

Муниципальное бюджетное учреждение
дополнительного образования «Детско-юношеский центр»



Принята на заседании
педагогического совета
от 25.05.2020 г
Протокол № 3

Утверждаю:
Директор МБУ ДО
«Детско-юношеский центр»
Хацанович П.Н.
26.05.2020 г



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
социально-педагогической направленности
«Зарница»

Возраст учащихся: 7-12 лет
Срок реализации: 3 года

Разработчик программы:
Карпенко Анна Владимировна, педагог
дополнительного образования первой
категории

г. Междуреченск, 2020 г.

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Зарница» была создана на основании практического опыта проведения городских военно-спортивных игр «Зарница» и «Во славу Отечества». Военно-спортивное и гражданско-патриотическое обучение и воспитание школьников в нашей стране было и будет актуально всегда. Однако практический опыт работы в этой сфере побуждает расширить возрастные рамки и начать более раннее обучение основам начальной военной подготовки, начиная с семилетнего возраста. Это обусловлено запросом как со стороны родителей, которые обеспокоены чрезмерной увлеченностью детей компьютерными играми и хотели бы заинтересовать ребенка деятельностью, которая поможет сформировать чувство ответственности, навык к самодисциплине, предполагает разнообразие двигательной активности; так и со стороны младших школьников, которых привлекает военная тематика, разнообразие направлений, в которых они могли бы испытать свои силы. Младшие школьники, в силу своих возрастных особенностей, более восприимчивы к работе в команде, в коллективе, а также к формированию чувства патриотизма, любви к Родине, к своему краю, к положительному восприятию морально-нравственных ценностей общества.

Направленность программы – социально-педагогическая.

Новизна дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Зарница» в том, что обучение начальной военной подготовке ведется в младшем школьном возрасте.

Актуальность данной программы обусловлена спросом родителей. Отличительные особенности дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Зарница» от таких программ как «Патриот», «Честь имею» и т.п. в том, что обучение ведется с использованием игровых технологий. Контроль за результативностью ведется также при помощи организации командных и коллективных игр и посредством выполнения контрольных нормативов.

Педагогическая целесообразность программы «Зарница» в том, что реализация задач идет через коллективную работу с целенаправленным формированием крепкого, здорового детского коллектива, как базовой среды для формирования необходимых личностных качеств, знаний, умений, навыков каждого учащегося

Цель данной программы - формирование первичных представлений о начальной военной подготовке.

Задачи:

- Личностные:

- развивать умение взаимодействовать в команде;
- формировать у учащихся необходимые навыки ведения здорового образа жизни;
- развивать физическую выносливость и координацию движений;
- развивать логическое мышление

- Предметные:

- познакомить с теоретическими и практическими основами общей физической подготовки;
- освоить навыки ритмопластических движений под музыку;
- дать первичное представление о боевых свойствах и материальной части стрелкового оружия, о правилах его сбережения и хранения, о мерах безопасности при обращении с оружием при проведении стрельб;
- освоить навыки выполнения строевых приемов без оружия на месте и в движении;
- дать первичное представление об основах туристской подготовки;
- познакомить учащихся с теоретическими и практическими основами лыжной подготовки;
- дать первичное представление о топографии;
- освоить базовые навыки плавания

- Метапредметные:

- расширить кругозор учащихся в области географии при освоении ими навыков топографической подготовки;

развивать физической культуру учащихся посредством освоения навыков общей физической подготовки

Обучение по данной программе тесно связано с такими дисциплинами как география, биология, физическая культура, туризм.

Форма обучения – очная, групповая:

1 год обучения- 15 чел

2-3 год обучения – от 12 – 15 чел

Нормативные документы, регламентирующие деятельность по программе:

- Закон Российской Федерации «Об образовании» (Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ);
- Государственная программа РФ «Развитие образования» на 2018 - 2025 гг. (постановление Правительства Российской Федерации от 26 декабря 2017 г. № 1642);
- Приказ Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Концепция развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства РФ от 4 сентября 2014 г. № 1726-р);
- Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы ОО ДОД»;
- Концепция государственной семейной политики в России на период до 2025 г. (от 25.08.2014 г. № 1618-р);
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года (от 29.05.2015 г. № 996-р);
- Устав Муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Детско-юношеский центр»;
- Учебный план Муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Детско-юношеский центр».
- Стратегия государственной национальной политики РФ на период до 2025 г. (от 19.12.2012 г. № 1666);
- Концепция развития дополнительного образования детей (от 4 сентября 2014 г. № 1726-р);
- Концепция государственной семейной политики в России на период до 2025 г. (от 25.08.2014 г. № 1618-р);
- Основы государственной культурной политики (Указ Президента РФ от 24.12.2014 г. № 808);
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года (от 29.05.2015 г. № 996-р);

Основные принципы:

1. Доступность.

Принцип доступности предполагает соотнесение содержания, характера и объема учебного материала с уровнем развития, подготовленности детей.

2. Непрерывность.

На нынешнем этапе образование призвано сформировать у подрастающего поколения устойчивый интерес к постоянному пополнению своего интеллектуального багажа и совершенствованию нравственных чувств.

3. Научность.

Одним из важных принципов программы является ее научность. На основе сведений об истории и культуре родного края.

4. Системность.

Принцип системного подхода, который предполагает анализ взаимодействия различных направлений патриотического воспитания. Этот принцип реализуется в процессе взаимосвязанного формирования представлений ребенка о патриотических чувствах в разных видах деятельности и действенного отношения к окружающему миру.

5. Преемственность.

Патриотическое воспитание дошкольников продолжается в начальной школе.

6. Культуросообразность. Этот принцип выстраивает содержание программы как последовательное усвоение и выработку на этой основе ценностных ориентаций

Уровень содержания программы: 1 год - стартовый; 2-3 год - базовый

Формы организации деятельности детей на занятии: индивидуальная, малые группы, групповая.

Формы проведения учебного занятия: теоретическое занятие, практическое занятие, викторина, уроки мужества, встречи с ветеранами ВОВ, участниками военных конфликтов, военнослужащими, экскурсия, эстафета, соревнования, встреча с интересными людьми, интегрированное занятие, военно-спортивные полевые соревнования и сборы на базе ВСЛ «Ратник» и плавательная практика в бассейне, занятие-зачет.

Методы обучения: словесный, наглядный, практический.

Педагогические технологии:

- технология развивающего обучения
- технология игровой деятельности
- технология проблемного обучения
- технология дистанционного обучения (основные учебные материалы по разделам есть в электронном виде в базе данных программы).

Формы оценки качества знаний: учебно-полевые сборы, теоретическое и практическое тестирование, выполнение входных и итоговых нормативов опрос, зачет, соревнования, викторина, открытые мероприятия.

Для отслеживания результативности образовательного процесса используются следующие виды контроля:

- начальный контроль (сентябрь);
- текущий контроль (в течение всего учебного года);
- промежуточный контроль (декабрь - январь);
- итоговый контроль (апрель-май).

Программа «Зарница» ориентирована на учащихся 7-12 лет и рассчитана на 3 года обучения.

Режим занятий: 2 раза в неделю по 2 ч. За весь период обучения 432 часа.

Продолжительность занятий устанавливается в зависимости от возрастных и психофизиологических особенностей, допустимой нагрузки учащихся с учетом санитарных норм и правил, утвержденных Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 г. № 41 г. Москва "Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей".

Оптимальное количество учащихся в группе – 15 человек.

К обучению по данной программе на 1 год допускаются учащиеся, прошедшие медицинское обследование, подтвержденное справкой от врача и имеющие 1 или 2 группу здоровья. При условии, если ребенок хочет поступить на обучение по данной программе не с 1 года, а со 2 года, то ему кроме предъявления справки, подтверждающей наличие 1 или 2 группы здоровья необходимо сдать все зачеты и нормативы за 1 год обучения.

Ожидаемые результаты:

Личностные результаты:

- разовьют умение взаимодействовать в команде;
- у учащихся сформированы навыки ведения здорового образа жизни;
- разовьют физическую выносливость и координацию движений;
- разовьют способность к логическому мышлению

Предметные результаты:

- учащиеся знакомы с теоретическими и практическими основами общей физической подготовки;
- владеют навыками ритмопластических движений под музыку;
- учащиеся имеют первичное представление о боевых свойствах и материальной части стрелкового оружия, о правилах его сбережения и хранения, о мерах безопасности при обращении с оружием при проведении стрельб;
- владеют навыками выполнения строевых приемов без оружия на месте и в движении;
- учащиеся имеют первичное представление об основах туристской подготовки;
- учащиеся знакомы с теоретическими и практическими основами лыжной подготовки;
- учащиеся имеют первичное представление о топографии;
- владеют базовыми навыками плавания

Метапредметные результаты:

- расширен кругозор учащихся в области географии при освоении ими навыков топографической подготовки;
- развита физическая культура учащихся посредством освоения навыков общей физической подготовки.

Учебный (тематический) план:

1 год обучения

Цель: Ознакомление с начальными знаниями о начальной военной подготовке

Задачи:

- развивать умение работать в коллективе;
- познакомить с теоретическими и практическими основами начальной военной подготовки;
- развивать чувство ритма и темпо-ритма;
- развивать координацию движений;
- дать первичное представление о военной истории Древней Руси;
- развивать интерес к истории родного края

№	Наименование тем и разделов	Количество часов			Форма контроля
		всего	теория	практика	
1.	Вводная часть	2	2	-	Наблюдение
2.	Общая физическая подготовка (ОФП)	18	4	14	Наблюдение Эстафета
3.	Лыжная подготовка	20	8	12	Наблюдение соревнование, эстафета
4.	Строевая подготовка	18	6	12	Наблюдение

5.	Огневая подготовка	18	6	12	Наблюдение Зачет
6.	Логические задачи, шахматы	18	8	10	Наблюдение
7.	Военные истории	18	12	6	Наблюдение ,опрос
8.	Ритмопластика	18	6	12	Наблюдение
9.	Родной край	14	4	10	Наблюдение ,опрос
	Всего:	144	62	82	

Содержание программы: 1 год обучения

Вводное занятие. Инструктаж по безопасности. Правила гигиены тела, тренировочной одежды. Просмотр учебного фильма «Зарница»

Общая физическая подготовка (ОФП)

Теория

Инструктаж по безопасности. Для чего нужно укреплять мышцы. Оценка основных двигательных качеств.

Практика

Тест проверки мышечной силы. Ходьба и бег с изменением темпа движения. Прыжки с места: техника: стойка, работа рук и ног. Подготовительное упражнение на 2 счета Развитие скоростных способностей: бег с ускорением. Знакомство с понятием «интервальный бег»: техника, дыхание, положение корпуса. Команды на начало движения. Команды на окончание движения. Пульсовой замер – правильное выполнение и его роль для самоконтроля состояния своего организма во время выполнения и после завершения физических упражнений. Этапы бега на 30 м: старт, стартовый разбег, финиширование. Бег на 1000 м. Отжимания: знакомство с требованиями НФП – у-НФ-1 «Сгибание и разгибание рук в упоре лежа». Упражнения на пресс: правила безопасности, положение корпуса, дыхание, как работают мышцы брюшного пресса. Игры и эстафеты на закрепление пройденного материала и формирования навыка работы в команде: «Быстрый ловкий, смелый», «Юный следопыт», «Кто быстрее?», «Специальное задание». «Веселые старты», «Дружная команда».

Лыжная подготовка

Теория

Правила поведения и техники безопасности на занятиях по лыжной подготовке. Виды лыж, палок, тренировочной одежды. Подбор лыж, ботинок и палок для тренировочных занятий.

Практика

Подготовительные упражнения в зале. Скользящий шаг на одной лыже. Подготовительное упражнение без использования лыжных палок. Скользящий шаг, лыжные палки за спиной. Скользящий шаг с использованием лыжных палок. Одновременный бесшажный ход на трассе с небольшим уклоном. Техника: работа рук, ног, положение корпуса. Игры и соревнования на закрепление пройденного материала: «Лыжник-чемпион», «Снежная крепость».

Строевая подготовка

Теория

Знакомство с понятиями «строй», «шеренга», «направляющий», «замыкающий», «тыл строя», «фронт строя». Основные термины Строевого устава.

Практика

Строевая стойка: положение головы, корпуса, рук, ног. Построение в одну шеренгу. Выполнение команд «Становись!», «Разойдись!», «Ровняйся», «Смирно». Знакомство с

правилами подачи команд. Подготовительная и исполнительная часть команды. Построение в одну шеренгу. Подготовительное упражнение на 2 счета Расчет по порядку и на «первый», «второй» в одношереножном строю. Повороты на месте. Перестроения из одношереножного строя в двушереножный. Строевой шаг, подготовительные упражнения. Строевой шаг в колонну по одному. Строевой шаг в колонну по два. Строевая песня. Строевой смотр.

Огневая подготовка

Теория

Инструктаж по правилам безопасности. Правила безопасности в стрелковом тире. Устройство пистолета Макарова и его назначение. Положение для стрельбы стоя.. Понятие «цель», «мушка», «спуск». Основные команды для стрельбы. Снаряжение магазина пневматического ПМ.

Практика

Разборка и сборка пневматического пистолета Макарова. Стрельба по мишени № 4 из пневматического пистолета Макарова. Метание мяча на дальность и в цель, техника. Подготовительные упражнения. Совершенствование техники броска. Игры соревновательного характера на закрепление пройденного материала: «Меткий стрелок», «Охотники».

Логические задачи, шахматы

Теория

Шахматные фигуры. Расстановка шахмат на шахматной доске Правила передвижения фигур: пешка конь. Правила передвижения фигур: слон, ладья. Правила передвижения фигур: ферзь, король. Шахматная партия. Дебют. Шах и мат. Защита и нападение. Ничья в шахматах. Логика игры

Практика

Логические задачи с числами. Логические задачи на ассоциации. Сюжетные логические задачи. Задачи на сравнение элементов. Занимательные задачи. Анаграммы. Задачи на исключение лишнего. Задачи на упорядочивание. Задачи-ребусы.

Игра «Маленький гений»

Военные истории

Теория

Истории о воинах и их оружии Древней Руси. «Воин, боец, солдат». Защита в бою – шлем, кольчуга. «Копье, меч, сабля». «Русская дружина». Лук, колчан и стрелы. «Герои военных сражений Древней Руси».

Практика

Интеллектуальные викторины на закрепление пройденного материала.

Ритмопластика

Теория

Что такое искусство. Чувство ритма.

Практика

Постановка корпуса, рук, ног по пяти танцевальным позициям. 5 комплексов партерной гимнастики. Простой экзерсис у станка. Упражнения и игры для формирования ориентации в пространстве. Построение в круг, в одну линию, в две линии. Ритмические игры с бубном для формирования чувства ритма. Основной шаг «полонез» по кругу, квадрату и диагонали. Шаг польки по кругу, квадрату, диагонали. Скрестные шаги. Прыжки с двух ног на две ноги, с одной ноги на две ноги, на одной ноге, с попеременным чередованием ног. Танцевальные ритмические композиции с использованием сценических костюмов и атрибутов.

Родной край

Теория

«Как появился город Междуреченск?». Герб Междуреченска. «Кузнецкий Алатау». Между Томью и Усой. Гимн Междуреченска. Гулливер – символ Междуреченска.

Практика

Интеллектуальные викторины на закрепление пройденного материала.

**Методическое и материально-техническое обеспечение
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Зарница»
1 год обучения**

№	Раздел программы	Формы занятий	Приёмы и методы организации воспитательно-образовательного процесса (в рамках занятия)	Дидактический материал	Материально-техническое оснащение занятий	Формы подведения итогов
1	Общая физическая подготовка (ОФП)	Групповые практические и теоретические занятия на спортивной площадке, в спортивном зале, в учебном классе	Объяснительно-иллюстративный метод, индивидуальная работа, работа в группах	Тест «Мышечная выносливость», Строевой устав РФ, Дроздик В.А. «Дидактический материал по легкой атлетике», Методика классического танца, Буренина А.И. Ритмическая мозаика.	тетради, ручки, видеопроектор, компьютер, набивные мячи, скакалки, эстафетные палочки, конусы, канат, туристические коврики,	Входное тестирование, эстафета «Быстрый, смелый, ловкий», игра «Зарница»
2	Лыжная подготовка	Групповые практические и теоретические занятия на строевом плацу, на спортивной площадке, в учебном классе	Объяснительно-иллюстративный метод, индивидуальная работа, работа в группах	Видео учебное «Скользкий шаг» https://www.youtube.com/watch?v=MPwX526fRN8 Учебный материал «Стойка лыжника» http://fizsport.ru/spuski-na-lyzhakh/osnovnaya-stoika Видео учебное «Одновременный бесшажный ход» https://www.youtube.com/watch?v=UJ0Byx8JRqA	Учебный класс на 15 учащихся, спортивный зал, тетради, ручки, видеопроектор, компьютер, лыжи, лыжные палки и ботинки	эстафета «Снежная крепость»
3	Строевая подготовка	Групповые практические и теоретические занятия на строевом плацу, на спортивной площадке, в учебном классе	Объяснительно-иллюстративный метод, индивидуальная работа, работа в группах	Строевой устав РФ	Строевой плац, учебный класс на 15 учащихся, спортивный класс, тетради, ручки, видеопроектор, компьютер	строевой смотр, «Юнармейский марш» (смотри)
4	Огневая подготовка	Групповые практические и теоретические занятия на спортивной площадке, в стрелковом тире, в учебном классе	Объяснительно-иллюстративный метод, индивидуальная работа, работа в группах	Правила пулевой стрельбы. Программа «Пулевая стрельба», Булочко К.Т. «Способы метания гранат»,	Стрелковый тир, учебный класс на 15 учащихся тетради, ручки, видеопроектор, компьютер, пневматический ПМ, пули для пневматическ	игра «Меткий стрелок», игра «Охотники»

					ого ПМ, защитные очки, сигнальные жилеты, газовые баллоны для пневматического ПМ, пневматическое винтовки МР-512, мишень № 4, пули «Бета», туристические коврики, учебные муляжи гранат, теннисные мячи	
5	Логические задачи, шахматы	Групповые практические и теоретические занятия в учебном классе	Объяснительно-иллюстративный метод, индивидуальная работа, работа в группах	Виртуальная Школа шахмат от начинающего до профессионала, В. Барский «Как научиться играть в шахматы?», Д. Коробицын «Кружок логических задач»	учебный класс на 15 учащихся тетради, ручки, видеопроектор, компьютер	игра «Маленький гений»
6	Военные истории	Групповые практические и теоретические занятия в учебном классе	Объяснительно-иллюстративный метод, индивидуальная работа, работа в группах	задания для игры «Умники и умницы», задания для интеллектуальной викторины	учебный класс на 15 учащихся тетради, ручки, видеопроектор, компьютер	игра «Умники и умницы», интеллектуальные викторины
7	Ритмопластика	Групповые практические и теоретические занятия в спортивном зале, учебном классе	Объяснительно-иллюстративный метод, индивидуальная работа, работа в группах	Методика классического танца, Буренина А.И. Ритмическая мозаика.	учебный класс на 15 учащихся тетради, ручки, видеопроектор, компьютер мобильный хореографический станок, передвижные зеркала	Новогодний бал, зачет
8	Родной край	Групповые практические и теоретические занятия в учебном классе	Объяснительно-иллюстративный метод, индивидуальная работа, работа в группах	Народная энциклопедия «Родной город», «Междуреченск – столица шахтеров»	учебный класс на 15 учащихся тетради, ручки, видеопроектор, компьютер	интеллектуальные викторины

Ожидаемый результат 1 год обучения

- учащиеся разовьют умение работать в коллективе;
- ознакомятся с теоретическими и практическими основами начальной военной подготовки;

- разовьют чувство ритма и темпо-ритма;
- разовьют координацию движений;
- учащиеся будут иметь первичное представление о военной истории Древней Руси;
- разовьют интерес к истории родного края.

**Учебный (тематический) план:
2 год обучения**

Цель: формирование нравственно-патриотических качеств личности.

Задачи:

- закреплять полученные знания по начальной военной подготовке на практике;
- развивать умение взаимодействовать в команде;
- развивать физическую выносливость и координацию движений;
- развивать логическое мышление;
- расширить кругозор учащихся в области географии при освоении ими навыков топографической подготовки

№	Наименование тем и разделов	Количество часов			Форма контроля
		всего	теория	практика	
1.	Вводная часть	2	2	-	Наблюдение
2.	Общая физическая подготовка (ОФП)	18	6	12	Наблюдение Эстафета
3.	Лыжная подготовка	20	6	14	Наблюдение соревнование, эстафета
4.	Строевая подготовка	18	4	14	Наблюдение
5.	Огневая подготовка	18	6	12	Наблюдение Зачет
6.	Логические задачи, шахматы	14	6	8	Наблюдение
7.	Военные истории	14	10	4	Наблюдение, опрос
8.	Ритмопластика	14	4	10	Наблюдение
9.	Азбука топографии	14	6	8	Наблюдение, опрос
10.	Азбука туристской подготовки	12	6	6	Наблюдение, опрос
	Всего:	144	62	82	

**Содержание программы:
2 год обучения**

Вводное занятие.
Теория

Инструктаж по безопасности во время занятий в классе, на спортивной площадке.
Правила безопасности в стрелковом тире.

Общая физическая подготовка (ОФП)

Теория

Правила безопасности на занятиях ОФП. Организация режима дня.

Практика

Оценка основных двигательных качеств:

1. Прыжки на скакалке (1 мин)
2. Бег 30 м на время
3. Прыжки в длину с места
4. Метание теннисного мяча в цель и на дальность
5. Поднимание ног из положения вис на перекладине
6. Отжимания + пресс КСУ - (1 мин) (Отжимания от пола выполняются в соответствии с требованиями НФП – у-НФ-1 «Сгибание и разгибание рук в упоре лежа»).

Тест проверки мышечной силы.

Упражнения на пресс тренировочном ковре. Бег 30 м. Высокий старт. Техника. Подготовительное упражнение. Бег 30 м. Стартовый разбег. Техника: положение и работа корпуса, рук, ног. Прыжки с места. Совершенствование техники прыжка. Бег 400 м. Совершенствование техники бега. Отжимания. Положение корпуса, рук и ног, дыхание. Подтягивание на перекладине, подготовительные упражнения. Перетягивание каната. Игры и соревнования на закрепление пройденного материала: эстафета «Малая полоса препятствий», игра «Я-юнармеец», игра «Зарница»

Лыжная подготовка

Теория

Лыжная подготовка: правила безопасности во время занятий по лыжной подготовке, Подготовка лыж, ботинок, палок.

Практика

Подготовительные упражнения в зале. Спуск по лыжне с уклоном. Положение корпуса, рук, ног. Низкая стойка. Средняя стойка. Высокая стойка. Работа парами. Торможение. Подводящие упражнения «Ласточка», «Цапля». Торможение «плугом». Торможение «упором». Игры и соревнования на закрепление пройденного материала: игра «Ворота», эстафета «Снежная крепость». Соревнования «Лыжник-чемпион».

Строевая подготовка

Теория

Строевой шаг. Подготовительное упражнение на 4 счета в движении в колонне по одному.

Практика

Игра «Люди-шахматы». Выполнение команд «становись», «равняйся», «смирно». Ответ на приветствие. Изменение направления в движении. Повороты в движении. Строевой смотр. Индивидуальная строевая подготовка. Как ухаживать за берцами? «Юнармейский марш» (смотри). Общее торжественное построение.

Огневая подготовка

Теория

Инструктаж по безопасности. Как чистить и хранить оружие? Метание учебных муляжей гранат на дальность.

Практика

Подготовительные упражнения с набивным мячом. Стрельба из пистолета Макарова мишень № 4. Правильный хват. Положение корпуса, рук, ног. Подготовительное упражнение. Разборка-сборка пневматического пистолета Макарова. Снаряжение магазина

к пневматическому ПМ. Метание учебных муляжей гранат в цель из положения «стоя», 10 м. Игры и соревнования на закрепление пройденного материала: игра «Меткий стрелок», игра «Охотники».

Логические задачи, шахматы

Теория

Первый ход в шахматах. Правила игры в дебюте. Шахматные часы. Сравнительная сила игры. Запись шахматной партии. Дебют, середина игры, эндшпиль. Пешечный центр. Оценка позиции.

Практика

Логические задачи. Занимательная арифметика. Фигуры в пространстве. Доскажи словечко. Продолжи ряд. Перестановки.

Военные истории

Теория

Бородинская битва. Отечественная война 1812 года. Наваринское сражение. Герои-юнарымейцы. День неизвестного солдата. День победы.

Практика

Интеллектуальные викторины и игры на закрепление пройденного материала.

Ритмопластика

Теория

Различные жанры в музыке и танца

Практика

Партерная гимнастика: комплексы № 1, № 2, № 3, № 4, № 5. Упражнения у станка. Темпо-ритмические упражнения: «Веселые ладошки», «Танцующие башмачки», «Заяц-барабанщик». Акцентированная ходьба. Ритмические музыкальные упражнения: «Петушок», «Дождик», «Мышка». Движения по залу: «круг», «линия», «расческа», «змеяка». Упражнения на развитие чувства ритма: «Веселый барабанщик», «Музыкальные молоточки», «Бубен». Танцевально-ритмические композиции: «Четыре шага», «Буратино».

Азбука топографии

Теория

Как составить план помещения? Что такое рельеф? Топографические знаки «овраг», «озеро». Топографические знаки «болото», «пески». Понятие «географическая карта». Масштаб карты. Что означают цвета на карте? Географическая карта – источник особой информации. Знакомство с различными видами карт. Как найти себя на карте?

Практика

Игры на закрепление пройденного материала: игра «Юный следопыт», игра «Тропа разведчика».

Азбука туристской подготовки

Теория

Инструктаж по безопасности. Какие нужны шнуры, чтобы держать груз? Узлы: «Встречный», «Заячьи уши», «Морской». Виды туристических палаток. Натягивание шнура между опорами. Установка туристической палатки. Питание в походе. Съедобные и несъедобные растения. Использование альпенштока в походе.

Практика

Дидактическая игра «Лукошко», дидактическая игра «Веселый турист». Полевой выход.

**Методическое и материально-техническое обеспечение
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы**

**«Зарница»
2 год обучения**

№	Раздел программы	Формы занятий	Приёмы и методы организации воспитательно-образовательного процесса (в рамках занятия)	Дидактический материал	Материально-техническое оснащение занятий	Формы подведения итогов
1	Общая физическая подготовка (ОФП)	Групповые практические и теоретические занятия на спортивной площадке, в спортивном зале, в учебном классе	Объяснительно-иллюстративный метод, индивидуальная работа, работа в группах	Тест «Мышечная выносливость», Строевой устав РФ, Дроздик В.А. «Дидактический материал по легкой атлетике», Методика классического танца, Буренина А.И. Ритмическая мозаика.	тетради, ручки, видеопроектор, компьютер, набивные мячи, скакалки, эстафетные палочки, конусы, канат, туристические коврики,	Входное тестирование, эстафета «Быстрый, смелый, ловкий», игра «Зарница»
2	Лыжная подготовка	Групповые практические и теоретические занятия на строевом плацу, на спортивной площадке, в учебном классе, на лыже-роллерной трассе	Объяснительно-иллюстративный метод, индивидуальная работа, работа в группах	Видео учебное «Скользкий шаг» https://www.youtube.com/watch?v=MPwX526fRN8 Учебный материал «Стойка лыжника» http://fizsport.ru/spuski-na-lyzhakh/osnovnaya-stoika Видео учебное «Одновременный бесшажный ход» https://www.youtube.com/watch?v=UJ0Byx8JRqA	Учебный класс на 15 учащихся, спортивный зал, тетради, ручки, видеопроектор, компьютер, лыжи, лыжные палки и ботинки	эстафета «Снежная крепость»
3	Строевая подготовка	Групповые практические и теоретические занятия на строевом плацу, на спортивной площадке, в учебном классе	Объяснительно-иллюстративный метод, индивидуальная работа, работа в группах	Строевой устав РФ	Строевой плац, учебный класс на 15 учащихся, спортивный класс, тетради, ручки, видеопроектор, компьютер	строевой смотр, «Юнармейский марш» (смотр)
4	Огневая подготовка	Групповые практические и теоретические занятия на спортивной площадке, в стрелковом тире, в учебном классе	Объяснительно-иллюстративный метод, индивидуальная работа, работа в группах	Правила пулевой стрельбы. Программа «Пулевая стрельба», Булочко К.Т. «Способы метания гранат»,	Стрелковый тир, учебный класс на 15 учащихся тетради, ручки, видеопроектор, компьютер, пневматический ПМ, пули для пневматического ПМ, защитные очки, сигнальные	игра «Меткий стрелок», игра «Охотники»

					жилеты, газовые баллоны для пневматического ПМ, пневматическое винтовки МР-512, мишень № 4, пули «Бета», туристические коврики, учебные муляжи гранат, теннисные мячи	
5	Логические задачи, шахматы	Групповые практические и теоретические занятия в учебном классе	Объяснительно-иллюстративный метод, индивидуальная работа, работа в группах	Виртуальная Школа шахмат от начинающего до профессионала, В. Барский «Как научиться играть в шахматы?», Д. Коробицын «Кружок логических задач»	учебный класс на 15 учащихся тетради, ручки, видеопроектор, компьютер	игра «Маленький гений»
6	Военные истории	Групповые практические и теоретические занятия в учебном классе	Объяснительно-иллюстративный метод, индивидуальная работа, работа в группах	задания для игры «Умники и умницы», задания для интеллектуальной викторины	учебный класс на 15 учащихся тетради, ручки, видеопроектор, компьютер	игра «Умники и умницы», интеллектуальные викторины
7	Ритмопластика	Групповые практические и теоретические занятия в спортивном зале, учебном классе	Объяснительно-иллюстративный метод, индивидуальная работа, работа в группах	Методика классического танца, Буренина А.И. Ритмическая мозаика.	учебный класс на 15 учащихся тетради, ручки, видеопроектор, компьютер мобильный хореографический станок,, передвижные зеркала	Новогодний бал, зачет
8	Азбука топографии	Групповые практические и теоретические занятия в учебном классе, на спортивной площадке	Объяснительно-иллюстративный метод, индивидуальная работа, работа в группах	«Юный топограф», географические карты, карточки с топографическими знаками	учебный класс на 15 учащихся тетради, ручки, видеопроектор, компьютер, географические карты, карточки с топографическими знаками, линейки, карандаши	игра «Юный следопыт»
9	Азбука туристской подготовки	Групповые практические и теоретические занятия в	Объяснительно-иллюстративный метод, индивидуальная работа,	дидактическая игра «Юный турист»	учебный класс на 15 учащихся тетради, ручки,	Полевой выход

		учебном классе, на спортивной площадке	работа в группах		видеопроектор, туристическая палатка, туристические коврики, веревки	
--	--	--	------------------	--	--	--

Ожидаемый результат 2 год обучения.

- закрепят полученные знания по начальной военной подготовке на практике;
- разовьют умение взаимодействовать в команде;
- разовьют физическую выносливость и координацию движений;
- разовьют логическое мышление;
- учащиеся расширят кругозор в области географии при освоении ими навыков топографической подготовки

Учебный (тематический) план:

3 год обучения

Цель: Расширение первичных представлений о начальной военной подготовке

Задачи:

- формировать у учащихся необходимые навыки ведения здорового образа жизни;
- дать первичное представление о боевых свойствах и материальной части стрелкового оружия, о правилах его сбережения и хранения, о мерах безопасности при обращении с оружием при проведении стрельб;
- освоить навыки выполнения строевых приемов без оружия на месте и в движении;
- дать первичное представление об основах туристской подготовки;
- познакомить учащихся с теоретическими и практическими основами лыжной подготовки;
- дать первичное представление о топографии;
- освоить базовые навыки плавания

№	Наименование тем и разделов	Количество часов			Форма контроля
		всего	теория	практика	
1.	Вводная часть	2	2	-	Наблюдение
2.	Общая физическая подготовка	18	4	14	Наблюдение Эстафета
3.	Лыжная подготовка	20	4	16	Наблюдение соревнование, эстафета
4.	Строевая подготовка	16	4	12	Наблюдение
5.	Огневая подготовка	16	6	10	Наблюдение Зачет
6.	Логические задачи, шахматы	6	6	12	Наблюдение
7.	Военные истории	6	6	12	Наблюдение, опрос
8.	Ритмопластика	2	10	12	Наблюдение

9.	Азбука топографии	6	6	12	Наблюдение, опрос
10.	Азбука туристской подготовки	6	6	12	Наблюдение, опрос
11.	Плавание	6	6	12	Наблюдение
	Всего:	144	52	92	

Содержание программы: 3 год обучения

Вводная часть.

Теория

Инструктаж по правилам безопасности.

Общая физическая подготовка

Теория

Вводное занятие. Инструктаж по безопасности во время занятий.

Практика

Оценка основных двигательных качеств:

1. Прыжки на скакалке (1 мин)
2. Бег 30 м на время
3. Прыжки в длину с места
4. Метание теннисного мяча в цель и на дальность
5. Поднимание ног из положения вис на перекладине
6. Отжимания + пресс КСУ - (1 мин) (Отжимания от пола выполняются в соответствии с требованиями НФП – у-НФ-1 «Сгибание и разгибание рук в упоре лежа»).

Тест проверки мышечной силы.

Упражнения на пресс тренировочном ковре. Бег 60 м с высокого старта. Совершенствование техники бега на короткие дистанции. Переползания и перебежки. Работа в тройках. Перетягивание каната, состав команды (якорь, пул). Подтягивание на перекладине (мальчики). КСУ (девочки). Прыжки с места. Совершенствование техники прыжка. Бег 600 м. Совершенствование техники бега. Бег 60 м на время. Отжимания. Положение корпуса, рук и ног, дыхание. Бег 1000 м Соревнования и игры на закрепление пройденного материала. Эстафета «Малая полоса препятствий», игра «Зарница».

Лыжная подготовка

Теория

Инструктаж по безопасности. Подготовка лыж, палок, ботинок.

Практика

Подготовительные упражнения в зале. Движение по кругу. Коньковые ходы. Подготовительные упражнения. Подъем в гору способами «лесенка» и «елочка». Одновременный одношажный коньковый ход. Игры и соревнования для закрепления пройденного материала: эстафета «Снежная крепость», бег 1000 м. Дидактическая игра «Чемпион».

Строевая подготовка

Теория

Инструктаж по безопасности. Строевые приемы на месте. Строевые команды.

Практика

Размыкание от середины одношереножного строя. Разделение на 10 подготовительных элементов. Тренировка умения держать единый интервал и дистанцию. Солдатский быт: подшивание подворотничков. Подгонка обмундирования. Перебежки и переползания со

снаряжением. Строевая песня. Прохождение со строевой песней. Строевой смотр. Дидактическая игра «Аты-баты, шли солдаты!» «Юнармейский марш» (смотри).

Огневая подготовка

Теория

Инструктаж по безопасности.

Практика

Метание учебных муляжей гранат на дальность с положения стоя. Подготовительное упражнение с разбегом. Подготовительные упражнения с набивным мячом. Разборка-сборка пневматического пистолета Макарова. Метание учебных муляжей гранат в цель из положения «лежа» Стрельба из пистолета Макарова, мишень № 4. Совершенствование техники стрельбы. Метание мяча в цель. Совершенствование техники броска. Устройство пневматической винтовки МР-512. Подготовительные упражнения для стрельбы из пневматической винтовки МР-512. Стрельба из пневматической винтовки (мишень № 4) Метание учебных муляжей гранат на дальность и в цель. Стрельба из пистолета Макарова. Грудная мишень. Метание мяча в цель. Стрельба из пистолета Макарова по падающим мишеням. Игры и соревнования для закрепления пройденного материала: игра «Снайпер», игра «Меткий стрелок».

Логические задачи, шахматы

Теория

Затруднительные ситуации. Правила игры в метельшпиле

Практика

Логические задачи с числами. Игры на соответствие. Обратный ход. Задачи с геометрическими фигурами. Задачи с объемами. Кто больше? Может ли такое быть? Перебор вариантов. Про время. Решение задач и этюдов. Шахматные комбинации. Атака на короля. Ладья против коня. Ферзь против ладьи. Пешка против ферзя. Игра «Маленький гений».

Военные истории

Теория

История об одежде и вооружении древнерусских воинов: «Шлем, меч, кольчуга». «Колонтарь, юшман, тегилый». «Метательные снаряды». «Победный май».

Практика

Интеллектуальные игры и викторины на закрепление пройденного материала: «Умники и умницы».

Ритмопластика

Теория

Инструктаж по безопасности. Правила поведения в танце.

Практика

Поклон, приветствие. Упражнения на развитие и укрепление голеностопа. Партерная гимнастика. Новогодний бал. Ритм, координация. Акцентированная ходьба. Комбинации перестроений. Упражнения на укрепление мышц шеи и плечевого пояса, упражнения у станка. Упражнения на гибкость спины. Упражнения на развитие темпо-ритма. Танцевально-ритмические композиции: «Сюрприз для Деда Мороза», «Два веселых гуся».

Азбука топографии

Теория

Топографические знаки «холм», «кустарник». Топографические знаки «хвойный лес», «лиственный лес», «смешанный лес». Топографические знаки «лесная тропа», «мост», «река». Топографические знаки «железная дорога», «железнодорожный мост». План, схема. Чтение схемы. Топографические знаки «болото», «овраг», «домик лесника». Как наносить топографические знаки на карту? Чтение карты

Практика

Игры на закрепление пройденного материала: игра «Юный следопыт», дидактическая игра «Топографические знаки»

Азбука туристской подготовки

Теория

Инструктаж по безопасности. Определение сторон света по компасу. Ориентирование по карте. Как разжечь костер? Одежда и обувь для похода. Как сушить мокрую одежду и обувь. Первая помощь при порезах. Туристический рюкзак. Натягивание веревки между 2 опорами. Питание в походе. Составление меню.

Практика

Ориентирование по компасу и по карте. Установка туристической палатки. Полевой выход.

Плавание

Теория

Инструктаж по безопасности. Как выбрать очки для плавания. Что нужно для бассейна?

Практика

Плавание кролем, подводящие упражнения «сухое плавание». Упражнение на 4 счета, «стрела», моторчик», «я пускаю пузыри». Упражнение с использованием надувного круга скольжение в воде с работой руками способом «гребок на себя». Упражнения с использованием плавательной доски. Плавание 25 метров с использованием надувного круга или плавательной доски.

Методическое и материально-техническое обеспечение дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Зарница» 3 год обучения

№	Раздел программы	Формы занятий	Приёмы и методы организации воспитательно-образовательного процесса (в рамках занятия)	Дидактический материал	Материально-техническое оснащение занятий	Формы подведения итогов
1	Общая физическая подготовка (ОФП)	Групповые практические и теоретические занятия на спортивной площадке, в спортивном зале, в учебном классе	Объяснительно-иллюстративный метод, индивидуальная работа, работа в группах	Тест «Мышечная выносливость», Строевой устав РФ, Дроздик В.А. «Дидактический материал по легкой атлетике», Методика классического танца, Буренина А.И. Ритмическая мозаика.	тетради, ручки, видеопроектор, компьютер, набивные мячи, скакалки, эстафетные палочки, конусы, канат, туристические коврики,	Входное тестирование, эстафета «Быстрый, смелый, ловкий», игра «Зарница»
2	Лыжная подготовка	Групповые практические и теоретические занятия на строевом плацу, на спортивной площадке, в учебном классе, на лыже-роллерной трассе	Объяснительно-иллюстративный метод, индивидуальная работа, работа в группах	Видео учебное «Скользкий шаг» https://www.youtube.com/watch?v=MPwX526fRN8 Учебный материал «Стойка лыжника» http://fizsport.ru/spuski-na-lyzhakh/osnovnaya-stoika Видео учебное «Одновременный бесшапный ход» https://www.youtube.com/watch?v=UJ0Vyx8JRqA . Дидактическая игра «Чемпион»	Учебный класс на 15 учащихся, спортивный зал, тетради, ручки, видеопроектор, компьютер, лыжи, лыжные палки и ботинки	эстафета «Снежная крепость», соревнования «Лыжник-чемпион», дидактическая игра «Чемпион»

3	Строевая подготовка	Групповые практические и теоретические занятия на строевом плацу, на спортивной площадке, в учебном классе	Объяснительно-иллюстративный метод, индивидуальная работа, работа в группах	Строевой устав РФ	Строевой плац, учебный класс на 15 учащихся, спортивный класс, тетради, ручки, видеопроектор, компьютер	строевой смотр, «Юнармейский марш» (смотр)
4	Огневая подготовка	Групповые практические и теоретические занятия на спортивной площадке, в стрелковом тире, в учебном классе	Объяснительно-иллюстративный метод, индивидуальная работа, работа в группах	Правила пулевой стрельбы. Программа «Пулевая стрельба», Булочко К.Т. «Способы метания гранат»,	Стрелковый тир, учебный класс на 15 учащихся тетради, ручки, видеопроектор, компьютер, пневматический ПМ, пули для пневматического ПМ, защитные очки, сигнальные жилеты, газовые баллоны для пневматического ПМ, пневматические винтовки МР-512, мишень № 4, пули «Бета», туристические коврики, учебные муляжи гранат, теннисные мячи	игра «Меткий стрелок», игра «Охотники»
5	Логические задачи, шахматы	Групповые практические и теоретические занятия в учебном классе	Объяснительно-иллюстративный метод, индивидуальная работа, работа в группах	Виртуальная Школа шахмат от начинающего до профессионала, В. Барский «Как научиться играть в шахматы?», Д. Коробицын «Кружок логических задач»	учебный класс на 15 учащихся тетради, ручки, видеопроектор, компьютер	игра «Маленький гений»
6	Военные истории	Групповые практические и теоретические занятия в учебном классе	Объяснительно-иллюстративный метод, индивидуальная работа, работа в группах	задания для игры «Умники и умницы», задания для интеллектуальной викторины	учебный класс на 15 учащихся тетради, ручки, видеопроектор, компьютер	игра «Умники и умницы», интеллектуальные викторины
7	Ритмопластика	Групповые практические и теоретические	Объяснительно-иллюстративный метод, индивидуальная	Методика классического танца, Буренина А.И. Ритмическая	учебный класс на 15 учащихся тетради,	Новогодний бал, зачет

		ие занятия в спортивном зале, учебном классе	работа, работа в группах	мозаика.	ручки, видеопроектор, компьютер, мобильный хореографический станок,, передвижные зеркала	
8	Азбука топографии	Групповые практические и теоретические занятия в учебном классе, на спортивной площадке	Объяснительно-иллюстративный метод, индивидуальная работа, работа в группах	«Юный топограф», географические карты, карточки с топографическими знаками, дидактическая игра «Топографические знаки»	учебный класс на 15 учащихся тетради, ручки, видеопроектор, компьютер, географические карты, карточки с топографическими знаками, линейки, карандаши	игра «Юный следопыт»
9	Азбука туристской подготовки	Групповые практические и теоретические занятия в учебном классе, на спортивной площадке	Объяснительно-иллюстративный метод, индивидуальная работа, работа в группах	дидактическая игра «Юный турист»	учебный класс на 15 учащихся тетради, ручки, видеопроектор, компьютер, туристическая палатка, туристические коврики, веревки	Полевой выход, соревнования по вязанию узлов, дидактическая игра «Юный турист»
10	Плавание	Групповые практические и теоретические занятия в учебном классе, в спортивном зале, в бассейне «Солнечный»	Объяснительно-иллюстративный метод, индивидуальная работа, работа в группах	учебный класс на 15 учащихся тетради, ручки, видеопроектор, компьютер	учебный класс на 15 учащихся тетради, ручки, видеопроектор, компьютер, очки, плавательная доска, нарукавники надувные или надувной круг	зачет «Сухое плавание», зачет по заплыву на 25 м в бассейне

Ожидаемый результат 3 год обучения

- будут сформированы у учащихся необходимые навыки ведения здорового образа жизни;
- будут иметь представление о боевых свойствах и материальной части стрелкового оружия, о правилах его сбережения и хранения, о мерах безопасности при обращении с оружием при проведении стрельб;
 - будут сформированы навыки выполнения строевых приемов без оружия на месте и в движении;
 - будут иметь представление об основах туристской подготовки;
- познакомятся с теоретическими и практическими основами лыжной подготовки;

- будут иметь представление о топографии;
- учащиеся освоят базовые навыки плавания

Список литературы

Для педагога:

1. Зайцева В.В. Как оценить физические качества детей. – М.: Сфера, 2017. - 84 с.
2. Халилов А. К. Виды и формы организации контроля в физическом воспитании. – М.: Просвещение, 1999.- 68 с.
3. Егоров В.В. Классическая ходьба на лыжах. – М.: Просвещение, 2000. - 110 с.
4. Федоров А.В. Наставления по стрелковому делу. - М.: Просвещение, 1994. -243 с.
5. Шевченко С.А. Основы обучения плаванию. – М. Просвещение,1996.-145 с.

Для учащихся:

1. Смирнов А.А. Классическая ходьба на лыжах. – М.: Просвещение, 2000.- 86 с.
2. Федоров А.В. Наставления по стрелковому делу. - М.: Просвещение, 1994. -243 с.
3. Шевченко С.А. Основы обучения плаванию. - М.: Просвещение, 1996.-145 с.

Приложение № 1

**Календарный учебный график
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы
«Зарница»
1 год обучения**

Группа _____

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	09			лекция	2	Вводное занятие. Инструктаж по безопасности. Правила гигиены тела, тренировочной одежды. Просмотр учебного фильма «Зарница» ТТ	учебный класс	устные вопросы по теме занятия
2	09			фронтальное практическое занятие	2	Ритмопластика: постановка корпуса, рук и ног по первой позиции. Партерная гимнастика: комплекс № 1 ТП	учебный класс	устные вопросы по теме занятия, визуальный контроль, групповое контрольное испытание
3	09			фронтальное практическое занятие	2	ОФП: Оценка основных двигательных качеств. Тест проверки мышечной силы. П Строевая подготовка: Построение в одну шеренгу. Выполнение команды «становись». Подготовительное упражнение на 2 счета. Т	спортивная площадка, строевой плац	групповое контрольное испытание, индивидуальное контрольное испытание
4	09			фронтальное теоретическое занятие, фронтальное практическое занятие	2	Логические задачи, шахматы ТП	учебный класс	устные вопросы по теме занятия, групповое контрольное испытание
5	09			фронтальное теоретическое занятие, фронтальное практическое занятие	2	ОФП: Инструктаж по безопасности на спортивных площадках. Ходьба и бег с изменением темпа движения. ТП	спортивная площадка и строевой плац	устные вопросы по теме занятия, фронтальное контрольное испытание
6	09			музейный урок	2	Военные истории: «Воин, боец, солдат» ТТ	Музей воинской славы	устные вопросы по теме занятия
7	09			фронтальное теоретическое занятие, фронтальное практическое занятие	2	Огневая подготовка: инструктаж по безопасности; Т Строевая подготовка: Выполнение команд «Равняйся», «Смирно». П	спортивная площадка, строевой плац	фронтальное контрольное испытание
8	09			фронтальное практическое занятие	2	Ритмопластика: постановка корпуса, рук и ног по второй позиции. Партерная гимнастика: комплекс № 2 ТП	учебный класс	групповое контрольное испытание

9	10			фронтальное теоретическое занятие, фронтальное практическое занятие	2	ОФП: Ходьба и бег с изменением направления. Строевая подготовка: Построение в одну шеренгу. Интервал построения. ТП	спортивная площадка строевой плац	групповое контрольное испытание
10	10			фронтальное теоретическое занятие	2	Родной край: «Как появился город Междуреченск?» ТТ	учебный класс	групповое контрольное испытание
11	10			соревнования	2	ОФП: Эстафета «Быстрый, смелый, ловкий» ПП	спортивная площадка	протокол соревнований
12	10			фронтальное теоретическое занятие, фронтальное практическое занятие	2	Ритмопластика: упражнения и игры на формирование ориентации в пространстве. Партерная гимнастика: комплекс № 3 ТП	учебный класс	групповое контрольное испытание
13	10			фронтальное теоретическое занятие	2	Огневая подготовка: Правила безопасности в стрелковом тире. Т Строевая подготовка: Основные термины Строевого устава. Т	спортивная площадка, строевой плац	устные вопросы по теме занятия
14	10			фронтальное теоретическое занятие, фронтальное практическое занятие	2	Логические задачи, шахматы ТП	учебный класс	устные вопросы по теме занятия, визуальный контроль, групповое контрольное испытание
15	10			фронтальное практическое занятие	2	ОФП: Прыжки с места. Подготовительное упражнение на 2 счета П Строевая подготовка: Расчет по порядку. П	спортивная площадка, строевой плац	групповое контрольное испытание, устные вопросы по теме занятия
16	10			занятие-экскурсия	2	Военные истории: Защита в бою – шлем, кольчуга. ТТ	Музей воинской славы	устные вопросы по теме занятия
17	11			фронтальное теоретическое занятие, фронтальное практическое занятие	2	Огневая подготовка: Устройство и назначение пневматического пистолета Макарова; Т Логические задачи, шахматы П	стрелковый тир, учебный класс	устные вопросы по теме занятия, групповое контрольное испытание
18	11			фронтальное теоретическое занятие, фронтальное практическое занятие	2	Ритмопластика танцевальная ритмическая композиция к Новому году – основные движения ТП	учебный класс	групповое контрольное испытание
19	11			игра соревновательн	2	ОФП: Игра «Юный следопыт» ПП	спортивная	протокол

				ого характера			площадка	игры
20	11			фронтальное теоретическое занятие	2	Родной край: Герб Междуреченска. ТТ	учебный класс	устные вопросы по теме занятия
21	11			фронтальное теоретическое занятие	2	Огневая подготовка: зачет: «Устройство пистолета Макарова»; Т Логические задачи, шахматы Т	стрелковый тир, строевой плац	устные вопросы по теме занятия
22	11			фронтальное теоретическое занятие	2	Лыжная подготовка: инструктаж по технике безопасности, температурный режим, одежда для тренировок; ТТ	учебный класс	групповое контрольное испытание
23	11			фронтальное практическое занятие	2	Военные истории: Викторина «Воин, боец, солдат»; П Огневая подготовка: Метание мяча в цель – техника. П	строевой плац	протокол викторины, групповое контрольное испытание
24	11			фронтальное теоретическое занятие, фронтальное практическое занятие	2	Ритмопластика: танцевальная ритмическая композиция к Новому году ТП	учебный класс	групповое контрольное испытание
25	12			фронтальное практическое занятие	2	Лыжная подготовка: Подготовка и подбор лыж, палок, ботинок для тренировочных занятий. ПП	учебный класс	визуальный контроль
26	12			фронтальное практическое занятие	2	Родной край: Викторина «Мой город» ПП	учебный класс	Протокол викторины
27	12			фронтальное практическое занятие	2	Лыжная подготовка: Подготовительные упражнения в зале. ПП	спортивный зал	фронтальное контрольное испытание
28	12			зачет	2	Ритмопластика: Новогодний бал – зачет ПП	ДК «Распадский»	зачетная ведомость
29	12			фронтальное теоретическое занятие, фронтальное практическое занятие	2	Лыжная подготовка: Скользящий шаг. Подготовительное упражнение без использования лыжных палок. ТП	лыже-роллерная трасса	групповое контрольное испытание
30	12			фронтальное теоретическое занятие, фронтальное практическое занятие	2	Логические задачи, шахматы ТП	учебный класс	групповое контрольное испытание
31	12			фронтальное теоретическое занятие,	2	Лыжная подготовка: Скользящий шаг. Подсед и	лыже-роллерная	устные вопросы по теме занятия,

				фронтальное практическое занятие		толчок ногой. ТП	трасса	индивидуальное контрольное испытание, визуальный контроль
32	12			экскурсия в музей	2	Военные истории: «Копье, меч, сабля» ТТ	Музей воинской славы	устные вопросы по теме занятия
33	01			фронтальное теоретическое занятие, фронтальное практическое занятие	2	Лыжная подготовка: Скользящий шаг. Лыжные палки за спиной. ТП	лыже-роллерная трасса	индивидуальное контрольное испытание, визуальный контроль
34	01			фронтальное теоретическое занятие, индивидуальное контрольное испытание, визуальный контроль	2	Логические задачи, шахматы ТП	учебный класс	устные вопросы по теме занятия индивидуальное контрольное испытание
35	01			фронтальное теоретическое занятие, фронтальное практическое занятие	2	Лыжная подготовка: Скользящий шаг. Техника работы ног. ТП	лыже-роллерная трасса	индивидуальное контрольное испытание, визуальный контроль
36	01			индивидуальное контрольное испытание, визуальный контроль	2	Строевая подготовка: Перестроения из одношереножного строя в двушереножный. П Огневая подготовка: Метание мяча на дальность П	спортивный зал	групповое и индивидуальное контрольное испытание, визуальный контроль
37	01			фронтальное теоретическое занятие, фронтальное практическое занятие	2	Лыжная подготовка: Одновременный бесшажный ход на трассе с небольшим уклоном. ТП	лыже-роллерная трасса	индивидуальное контрольное испытание, визуальный контроль
38	01			фронтальное теоретическое занятие, фронтальное практическое занятие	2	Ритмопластика: прыжки на одной ноге, с попеременным чередованием ног. Танцевальная ритмическая композиция. Репетиция в костюмах. ТП	учебный класс, спортивный зал	групповое контрольное испытание
39	01			фронтальное теоретическое занятие, фронтальное практическое занятие	2	Логические задачи, шахматы ТП	учебный класс	индивидуальное контрольное испытание, визуальный контроль

40	01			экскурсия в музей	2	Военные истории: «Русская дружина» ТТ	Музей воинской славы	устные вопросы по теме занятия
41	02			фронтальное теоретическое занятие, фронтальное практическое занятие	2	Стрелковая подготовка: Повороты на месте П Огневая подготовка: Как совмещать целик с мушкой? Т	спортивный зал, стрелковый тир	групповое и индивидуальное контрольное испытание, визуальный контроль
42	02			экскурсия в экологический центр «Кузнецкий Алатау»	2	Родной край: «Кузнецкий Алатау» ТТ	экологический центр «Кузнецкий Алатау»	устные вопросы по теме занятия
43	02			фронтальное теоретическое занятие, фронтальное практическое занятие	2	Логические задачи, шахматы. ТП	учебный класс	групповое и индивидуальное контрольное испытание, визуальный контроль
44	02			фронтальное практическое занятие	2	Стрелковая подготовка: Стрелковой шаг, подготовительные упражнения; Т Огневая подготовка: Плавный спуск П	спортивный зал, стрелковый тир	групповое и индивидуальное контрольное испытание, визуальный контроль
45	02			игра соревновательного характера	2	ОФП: Игра «Кто быстрее?» ПП	лыже-роллерная трасса	протокол игры
46	02			викторина, фронтальное теоретическое занятие	2	Военные истории: Викторина «Русская дружина»; П ОФП: Правила закалывания Т	учебный класс	протокол викторины, устные вопросы по теме занятия
47	02			соревнования	2	Лыжная подготовка: соревнования «Лыжник-чемпион» ТП	лыже-роллерная трасса	протокол соревнований
48	02			фронтальное теоретическое занятие, фронтальное практическое занятие	2	Огневая подготовка: стрельба из пневматического пистолета Макарова по мишени №4; Техника метания мяча на дальность с разбегом ПТ	Стрелковый тир	групповое контрольное испытание
49	03			игра соревновательного характера	2	Лыжная подготовка: Игра «Снежная крепость» ПП	спортивная площадка	протокол игры
50	03			фронтальное теоретическое занятие, фронтальное практическое занятие	2	Стрелковая подготовка: Стрелковой шаг в колонну по одному; П Учебный фильм о кремлевских курсантах Т	спортивный зал	групповое контрольное испытание, устные вопросы по теме

51	03			викторина	2	Родной край: Викторина «Между Томью и Усой» ПП	учебный класс	протокол викторины
52	03			Экскурсия в музей	2	Военные истории: Лук, колчан и стрелы ТТ	Музей воинской славы	устные вопросы по теме
53	03			фронтальное теоретическое занятие, фронтальное практическое занятие	2	Строевая подготовка: Строевой шаг в колонну по два ТП	спортивный зал	групповое контрольное испытание, устные вопросы по теме
54	03			фронтальное теоретическое занятие	2	Родной край: Гимн Междуреченска ТТ .	учебный класс	устные вопросы по теме
55	03			фронтальное практическое занятие	2	Военные истории: Викторина «Лук, колчан и стрелы» ПП	учебный класс	протокол викторины
56	03			игра соревновательного характера	2	ОФП: игра «Специальное задание» ПП	спортивная площадка	Протокол игры
57	04			фронтальное теоретическое занятие, фронтальное практическое занятие	2	Строевая подготовка: Строевая песня; Т Огневая подготовка: Метание мяча в цель и на дальность П	учебный класс, спортивная площадка	групповое и индивидуальное контрольное испытание, визуальный контроль
58	04			фронтальное теоретическое занятие	2	Родной край: Гулливер – символ Междуреченска ТТ	учебный класс	устные вопросы по теме
59	04			соревнования	2	ОФП: «Веселые старты» ПП	спортивная площадка, стрелковый тир	протокол соревнований
60	04			фронтальное теоретическое занятие, фронтальное практическое занятие	2	Строевая подготовка: строевые приемы на месте и в движении; Т Огневая подготовка: стрельба по мишени № 4 из пневматического пистолета Макарова П	строевой плац, стрелковый тир	групповое и индивидуальное контрольное испытание, визуальный контроль
61	04			экскурсия в музей	2	Военные истории: «Герои военных сражений Древней Руси» ТТ	Музей воинской славы	устные вопросы по теме
62	04			игра соревновательного характера	2	Огневая подготовка: игра «Меткий стрелок» ПП	стрелковый тир, спортивная площадка	протокол игры
63	04			фронтальное теоретическое занятие, фронтальное практическое	2	Логические истории, шахматы ТП	учебный класс	устные вопросы по теме, групповое и индивидуальное

				занятие				ное контрольное испытание, визуальный контроль
64	04			соревнования	2	ОФП: Эстафета «Дружная команда» ПП	спортивная площадка	протокол соревнований
65	05			фронтальное практическое занятие	2	Строевая подготовка: Строевой смотр ПП	строевой плац	групповое контрольное испытание
66	05			викторина	2	Военные истории: Викторина «Герои военных сражений Древней Руси» ПП	учебный класс	протокол викторины
67	05			интеллектуальная игра	2	Логические задачи, шахматы: игра «Маленький гений» ПП	учебный класс	протокол игры
68	05			игра соревновательного характера	2	Огневая подготовка: игра «Охотники» ПП	спортивная площадка	протокол игры
69	05			фронтальное практическое занятие	2	Ритмопластика: танцевально-ритмическая композиция ПП	спортивный зал	визуальный контроль, групповое и индивидуальное контрольное испытание
70	05			соревнования	2	Огневая подготовка: эстафета «Огневой рубеж» ПП	строевой плац	протокол соревнований
71	05			зачет	2	Ритмопластика: зачет ПП	спортивный зал	зачетная ведомость
72	05			итоговое занятие	2	Строевая подготовка: Подведение итогов, награждение	строевой плац	

Приложение 2

Календарный учебный график
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы
«Зарница»
2 год обучения

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	09			лекция, фронтальное практическое занятие	2	Вводное занятие. Инструктаж по безопасности во время занятий в классе, на спортивной площадке. Правила безопасности в стрелковом тире. ТТ	учебный класс, строевой плац	устные вопросы по теме занятия, групповое контрольное испытание
2	09			экскурсия в музей	2	Военные истории: Бородинская битва. ТТ	Музей воинской славы	устные вопросы по теме занятия
3	09			фронтальное теоретическое и практическое занятие	2	ОФП: оценка основных двигательных качеств. Тест проверки мышечной силы. Азбука топографии: топографические знаки «овраг», «озеро». ПТ	спортивная площадка, учебный класс	индивидуальное контрольное испытание, устные вопросы по теме занятия
4	09			интеллектуальная игра	2	Воинская слава России: игра «Умники и умницы»: «Отечественная война 1812 года». ПП	учебный класс	протокол игры
5	09			фронтальное теоретическое и практическое занятие	2	ОФП: упражнения на пресс тренировочном ковре. Азбука топографии: топографические знаки «болото», «пески». ПТ	спортивная площадка, учебный класс	индивидуальное контрольное испытание, устные вопросы по теме занятия
6	09			интеллектуальная игра	2	Азбука топографии: игра «Пройди путь по карте». ПП	спортивная площадка	протокол игры
7	09			фронтальное теоретическое и практическое занятие	2	Огневая подготовка: метание учебных макетов гранат на дальность. Подготовительные упражнения с набивным мячом. П Строевая подготовка: строевой шаг. Подготовительное упражнение на 4 счета в движении в колонне по одному. Т	спортивная площадка, строевой плац	групповое контрольное испытание
8	09			занятие игрового характера	2	Строевая подготовка: игра «Люди-шахматы». ПП	строевой плац	протокол игры
9	10			фронтальное теоретическое и практическое занятие	2	ОФП: бег 30 м. Стартовый разбег. Техника: положение и работа корпуса, рук, ног. П Топографическая подготовка: понятие «географическая карта». План, схема, карта. Т	спортивная площадка, учебный класс	групповое контрольное испытание, устные вопросы по теме

								занятия
10	10			экскурсия в музей	2	Военные истории: Наваринское сражение. ТТ	Музей воинской славы	устные вопросы по теме занятия
11	10			соревнования	2	ОФП: эстафета «Малая полоса препятствий». ПП	спортивная площадка	протокол соревнований
12	10			интеллектуальная игра	2	Военные истории: игра «Умники и умницы»: «Наваринское сражение». ПП	учебный класс	протокол игры
13	10			фронтальное практическое занятие	2	Строевая подготовка: построение в одну шеренгу. Выполнение команд «становись», «равняйся», «мирно». Ответ на приветствие. П ОФП: прыжки с места. Совершенствование техники прыжка. П	строевой плац, спортивная площадка	групповое контрольное испытание, индивидуальное контрольное испытание
14	10			фронтальное практическое занятие	2	Ритмопластика: партерная гимнастика: комплекс № 1 ПП	учебный класс или спортивный зал	групповое контрольное испытание
15	10			фронтальное теоретическое и практическое занятие	2	ОФП: бег 400 м. Подготовка к бегу на длинные дистанции Т Строевая подготовка. Расчет на «первый», «второй». П	спортивная площадка, строевой плац	групповое контрольное испытание
16	10			игра соревновательного характера	2	ОФП: игра «Я-юнармеец» ТП	спортивная площадка	протокол игры
17	11			фронтальное теоретическое и практическое занятие	2	ОФП: метание мяча в цель. Совершенствование техники броска. Переползания и перебежки. Работа в двойках. ПТ	спортивная площадка	групповое контрольное испытание
18	11			фронтальное теоретическое и практическое занятие	2	Логические задачи, шахматы ТП	Музей воинской славы	устные вопросы по теме занятия
19	11			игра соревновательного характера	2	Азбука топографии: игра «Юный следопыт» ТП	спортивная площадка	протокол игры
20	11			фронтальное практическое занятие	2	Ритмопластика: партерная гимнастика: комплекс № 2 ПП	учебный класс или спортивный зал	групповое контрольное испытание
21	11			фронтальное теоретическое занятие	2	Огневая подготовка: стрельба из пистолета Макарова. Правильный хват. ТП	спортивная площадка, стрелковый тир	групповое контрольное испытание, индивидуальное контрольное испытание
22	11			лекция	2	Военные истории: «Герои-юнармейцы». ТТ	учебный класс	устные вопросы по теме

								занятия
23	11			фронтальное практическое занятие	2	ОФП: отжимания. Положение корпуса, рук и ног, дыхание. Т Огневая подготовка: стрельба из пистолета Макарова. Положение корпуса, рук, ног. Подготовительное упражнение. П	спортивная площадка, стрелковый тир	групповое контрольное испытание, индивидуальное контрольное испытание
24	11			фронтальное теоретическое и практическое занятие	2	Лыжная подготовка: правила безопасности во время занятий по лыжной подготовке, Подготовка лыж, ботинок, палок. ТП	учебный класс или спортивный зал	групповое контрольное испытание
25	12			экскурсия в музей	2	Военные истории: «День неизвестного солдата» ТТ	Музей воинской славы	устные вопросы по теме занятия
26	12			фронтальное теоретическое и практическое занятие	2	Лыжная подготовка: Подготовительные упражнения в зале ТП	лыже-роллерная трасса	групповое контрольное испытание
27	12			фронтальное теоретическое и практическое занятие	2	Огневая подготовка: разборка-сборка пневматического пистолета Макарова ТП	учебный класс	протокол игры
28	12			фронтальное теоретическое и практическое занятие	2	Лыжная подготовка: спуск по лыжне с уклоном. ТП	лыже-роллерная трасса	групповое контрольное испытание
29	12			фронтальное теоретическое и практическое занятие	2	Строевая подготовка: изменение направления в движении ТП	спортивная площадка	протокол игры
30	12			фронтальное теоретическое и практическое занятие	2	Логические задачи, шахматы ТП	стрелковый тир	групповое контрольное испытание
31	12			фронтальное теоретическое и практическое занятие		Ритмопластика гимнастика: упражнения у станка. ТП	учебный класс или спортивный зал	групповое контрольное испытание
32	12			фронтальное теоретическое и практическое занятие	2	Лыжная подготовка: Спуск с разворотом по лыжне с уклоном. ТП	лыже-роллерная трасса	групповое контрольное испытание
33	01			фронтальное теоретическое и практическое занятие	2	Огневая подготовка: Метание учебных муляжей гранат – правила безопасности, подготовительные упражнения. ТП	спортивная площадка	групповое контрольное испытание
34	01			фронтальное теоретическое и практическое занятие	2	Лыжная подготовка: чередование одновременного бесшажного хода и попеременного одношажного хода. ТП	лыже-роллерная трасса	индивидуальное контрольное испытание
35	01			фронтальное теоретическое и	2	Логические задачи, шахматы ТП	учебный класс	групповое контрольное

				практическое занятие				испытание
36	01			фронтальное практическое занятие	2	Лыжная подготовка: бег по лыжной трассе 1 км ПП	лыже-роллерная трасса	индивидуальное контрольное испытание
37	01			фронтальное практическое занятие	2	Огневая подготовка: снаряжение магазина к пневматическому ПМ П Стрелковая подготовка: Повороты в движении. П	стрелковый тир, спортивный зал	индивидуальное контрольное испытание, групповое контрольное испытание
38	01			фронтальное теоретическое и практическое занятие	2	Ритмопластика: партерная гимнастика: комплекс № 5. ТП	учебный класс или спортивный зал	групповое контрольное испытание
39	01			фронтальное теоретическое и практическое занятие	2	Лыжная подготовка: совершенствование техники классических ходов. ТП	лыже-роллерная трасса	групповое контрольное испытание
40	01			фронтальное теоретическое и практическое занятие	2	Логические задачи, шахматы ТП	учебный класс	индивидуальное контрольное испытание, групповое контрольное испытание
41	02			игра соревновательного характера	2	Лыжная подготовка: игра-эстафета «Снежная крепость». ПП	лыже-роллерная трасса	протокол игры
42	02			фронтальное практическое занятие	2	Стрелковая подготовка: Стрелковой смотр ПП	спортивный зал	устные вопросы по теме занятия
43	02			фронтальное практическое занятие	2	Огневая подготовка: Метание учебных муляжей гранат в цель из положения «стоя», 10 м ПП	спортивная площадка	индивидуальное контрольное испытание
44	02			фронтальное теоретическое и практическое занятие	2	Логические задачи, шахматы ТП	учебный класс	индивидуальное контрольное испытание, групповое контрольное испытание
45	02			игра соревновательного характера	2	Азбука топографии: игра «Тропа разведчика». ПП	спортивная площадка	протокол игры
46	02			фронтальное теоретическое и	2	Ритмопластика: упражнения у	учебный класс или	групповое контрольное

				практическое занятие		станка ТП	спортивный зал	о е испытание
47	02			фронтальное теоретическое и практическое занятие	2	Азбука туристской подготовки: Инструктаж по безопасности; Узлы: «Встречный». ТП	учебный класс	групповое контрольное испытание
48	02			соревнования	2	Лыжная подготовка: соревнования «Лыжник-чемпион» ПП	лыже-роллерная трасса	протокол соревнований
49	03			фронтальное теоретическое и практическое занятие	2	Азбука туристской подготовки: узлы. «Заячьи уши». ПТ	учебный класс	групповое контрольное испытание
50	03			зачет	2	Лыжная подготовка: зачет. ПП	лыже-роллерная трасса	зачетная ведомость
51	03			фронтальное теоретическое и практическое занятие	2	Азбука туристской подготовки: узел «Морской». ТП	учебный класс, строевой плац	групповое контрольное испытание
52	03			фронтальное теоретическое и практическое занятие	2	Огневая подготовка: как очистить и хранить оружие? Т Азбука туристской подготовки: Как найти себя на карте? П	стрелковый тир, спортивная площадка	устные вопросы по теме занятия, групповое контрольное испытание
53	03			фронтальное теоретическое и практическое занятие	2	Азбука туристской подготовки: виды туристических палаток; Т Натягивание шнура между опорами П	учебный класс, спортивная площадка	групповое контрольное испытание
54	03			фронтальное теоретическое и практическое занятие	2	ОФП: подтягивание на перекладине, подготовительные упражнения. ТП	спортивный зал	групповое контрольное испытание
55	03			фронтальное теоретическое и практическое занятие	2	Логические задачи, шахматы	учебный класс	индивидуальное контрольное испытание, групповое контрольное испытание
56	03			фронтальное теоретическое и практическое занятие	2	ОФП: Перетягивание каната. ТП	спортивная площадка	групповое контрольное испытание
57	04			фронтальное теоретическое и практическое занятие	2	Строевая подготовка: Индивидуальная строевая подготовка ТП	строевой плац	индивидуальное контрольное испытание
58	04			фронтальное теоретическое и практическое занятие	2	Огневая подготовка: Метание учебных муляжей гранат на дальность с положения «стоя» ТП	спортивная площадка	индивидуальное контрольное испытание
59	04			фронтальное	2	Азбука туристской подготовки: питание в	учебный	индивидуальное

				теоретическое занятие		походе. ТТ	класс	контрольн ое испытание
60	04			фронтальное теоретическое и практическое занятие	2	Строевая подготовка: Как ухаживать за берцами? ТП	учебный класс	индивиду альное контрольн ое испытание
61	04			фронтальное теоретическое и практическое занятие	2	Огневая подготовка: стрельба из пистолета Макарова. Мишень № 4. ПТ	стрелковый тир	индивиду альное контрольн ое испытание , групповое контрольн ое испытание
62	04			фронтальное теоретическое и практическое занятие	2	Ритмопластика: танцевально- ритмическая композиция. ТП	учебный класс или спортивный зал	групповое контрольн ое испытание
63	04			фронтальное теоретическое занятие	2	Строевая подготовка: «Юнармейский марш» (смотри) ПП	спортивная площадка , стрелковый тир	протоколы зачета
64	04			фронтальное теоретическое занятие	2	Азбука туристской подготовки: Масштаб карты ТТ	учебный класс	протокол игры
65	05			игра соревновательного характера	2	ОФП: Игра «Зарница» ПП	спортивная площадка	протокол игры
66	05			экскурсия в музей	2	Военные истории: День Победы. ТТ	Музей воинской славы	устные вопросы по теме занятия
67	05			зачет	2	Азбука туристской подготовки: Полевой выход. ПП	ВСЛ «Ратник»	протокол зачета
68	05			зачет	2	Азбука топографии: зачет	учебный класс	зачетная ведомость
69	05			интеллектуальная игра	2	Логические задачи, шахматы: игра «Маленький гений» ПП	учебный класс	протокол игры
70	05			зачет	2	Ритмопластика: зачет. ПП	учебный класс или спортивный зал	групповое контрольн ое испытание
71	05			игра соревновательного характера	2	Огневая подготовка: игра «Меткий стрелок», игра «Охотники» ПП	стрелковый тир, спортивная площадка	протокол игры
72	05			подведение итогов, награждение	2	Строевая подготовка: общее торжественное построение. Награждение. ПП	строевой плац	

Приложение 3

**Календарный учебный график
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы
«Зарница»**

3 год обучения

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	09			лекция, фронтальное теоретическое занятие	2	Вводное занятие. Инструктаж по безопасности во время занятий в классе, на спортивной площадке. Правила безопасности в стрелковом тире.	учебный класс	устные вопросы по теме занятия
2	09			фронтальное теоретическое и практическое занятие	2	ОФП: оценка основных двигательных качеств. Тест проверки мышечной силы. П Азбука топографии: топографические знаки «холм», «кустарник». Т	спортивная площадка, учебный класс	групповое контрольное испытание, устные вопросы по теме занятия
3	09			фронтальное теоретическое и практическое занятие	2	ОФП: упражнения на пресс тренировочном ковре. П Азбука топографии: топографические знаки «железная дорога», «железнодорожный мост». Т	спортивная площадка ДЮЦ учебный класс	групповое контрольное испытание, устные вопросы по теме занятия
4	09			фронтальное практическое занятие	2	Огневая подготовка: метание учебных муляжей гранат на дальность с положения стоя. Подготовительное упражнение с разбегом. Подготовительные упражнения с набивным мячом. П Строевая подготовка. Выполнение команды «Кругом в движении». Подготовительное упражнение на 4 счета. П	спортивная площадка, строевой плац	групповое контрольное испытание
5	09			фронтальное теоретическое и практическое занятие	2	ОФП: бег 60 м с высокого старта. Совершенствование техники бега на короткие дистанции. П Азбука топографии: План, схема. Как наносить топографические знаки на карту? Т	спортивная площадка, учебный класс	групповое контрольное испытание, устные вопросы по теме занятия
6	09			соревнования	2	ОФП: эстафета «Малая полоса препятствий» ТП	спортивная площадка	протокол соревнований
7	09			фронтальное теоретическое и практическое занятие	2	Строевая подготовка: строевые приемы на месте Т Огневая подготовка: разборка-сборка пневматического	спортивная площадка	индивидуальное контрольное испытание

						пистолета Макарова Т		
8	09			фронтальное теоретическое и практическое занятие	2	Логические задачи, шахматы ТП	учебный класс	индивидуальное и групповое контрольное испытание
9	10			фронтальное теоретическое и практическое занятие	2	ОФП: переползания и перебежки. Работа в тройках. ТП	спортивная площадка, спортивный зал	групповое контрольное испытание, устные вопросы по теме занятия
10	10			игра соревновательного характера	2	Азбука топографии: игра «Юный следопыт». ПП	спортивная площадка	протокол игры
11	10			экскурсия в музей	2	Военные истории: «Шлем, меч, кольчуга» ТТ	Музей воинской славы	устные вопросы по теме занятия
12	10			фронтальное теоретическое и практическое занятие	2	Огневая подготовка: Метание учебных муляжей гранат в цель из положения «лежа» ТП	спортивная площадка	устные вопросы по теме занятия, индивидуальное контрольное испытание
13	10			фронтальное теоретическое и практическое занятие	2	Ритмопластика: упражнения на развитие и укрепление голеностопа. ТП	спортивный зал	устные вопросы по теме занятия, индивидуальное контрольное испытание
14	10			фронтальное теоретическое и практическое занятие	2	ОФП: отжимания. Положение корпуса, рук и ног, дыхание. П Азбука топографии: чтение схемы Т	спортивная площадка, стрелковый тир	групповое индивидуальное контрольное испытание
15	10			интеллектуальная игра	2	Военные истории: игра «Умники и умницы»: «Шлем, меч, кольчуга». ПП	учебный класс	протокол игры
16	10			игра соревновательного характера	2	Огневая подготовка: игра «Снайпер». ПП	стрелковый тир	протокол игры
17	11			фронтальное теоретическое и практическое занятие	2	Азбука топографии: топографические знаки «хвойный лес», «лиственный лес», «смешанный лес». Т Дидактическая игра «Топографические знаки». П	учебный класс	устные вопросы по теме занятия, выполнение практических заданий
18	11			фронтальное теоретическое и практическое	2	Логические задачи, шахматы ТП	учебный класс	устные вопросы по теме занятия,

				занятие				выполнение практически х заданий
19	11			экскурсия в музей	2	Военные истории: «Колонтарь, юшман, тегилай». ТТ	Музей воинской славы	устные вопросы по теме занятия
20	11			фронтальное теоретическое и практическое занятие	2	Ритмопластика: упражнения на гибкость спины, партерная гимнастика. ТП	спортивный зал	устные вопросы по теме занятия, выполнение практически х заданий
21	11			фронтальное практическое занятие	2	Лыжная подготовка: подготовка лыж, палок, ботинок ПП	спортивный зал	выполнение практически х заданий, визуальный контроль
22	11			фронтальное теоретическое занятие	2	Огневая подготовка: устройство пневматической винтовки МР-512 ТТ	стрелковый тир	устные вопросы по теме
23	11			фронтальное практическое занятие	2	Лыжная подготовка: подготовительные упражнения в зале ПП	спортивный зал	индивидуальное контрольное испытание
24	11			фронтальное теоретическое и практическое занятие	2	Азбука топографии: топографические знаки «лесная тропа», «мост», «река», дидактическая игра «топографические знаки». ТП	учебный класс	устные вопросы по теме занятия, выполнение практически х заданий
25	12			фронтальное теоретическое и практическое занятие	2	Лыжная подготовка: движение по кругу. ТП	лыже-роллерная трасса	индивидуальное контрольное испытание
26	12			фронтальное теоретическое и практическое занятие	2	Строевая подготовка: размыкание от середины одношереножного строя ТП	спортивная площадка, строевой плац	групповое контрольное испытание
27	12			зачет	2	Лыжная подготовка: зачет – спуск с наклонной трассы, движение по кругу, бег 1000 м. ПП	лыже-роллерная трасса	зачетная ведомость
28	12			экскурсия в музей	2	Военные истории: «Метательные снаряды». ТТ	Музей воинской славы	устные вопросы по теме занятия
29	12			зачет	2	Ритмопластика: Новогодний бал. ПП	ДК «Распадский»	зачетная ведомость
30	12			соревнования	2	Лыжная подготовка: эстафета. ПП	лыже-роллерная трасса	протокол соревнований
31	12			фронтальное теоретическое и практическое занятие	2	ОФП: перетягивание каната, состав команды (якорь, пул). ТП	спортивная площадка	групповое контрольное испытание
32	12			интеллектуальная игра	2	Военные истории: игра «Умники и умницы»: «Одежда и оружие воина Древней Руси».	учебный класс	протокол игры

						ПП		
33	01			фронтальное теоретическое и практическое занятие	2	Лыжная подготовка: коньковые ходы. Подготовительные упражнения ТП	лыже-роллерная трасса	индивидуальное контрольное испытание
34	01			фронтальное практическое занятие	2	Азбука топографии: топографические знаки «болото», «овраг», «домик лесника», дидактическая игра «Топографические знаки». ПП	учебный класс	устные вопросы по теме занятия, наличие конспекта, фронтальное практическое испытание
35	01			фронтальное практическое занятие	2	Строевая подготовка: солдатский быт: подшивка подворотников. Строевой смотр. ПП	учебный класс, спортивный зал	групповое и индивидуальное контрольное испытание
36	01			фронтальное теоретическое и практическое занятие	2	Лыжная подготовка: подъем в гору способами «лесенка» и «елочка». ТП	лыже-роллерная трасса	групповое контрольное испытание
37	01			фронтальное практическое занятие	2	Ритмопластика: упражнения на укрепление мышц шеи и плечевого пояса, упражнения у станка. ПП	спортивный зал	групповое контрольное испытание
38	01			фронтальное теоретическое и практическое занятие	2	Логические задачи, шахматы ТП	учебный класс	устные вопросы по теме занятия, групповое и индивидуальное контрольное испытание
39	01			фронтальное теоретическое и практическое занятие	2	Лыжная подготовка: одновременный одношажный коньковый ход. ТП	лыже-роллерная трасса	групповое контрольное испытание
40	01			фронтальное теоретическое занятие	2	Плавание: Инструктаж по безопасности. Как выбрать очки для плавания. Что нужно для бассейна? ТТ	учебный класс	устные вопросы по теме
41	02			фронтальное практическое занятие	2	Строевая подготовка: Прохождение со строевой песней. ТП	спортивная площадка, строевой плац	групповое контрольное испытание
42	02			фронтальное теоретическое и практическое занятие	2	Логические задачи, шахматы ТП	учебный класс	групповое и индивидуальное контрольное испытание
43	02			фронтальное теоретическое и практическое занятие	2	Огневая подготовка: подготовительные упражнения для стрельбы из пневматической винтовки МР-512 ТП	стрелковый тир	устные вопросы по теме занятия, индивидуальное контрольное

								испытание
44	02			фронтальное практическое занятие	2	Плавание: плавание кролем, подводящие упражнения «сухое плавание». ПП	спортивный зал	групповое и индивидуальное контрольное испытание
45	02			игра соревновательного характера	2	Строевая подготовка: подгонка обмундирования ТП	спортивная площадка	протокол игры
46	02			соревнования	2	Лыжная подготовка: эстафета «Снежная крепость» ПП	лыже-роллерная трасса	протокол соревнований
47	02			фронтальное теоретическое и практическое занятие		Плавание: упражнение на 4 счета, «стрела», «моторчик», «я пускаю пузыри». ТП	бассейн «Солнечный»	групповое контрольное испытание
48	02			экзамен	2	Ритмопластика: танцевально-ритмическая композиция. ТП	спортивный зал	групповое контрольное испытание
49	03			фронтальное теоретическое и практическое занятие	2	Азбука туристской подготовки: компас и его назначение. Определение сторон света по компасу. ТП	учебный класс, спортивный зал	устные вопросы по теме занятия, индивидуальное контрольное испытание
50	03			фронтальное теоретическое и практическое занятие	2	Логические задачи, шахматы ТП	учебный класс	устные вопросы по теме занятия, фронтальное контрольное испытание
51	03			фронтальное практическое занятие	2	Лыжная подготовка: дидактическая игра «Чемпион» ПП	учебный класс	индивидуальное контрольное испытание
52	03			фронтальное теоретическое и практическое занятие		Плавание: упражнение с использованием надувного круга скольжение в воде с работой руками способом «гребок на себя». ТП	бассейн «Солнечный»	групповое и индивидуальное контрольное испытание
53	03			фронтальное теоретическое и практическое занятие	2	Азбука туристской подготовки: Лекарственные и ядовитые растения; Т Первая помощь при порезах П	учебный класс, строевой плац	устные вопросы по теме занятия, фронтальное контрольное испытание
54	03			фронтальное теоретическое и практическое занятие	2	ОФП: подтягивание на перекладине (мальчики), КСУ (девочки) ТП	учебный класс, спортивная площадка	устные вопросы по теме занятия, фронтальное контрольное испытание

55	03			фронтальное практическое занятие	2	Огневая подготовка: стрельба из пневматической винтовки (мишень № 4) ТП	стрелковый тир	индивидуальное контрольное испытание
56	03			фронтальное теоретическое и практическое занятие	2	Плавание: упражнения с использованием плавательной доски. ТП	бассейн «Солнечный»	групповое контрольное испытание
57	04			интеллектуальная игра	2	Логические задачи, шахматы: игра «Маленький гений» ТП	учебный класс	протокол игры
58	04			зачет	2	Азбук туристской подготовки: полевой выход. ПП	Ивановская база	зачетная ведомость
59	04			зачет	2	Строевой смотр «Юнармейский марш» ПП	строевой плац	зачетная ведомость
60	04			зачет	2	Плавание: плавание 25 метров с использованием надувного круга или плавательной доски. ПП	бассейн «Солнечный»	зачетная ведомость
61	04			фронтальное практическое занятие	2	Огневая подготовка: игра «Меткий стрелок»; П Туристская подготовка: Туристический рюкзак. Т	стрелковый тир	протокол игры, индивидуальное контрольное испытание
62	04			викторина	2	Военные истории: викторина «Победный май» ПП	Музей воинской славы	зачетная ведомость
63	04			зачет	2	Огневая подготовка: метание учебных муляжей гранат на дальность и в цель ПП	стрелковый тир	зачетная ведомость
64	04			фронтальное практическое занятие	2	Ритмопластика: танцевально-ритмическая композиция, репетиция в костюмах ПП	спортивный зал	групповое и индивидуальное контрольное испытание
65	05			фронтальное теоретическое и практическое занятие	2	Азбука туристской подготовки: установка туристической палатки. ТП	учебный класс, спортивная площадка	групповое контрольное испытание
66	05			зачет	2	ОФП: Бег 1000 м. ПП	спортивная площадка	зачетная ведомость
67	05			фронтальное практическое занятие	2	Огневая подготовка: метание мяча в цель П Азбука туристской подготовки: натягивание шнура между опорами П	спортивная площадка	групповое и индивидуальное контрольное испытание
68	05			фронтальное теоретическое занятие	2	Азбука туристской подготовки: одежда и обувь для похода ТТ	спортивная площадка	зачетная ведомость

69	05			фронтальное практическое занятие	2	Строевая подготовка: дидактическая игра «Аты-баты, шли солдаты!» ПП	учебный класс	групповое контрольное испытание
70	05			игра соревновательного характера	2	ОФП: игра «Зарница» ПП	спортивная площадка	протокол игры
71	05			соревнования	2	ОФП: перетягивание каната. ПП	спортивная площадка	протокол соревнований
72	05			подведение итогов, награждение	2	Строевая подготовка: общее торжественное построение. Награждение. ПП	строевой плац	