

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДИВНЕНСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 2
им. Д.В.Непомнящего

РАССМОТРЕНО
Педагогическим советом
МБОУ
Дивненской СОШ № 2
Протокол от 09.09.2024

№ 4

УТВЕРЖДАЮ:

Директор
МБОУ Дивненская СОШ №2
Т.П. Василевская
от 09.09.2024 г. № 227



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

«ПАТРИОТ»

Социально – гуманитарная направленность

Стартовый уровень

Возраст учащихся 10 - 17 лет

Срок реализации программы 1 год

Составитель:
педагог дополнительного
образования
Хрущёв Владимир
Владимирович

Дивный
2024

Раздел 1. «Комплекс основных характеристик программы»

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Патриот» (далее - Программа) разработана в соответствии с нормативно-правовыми документами:

- Федеральный Закон от 29.12.2012 №2 273-ФЗ (ред. от 31.07.2020) «Об образовании в Российской Федерации» (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.08.2020);

- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 29.05.2015 г. № 996-р.;

- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р.

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 30.09.2020 г. №533 «О внесении изменений в порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом министерства просвещения российской федерации от 09.11.2018 г. №196»;

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 г. № 09-3242 «О направлении методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) разработанные Минобрнауки России совместно с ГАОУ ВО «Московский государственный педагогический университет», ФГАУ «Федеральный институт развития образования», АНО ДПО «Открытое образование»;

- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

- Методические рекомендации по разработке и оформлению дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ, разработанные региональным модельным центром дополнительного образования детей Красноярского края, 2021 год;

- Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ (редакция от 31.07.2020) «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями, вступившими в силу с 01.08.2020);

- Устав МБОУ Дивненской СОШ № 2. имени Д.В. Непомнящего

Направленность программы- социально – гуманитарная. На занятиях учащиеся будут изучать историю вооруженных сил России, строевую подготовку, способы оказания первой медицинской помощи, познакомятся с элементами рукопашного боя, видами вооружения Российской армии. Занятия по Программе способствуют социализации и патриотическому воспитанию учащихся.

Новизна и актуальность

Новизна программы в том, что после каждой изученной темы, учащиеся отработывают и закрепляют полученный учебный материал на практике в форме игр, ситуационных задач, эстафет, агитбригады, оформления плакатов, буклетов.

Актуальность Программы определяется запросом со стороны детей и родителей на Программу патриотического воспитания. В связи с отсутствием начальной военной подготовки в общеобразовательных школах и сокращением сроков действительной военной службы по призыву в Вооруженных Силах Российской Федерации, возникает необходимость в военно-профессиональной ориентации и воспитании подростков в системе дополнительного образования до призыва.

Занятия по Программе способствуют развитию у детей и подростков высокой социальной активности, гражданственности и патриотизма, чувства гордости и верности малой Родине, готовности к выполнению гражданского долга и конституционных обязанностей.

Учащиеся программы принимают участие в военно-патриотических играх, конкурсах, фестивалях районного и краевого уровней.

Отличительные особенности. Программа стартового уровня. И включает в себя несколько направлений: воинская честь, строевая подготовка, основы медицинских знаний, виды вооружений, основы рукопашного боя, общефизическая подготовка, гражданско- патриотические мероприятия. На занятиях учитывается индивидуальный темп развития и особенности восприятия детей.

Программа дает возможность получить допрофессиональную военную подготовку, совершенствовать знания и навыки по основам воинской службы и специальной подготовке. Так же планируются выездные занятия, сборы и слеты.

Адресат Программы

Категория детей: дети среднего и старшего школьного возраста, дети с ограниченными возможностями здоровья, в том числе дети-инвалиды. В программе могут заниматься как мальчики, так и девочки. Программа рассчитана на детей, которые планируют свою дальнейшую жизнь связать с вооруженными силами России.

Возраст детей: 10-17 лет.

Наполняемость групп: 1 группа – 15 человек: минимальное 14, максимальное 21.

Предполагаемый состав групп: разновозрастной.

Условия приема детей: набор учащихся в Программу и на вакантные места осуществляется по результатам собеседования.

Срок реализации Программы и объем учебных часов: 1 год обучения, 104 часов, 2 раза в неделю по 4 часа.

Формы обучения: очная.

Режим занятий: 2 раза в неделю по 2 и 1 часа. Продолжительность занятия 45 минут, 15 минут перемена.

1.2 Цель и задачи Программы

Цель: развитие патриотического воспитания учащихся посредством военно-патриотической, военно-спортивной деятельности.

Задачи:

Предметные:

- научить мерам безопасности во время занятий, слетов, соревнований;
- познакомить с воинскими традициями Советской и Российской армии;
- научить основным приемам рукопашного боя;
- научить основным приемам оказания первой медицинской помощи при травмах и ранениях в чрезвычайных ситуациях;
- научить выполнять сборку-разборку автомата АК-74;
- научить правилам выполнения строевой подготовки.

Метапредметные:

- развивать навыки сотрудничества в детско-взрослой команде;
- развивать устойчивый интерес у учащихся к военно-патриотической деятельности.

Личностные:

- развивать наблюдательность, инициативность, исполнительность, дисциплинированность, волевые качества, смелость;
- воспитывать чувство гордости за свою страну и Вооруженные Силы.

Содержание Программы

Учебный план

Таблица 1

№ пп	Содержание разделов и тем	Всего часов	теория	практика	Форма аттестации / контроля
1	Вводное занятие	1	1	-	Опрос, наблюдение
2	История вооруженных сил России	2	1	1	тест
3	Воинская честь	4	2	2	наблюдение
4	Строевая подготовка	26	2	24	Участие в конкурсе
5	Основы медицинских знаний	10	2	8	Выполнение нормативов
6	Виды вооружений	9	1	8	Тест,

					кроссворд, работа по карточкам.
7	Основы рукопашного боя	20	1	19	Выполнение нормативов
8	Общефизическая подготовка	21	1	20	Выполнение нормативов
9	Гражданско-патриотические мероприятия	9	1	8	Участие в фестивале, акциях, мероприятиях.
	Итоговое занятие	2	1	1	Итоговое тестирование
	Всего часов:	104	13	91	

Содержание учебного плана

Тема 1. Вводное занятие. (1ч)

Теория: знакомство с основными разделами программы. Правила безопасного поведения на занятиях. Инструктаж по технике безопасности.

Формы контроля: опрос, наблюдение.

Тема 2. История вооруженных сил России. (2ч)

Теория (2ч): Армия и флот России XX века. Армия России на современном этапе. Виды и рода войск ВС РФ. Вооружение Российской армии на современном этапе. Ракетные войска. Сухопутные войска. Военно-воздушные силы. Военно-морской флот. Пограничные войска. Внутренние войска. Полководцы XX века: Брусилов, Жуков, Рокоссовский, Антонов, Конев. Создание новых видов и родов вооруженных сил. Герои Советского Союза. Военачальники. Героизм женщин.

Практика (2ч): Структура Вооруженных Сил Российской Федерации, викторина.

Формы контроля: тест.

Тема 3. Воинская честь (4ч)

Теория (2ч): Новосёловский район во время ВОВ. Герои земляки Новосёловского района.

Практика (2ч): устные выступления. Кейс «Комплектация современной формы одежды для военнослужащих разных родов войск».

Формы контроля: наблюдение.

Тема 4. Строевая подготовка (26ч)

Теория (2ч): управление строем. Обязанности перед построением и в строю. (Строевая стойка. Выход из строя и возвращение в строй, ответ на приветствие. Отдание воинской чести в движении).

Элементы и виды строя. (Повороты «Налево!», «Направо!», «Кругом!»). Строевой шаг (Походный шаг. Построение в шеренгу, колонну. Перестроения. Движение в колонне в обход, по кругу. Движение в колонну по одному, по два, по три). Строевой шаг. изучение команд в строю. («Становись!», «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно!», «Заправиться!»).

Практика(24ч): отработка элементов строевой подготовки.

Формы контроля: участие в конкурсах и в фестивале военно – патриотической направленности.

Тема 5. Основы медицинских знаний (10ч)

Теория (2ч): Принципы оказания первой медицинской помощи в неотложных ситуациях. (Осмотр места происшествия. Осмотр пострадавшего. Признаки жизни и смерти). Ранения и кровотечения. (Виды ранений. Обработка ран. Виды и правила наложения повязок на раны. Виды кровотечений. Способы остановки кровотечений. Правила наложения жгута. Непрямой массаж сердца и ИВЛ). Травмы опорно-двигательного аппарата. (Вывихи, растяжения, разрывы связок. Переломы конечностей. Оказание первой помощи. Правила наложения шин).

Практика (8ч): отработка и закрепление правил оказания первой медицинской помощи.

Формы контроля: тест, наблюдение, опрос.

Тема 6. Виды вооружений (9ч)

Теория (1ч): История оружия от древних времен до современности. Виды вооружения Российской армии. Автомат Калашникова. АКМ-74. Материальная часть автомата Калашникова. Сборка - разборка автомата АК на время. Автомат Калашникова. АКМ-74

Практика (8ч): кроссворды, работа по карточкам, тест.

Формы контроля: опрос, наблюдение.

Тема 7. Основы рукопашного боя (20ч)

Теория (1ч): История развития рукопашного боя в России. Виды рукопашного боя.

Практика (19ч): Отработка элементов страховки.(Страховка при падении на бок. Страховка при падении на спину. Страховка при выполнении бросков и приемов). Ударной техники. (Техника ударов руками. Техника ударов ногами). Техники захватов.(Захваты за одежду. Освобождение от захватов).

Бросковой техники. (Бросок «через бедро». Бросок «передняя подножка». Бросок «задняя подножка». Бросок «подсечка». Бросок «отхватом»).

Боевых приемов. (Защита от удара ножом снизу, сверху, сбоку. Защита от угрозы холодным оружием. Материальная часть автомата Калашникова).

Формы контроля: наблюдение, опрос.

Тема 8. Общефизическая подготовка (21ч)

Теория (1ч): Инструктаж по технике безопасности. Бег на дистанции 100 и 1500 м, отжимание от пола, подтягивание на перекладине, подъём туловища из положения «лёжа», упражнения на гибкость.

Спортивные игры (баскетбол, волейбол, футбол, подвижные игры), упражнения для развития ловкости, силы, выносливости.

Практика (20ч): отработка ловкости, силы, выносливости.

Формы контроля: выполнение нормативов.

Тема 9. Гражданско- патриотические мероприятия (9ч)

Теория (1ч): Волонтерское движение.

Практика (8ч): участие и проведение фестивалей художественного творчества среди юнармейских отрядов различного уровня, акциях.

Форма контроля: анкета, подведение итога (сколько ребят приняло участие в мероприятиях.)

Итоговое занятие – (2 ч)

1.4. Планируемые результаты

Предметные:

- научатся мерам безопасности во время занятий, слетов, соревнований;
- познакомятся с воинскими традициями Советской и Российской армии;
- научатся основным приемам рукопашного боя;
- научатся основным приемам оказания первой медицинской помощи при травмах и ранениях в чрезвычайных ситуациях;
- научатся выполнять сборку-разборку автомата АК-74;
- научатся правилам выполнения строевой подготовки.

Метапредметные:

- развитие навыков сотрудничества в детско-взрослой команде;
- развитие устойчивого интереса у учащихся к военно - патриотической деятельности.

Личностные:

- развитие наблюдательности, инициативности, исполнительности, дисциплинированности, волевых качеств, смелости;
- воспитание чувства гордости за свою страну и Вооруженные Силы.

Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий

Календарный учебный график

Таблица 3

№ п/п	Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий	Сроки приведения промежуточной и итоговой аттестации
1	2023-2024	01.11.2023	24.05.2024	26	52	104	2 раза в неделю по 2 часа	Итоговая 19.05.2024-20.05.2024

2.2. Условия реализации Программы

Материально-техническое обеспечение:

- Учебный кабинет - комната «Юнармейца»;
- плазменный телевизор;

- автоматы – макет АК – 74;
- гимнастические маты;
- противогазы;
- комплект химзащиты ОЗК;
- носилки санитарные;
- медицинская аптечка;
- кровоостанавливающий жгут;
- шина;
- перевязочный материал;
- плакаты;
- воинский устав по строевой подготовке;
- методическая литература;
- форма военная (комуфляж);
- форма Юнармейская.

Информационное обеспечение

- учебно-методическая литература
- ресурсы интернет: сайт <https://yunarmy.ru> тематические сообщества в социальных сетях : <https://vk.com/un.armia> , <https://vk.com/yunarmikrsk> , <https://vk.com/yunarminovosel> , <https://vk.com/public193353099>
- инструкции по технике безопасности;
- демонстративный и раздаточный материал.

Кадровое обеспечение Программы. Программа реализуется педагогом дополнительного образования военно-патриотического направления Хрущёвым Владимиром Владимировичем, опыт работы 27 лет.

Образование: 1983г.- Ачинское Военное Авиационно-техническое училище им.60-летия ВЛКСМ,техник-механик по самолётам и двигателям.

2017г. –переподготовка АНО ВПО г.Санкт-Петербург, «преподаватель-организатор ОБЖ».

2.3. Формы аттестации и оценочные материалы

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов: тест, протокол промежуточной и итоговой аттестации, карта отслеживания результатов, журнал учета работы педагога дополнительного образования, грамота, диплом, журнал по ТБ.

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов: проведение спортивных соревнований, разработка и изготовление агитационных флаеров, буклетов, листовок, социальной рекламы, рекомендаций и презентаций, организация и проведение рейдов, практические занятия, самостоятельная работа, совместная работа с районными волонтерскими организациями, оказание помощи пожилым.

Оценочные материалы

- **входной контроль** проводится в начале года для оценки уровня образовательных возможностей детей в форме: собеседование;

- **текущий контроль** проводится в течение года в форме: опрос, наблюдение, самостоятельная работа;

- **итоговый контроль** проводится в конце года в форме: самостоятельная работа, тестирование.

Уровни освоения содержания программы

Высокий уровень: ребенок выполняет все предложенные задания самостоятельно.

Средний уровень: ребенок выполняет самостоятельно и с частичной помощью педагога все предложенные задания

Низкий уровень: ребенок не может выполнить все предложенные задания, только с помощью педагога выполняет некоторые предложенные задания.

2.4. Методические материалы

Особенности организации образовательного процесса: очно.

Методы обучения: словесный, наглядный, практический.

Методы воспитания: убеждение, поощрение, упражнение, стимулирование, мотивация.

Формы организации образовательного процесса: групповая, фронтальная, индивидуальная.

Формы организации учебного занятия: акция, беседа, открытое занятие, практическое занятие, ознакомительное занятие, комбинированное занятие, учебно-тренировочные занятия, занятие игра.

Педагогические технологии: здоровьесберегающая технология.

Алгоритм учебного занятия: вводная часть, основная часть, заключительная часть.

Дидактические материалы: топографические знаки, компас, медицинская аптечка, иллюстративный материал, стенды, юнармейская форма, технические средства обучения, фото- и видеоматериалы сети Интернет.

2.5. Список литературы

Список литературы, рекомендованный педагогам

1. И. А. Пашкович. Патриотическое воспитание: система работы, планирование, конспекты уроков, разработки занятий. - Волгоград 2006.
2. А. А. Обухова. Патриотическое воспитание подрастающего поколения: Методическое пособие.- Воронеж.2006. –166с.
3. Педагогика. Психология. Управление. Мы - патриоты! Классные часы и внеклассные мероприятия: 1-11 классы. - М.: ВАКО, 2006. 368с.
4. А. Т. Смирнов, Б. И. Мишин. Методические материалы и документы по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности»: Кн. для учителя. – М.: Просвещение, 2001. –160с.

5. Ю. А. Науменко, А. И. Аверин, И. Ф. Выдрин, Н. К. Ендовицкий. Начальная военная подготовка: Учеб. Для учащихся 10-11 кл.- 8-е издание, испр.-М.: Просвещение, 1985. –265с.

6. Г. Я. Чернышов. Военные знания: Ежемесячный научно-популярный журнал: - М.: ООО «Редакция журнала «Военные знания»»: ГУП. «ИПК» Московская правда», 2002-2008 - 50с.

7. .Физическая подготовка «Рукопашный бой» методические рекомендации МО РФ 2000г.

Список литературы, рекомендованной родителям

1. Ю. Л. Воробьев, М. П. Фролов, Е. Н. Литвинов, А. Т. Смирнов. Основы безопасности жизнедеятельности: 6 кл. Учеб. для общеобразоват. учреждений. – М.: ООО «Издательство АСТ», ООО «Издательство Астрель», 2004.-206с.:ил.

2. Ю. Л. Воробьев, М. П. Фролов, Е. Н. Литвинов, А. Т. Смирнов. Основы безопасности жизнедеятельности: 7 кл. Учеб. для общеобразоват. учреждений. – М.: ООО «Издательство АСТ», ООО «Издательство Астрель», 2013.-158с.:ил.

Список литературы, рекомендованной учащимся

1. Ю. Л. Воробьев, М. П. Фролов, Е. Н. Литвинов, А. Т. Смирнов. Основы безопасности жизнедеятельности: 8 кл. Учеб. для общеобразоват. учреждений. – М.: ООО «Издательство АСТ», ООО «Издательство Астрель», 2013.-206с.:ил.

2. Физкультура! Физкультура!: Учеб.для учащихся 5-7 кл. общеобразоват. учреждений. - М.: Просвещение, 1999.- 141с.

Поурочное планирование

№ п/п	Дата проведения	Время проведения занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Формы
1		19.00-20.00	1	Вводное. знакомство с основными разделами программы. Правила безопасного поведения на занятиях. Инструктаж по технике безопасности.	Т
2		20.00-21.00	1	Армия и флот России XX века. Армия России на современном этапе. Виды и рода войск ВС РФ. Вооружение Российской армии на современном этапе. Ракетные войска. Сухопутные войска. Военно-воздушные силы. Военно-морской флот. Пограничные войска. Внутренние войска.	Т
3		19.00-20.00	1	Полководцы XX века: Брусилов, Жуков, Рокоссовский, Антонов, Конев. Герои Советского Союза. Военачальники.	Т

				Героизм женщин. . Создание новых видов и родов вооруженных сил.	
4		20.00-21.00	1	Новосёловский район во время ВОВ	т
5		19.00-20.00	1	Герои земляки Новосёловского района.	т
6		20.00-21.00	1	устные выступления. Кейс «Комплектация современной формы одежды для военнослужащих разных родов войск».	пр
7		19.00-20.00	1	устные выступления. Кейс «Комплектация современной формы одежды для военнослужащих разных родов войск».	пр
8		20.00-21.00	1	управление строем. Обязанности перед построением и в строю. (Строевая стойка. Выход из строя и возвращение в строй, ответ на приветствие. Отдание воинской чести в движении).	т
9		19.00-20.00	1	Элементы и виды строя. (Повороты «Налево!», «Направо!», «Кругом!»). Строевой шаг (Походный шаг. Построение в шеренгу, колонну. Перестроения. Движение в колонне в обход, по кругу. Движение в колонну по одному, по два, по три). Строевой шаг. изучение команд в строю. («Становись!», «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно!», «Заправиться!»).	т
10		20.00-21.00	1	отработка элементов строевой подготовки.	пр
11		19.00-20.00	1	отработка элементов строевой подготовки.	пр
12		20.00-21.00	1	отработка элементов строевой подготовки.	пр
13		19.00-20.00	1	отработка элементов строевой подготовки.	пр

14		20.00-21.00	1	отработка подготовки.	элементов	строевой	пр
15		19.00-20.00	1	отработка подготовки.	элементов	строевой	пр
16		20.00-21.00	1	отработка подготовки.	элементов	строевой	пр
17		19.00-20.00	1	отработка подготовки.	элементов	строевой	пр
18		20.00-21.00	1	отработка подготовки.	элементов	строевой	пр
19		19.00-20.00	1	отработка подготовки.	элементов	строевой	пр
20		20.00-21.00	1	отработка подготовки.	элементов	строевой	пр
21		19.00-20.00	1	отработка подготовки.	элементов	строевой	пр
22		20.00-21.00	1	отработка подготовки.	элементов	строевой	пр
23		19.00-20.00	1	отработка подготовки.	элементов	строевой	пр
24		20.00-21.00	1	отработка подготовки.	элементов	строевой	пр
25		19.00-20.00	1	отработка подготовки.	элементов	строевой	пр
26		20.00-21.00	1	отработка подготовки.	элементов	строевой	пр
27		19.00-20.00	1	отработка подготовки.	элементов	строевой	пр

28		20.00-21.00	1	отработка элементов строевой подготовки.	пр
29		19.00-20.00	1	отработка элементов строевой подготовки.	пр
30		20.00-21.00	1	отработка элементов строевой подготовки.	пр
31		19.00-20.00	1	отработка элементов строевой подготовки.	пр
32		20.00-21.00	1	отработка элементов строевой подготовки.	пр
33		19.00-20.00	1	отработка элементов строевой подготовки.	пр
34		20.00-21.00	1	Принципы оказания первой медицинской помощи в неотложных ситуациях. (Осмотр места происшествия. Осмотр пострадавшего. Признаки жизни и смерти). Ранения и кровотечения. (Виды ранений. Обработка ран. Виды и правила наложения повязок на раны.	т
35		19.00-20.00	1	Принципы оказания первой медицинской помощи в неотложных ситуациях. (Осмотр места происшествия. Осмотр пострадавшего. Признаки жизни и смерти). Ранения и кровотечения. (Виды ранений. Обработка ран. Виды и правила наложения повязок на раны.	т
36		20.00-21.00	1	Виды кровотечений. Способы остановки кровотечений. Правила наложения жгута. Непрямой массаж сердца и ИВЛ). Травмы опорно-двигательного аппарата. (Вывихи, растяжения, разрывы связок. Переломы конечностей. Оказание первой помощи. Правила наложения шин).	т
37		19.00-20.00	1	отработка и закрепление правил оказания первой медицинской помощи.	пр

38		20.00-21.00	1	отработка и закрепление правил оказания первой медицинской помощи.	пр
39		19.00-20.00	1	отработка и закрепление правил оказания первой медицинской помощи.	пр
40		20.00-21.00	1	отработка и закрепление правил оказания первой медицинской помощи.	пр
41		19.00-20.00	1	отработка и закрепление правил оказания первой медицинской помощи.	пр
42		20.00-21.00	1	отработка и закрепление правил оказания первой медицинской помощи.	пр
43		19.00-20.00	1	отработка и закрепление правил оказания первой медицинской помощи.	пр
44		20.00-21.00	1	отработка и закрепление правил оказания первой медицинской помощи.	пр
45		19.00-20.00	1	История оружия от древних времен до современности. Виды вооружения Российской армии. Автомат Калашникова. АКМ-74. Материальная часть автомата Калашникова.	
46		20.00-21.00	1	Сборка - разборка автомата АК на время. Автомат Калашникова. АКМ-74 кроссворды, работа по карточкам, тест	пр
47		19.00-20.00	1	Сборка - разборка автомата АК на время. Автомат Калашникова. АКМ-74 кроссворды, работа по карточкам, тест	пр
48		20.00-21.00	1	Сборка - разборка автомата АК на время. Автомат Калашникова. АКМ-74 кроссворды, работа по карточкам, тест	пр
49		19.00-20.00	1	Сборка - разборка автомата АК на время. Автомат Калашникова. АКМ-74 кроссворды, работа по карточкам, тест	пр
50		20.00-21.00	1	Сборка - разборка автомата АК на время. Автомат Калашникова. АКМ-74 кроссворды, работа по карточкам, тест	пр
51		19.00-20.00	1	Сборка - разборка автомата АК на время. Автомат Калашникова. АКМ-74 кроссворды, работа по карточкам, тест	пр

52		20.00-21.00	1	Сборка - разборка автомата АК на время. Автомат Калашникова. АКМ-74 кроссворды, работа по карточкам, тест	щ
53		19.00-20.00	1	Сборка - разборка автомата АК на время. Автомат Калашникова. АКМ-74 кроссворды, работа по карточкам, тест	щ
54		20.00-21.00	1	История развития рукопашного боя в России. Виды рукопашного боя.	т
55		19.00-20.00	1	Отработка элементов страховки.(Страховка при падении на бок. Страховка при падении на спину. Страховка при выполнении бросков и приемов).Ударной техники. (Техника ударов руками. Техника ударов ногами). Техники захватов.(Захваты за одежду. Освобождение от захватов).	щ
56		20.00-21.00	1	Отработка элементов страховки.(Страховка при падении на бок. Страховка при падении на спину. Страховка при выполнении бросков и приемов).Ударной техники. (Техника ударов руками. Техника ударов ногами). Техники захватов.(Захваты за одежду. Освобождение от захватов).	щ
57		20.00-21.00	1	Отработка элементов страховки.(Страховка при падении на бок. Страховка при падении на спину. Страховка при выполнении бросков и приемов).Ударной техники. (Техника ударов руками. Техника ударов ногами). Техники захватов.(Захваты за одежду. Освобождение от захватов).	щ
58		19.00-20.00	1	Отработка элементов страховки.(Страховка при падении на бок. Страховка при падении на спину. Страховка при выполнении бросков и приемов).Ударной техники. (Техника ударов руками. Техника ударов ногами). Техники захватов.(Захваты за одежду. Освобождение от захватов).	щ

59		20.00-21.00	1	Отработка элементов страховки.(Страховка при падении на бок. Страховка при падении на спину. Страховка при выполнении бросков и приемов).Ударной техники. (Техника ударов руками. Техника ударов ногами). Техники захватов.(Захваты за одежду. Освобождение от захватов).	щ
60		19.00-20.00	1	Отработка элементов страховки.(Страховка при падении на бок. Страховка при падении на спину. Страховка при выполнении бросков и приемов).Ударной техники. (Техника ударов руками. Техника ударов ногами). Техники захватов.(Захваты за одежду. Освобождение от захватов).	щ
61		20.00-21.00	1	Отработка бросковой техники. (Бросок «через бедро». Бросок «передняя подножка». Бросок «задняя подножка». Бросок «подсечка». Бросок «отхватом»).	щ
62		19.00-20.00	1	Отработка бросковой техники. (Бросок «через бедро». Бросок «передняя подножка». Бросок «задняя подножка». Бросок «подсечка». Бросок «отхватом»).	щ
63		20.00-21.00	1	Отработка бросковой техники. (Бросок «через бедро». Бросок «передняя подножка». Бросок «задняя подножка». Бросок «подсечка». Бросок «отхватом»).	щ
64		19.00-20.00	1	Отработка бросковой техники. (Бросок «через бедро». Бросок «передняя подножка». Бросок «задняя подножка». Бросок «подсечка». Бросок «отхватом»).	щ
65		20.00-21.00	1	Отработка бросковой техники. (Бросок «через бедро». Бросок «передняя подножка». Бросок «задняя подножка». Бросок «подсечка». Бросок «отхватом»).	щ

66		19.00-20.00	1	Отработка бросковой техники. (Бросок «через бедро». Бросок «передняя подножка». Бросок «задняя подножка». Бросок «подсечка». Бросок «отхватом»).	пр
67		20.00-21.00	1	Отработка боевых приемов. (Защита от удара ножом снизу, сверху, сбоку. Защита от угрозы холодным оружием.	пр
68		19.00-20.00	1	Отработка боевых приемов. (Защита от удара ножом снизу, сверху, сбоку. Защита от угрозы холодным оружием.	пр
69		20.00-21.00	1	Отработка боевых приемов. (Защита от удара ножом снизу, сверху, сбоку. Защита от угрозы холодным оружием.	пр
70		19.00-20.00	1	Отработка боевых приемов. (Защита от удара ножом снизу, сверху, сбоку. Защита от угрозы холодным оружием.	пр
71		20.00-21.00	1	Отработка боевых приемов. (Защита от удара ножом снизу, сверху, сбоку. Защита от угрозы холодным оружием.	пр
72		19.00-20.00	1	Отработка боевых приемов. (Защита от удара ножом снизу, сверху, сбоку. Защита от угрозы холодным оружием.	пр
73		20.00-21.00	1	Отработка боевых приемов. (Защита от удара ножом снизу, сверху, сбоку. Защита от угрозы холодным оружием.	пр
74		19.00-20.00	1	Инструктаж по технике безопасности. Бег на дистанции 100 и 1500 м, отжимание от пола, подтягивание на перекладине, подъем туловища из положения «лёжа», упражнения на гибкость.	т
75		20.00-21.00	1	Бег на дистанции 100 и 1500 м, отжимание от пола, подтягивание на перекладине, подъем туловища из положения «лёжа», упражнения на гибкость.	пр
76		19.00-20.00	1	Бег на дистанции 100 и 1500 м, отжимание от пола, подтягивание на перекладине, подъем туловища из положения «лёжа», упражнения на гибкость.	пр

77		20.00-21.00	1	Бег на дистанции 100 и 1500 м, отжимание от пола, подтягивание на перекладине, подъем туловища из положения «лёжа», упражнения на гибкость.	пр
78		19.00-20.00	1	Бег на дистанции 100 и 1500 м, отжимание от пола, подтягивание на перекладине, подъем туловища из положения «лёжа», упражнения на гибкость.	пр
79		20.00-21.00	1	Бег на дистанции 100 и 1500 м, отжимание от пола, подтягивание на перекладине, подъем туловища из положения «лёжа», упражнения на гибкость.	пр
80		19.00-20.00	1	Бег на дистанции 100 и 1500 м, отжимание от пола, подтягивание на перекладине, подъем туловища из положения «лёжа», упражнения на гибкость.	пр
81		20.00-21.00	1	Бег на дистанции 100 и 1500 м, отжимание от пола, подтягивание на перекладине, подъем туловища из положения «лёжа», упражнения на гибкость.	пр
82		19.00-20.00	1	Бег на дистанции 100 и 1500 м, отжимание от пола, подтягивание на перекладине, подъем туловища из положения «лёжа», упражнения на гибкость.	пр
83		20.00-21.00	1	Бег на дистанции 100 и 1500 м, отжимание от пола, подтягивание на перекладине, подъем туловища из положения «лёжа», упражнения на гибкость.	пр
84		19.00-20.00	1	Спортивные игры (баскетбол, волейбол, футбол, подвижные игры), упражнения для развития ловкости, силы,	пр

				ВЫНОСЛИВОСТИ.	
85		20.00-21.00	1	Спортивные игры (баскетбол, волейбол, футбол, подвижные игры), упражнения для развития ловкости, силы, выносливости.	пр
86		19.00-20.00	1	Спортивные игры (баскетбол, волейбол, футбол, подвижные игры), упражнения для развития ловкости, силы, выносливости.	пр

87		20.00-21.00		Спортивные игры (баскетбол, волейбол, футбол, подвижные игры), упражнения для развития ловкости, силы, выносливости.	пр
88		19.00-20.00	1	Спортивные игры (баскетбол, волейбол, футбол, подвижные игры), упражнения для развития ловкости, силы, выносливости.	пр
89		20.00-21.00	1	Спортивные игры (баскетбол, волейбол, футбол, подвижные игры), упражнения для развития ловкости, силы, выносливости.	пр
90		19.00-20.00	1	Спортивные игры (баскетбол, волейбол, футбол, подвижные игры), упражнения для развития ловкости, силы, выносливости.	пр
91		20.00-21.00	1	Спортивные игры (баскетбол, волейбол, футбол, подвижные игры), упражнения для развития ловкости, силы, выносливости.	пр
92		19.00-20.00	1	Спортивные игры (баскетбол, волейбол, футбол, подвижные игры), упражнения для развития ловкости, силы, выносливости.	пр

93		20.00-21.00	1	Спортивные игры (баскетбол, волейбол, футбол, подвижные игры), упражнения для развития ловкости, силы, выносливости.	пр
94		19.00-20.00	1	Волонтерское движение.	т
95		20.00-21.00	1	участие и проведение фестивалей художественного творчества среди юнармейских отрядов различного уровня, акциях.	пр
96		19.00-20.00	1	участие и проведение фестивалей художественного творчества среди юнармейских отрядов различного уровня, акциях.	пр
97		20.00-21.00	1	участие и проведение фестивалей художественного творчества среди юнармейских отрядов различного уровня, акциях.	пр
98		19.00-20.00	1	участие и проведение фестивалей художественного творчества среди юнармейских отрядов различного уровня, акциях.	пр
99		20.00-21.00	1	участие и проведение фестивалей художественного творчества среди юнармейских отрядов различного уровня, акциях.	пр
100		19.00-20.00	1	участие и проведение фестивалей художественного творчества среди юнармейских отрядов различного уровня, акциях.	пр
101		20.00-21.00	1	участие и проведение фестивалей художественного творчества среди юнармейских отрядов различного уровня, акциях.	пр
102		19.00-20.00	1	участие и проведение фестивалей художественного творчества среди юнармейских отрядов различного уровня, акциях.	пр

103		20.00-21.00	1	Итоговое занятие	пр
104		19.00-20.00	1	Итоговое занятие	пр