование строевой подготовки.				
Тема 27.	<b>Огневая подготовка</b>	2	-	2	Практическая работа
	Практические стрельбы из пневматического пистолета.				
Тема 28.	<b>Строевая подготовка</b>	2	-	2	Практическая работа
	Строевое слаживание взвода.				
Тема 29.	<b>Огневая подготовка</b>	2	-	2	Практическая работа
	Практические стрельбы из пневматического пистолета.				
Тема 30.	<b>Огневая подготовка</b>	2	-	2	Практическая работа
	Практические стрельбы из пневматического пистолета.				
Тема 31.	<b>Спортивная подготовка</b>	2	-	2	Практическая работа
	Спортивные игры. .				
Тема 32.	<b>Спортивная подготовка</b>	2	-	2	Практическая работа
	Подвижные игры.				
Тема 33.	<b>Подготовка к шлюпочной практике.</b>	2	-	2	Практическая работа
	Основные приемы и способы метания ножей.				
Тема 34.	<b>Подготовка к шлюпочной практике.</b>	2	-	2	Практическая работа
	Основные приемы и способы метания ножей.				
Тема 35.	<b>Подготовка к шлюпочной практике.</b>	2	-	2	Практическая работа
	Основные приемы и способы метания ножей.				
Тема 36.	<b>Интегрированный зачет</b>	2	-	2	Практическая работа

<b>Всего учебных часов на год</b>	<b>72</b>	<b>17</b>	<b>55</b>	
-----------------------------------	-----------	-----------	-----------	--

## **СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

### **Тема 1. Проверка и совершенствование строевой подготовки**

**Теория:** проверка и совершенствование строевой подготовки.

**Практика:** Одиночная строевая подготовка. Движение строевым шагом. Повороты на месте.

Выполнение строевых приемов без оружия.

**Формы контроля:** практическая работа.

### **Тема 2. Проверка и совершенствование строевой подготовки Теория:**

проверка и совершенствование строевой подготовки.

**Практика:** Строй отделения (взвода). Развернутый и походный строй. Построение в развернутый строй, походный строй, движение строевым и походным шагом, в пол шага, бегом.

Выполнение строевых приемов без оружия.

**Формы контроля:** практическая работа.

### **Тема 3. Меры безопасности при обращении с оружием и при проведении стрельб.**

**Теория:** Меры безопасности при обращении с оружием и при проведении учебных стрельб.

**Практика:** устный опрос.

**Формы контроля:** фронтальный опрос.

### **Тема 4. Практические занятия.**

**Теория:** разборка – сборка автомата, пистолета; снаряжение магазина автомата учебными патронами.

**Практика:** Выполнение нормативов по разборке и сборке АК-74 и ПМ, снаряжению магазина учебными патронами.

**Формы контроля:** практическая работа.

**Тема 5. Практические занятия по пользованию индивидуальными средствами защиты**  
**Теория:** пользование индивидуальными защитными средствами. **Практика:** Выполнение нормативов по одеванию противогаза. **Формы контроля:** практическая работа

**Тема 6. Оказание первой медицинской помощи при ранениях, переломах, ожогах, обморожениях и отравлениях.**

**Теория:** Первая медицинская помощь при ранениях, переломах, вывихах суставов, травмах связок.

**Практика:** работа с плакатами.

**Формы контроля:** устный опрос.

## **Тема 7. Разведка местности**

**Теория:** Изучение по карте условий наблюдения, маскировки и ведения огня. Взаимная видимость точек местности: построение треугольника; построение сокращенного профиля; определение и нанесение на карту полей невидимости.

**Практика:** работа с топографическими картами.

**Формы контроля:** практическая работа.

## **Тема 8. Силовые упражнения**

**Теория:** упражнения с использованием спортивных снарядов.

**Практика:** Отработка упражнений на спортивных снарядах: лазание по канату, лазание по шторм-трапу, лазание по шкентилю с мусингами, упражнения на экспандерах.

Работа со спортивными снарядами.

**Формы контроля:** практическая работа.

## **Тема 9. Устав гарнизонной и караульной службы**

**Теория:** Устав гарнизонной и караульной службы ВС РФ. Обязанности часового и разводящего

**Практика:** работа с УК и КС по изучению обязанностей часового.

**Формы контроля:** устный опрос.

## **Тема 10. Проверка и совершенствование строевой подготовки Теория:**

проверка и совершенствование строевой подготовки.

**Практика:** Размыкание и смыкание строя. Проведение тренингов выполнение элементов строевой подготовки.

Выполнение строевых приемов без оружия.

**Формы контроля:** практическая работа.

## **Тема 11. Практические занятия**

**Теория:** разборка – сборка автомата, пистолета; снаряжение магазина автомата учебными патронами.

**Практика:** Выполнение нормативов по разборке и сборке АК-74 и ПМ, снаряжению магазина учебными патронами.

**Формы контроля:** практическая работа.

## **Тема 12. Практические занятия по пользованию индивидуальными средствами защиты**

**Теория:** пользование индивидуальными защитными средствами.

**Практика:** Выполнение нормативов по одеванию общевойскового защитного комплекта.

**Формы контроля:** практическая работа

## **Тема 13. Первая медицинская помощь при отравлении жидкостями, парами, газами, дымом и тепловых ударах.**

**Теория:** Первая помощь при отравлении жидкостями, парами, газами, дымом.  
Первая медицинская помощь при отравлении угарным газом и тепловом ударе.  
**Практика:** работа с плакатами.  
**Формы контроля:** устный опрос.

#### **Тема 14. Проверка и совершенствование строевой подготовки**

**Теория:** проверка и совершенствование строевой подготовки.  
**Практика:** Перестроение отделения (взвода) из колонны по два в колонну по одному и обратно. Проведение тренингов выполнения элементов строевой подготовки  
Перестроение из одношереножного в двухшереножный строй и обратно.  
Проведение тренингов выполнения элементов строевой подготовки  
**Формы контроля:** практическая работа.

#### **Тема 15. Проверка и совершенствование строевой подготовки**

**Теория:** проверка и совершенствование строевой подготовки.  
**Практика:** Выполнение воинского приветствия на месте и в движении.  
Проведение тренингов. Выполнение элементов строевой подготовки.  
**Формы контроля:** практическая работа.

#### **Тема 16. Практические стрельбы из пневматической винтовки.**

**Теория:** условие выполнения упражнения.  
**Практика:** Выполнение упражнений по стрельбе из пневматической винтовки.  
**Формы контроля:** практическая работа

#### **Тема 17. Практические стрельбы из пневматической винтовки**

**Теория:** условие выполнения упражнения.  
**Практика:** Выполнение упражнений по стрельбе из пневматической винтовки.  
**Формы контроля:** практическая работа.

#### **Тема 18. Действия населения при чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера**

**Теория:** Действия населения при землетрясениях. Действия населения при наводнениях. Действия населения при пожарах. Оказание первой медицинской помощи пострадавшим в чрезвычайной ситуации.  
**Практика:** работа с плакатами.  
**Формы контроля:** устный опрос.

#### **Тема 19. Ориентирование на местности по карте**

**Теория:** ориентирование карты на местности.  
**Практика:** Ориентирование карты. Ориентирование карты по линейному ориентиру. Ориентирование карты на ориентир. Ориентирование карты по компасу. Ориентирование карты по Полярной звезде.  
Определение на карте точки своего стояния (ТСС). ТСС по ближайшим ориентирам

на глаз. ТСС промером расстояния. ТСС по направлению на ориентир и расстоянию до него. ТСС по створу и линейному и боковому ориентирам (2 случая), по измеренному расстоянию. ТСС засечкой: по боковому ориентиру; по 2-3 ориентирам; по построенным углам; по обратным дирекционным углам.

Работа с топографическими картами.

**Формы контроля:** практическая работа.

## **Тема 20. Силовые упражнения**

**Теория:** упражнения с использованием спортивных снарядов.

**Практика:** Упражнения на перекладине: подтягивание, подъем переворотом, выход силой, поднимание ног к перекладине.

Упражнения на шведской стенке, на спортивной скамейке, на силовом комплексе «Кетлер», на спортивном снаряде «Гребля».

Работа со спортивными снарядами.

**Формы контроля:** практическая работа.

## **Тема 21. Строевой устав**

**Теория:** Строевой устав ВС РФ. Таблица сигналов управления строем.

**Практика:** работа со строевым уставом ВС РФ.

**Формы контроля:** практическая работа.

## **Тема 22. Проверка и совершенствование строевой подготовки Теория:**

проверка и совершенствование строевой подготовки.

**Практика:** Выход из строя и возвращение в строй. Подход к начальнику и отход от него. Проведение тренингов, выполнения элементов строевой подготовки.

Выполнение строевых приемов без оружия.

**Формы контроля:** практическая работа.

## **Тема 23. Практические стрельбы из пневматической винтовки.**

**Теория:** условие выполнения упражнения.

**Практика:** Выполнение упражнений по стрельбе из пневматической винтовки.

**Формы контроля:** практическая работа

## **Тема 24. Практические занятия.**

**Теория:** понятие о наложении жгута, шин и повязок.

**Практика:** Наложение жгута, шин, повязок., работа со жгутом, шиной и бинтами.

**Формы контроля:** практическая работа.

## **Тема 25. Силовые упражнения**

**Теория:** упражнения с использованием спортивных снарядов.

**Практика:** Упражнения с ручными и ножными экспандерами, гантелями и гириями.

Работа со спортивными снарядами.

**Формы контроля:** практическая работа.



## **Тема 26. Проверка и совершенствование строевой подготовки**

**Теория:** проверка и совершенствование строевой подготовки.

**Практика:** Выполнение воинского приветствия. Проведение тренингов в выполнении элементов строевой подготовки.

**Формы контроля:** практическая работа.

## **Тема 27. Практические стрельбы из пневматического пистолета.**

**Теория:** условие выполнения упражнения.

**Практика:** Выполнение упражнений по стрельбе из пневматического пистолета.

**Формы контроля:** практическая работа

## **Тема 28. Строевое слаживание взвода**

**Теория:** взвод в развернутом строю.

**Практика:** Выполнение воинского приветствия в составе взвода. Выполнение воинского приветствия в строю на месте при подходе начальника. Выполнение команд: «Отделение смирно равнение направо (налево). Выполнение воинского приветствия в движении в составе отделения. Отработка по разделениям и в целом

Движение в составе взвода.

**Формы контроля:** практическая работа.

## **Тема 29. Практические стрельбы из пневматического пистолета**

**Теория:** условие выполнения упражнения.

**Практика:** Выполнение упражнений по стрельбе из пневматического пистолета.

**Формы контроля:** практическая работа

## **Тема 30. Практические стрельбы из пневматического пистолета**

**Теория:** условие выполнения упражнения.

**Практика:** Выполнение упражнений по стрельбе из пневматического пистолета.

**Формы контроля:** практическая работа

## **Тема 31. Спортивные игры**

**Теория:** спортивные игры: шахматы, шашки, теннис дартс.

**Практика:** Спортивные игры в шахматы и шашки. Спортивные игры в теннис, бильярд, дартс.

**Формы контроля:** практическая работа.

## **Тема 32. Подвижные игры**

**Теория:** подвижные спортивные игры.

**Практика:** Игры в «Гонка мячей», «Салки», «Верёвочка под ногами», «Пятнашки», «Охотники и утки», «Перестрелка», «Мяч капитану», «Третий лишний», эстафеты с предметами.

**Формы контроля:** практическая работа.

**Тема 33. Основные приемы и способы метания ножей. Техника безопасности при метании ножей**

**Теория:** основные приемы и способы метания ножей.

**Практика:** Основные правила метания ножей. Работа со спортивными ножами для метания.

**Формы контроля:** практическая работа.

**Тема 34. Основные приемы и способы метания ножей. Техника безопасности при метании ножей**

**Теория:** основные приемы и способы метания ножей.

**Практика:** Приемы и способы метания ножей. Работа со спортивными ножами для метания.

**Формы контроля:** практическая работа.

**Тема 35. Основные приемы и способы метания ножей. Техника безопасности при метании ножей**

**Теория:** основные приемы и способы метания ножей.

**Практика:** Практическое метание ножей. Работа со спортивными ножами для метания.

**Формы контроля:** практическая работа.

**Тема 36. Комплексный зачёт**

**ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

**По окончании 4-го года обучения учащиеся должны**

**Знать:**

- основы законодательства по подготовке к службе в Вооруженных Силах РФ;
- основные положения Устава внутренней службы, Дисциплинарного устава, Устава гарнизонной и караульной служб и Строевого устава;
- виды строя взвода, выполнение строевых приемов с оружием
- правила стрельбы из пневматической винтовки и пневматического пистолета;
- знать требования комплекса ГТО по спортивной подготовке;
- средства индивидуальной защиты и приборы радиационной, химической и биологической разведки и контроля;
- виды оказания первой медицинской помощи.

**Уметь:**

- выполнять требования общевоинских Уставов Вооруженных Сил РФ;
- выполнять строевые приемы с оружием;
- практически выполнять стрельбу из пневматической винтовки и пистолета из различных положений;
- выполнять требования норм ГТО по спортивной подготовке;

- выполнять нормативы по надеванию индивидуальных средств защиты и пользование приборами радиационной и химической разведки (ПРХР);
- оказывать первую медицинскую помощь.

### **Календарные периоды учебного года:**

Дата начала учебного года: 1 сентября 2023 года.

Окончание учебного года: 30 мая 2024 года.

По программе на учебный год обучения выделяется 72 учебных часа с нагрузкой:

- на первое полугодие с 1 сентября по 29 декабря 2023 года выделяется, 34 учебных часа;

- на второе полугодие с 9 января по 30 мая 2024 года, выделяется 38 учебных часов.

Количество учебных недель – 36. Продолжительность учебной недели – 5 дней.

Каникулы – нет.

Сроки контрольных процедур – по окончании каждого учебного периода.

### **Условия реализации программы**

#### **Материально-техническое обеспечение:**

1. Учебная аудитория – 1 шт.
2. Спортивный зал – 1 шт.
3. Стрелковый тир – 1 шт.
4. Строевая разметка – 1 шт.
5. Компьютеры – 2 шт.
6. Видеопроекторная аппаратура – 1 шт.
7. Методические разработки проводимых занятий;
8. Учебно-методические разработки, учебная литература;
9. Технологические карты, задания, упражнения, образцы изделий и т. п;

#### **Перечень оборудования, инструментов и материалов:**

Мячи: футбольный – 3 шт. баскетбольный – 3 шт. волейбольный – 3 шт.  
Пневматические винтовки -5 шт.

Переносные пулеулавливатели для стрельбы из пневматической винтовки. –

Общевойсковой защитный комплект (ОЗК) – 10ком. Прибор химической разведки ВПХР – 1 шт.

Прибор ДП-5В – 1 шт. Прибор ДП-22 – 10 шт. Противогазы – 20 шт.

Аптечка индивидуальная АИ-2. – 10 шт. Огнетушители:

1) ОХП - 10 - 1 шт.

2) углекислотный ОУ-2 - 1 шт.

3) порошковый ОП-5 - 1 шт. Флажки сигнальные – 10 пар.

5,45 мм учебные патроны – 90 шт. Магазины к АК-74. – 6 шт.

Гранаты учебные Ф-1 – 3 шт.; РГД-5 – 3 шт.

Мины противопехотные учебные – 3 шт. Гранаты учебные:

- 500 гр. – 3 шт.

- 70 гр. – 3 шт.

Топографические карты – 10 шт. Компас Андрианова – 7 шт.

Секундомер – 3 шт.  
Рулетка 10 м – 1 шт.  
Боксерские перчатки – 10 пар  
Комплекты плакатов по общеобразовательной подготовке  
Комплекты плакатов по Основам военной службы и военного дела  
Комплект плакатов по медицинской подготовке  
Комплект плакатов по огневой подготовке.

### **Информационное обеспечение:**

1. Компьютеры – 2 шт.
2. Видеопроекторная аппаратура – 1 шт.

## **Раздел 2 «Комплекс организационно-педагогических условий, включающий формы аттестации»**

### **Формы аттестации**

**Форма аттестации:** в течение освоения программы проводится аттестация, целью которой является определение степени освоения материала учащимися и стимулирует потребность учащихся к совершенствованию своих знаний.

### **Формы контроля.**

Для отслеживания уровня усвоения содержания программы и своевременного внесения коррекции, целесообразно использовать следующие формы контроля:

- *текущий* – оценка качества усвоения учащимися учебного материала, отслеживание активности учащихся (беседа, опрос устный и письменный, тестирование, решение кроссвордов, сдача нормативов);
- *промежуточный* – оценка качества усвоения учащимися учебного материала по итогам полугодия (по окончании первого полугодия сдача зачетов);
- *итоговый* – оценка уровня достижений учащихся по завершении освоения дополнительной общеобразовательной программы с целью определения изменения уровня развития детей (контрольный зачет, сдача контрольных нормативов).

По завершении обучения проводится интегрированный зачет, к которому допускаются обучающиеся, освоившие Программу, в полном объеме.

Основным видом интегрированного зачета является комплексный зачет, позволяющий выявить теоретическую и практическую подготовку обучающегося.

В интегрированный зачет включаются вопросы по учебным разделам:

- "Строевая подготовка";
- "Огневая подготовка";
- "Защита от ОМП";
- "Первая медицинская помощь";
- «Военная топография»;
- «Спортивная подготовка»;
- "Общевоинские Уставы".

Интегрированный зачет проводится с использованием тематических тестов

По результатам интегрированного зачета производится перевод обучающегося на

следующий курс обучения,

Учащиеся четвертого года обучения сдают экзамены и получают свидетельства установленного образца.

#### **Методы педагогического мониторинга:**

- наблюдение;
- анкетирование;
- тестирование;
- опрос.

#### **Формы педагогического мониторинга:**

- занятия контроля знаний (текущая, тематическая, итоговая диагностика знаний, умений и навыков учащихся);
- собеседования;
- соревнования.

#### **Формы подведения итогов реализации программы**

В течение учебного года учащиеся выступают на показательных занятиях, соревнованиях, фестивалях, слетах, принимают участие в конкурсах, викторинах.

В конце полугодия, учебного года учащиеся сдают зачеты, экзамены, нормативы по военной и физической подготовке.

Диагностика проводится в начале, середине и в конце учебного года.

#### **Оценочные материалы.**

Оценка учащихся осуществляется в форме цифрового балла и оценочного суждения, словесная оценка сопровождает любую оценку в качестве заключения по существу работы учащегося, показывая как положительные, так и отрицательные ее стороны, а также способы устранения недочетов.

Для эффективного отслеживания образовательных и воспитательных результатов учащихся в рамках программы разработан и ведется мониторинг результатов:

- проведение промежуточных и заключительных тестов, викторин;
- ведение учебных журналов учета посещаемости и успеваемости (оценивание уровня усвоения общеобразовательной программы учащимися осуществляется по 5-бальной системе).

#### **Методические материалы.**

В ходе реализации программы для достижения планируемых результатов используются следующие

#### **Педагогические технологии:**

- технология личностно-ориентированного взаимодействия педагога и учащегося;
- здоровые берегающие технологии;
- технология развивающего обучения;
- игровые технологии;
- информационно-коммуникативные технологии.

**Методы:**

- объяснительно-иллюстративный метод;
- метод проблемного изложения;
- метод диалога;
- метод сотрудничества;

**Формы:**

- комбинированная форма занятий;
- занятие по систематизации и обобщению знаний;
- занятие по контролю знаний, умений и навыков.

**Алгоритм учебного занятия.**

Дата «\_\_»\_\_\_\_\_года

Тема занятия

Цель, задачи занятия

Ход занятия.

*1 этап.*

*Организационный.*

Приветствия и посадка учащихся, настрой их на работу, концентрации внимания.

*2 этап.*

*Повторение пройденного материала.*

Краткий обзор предыдущего занятия: вспомнить тему, основную мысль предыдущей встречи; вывод, сделанный в результате проведенного занятия. Проверка домашнего задания (если такое задание было).

*3 этап.*

*Постановка темы и цели занятия.*

*4 этап.*

*Основной – изучение нового материала.*

Работу по новому материалу эффективно начать с актуализации уже имеющихся у учащихся знаний по данной теме. На фоне собственного опыта изучаемый материал станет для них личностно-значимым, а значит, усвоится на более высоком уровне.

Педагог готовит наглядные пособия и материалы, вопросы аналитического содержания.

*5 этап.*

*Закрепление.*

Детям предлагается самим дать оценку информации. Подвести итог. Выделить основную главную мысль, заложенную в материале, информации.

*6 этап.*

*Итоговый.*

Педагог анализирует деятельность учащихся или направляет их на самооценку, дает советы и рекомендации по применению изученного материала. На этом этапе оценивается общая работа группы.

## **Список рекомендуемой литературы для педагогов по военно-спортивной подготовке**

1. Боевой устав СВ. – М.: Воениздат (часть II – 2017, часть III, - 2017).
2. Военная топография.- М.: Воениздат, 2017.
3. Грабовой И.Д. "Современное оружие и защита от него" – М.: ДОСААФ, 2019.
4. Гражданская оборона. – М.: Воениздат, 2018.
5. Журнал "Военные знания".
6. Инженерное обеспечение боя. М.: Воениздат, 2018.
7. Руководство по 5,45-мм Автоматам Калашникова. - М.: Воениздат, 2019.
8. Наставление по физической подготовке (НФП-2009). - М.: Воениздат, 2019.
9. Начальная военная подготовка / Под ред. Науменко Ю.А - М.: Просвещение, 201
9. 10.Общевоинские уставы ВС РФ. - М.: Воениздат, 2018. 11.Отравляющие вещества. - М.: Воениздат, 2019.
12. Справочник по военной топографии.- М.: Воениздат, 2018.
13. Федеральный закон "О днях воинской славы (победных днях) России". Москва, Кремль, 13 марта 1995 г., № 32 – ФЗ. (с изменениями на 30.04.2017
14. Федеральный закон "О воинской обязанности и военной службе", 28 марта 1998 г., № 53 – ФЗ. (с изменениями на 18.07.2017.)
15. Сборник нормативов по боевой подготовке СВ. - М.: Воениздат, 2019.
16. Справочник офицера инженерных войск. - М.: Воениздат, 2017, изд. Калибернов 201
9. 17. Защита от ОМП. М.: Воениздат, 2019.
18. Курс стрельб из стрелкового оружия (КС СО). - М.: Воениздат, 2018.
19. Наставление по физической подготовке и спорту в Вооруженных Силах Российской Федерации (НФП-2019). – М.: Редакционно-издательский центр ВС РФ, 2019.
20. Физическая культура. Под ред. профессора В.В. Миронова и др. – М.: Военное издательство, 2019.
21. Требования по проверке и оценке состояния физической подготовленности военнослужащих Вооруженных Сил Российской Федерации. – М.: Редакционно-издательский центр Генерального штаба ВС РФ, 2018

## **Список рекомендуемой литературы для учащихся по военно-спортивной подготовке**

1. Военная топография. - М.: Воениздат, 2019.
2. Грабовой И.Д. "Современное оружие и защита от него" – М.: ДОСААФ, 2018.
3. Гражданская оборона. – М.: Воениздат, 2019.
4. Основы военной службы учебник для средних учебных заведений / Под ред. Смирнова Ю.А. - М.: Просвещение, 2017.
5. Общевоинские уставы ВС РФ. - М.: Воениздат, 2018.
6. Отравляющие вещества. - М.: Воениздат, 2019.
7. Справочник по военной топографии. - М.: Воениздат, 2018.
8. Журналы «Военные знания».
9. Журналы «Основы безопасности жизнедеятельности».

10.Журналы «Патриот Отечества».11.Журналы «Ориентир».

### **Список рекомендуемой литературы для родителей по военно-спортивной подготовке**

1. Военная топография. - М.: Воениздат, 2018.
2. Грабовой И.Д. "Современное оружие и защита от него" – М.: ДОСААФ, 2017.
3. Гражданская оборона. – М.: Воениздат, 2019.
4. Основы военной службы учебник для средних учебных заведений / Под ред. Смирнова Ю.А. - М.: Просвещение, 2017.
5. Общевоинские уставы ВС РФ. - М.: Воениздат, 2018.
6. Отравляющие вещества. - М.: Воениздат, 2019.
7. Справочник по военной топографии. - М.: Воениздат, 2018.
8. Журналы «Военные знания».
9. Журналы «Основы безопасности жизнедеятельности». 10.Журналы «Патриот Отечества».
- 11.Журналы «Ориентир».