

Обсуждена и принята на педагогическом
совете МАОУ СОШ г.Нестерова
протокол № 18 от 31.08.2015



«Утверждаю»

Гурий
Н.С.Гурьев

31 августа 2015 г.

**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Нестеровская средняя общеобразовательная школа»**

Дополнительная образовательная программа

«Юный армеец»

1 – 5 годы обучения

г. Нестеров

2015 год

Пояснительная записка

Программа дополнительного образования «Юный армеец» является логическим продолжением программы курса «Основы безопасности жизнедеятельности» для учащихся общеобразовательного учреждения.

Программа разработана для учащихся среднего звена, желающих получить начальные навыки «Основ военной службы» и участия в военизированных эстафетах.

Потребность в навыках и умениях основ военной службы и гражданской обороны нельзя ограничивать исключительно армейским запросам. Они формируют волевые качества, которые нужны в повседневной гражданской жизни, особенно сейчас, когда многократно выросли риски, когда не проходит ни дня без пожаров, аварий и других чрезвычайных происшествий.

Цели образовательной программы «Юный армеец»:

1. Создание условий для формирования у учащихся устойчивой мотивации здоровье сбережения; интеллектуальное, физическое, нравственное развитие; формирование у подрастающего поколения готовности к выполнению гражданского долга по защите Отечества.

Задачи:

- приобщить к вопросам личной и коллективной безопасности, оказанию само- и взаимопомощи, умелым и быстрым действиям в любой обстановке;
- обучить практическим навыкам и умению пользоваться коллективными и индивидуальными средствами защиты;
- выработать подтянутость, стройность, внимание выполнения команд;
- воспитать общечеловеческие качества: коллективизм, чувство товарищества и взаимовыручки, правдивость и умение дорожить данным словом;
- формировать чувства гражданской ответственности и патриотизма, сознание общественного долга;
- дать основы военных знаний в рамках школьной программы.

Возрастной контингент 11-16 лет количественный состав группы до 25 человек. Приоритетным направлением является физическая подготовка, а также предусмотрены практические занятия, соревнования.

Режим занятий - Программа рассчитана на проведение занятий в течении 5 лет- 170 часов. Занятие проводится один раз в неделю по 1 часу и распределяются:

- 1 год - 34 часа
- 2 год - 34 часа
- 3 год - 34 часа
- 4 год - 34 часа
- 5 год - 34 часа

Материально-техническое обеспечение: видеоматериалы, АК-74-2шт, пневматические винтовки и пистолеты, противогазы.

Ожидаемые результаты: кадеты получают азы воинской дисциплины, умения и навыки строевой подготовки, познакомятся со стрелковым оружием. В дальнейшем они смогут продолжить учёбу в суворовских, нахимовских училищах, а по окончании училища поступить в военные вузы.

Умение и навыки приобретённые учащимися: по окончании курса учащиеся должны уметь:

- выполнять строевые приёмы,
- уметь выполнять упражнения из стрелкового оружия,
- выполнять спортивные нормативы в рамках школьной программы,

Содержание учебной программы « Юный армеец».

I. Строевая подготовка.

Строй и управление им

Строй и его элементы - строй, фланг, фронт, тыльная сторона строя, интервал, дистанция, ширина строя, глубина строя. Развёрнутый и походный строй - развёрнутый строй, шеренга, одношереножный и двухшереножный сомкнутый и разомкнутый строй. Походный строй, колонна.

Управление строем. Предварительные и исполнительные команды. Подача команд сигналами - с помощью рук, флажками и фонарём.

Обязанности кадета перед построением и в строю.

Одиночная строевая подготовка. Строевые приёмы и движение без оружия..

Строевая стойка и выполнение команд: «Становись», «Смирно», «Вольно», «Равняйся», «Заправиться», «Налево - Равняйся», «Головные уборы - Снять», «Головные уборы - Надеть». Повороты на месте - «Налево», «Направо», «Кругом».

Движение шагом или бегом. Движение строевым шагом. (Строевой шаг и его элементы). Походный шаг. Команды подаваемые при движении.-«Шагом Марш», «На месте шагом Марш», «Прямо», «Стой», «Шире Шаг», «Короче Шаг», «Реже Шаг», «Полшага», «Полный Шаг».

Повороты в движении - «Направо», «Налево», «Кругом марш».

Выполнение воинского приветствия. Выполнение воинского приветствия на месте вне строя без головного убора. Выполнение воинского приветствия на месте вне строя в головном уборе. Выполнение воинского приветствия в движении вне строя без головного убора. Выполнение воинского приветствия в движении вне строя в головном уборе. Ответ на воинское приветствие.

Выход из строя и постановка в строй. Подход к начальнику и отход от него.

Строй отделения.

Построение отделения в походный и развёрнутый строй. («Отделение в одну шеренгу - Становись», «Отделение в колону по одному - Становись». «Отделение, шагом (строевым шагом, бегом) - Марш», «Отделение - Стой», «Отделение - Разойдись»). Размыкание и смыкание отделения. Перестроение отделения («Отделение, на первый и второй - Рассчитайсь», «Отделение, по порядку - Рассчитайсь», «Отделение, в две шеренги - Стройся», «Отделение, в одну шеренгу - Стройся»). Перестроение из развёрнутого строя в колонну - «Отделение - Направо». Перестроение из колонны по одному - в колонну по два. Перемена направления движения колонны.

Прохождение в составе подразделения.

Построение в составе подразделения. Прохождение торжественным маршем. Прохождение с песней.

II. Основы огневой подготовки.

Основы и правила стрельбы.

Меры безопасности при выполнении стрельб. Производство выстрела. Элементы выстрела, элементы траектории. Прицеливание. Определение дальности до цели. Определение точки прицеливания. Определение средней точки попадания. Корректирование стрельбы. Решение задач.

Материальная часть оружия.

Назначение, боевые свойства, общее устройство автомата. Работа частей и механизмов автомата. Порядок разборки и сборки автомата. Выполнение норматива по разборке и

сборке автомата. Чистка, смазка и хранение автомата. Осмотр и подготовка автомата к стрельбе, возможные задержки при стрельбе и способы их устранения.

Виды боеприпасов и их применение.

Устройство патрона. Виды пуль и их назначение. Ручные осколочные гранаты. Назначение и боевые свойства гранат. Приёмы и правила заряжания и метания гранат. Меры безопасности при обращении с боеприпасами.

Выполнение стрельб из пневматического оружия.

Меры безопасности при выполнении стрельб. Заряжание и разряжание оружия. Изготовка к стрельбе. Производство стрельбы. Прекращение стрельбы. Выполнение стрельбы из положения: стоя, сидя с упора, сидя без упора, с колена, лёжа. Проведение зачётных стрельб.

III. Физическая подготовка.

Развитие выносливости, силы и ловкости.

Гимнастика. Вольные упражнения. Отжимание в упоре. Упражнения на гимнастической стенке. Упражнения на гимнастической скамейке. Упражнения на перекладине (подтягивание в висе, поднимание прямых ног к перекладине, подъём переворотом).

Упражнения на брусьях (сгибание и разгибание рук в упоре, поднимание и опускание ног в упоре, угол в упоре). Прыжки ноги врозь через козла и коня в длину **Бег на короткие дистанции.**

Бег на 100, 200 и 400 м. Челночный бег 10х10. бег с ускорением на 40 - 50 м. Бег с низкого и высокого старта.

Преодоление препятствий и ускоренное передвижение.

Комплексная тренировка. Проведение состязаний между кадетами. Проведение состязаний (эстафет) между командами.

Оценка и контроль результатов

Сроки	Виды деятельности	Формы контроля, итог по разделу
Январь-февраль	Огневая подготовка	Соревнования по стрельбе
Март-апрель	Строевая подготовка	Смотр-конкурс строя и песни
Май	Физическая подготовка	Военизированная эстафета

Календарно – тематическое планирование 1-й год обучения

№ п/п	кол. час	Дата проведения.	Тема	Форма занятий	Основные умения и навыки
			Вводное занятие		
1	1		Инструктаж по правилам техники безопасности на кружке. Ознакомление с планом работы кружка Выбор командного состава. Распределение по отделениям, знакомство с обязанностями.	Рассказ, беседа	Ознакомления с мерами безопасности при выполнении практических работ. Утверждение плана работы кружка. Распределение обязанностей командиров отрядов.
2	1		Общие положения. Строй и его элементы.	Рассказ, показ	Знакомство с основными понятиями: «строй», «шеренга», «колонна», «фланг», «тыл», «глубина строя» и т.д.
3	1		Меры безопасности при выполнении стрельб	Рассказ. тренировка	Требование безопасности при обращении с оружием и боеприпасами.
4	1		Строй и управление ими.	Рассказ, показ	Управление строем. Команды и приказания подаваемые голосом.
5	1		Заряжание и разряжание оружия. Изготовка к стрельбе	Практическое	Порядок выполнения команд при выполнении команд при изготовке к стрельбе.
6	1		Обязанности перед построением и в строю.	Рассказ, показ	Обязанности командира и кадетов перед построением и в строю.
7	1		Производство выстрела, прицеливание. Прекращение стрельбы.	Лекция	Сведения из внутренней баллистики. Определение выстрела и его элементы.
8	1		Сигналы для управления строем. Сигналы флажками и фонарём.	Рассказ, показ, Практическое	Сигналы управления строем рукой, флажками, фонарём.
9	1		Назначение и устройство АК - 74	Рассказ, показ	Назначение и общее устройство автомата АК-74.
10	1		Строевая стойка и выполнение команд.	Практическое	Выполнение строевой стойки по элементам и в целом. Выполнение команд «Смирно», «Вольно», «Заправиться».
11	1		Выполнение стрельб из пневматической винтовки	Практическое	Тренировка в выполнении практических стрельб из пневматической винтовки.

12	1		Повороты на месте.	Практическое	Выполнение команд повороты на месте по элементам и в целом.
13	1		Порядок разборки и сборки АК-74	Рассказ, показ, практическое	Последовательность разборки и сборки автомата.
14	1		Движение строевым шагом.	Практическое	Выполнение команд по элементам на 4 счёта, на 2 счёта и в целом.
15	1		Разборка и сборке АК-74	Практическое	Тренировка по разборке и сборке автомата.
16	1		Движение строевым шагом	Практическое	Выполнение команд по элементам и в целом. Движение по квадрату.
17	1		Преодоление препятствий и ускоренное передвижение.	Практическое	Тренировка в выполнении элементов военизированной эстафеты.
18	1		Повороты в движении	Практическое	Выполнение приёмов, повороты в движении по элементам и в целом.
19	1		Разборка и сборке АК-74	Практическое	Тренировка по разборке и сборке автомата.
20	1		Выход из строя и возвращение в строй.	Практическое	Тренировка по элементам и в целом.
21	1		Преодоление препятствий и ускоренное передвижение.	Практическое	Тренировка в выполнении элементов военизированной эстафеты.
22	1		Выход из строя и возвращение в строй.	Практическое	Тренировка по элементам и в целом.
23	1		Разборка и сборке АК-74	Практическое	Тренировка по разборке и сборке автомата.
24	1		Выполнение воинского приветствия на месте в головном уборе	Практическое	Выполнение воинского приветствия по элементам на 4 счёта и в целом.
25	1		Виды боеприпасов и их применение.	Рассказ, показ	Боеприпасы применяемые для стрелкового оружия.
26	1		Выполнение воинского приветствия в движении в головном уборе.	Практическое	Выполнение воинского приветствия в движении в головном уборе на 4 счёта и в целом.
27	1		Выполнение воинского приветствия в движении.	Практическое	Выполнение воинского приветствия в движении в головном уборе на 4 счёта и в целом.
28	1		Выполнение воинского приветствия в движении в головном уборе.	Практическое	Выполнение воинского приветствия в движении в головном уборе на 4 счёта и в целом.
29	1		Построение в походный и развёрнутый строй	Практическое	Построение в одношереножный или двухшереножный строй

30	1		Построение в походный и развёрнутый строй.	Практическое	Построение в одношереножный или двухшереножный строй.
31	1		Выполнение стрельб из пневматической винтовки	Практическое	Практическое выполнение стрельбы из пневматической винтовки.
32	1		Перестроение отделения.	1 фактическое	Отработка перестроения отделения в колоннах и шеренгах.
33	1		Прохождение строевым шагом и разучивание строевой песни	Практическое	Тренировка прохождения торжественным маршем и похождение с песней.
34	1		Прохождение строевым шагом и разучивание строевой песни	Практическое	Тренировка прохождения торжественным маршем и похождение с песней.

Календарно – тематическое планирование 2-й год обучения

№	кол.	Дата	Тема	Форма занятий	Основные умения и навыки
			Вводное занятие		
1	1		Инструктаж по правилам техники безопасности на кружке. Ознакомление с планом работы кружка	Рассказ, беседа	Ознакомления с мерами безопасности при выполнении практических работ. Утверждение плана работы кружка.
2	1		Строевая стойка и выполнение команд.	Практическое	Выполнение строевой стойки по элементам и в целом. Выполнение команд «Смирн», «Вольно», «Заправиться», «Головные уборы - СНЯТЬ», «Головные уборы - НАДЕТЬ»
3	1		Меры безопасности при выполнении стрельб	Рассказ, тренировка	Требование безопасности при обращении с оружием и боеприпасами.
4	1		Повороты на месте.	Практическое	Выполнение команд повороты на месте по элементам и в целом.
5	1		Производство выстрела. Прицеливание. Прекращение стрельбы.	Лекция	Сведения из внутренней баллистики. Определение выстрела и его элементы.
6	1		Заряжание и разряжание оружия. Изготовка к стрельбе	Практическое	Порядок выполнения команд при выполнении команд при изготовке к стрельбе.
7	1		Движение строевым шагом.	Практическое	Выполнение команд по элементам на 4 счёта, на 2 счёта и в целом.
8	1		Определение дальности до цели	Практическое	Решение задач по определению дальности
9	1		Повороты в движении	Практическое	Выполнение команд повороты в движении по элементам и в целом. «НА ПРА-ВО», «НА ЛЕ-ВО», «КРУГОМ - МАРШ»

10	1		Выполнение стрельб из пневматической винтовки	Практическое	Тренировка в выполнении практических стрельб из пневматической винтовки.
11	1		Подход к начальнику и отход от него.	Практическое	Выполнение приёмов подход к начальнику, отход от него и возвращение в строй
12	1		Работа частей и механизмов АК - 74	Рассказ показ	Работа частей и механизмов автомата при зарядании и при стрельбе.
13	1		Выполнение воинского приветствия на месте и в движении.	Практическое	Выполнение воинского приветствия по элементам на 4 счёта и в целом.
14	1		Выполнение стрельб из пневматической винтовки	Практическое	Тренировка в выполнении практических стрельб из пневматической винтовки.
15	1		Построение в походный и развёрнутый строй.	Практическое	Построение в одношереножный или двухшереножный строй.
16	1		Развитие выносливости, силы, ловкости.	Практическое	Тренировка по лыжной подготовке
17	1		Перестроение отделения.	Практическое	Отработка перестроения отделения в колоннах и шеренгах.
18	1		Порядок разборки и сборки АК-74	Рассказ, показ, практическое	Последовательность разборки и сборки автомата.
19	1		Прохождение строевым шагом и разучивание строевой песни	Практическое	Тренировка прохождения торжественным маршем и похождение с песней.
20	1		Развитие выносливости, силы и ловкости	Практическое	Сдача зачётов по отжиманию от скамейки и подтягиванию на перекладине.
21	1		Разборка и сборке АК-74	Практическое	Тренировка по разборке и сборке автомата.
22	1		Разборка и сборке АК-74	Практическое	Тренировка по разборке и сборке автомата.
23	1		Прохождение строевым шагом и разучивание строевой песни	Практическое	Тренировка прохождения торжественным маршем и похождение с песней.
24	1		Разборка и сборке АК-74	Практическое	Тренировка по разборке и сборке автомата.
25	1		Прохождение строевым шагом и разучивание строевой песни	Практическое	Тренировка прохождения торжественным маршем и похождение с песней.

26	1		Разборка и сборке АК-74	Практическое	Тренировка по разборке и сборке автомата.
27	1		Прохождение строевым шагом и разучивание строевой песни	Рассказ, показ, практическое	Тренировка прохождения торжественным маршем и похождение с песней.
28	1		Преодоление препятствий и ускоренное передвижение	Практическое	Выполнение элементов военизированной эстафеты.
29	1		Преодоление препятствий и ускоренное передвижение.	Практическое	Проведение соревнования по военизированной эстафете между командами.
30	1		Прохождение строевым шагом и разучивание строевой песни	Практическое	Тренировка прохождения торжественным маршем и похождение с песней.
31	1		Неисправности автомата и способы их устранения.	Рассказ, показ, практическое	Неисправности автомата при стрельбе и способы их устранения.
32	1		Выполнение стрельб из пневматической винтовки	Практическое	Тренировка в выполнении практических стрельб из пневматической винтовки.
33	1		Выполнение стрельб из пневматической винтовки	Практическое	Тренировка в выполнении практических стрельб из пневматической винтовки.
34	1		Выполнение стрельб из пневматической винтовки	Практическое	Тренировка в выполнении практических стрельб из пневматической винтовки.

Календарно – тематическое планирование 3-й год обучения

№ п/п	кол. час	Дата проведения.	Тема	Форма занятий	Основные умения и навыки
			Вводное занятие		
1	1		Инструктаж по правилам техники безопасности на кружке. Ознакомление с планом работы кружка Выбор командного состава. Распределение по отделениям, знакомство с обязанностями.	Рассказ, беседа	Ознакомления с мерами безопасности при выполнении практических работ. Утверждение плана работы кружка. Распределение обязанностей командиров отрядов.
2	1		Меры безопасности при выполнении стрельб	Рассказ, тренировка	Требование безопасности при обращении с оружием и боеприпасами.
3	1		Производство выстрела, прицеливание. Прекращение стрельбы.	Лекция	Сведения из внутренней баллистики. Определение выстрела и его элементы.
4	1		Сигналы для управления строем. Сигналы флажками и фонарём.	Рассказ, показ. Практическое	Сигналы управления строем рукой, флажками, фонарём.
5	1		Определение дальности до цели	Практическое	Решение задач по определению дальности
6	1		Строевая стойка и выполнение команд.	Практическое	Выполнение строевой стойки по элементам и в целом. Выполнение команд «Смирн». «Вольно», «Заправиться», «Головные уборы -СНЯТЬ». «Головные уборы - НАДЕТЬ»
7	1		Определение точки прицеливания.	Практическое	Решение задач по определению точки прицеливания.
8	1		Повороты на месте.	Практическое	Выполнение команд повороты на месте по элементам и в целом.
9	1		Определение средней точки попадания.	Практическое	Решение задач по определению средней точки попадания по 3-м, по 4. по 10 пробоинам
10	1		Движение строевым шагом.	Практическое	Выполнение команд по элементам на 4 счёта, на 2 счёта и в целом.
11	1		Выполнение стрельб из пневматической винтовки	Практическое	Тренировка в выполнении практических стрельб из пневматической винтовки.
					Выполнение команд повороты в движении по элементам

12	1		Повороты в движении	Практическое	и в целом. «НА ПРА-ВО», «НА ЛЕ-ВО», «КРУГОМ - МАРШ»
13	1		Развитие выносливости, силы, ловкости.	Практическое	Тренировка по лыжной подготовке
14	1		Развитие выносливости, силы и ловкости	Практическое	Сдача зачётов по отжиманию от скамейки и подтягиванию на перекладине.
15	1		Разборка и сборке АК-74	Фактическое	Тренировка по разборке и сборке автомата.
16	1		Прохождение строевым шагом и разучивание строевой песни	Практическое	Тренировка прохождения торжественным маршем и похождение с песней.
17	1		Работа частей и механизмов АК - 74	Рассказ показ	Работа частей и механизмов автомата при зарядании и при стрельбе.
18	1		Бег на короткие дистанции.	Практическое	Челночный бег 10 x 10, бег на 60 метров.
19	1		Разборка и сборке АК-74	Рассказ, показ, практическое	Тренировка по разборке и сборке автомата.
20	1		Преодоление препятствий и ускоренное передвижение	Практическое	Выполнение элементов военизированной эстафеты.
21	1		Преодоление препятствий и ускоренное передвижение.	Практическое	Проведение соревнования по военизированной эстафете между командами.
22	1		Неисправности автомата и способы их устранения.	Рассказ, показ, практическое	Неисправности автомата при стрельбе и способы их устранения.
23	1		Корректирование стрельбы.	Практическое	Решение задач по корректированию стрельбы
24	1		Выход из строя и возвращение в строй.	Практическое	Тренировка по элементам и в целом.
25	1		Выполнение стрельб из пневматической винтовки	Практическое	Практическое выполнение стрельбы из пневматической винтовки.
26	1		Подход к начальнику и отход от него.	Практическое	Выполнение приёмов подход к начальнику, отход от него и возвращение в строй
27	1		Выполнение стрельб из пневматической винтовки	Практическое	Практическое выполнение стрельбы из пневматической винтовки.

28	1		Построение в походный и развёрнутый строй.	Практическое	Построение в одношеренговый или двухшереножный строй.
29	1		Выполнение стрельб из пневматической винтовки	Практическое	Практическое выполнение стрельбы из пневматической винтовки.
30	1		Разборка и сборке АК-74	Практическое	Тренировка по разборке и сборке автомата.
31	1		Прохождение строевым шагом и разучивание строевой песни	Практическое	Тренировка прохождения торжественным маршем и похождение с песней.
32	1		Выполнение стрельб из пневматической винтовки	Практическое	Практическое выполнение стрельбы из пневматической винтовки.
33	1		Размыкание и смыкание отделения.	Практическое	Тренировка в размыкании и смыкании отделения в шеренгах и колонне.
34	1		Выполнение стрельб из пневматической винтовки	Практическое	Практическое выполнение стрельбы из пневматической винтовки.

Календарно – тематическое планирование 4-й год обучения

№ п/п	кол. час	Дата проведения.	Тема	Форма занятий	Основные умения и навыки
			Вводное занятие		
1	1		Инструктаж по правилам техники безопасности на кружке. Ознакомление с планом работы кружка	Рассказ, беседа	Ознакомления с мерами безопасности при выполнении практических работ. Утверждение плана работы кружка.
2	1		Строевая стойка и выполнение команд.	Практическое	Выполнение строевой стойки по элементам и в целом. Выполнение команд «Смирн», «Вольно», «Заправиться», «Головные уборы -СНЯТЬ», «Головные уборы - НАДЕТЬ»
3	1		Меры безопасности при выполнении стрельб	Рассказ, тренировка	Требование безопасности при обращении с оружием и боеприпасами.
4	1		Повороты на месте.	Практическое	Выполнение команд повороты на месте по элементам и в целом.
5	1		Производство выстрела. Прицеливание. Прекращение стрельбы.	Лекция	Сведения из внутренней баллистики. Определение выстрела и его элементы.
6	1		Заряжание и разряжание оружия. Изготовка к стрельбе	Практическое	Порядок выполнения команд при выполнении команд при изготовке к стрельбе.
7	1		Движение строевым шагом.	Практическое	Выполнение команд по элементам на 4 счёта, на 2 счёта и в целом.
8	1		Определение дальности до цели	Практическое	Решение задач по определению дальности
9	1		Повороты в движении	Практическое	Выполнение команд повороты в движении по элементам и в целом. «НА ПРА-ВО», «НА ЛЕ-ВО», «КРУГОМ - МАРШ»
10	1		Выполнение стрельб из пневматической винтовки	Практическое	Тренировка в выполнении практических стрельб из пневматической винтовки.
11	1		Подход к начальнику и отход от него.	Практическое	Выполнение приёмов подход к начальнику, отход от него и возвращение в строй
12	1		Работа частей и механизмов АК - 74	Рассказ показ	Работа частей и механизмов автомата при заряжании и при стрельбе.

13	1		Выполнение воинского приветствия на месте и в движении.	Практическое	Выполнение воинского приветствия по элементам на 4 счёта и в целом.
14	1		Выполнение стрельб из пневматической винтовки	Практическое	Тренировка в выполнении практических стрельб из пневматической винтовки.
15	1		Построение в походный и развёрнутый строй.	Практическое	Построение в одношереножный или двухшереножный строй.
16	1		Развитие выносливости, силы, ловкости.	Практическое	Тренировка по лыжной подготовке
17	1		Перестроение отделения.	Практическое	Отработка перестроения отделения в колоннах и шеренгах.
18	1		Порядок разборки и сборки АК-74	Рассказ, показ, практическое	Последовательность разборки и сборки автомата.
19	1		Прохождение строевым шагом и разучивание строевой песни	Практическое	Тренировка прохождения торжественным маршем и похождение с песней.
20	1		Развитие выносливости, силы и ловкости	Практическое	Сдача зачётов по отжиманию от скамейки и подтягиванию на перекладине.
21	1		Разборка и сборке АК-74	Практическое	Тренировка по разборке и сборке автомата.
22	1		Разборка и сборке АК-74	Практическое	Тренировка по разборке и сборке автомата.
23	1		Прохождение строевым шагом и разучивание строевой песни	Практическое	Тренировка прохождения торжественным маршем и похождение с песней.
24	1		Разборка и сборке АК-74	Практическое	Тренировка по разборке и сборке автомата.
25	1		Прохождение строевым шагом и разучивание строевой песни	Практическое	Тренировка прохождения торжественным маршем и похождение с песней.
26	1		Разборка и сборке АК-74	Практическое	Тренировка по разборке и сборке автомата.
27	1		Выполнение стрельб из пневматической винтовки	Рассказ, показ, практическое	Тренировка в выполнении практических стрельб из пневматической винтовки.

28	1		Преодоление препятствий и ускоренное передвижение	Практическое	Выполнение элементов военизированной эстафеты.
29	1		Преодоление препятствий и ускоренное передвижение.	Практическое	Проведение соревнования по военизированной эстафете между командами.
30	1		Прохождение строевым шагом и разучивание строевой песни	Практическое	Тренировка прохождения торжественным маршем и похождение с песней.
31	1		Неисправности автомата и способы их устранения.	Рассказ, показ, практическое	Неисправности автомата при стрельбе и способы их устранения.
32	1		Выполнение стрельб из пневматической винтовки	Практическое	Тренировка в выполнении практических стрельб из пневматической винтовки.
33	1		Прохождение строевым шагом и разучивание строевой песни	Практическое	Тренировка прохождения торжественным маршем и похождение с песней.
34	1		Выполнение стрельб из пневматической винтовки	Практическое	Тренировка в выполнении практических стрельб из пневматической винтовки.

Календарно – тематическое планирование 5-й год обучения

№ п/п	кол. час	Дата проведения.	Тема	Форма занятий	Основные умения и навыки
			Вводное занятие		
1	1		Инструктаж по правилам техники безопасности на кружке. Ознакомление с планом работы кружка Выбор командного состава. Распределение по отделениям, знакомство с обязанностями.	Рассказ, беседа	Ознакомления с мерами безопасности при выполнении практических работ. Утверждение плана работы кружка. Распределение обязанностей командиров отрядов.
2	1		Меры безопасности при выполнении стрельб	Рассказ, тренировка	Требование безопасности при обращении с оружием и боеприпасами.
3	1		Производство выстрела, прицеливание. Прекращение стрельбы.	Лекция	Сведения из внутренней баллистики. Определение выстрела и его элементы.
4	1		Сигналы для управления строем. Сигналы флажками и фонарём.	Рассказ, показ. Практическое	Сигналы управления строем рукой, флажками, фонарём.
5	1		Определение дальности до цели	Практическое	Решение задач по определению дальности
6	1		Строевая стойка и выполнение команд.	Практическое	Выполнение строевой стойки по элементам и в целом. Выполнение команд «Смирн», «Вольно», «Заправиться», «Головные уборы -СНЯТЬ», «Головные уборы - НАДЕТЬ»
7	1		Определение точки прицеливания.	Практическое	Решение задач по определению точки прицеливания.
8	1		Повороты на месте.	1 фактическое	Выполнение команд повороты на месте по элементам и в целом.
9	1		Определение средней точки попадания.	Практическое	Решение задач по определению средней точки попадания по 3-м, по 4, по 10 пробоинам
10	1		Движение строевым шагом.	Практическое	Выполнение команд по элементам на 4 счёта, на 2 счёта и в целом.
11	1		Выполнение стрельб из пневматической винтовки	Практическое	Тренировка в выполнении практических стрельб из пневматической винтовки.

12	1		Повороты в движении	Практическое	Выполнение команд повороты в движении по элементам и в целом. «НА ПРА-ВО», «НА ЛЕ-ВО», «КРУГОМ - МАРШ»
13	1		Развитие выносливости, силы, ловкости.	Практическое	Тренировка по лыжной подготовке
14	1		Развитие выносливости, силы и ловкости	Практическое	Сдача зачётов по отжиманию от скамейки и подтягиванию на перекладине.
15	1		Ориентирование на местности	Практическое	Ориентирование по компасу, по небесным светилам, по часам и солнцу.
16	1		Прохождение строевым шагом и разучивание строевой песни	Практическое	Тренировка прохождения торжественным маршем и похождение с песней.
17	1		Работа частей и механизмов АК - 74	Рассказ показ	Работа частей и механизмов автомата при зарядании и при стрельбе.
18	1		Бег на короткие дистанции.	Практическое	Челночный бег 10 x 10, бег на 60 метров.
19	1		Тренировка прохождения торжественным маршем и похождение с песней.	Практическое	Тренировка прохождения торжественным маршем и похождение с песней.
20	1		Преодоление препятствий и ускоренное передвижение	Практическое	Выполнение элементов военизированной эстафеты.
21	1		Преодоление препятствий и ускоренное передвижение.	Практическое	Проведение соревнования по военизированной эстафете между командами.
22	1		Неисправности автомата и способы их устранения.	Рассказ, показ, практическое	Неисправности автомата при стрельбе и способы их устранения.
23	1		Корректирование стрельбы.	Практическое	Решение задач по корректированию стрельбы
24	1		Выход из строя и возвращение в строй.	Практическое	Тренировка по элементам и в целом.
25	1		Выполнение стрельб из пневматической винтовки	Практическое	Практическое выполнение стрельбы из пневматической винтовки.
26	1		Подход к начальнику и отход от него.	Практическое	Выполнение приёмов подход к начальнику, отход от него и возвращение в строй

27	1	Выполнение стрельб из пневматической винтовки	Практическое	Практическое выполнение стрельбы из пневматической винтовки.
28	1	Построение в походный и развёрнутый строй.	Практическое	Построение в одношеренговый или двухшеренговый строй.
29	1	Выполнение стрельб из пневматической винтовки	Практическое	Практическое выполнение стрельбы из пневматической винтовки.
30	1	Разборка и сборке АК-74	Практическое	Тренировка по разборке и сборке автомата.
31	1	Прохождение строевым шагом и разучивание строевой песни	Практическое	Тренировка прохождения торжественным маршем и похождение с песней.
32	1	Выполнение стрельб из пневматической винтовки	Практическое	Практическое выполнение стрельбы из пневматической винтовки.
33	1	Размыкание и смыкание отделения.	Практическое	Тренировка в размыкании и смыкании отделения в шеренгах и колонне.
34	1	Выполнение стрельб из пневматической винтовки	Практическое	Практическое выполнение стрельбы из пневматической винтовки.

МЕТОДИЧЕСКАЯ ЛИТЕРАТУРА ДЛЯ УЧИТЕЛЯ:

1. Ганопольский В.И., Организация и подготовка спортивного туристского похода.,- М.,2011
2. Коструб А.А., Медицинский справочник туриста. -М 2012
3. Куприна Л.Е., Азбука туриста - эколога. -М.,2009
4. Основы безопасности в пешем походе. - М., 2012
5. Основы безопасности жизнедеятельности. - 2009 №1-12
6. Уховский Ф.С. Уроки ориентирования. - М., 2013
7. Энциклопедия туриста. - М., 2013