

МАОУ

"ШКОЛА № 1"

КГО

Подписано цифровой

подписью: МАОУ

"ШКОЛА № 1" КГО

Дата: 2021.04.17

11:26:13 +05'00'

## Приложение №5 к ООП – ОП ООО

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение «Школа №1»  
Камышловского городского округа имени Героя Советского  
Союза Бориса Самуиловича Семенова

РАССМОТРЕНО

Педагогическим советом

Протокол № 68 от 28.08.2020

УТВЕРЖДЕНО

Директор МАОУ «Школа №1» КГО

С.А. Вильд

Приказ №226-О от 28.08.2020г.



# Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Юный боец»

Уровень образования: основное общее образование

Стандарт: ФГОС

Уровень изучения предмета: Базовый

Нормативный срок изучения предмета: 5 лет

Направление: спортивно-оздоровительное

Камышлов, 2020

## Пояснительная записка

Российское общество переживает сложный период в своем историческом развитии. Вызывает озабоченность ухудшения здоровья среди населения практически у всех возрастных групп. Особую озабоченность вызывает устойчивая тенденция снижения здоровья как духовного, так и физического среди молодежи подросткового и допризывного возраста. А ведь это будущие защитники Отечества и от них во многом зависит будущее России.

В нашей школе созданы и действуют кадетские классы. Опираясь на широкую поддержку населения и руководителей органов МВД в школе разворачивается большая работа по военно-патриотическому воспитанию учащихся, которая ведется как в основной учебной деятельности, так и во внеурочное время. Возникла необходимость создания курса внеурочной деятельности "Юный боец" с учетом специфики обучения воспитанников с 5-го по 9-ые кадетские классы.

Данная программа разработана на основе и в соответствии

Нормативные документы:

1. Закон РФ от 29 декабря 2012 г. № 273 ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» [Текст] [Электронный ресурс]/ Режим доступа: [www.минобрнауки.рф](http://www.минобрнауки.рф).
2. Государственная программа «Развитие образования на 2013-2020 годы»: утверждена постановлением Правительства РФ от 22 ноября 2012 года № 2148-р.
3. Данилюк, А.Я. Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России [Текст] / А.Я. Данилюк, А.М. Кондаков, В.А. Тишков. – М.: Просвещение, 2009. - 24 с.
4. «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования: приказ Министерства образования и науки РФ от 17 декабря 2010 г. №1897.
5. Разъяснения по отдельным аспектам введения федерального государственного образовательного стандарта общего образования: письмо Департамента общего образования Министерства образования и науки РФ от 19 апреля 2011 г. № 03-255.

Программа ориентирована на учащихся кадетских классов, определяет основные пути развития системы военно-патриотического воспитания учащихся, ее основные компоненты, позволяющие готовить наших выпускников к служению Отечеству на гражданском и военном поприще, к службе в правоохранительных органах.

В подготовке молодежи к жизни важную роль играют готовность к нравственному поведению, идеалы и ценности, в соответствии с которыми они выбирают себе профессию, строят свое будущее.

Военно-патриотическое воспитание является основой для подготовки морально-устойчивых, с активной гражданской позицией, физически развитых будущих защитников нашего Отечества.

### **Основная цель:**

- формирование общей культуры личности воспитанников, обеспечение основ подготовки несовершеннолетних граждан к профессиональному служению Отечеству на гражданском и военном поприще.

### **Задачи:**

- воспитать патриота и гражданина Отечества
- подготовить воспитанников к осознанному служению обществу, Отечеству
- воспитать жизненные ценности, основанные на исторических традициях, нравственном, духовном и культурном наследии Отечества
- воспитать чувство собственного достоинства, стремление к самоутверждению, к исполнению долга, желание достигнуть поставленных целей, стремление к непрерывному самосовершенствованию
- формировать специальные знания, навыки необходимые для службы в Вооруженных Силах и других структурных силовых органах РФ

**Основная педагогическая задача** - создать условия для усвоения кадетами ценностей, соответствующих укладу кадетского образования:

- честь, надежность, верность своему слову и делу;
- воля, настойчивость, способность к достижению целей, преодоление внешних и внутренних (личностных) трудностей;
- проявление трудовых и учебных усилий.

Общие функции кадетского класса во многом схожи с военно-патриотическими клубами, создаваемые при школах, но кроме патриотического воспитания кадетские классы имеют и профессиональную направленность. Воспитанники кадетских классов руководствуются в своей жизни кодексом чести кадетов, соблюдают кадетские традиции и изучают более углубленно военные дисциплины.

Программа имеет военно-патриотическую направленность и включает следующие направления:

- строевая подготовка
- общевоинские уставы
- воинский этикет
- история Вооруженных Сил РФ
- военная топография
- огневая подготовка
- основы тактики
- общая и специальная физическая подготовка

Занятия по программе курса внеурочной деятельности "Юный боец" необходимо начинать с построения кадетского класса, с соблюдением дисциплины и элементов строя.

Кадеты обязаны прибывать на занятия подготовленными и одетыми по форме.

Занятие состоит из вводной, основной и заключительной части, органически связанных между собой.

Во вводной части проводится построение взвода, принятия рапорта командира взвода, осмотр внешнего вида и проверка степени усвоения пройденного материала.

В основной части занятия после сообщения темы и целей занятия излагается новый материал и проводится его закрепление или обучение приемам, действиям. Закрепление пройденного материала проводится после изложения всего материала или нескольких основных вопросов путем опроса, решения задач и выполнения приемов, действий.

Обучение приемам, действиям проводится в установленной последовательности.

Руководитель занятия показывает образцовое выполнение приема, действия в целом, а затем по элементам, с одновременным объяснением правил и порядка выполнения. Обучаемые под руководством преподавателя и заранее подготовленных помощников разучивают показанный прием, действие вначале по элементам, а затем в целом до правильного его выполнения.

После этого проводится тренировка в правильном и четком выполнении приема, действия в целом.

В заключительной части подводятся итоги проводимого занятия, дается оценка работе обучаемых на занятии, указываются недостатки ответов и действий, отмечаются примерные ответы и действия отдельных обучаемых.

Программа включает в себя теоретические, практические, комплексные и контрольные занятия.

Теоретические занятия проводятся в форме рассказа и беседы с использованием дидактического материала и технических средств обучения.

На этих занятиях рассматриваются понятия, определения, основные положения темы, анализируются литературные источники, требования уставов, наставлений и даются советы, рекомендации, как использовать полученные знания на других занятиях.

Практические занятия включают изучение и закрепление техники выполнения приемов, действий и нормативов, решение стрелковых и других задач с использованием оружия, приборов, снаряжения, средств инженерного вооружения и индивидуальной защиты, спортивных снарядов, приспособлений и сооружений.

Комплексные занятия составляют выполнение приемов, действий нормативов, задач, работу с приборами радиационной и химической разведки.

Они проводятся в целях закрепления и совершенствования умений и навыков, практических действий, развитие смекалки и инициативы, приобретения моральной и психологической устойчивости в условиях повышения физических нагрузок.

В комплексные занятия в обязательном порядке включаются физические упражнения, действия по гражданской обороне и тактике.

Занятия проводятся в форме игр на местности, эстафет, соревнований.

На этих занятиях выполнение юношами строевых приемов, правил обращения военнослужащих, действий, изученных на теоретических и практических занятиях по тактике, а также оценка выполнения этих приемов и правил руководителем занятий является обязательным.

## Учебно-тематическое планирование 5 класс.

| п/<br>п  | Разделы и темы занятий  | Количество часов |          |          | Формы работы                                  | Форма контроля       |
|----------|---|------------------|----------|----------|---|----------------------|
|          |   | всего            | теория   | практика |   |                      |
| <b>1</b> | <b>Стреловая подготовка</b>   | <b>10</b>        | <b>2</b> | <b>8</b> |   |                      |
|          | 1. Строй и их элементы. Предварительная и исполнительная команды. Обязанности солдата перед построением и в строю. Ответ на приветствие начальника. | 2                | 1        | 1        | Выполнение движений отдельно и в строю        | Зачет и соревнования |
|          | 2. Индивидуальная стреловая подготовка: Стреловая стойка. Выполнение команд: "Становись", "Равняйся", "Смирно", "Вольно", "Заправиться".            | 4                |          | 4        |   |                      |
|          | 3. Стреловой шаг. Повороты на месте и в движении. Выполнение команд: "Напра-ВО", "Нале-ВО".   | 4                | 1        | 3        |   |                      |
| <b>2</b> | <b>Уставы Вооруженных Сил РФ</b>  | <b>2</b>         | <b>2</b> |          |   |                      |
|          | 1. История зарождения уставов Вооруженных Сил РФ  | 1                | 1        |          | Разбор ситуаций армейской жизни               | тестирование         |
|          | 2. Военнослужащие и взаимоотношения между ними. Общие обязанности военнослужащих. Воинские звания и знаки различия.                                 |                  | 1        |          |   |                      |
| <b>3</b> | <b>Военный этикет</b>   | <b>5</b>         | <b>2</b> | <b>3</b> |   |                      |
|          | 1. Введение. Культура внешности: А - история военного костюма, назначение его, уход за ним;   | 1                | 1        |          | Психологический тренинг, сюжетно-ролевые игры | Собеседование        |
|          | Б - прическа и твоя одежда;   | 1                | 1        |          |   |                      |
|          | В - культура твоей походки: осанка, поза, жест, мимика;   | 1                |          | 1        |   |                      |
|          | Г - язык как средство самореализации личности: голос, тембр, ударение, интонация, манера;   | 1                |          | 1        |   |                      |
|          | Д - общение, знакомство, приветствие и прощание, поздравление, благодарность, извинение и приглашение;  | 1                |          | 1        |   |                      |
| <b>4</b> | <b>Военная история РФ</b>   | <b>9</b>         | <b>9</b> |          |   |                      |
|          | 1. Куликовская битва.   | 2                | 2        |          | Беседа. Сообщения учащихся                    | Собеседование        |
|          | 2. Походы А.В. Суворова   | 2                | 2        |          |   |                      |
|          | 3. Отечественная война 1812г. Полководец М.И.Кутузов.   | 2                | 2        |          |   |                      |
|          | 4. Великая Отечественная война  | 3                | 3        |          |   |                      |

|          |   |           |           |           |   |            |
|----------|---|-----------|-----------|-----------|---|------------|
|          | 1941-1945гг.  |           |           |           |   |            |
| <b>5</b> | <b>Военная топография</b>   | <b>4</b>  | <b>1</b>  | <b>2</b>  |   |            |
|          | 1. Ориентирование на местности без карты:<br>А- сущность и способы ориентирования на местности: общие понятия об ориентировании, определение сторон по компасу, правила обращения с компасом.<br>Б - определение сторон горизонта: по Солнцу и часам, по признакам местных предметов. | 2         | 1         | 1         | Выходы на местность.<br>Туристический поход | Состязания |
|          |   | 2         | 1         | 1         |   |            |
| <b>6</b> | <b>Общая и специальная физическая подготовка</b>  | <b>5</b>  |           | <b>5</b>  |   |            |
|          | Техника безопасности при занятиях физическими упражнениями.<br>Комплекс вольных упражнений №1<br>Сдача нормативов: бег-30м; 60м; 1000м.<br>прыжки в длину с места   | 1         |           | 1         | Тренировочные занятия.<br>Соревнования      | Зачет      |
|          |   | 1         |           | 1         |   |            |
|          |   | 3         |           | 3         |   |            |
|          | <b>всего</b>  | <b>35</b> | <b>18</b> | <b>17</b> |   |            |

### 6-й класс

| № п/п    | Разделы и темы занятий  | Количество часов |          |           | Форма работы  | Формы контроля       |
|----------|---|------------------|----------|-----------|---|----------------------|
|          |   | всего            | теория   | практ     |   |                      |
| <b>1</b> | <b>Строевая подготовка</b>  | <b>10</b>        |          | <b>10</b> |   |                      |
|          | 1.Строй отделения: строевая стойка, повороты на месте, перестроения.  | 4                |          | 4         | Выполнение движений в строю.<br>Занятия в группах                         | Зачет и соревнования |
|          | 2. Строевой шаг. Повороты в движении  | 3                |          | 3         |   |                      |
|          | 3. Отдание воинской чести на месте и в движении.  | 3                |          | 3         |   |                      |
| <b>2</b> | <b>Уставы Вооруженных Сил РФ</b>  | <b>2</b>         | <b>1</b> | <b>1</b>  |   |                      |
|          | 1.Размещение, жизнь и быт военнослужащих воинской части   | 1                |          | 1         | Разбор ситуаций армейской жизни.  | Тестирование         |
|          | 2. Военнослужащие и взаимоотношение между ними. Начальники и подчиненные.   | 1                | 1        |           |   |                      |
| <b>3</b> | <b>Военный этикет</b>   | <b>6</b>         | <b>3</b> | <b>3</b>  |   |                      |
|          | 1. Культура общения.<br>А - хорошие манеры, хороший тон, этикет телефонного разговора.<br>Б - Compliments, взаимоотношения между мальчиками и девочками.<br>В - беседа с друзьями, умение слышать и слушать, тактичность, уважение к собеседнику. | 2                | 1        | 1         | Ролевые игры, ситуационные задачи, монолог, чтение литературных отрывков. | Собеседование        |
|          |   | 2                | 1        | 1         |   |                      |
|          |   | 2                | 1        | 1         |   |                      |
| <b>4</b> | <b>Военная история РФ</b>   | <b>4</b>         | <b>4</b> |           |   |                      |

|          |   |                  |           |             |   |                                  |
|----------|---|------------------|-----------|-------------|---|----------------------------------|
|          | 1. Армия и флот России в войнах 19 - начала 20 в.в. На бастионах Севастополя.<br>2. Первая мировая война: Брусиловский прорыв.  | 2                | 2         |             | Беседа, сообщение учащихся                      | Собеседование викторины.         |
| <b>5</b> | <b>Военная топография</b>   | <b>3</b>         | <b>1</b>  | <b>2</b>    |   |                                  |
|          | 1. Движение по азимутам. Обход препятствий  | 3                | 1         | 2           | Выход на местность                              | Состязание                       |
| <b>6</b> | <b>Огневая подготовка</b>   | <b>6</b>         | <b>1</b>  | <b>5</b>    |   |                                  |
|          | 1. Теоретические основы стрельбы из пневматической винтовки.<br>2. Устройство и взаимодействие частей пневматической винтовки.<br>3. Меры безопасности при обращении с оружием<br>4. Тренировка в стрельбе на кучность и результат. | 1<br>1<br>1<br>3 | 1         | 1<br>1<br>3 | Практическая отработка. Внутренние соревнования | Сдача нормативов и соревнования. |
| <b>7</b> | <b>Общая и специальная физическая подготовка</b>  | <b>4</b>         |           | <b>4</b>    |   |                                  |
|          | 1. Теория и методика развития выносливости<br>2. Сдача нормативов   | 3<br>1           |           | 3<br>1      | Тренировочные занятия. Соревнования             | Зачет, спартакиада               |
|          | <b>Всего</b>  | <b>35</b>        | <b>10</b> | <b>25</b>   |   |                                  |

### 7-й класс

| № п/п    | Разделы и темы занятий   | Количество часов |          |           | Форма работы                              | Форма контроля       |
|----------|--|------------------|----------|-----------|---|----------------------|
|          |  | всего            | теория   | практ     |   |                      |
| <b>1</b> | <b>Строевая подготовка</b>   | <b>10</b>        |          | <b>10</b> |   |                      |
|          | 1. Строевое слаживание отделения, взвода.<br>Ответ на приветствие на месте и в движении. Выход из строя, подход к начальнику, возвращение в строй.<br>2. Совершенствование строевой выучки | 2<br>8           |          | 2<br>8    | Занятие в группах                         | Зачет и соревнование |
| <b>2</b> | <b>Уставы Вооруженных Сил РФ</b>   | <b>2</b>         | <b>2</b> |           |   |                      |
|          | 1. Внутренняя служба.<br>2. Дисциплинарный устав. Воинская дисциплина. Поощрения. Взыскания.   | 1<br>1           | 1<br>1   |           | Разбор ситуаций армейской жизни           | Зачет, викторины     |
| <b>3</b> | <b>Военный этикет</b>  | <b>4</b>         | <b>2</b> | <b>2</b>  |   |                      |
|          | 1. Общение с ближайшими начальниками. Общение с офицерами старшего состава.  | 4                | 2        | 2         | Сюжетно-ролевые игры, проблемные ситуации | Собеседование,       |
| <b>4</b> | <b>Военная история РФ</b>  | <b>3</b>         | <b>3</b> |           |   |                      |
|          | 1. Воинские ритуалы. Зарождение. Почитание Боевого Знамени,  | 2                | 2        |           | Беседа, просмотр                          | Собеседование,       |

|           |   |                                 |                             |                      |                                     |                                |
|-----------|---|---------------------------------|-----------------------------|----------------------|-------------------------------------|--------------------------------|
|           | Военно-морского флага.<br>2. Выдающиеся военные ученые и конструкторы России.   | 1                               | 1                           |                      | видеокассета "Служу Отечеству"      | викторины.                     |
| <b>5</b>  | <b>Огневая подготовка</b>   | <b>10</b>                       | <b>2</b>                    | <b>8</b>             |                                     |                                |
|           | 1. Теоретические основы стрельбы.<br>2. Устройство и взаимодействие частей автомата АКМ.<br>3. Меры безопасности при обращении с оружием<br>4. Техника выполнения выстрела.<br>5. Тренировка в изготовке в стрельбе<br>6. Тренировка в стрельбе с упора | 1<br>1<br>1<br>2<br>1<br>1<br>4 | 1<br><br>1<br>1<br><br><br> | 1<br><br>1<br>1<br>4 | Практическая отработка.             | Сдача нормативов. соревнования |
| <b>6.</b> | <b>Общая и специальная физическая подготовка</b>  | <b>5</b>                        |                             | <b>5</b>             |                                     |                                |
|           | 1. Преодоление препятствий и ускоренное передвижение.<br>2. Развитие выносливости: марш-бросок на 6 км<br>3. Сдача нормативов   | 1<br>2<br>2                     |                             | 1<br>2<br>2          | Тренировочные занятия. соревнования | Зачет, спартакиада.            |
|           | <b>всего</b>  | <b>35</b>                       | <b>10</b>                   | <b>25</b>            |                                     |                                |

### 8 класс

| № п/п     | Разделы и темы занятий   | Количество часов |             |             | Форма работы                                       | Форма контроля             |
|-----------|--|------------------|-------------|-------------|--|----------------------------|
|           |  | всего            | теория      | практ       |  |                            |
| <b>1.</b> | <b>Строевая подготовка</b>   | <b>10</b>        |             | <b>10</b>   |  |                            |
|           | 1. Строевые приемы с оружием.<br>2. Совершенствование строевой выучки.                           | 2<br>8           |             | 2<br>8      | Выполнение приемов в строю.                        | Зачет. Соревнования.       |
| <b>2</b>  | <b>Уставы Вооруженных Сил РФ</b>   | <b>3</b>         | <b>1</b>    | <b>2</b>    |  |                            |
|           | 1. Наряды на внутреннюю службу.<br>2. Обязанности дневального по роте<br>3. Обязанности часового | 1<br>1<br>1      | 1           | 1<br>1      | Разбор ситуаций армейской жизни                    | Тестирование, зачет        |
| <b>3</b>  | <b>Военный этикет</b>  | <b>6</b>         | <b>3</b>    | <b>3</b>    |  |                            |
|           | 1. У нас гости<br>2. Мы - в гостях<br>3. Мы живем в окружающем нас мире                          | 2<br>2<br>2      | 1<br>1<br>1 | 1<br>1<br>1 | Рольевые игры, обмен мнениями, ситуационные задачи | Собеседование              |
| <b>4</b>  | <b>Военная история РФ</b>  | <b>4</b>         | <b>4</b>    |             |  |                            |
|           | 1. Армия и культура<br>2. Вооруженные силы на современном этапе                                  | 2<br>2           | 2<br>2      |             | Беседа, видеофильмы                                | Собеседование<br>викторины |
| <b>5</b>  | <b>Огневая подготовка</b>  | <b>6</b>         |             | <b>6</b>    |  |                            |
|           | 1. Приемы и правила стрельбы из автомата<br>2. Ручные гранаты и приемы их                        | 1<br>2           |             | 1<br>2      | Практические действия в группе                     | Сдача нормативов           |



|          |   |           |          |           |                                     |                    |
|----------|---|-----------|----------|-----------|-------------------------------------|--------------------|
|          | метания<br>3. Тренировка в стрельбе на кучность и результат<br>4. Квалификационные соревнования | 2         |          | 2         |                                     | соревнования       |
| <b>6</b> | <b>Общая и специальная физическая подготовка</b>  | <b>5</b>  |          | <b>5</b>  |                                     |                    |
|          | 1. Теория и методика рукопашного боя<br>2. Развитие выносливости<br>2. Сдача нормативов         | 3<br>2    |          | 3<br>2    | Тренировочные занятия, соревнования | Зачет. спартакиада |
|          | <b>всего</b>  | <b>34</b> | <b>8</b> | <b>26</b> |                                     |                    |

### 9 класс

| № п/п     | Разделы и темы занятий  | Количество часов |                  |             | Форма работы                | Форма контроля                 |
|-----------|---|------------------|------------------|-------------|-----------------------------|--------------------------------|
|           |   | всего            | теория           | практ       |                             |                                |
| <b>1</b>  | <b>Строевая подготовка</b>  | <b>10</b>        | <b>1</b>         | <b>9</b>    |                             |                                |
|           | 1. Приемы "К бою", перебежки, переползание.<br>2. Совершенствование строевой выучки   | 4<br>6           | 1                | 3<br>6      | Выполнение приемов,         | Зачет, соревнования            |
| <b>2</b>  | <b>Уставы Вооруженных Сил РФ</b>  | <b>2</b>         | <b>2</b>         |             |                             |                                |
|           | 1. Гарнизонная служба:<br>Общие положения   | 2                | 2                |             | Разбор ситуаций             | Тестирование, учения           |
| <b>3</b>  | <b>Военная история РФ</b>   | <b>2</b>         | <b>2</b>         |             |                             |                                |
|           | 1. Офицерский корпус<br>2. Младший командный состав   | 1<br>1           | 1<br>1           |             | Лекции, сообщение учащихся  | Собеседование, викторины       |
| <b>4</b>  | <b>Военная топография</b>   | <b>8</b>         | <b>3</b>         | <b>5</b>    |                             |                                |
|           | 1. Значение особенностей местности в бою<br>2. Топографические карты, их содержание,<br>3. Изображение местных предметов на топографических картах<br>4. Решение задач на карте | 1<br>1<br>3<br>3 | 1<br>1<br>1<br>1 | 1<br>2<br>2 | Выход и работа на местности | Соревнование, сдача нормативов |
| <b>5</b>  | <b>Огневая подготовка</b>   | <b>7</b>         | <b>2</b>         | <b>5</b>    |                             |                                |
|           | 1. Основы внешней баллистики<br>2. Малокалиберная винтовка<br>3. Приемы и правила стрельбы из малокалиберной винтовки<br>4. Тренировки в стрельбе на кучность и результат       | 1<br>2<br>1<br>4 | 1<br>1           | 1<br>1<br>3 | Практическая работа         | Соревнование, сдача нормативов |
| <b>6.</b> | <b>Общая и специальная</b>  | <b>4</b>         | <b>1</b>         | <b>3</b>    |                             |                                |

| <b>физическая подготовка</b>            |           |           |           |                       |                  |  |
|---|-----------|-----------|-----------|-----------------------|------------------|--|
| Теория и методика наращивания силы      | 2         | 1         | 1         | Тренировочные занятия | Сдача нормативов |  |
| Теория и методика развития выносливости | 1         |           | 1         |                       |                  |  |
| Сдача нормативов                        | 1         |           | 1         |                       |                  |  |
| <b>всего</b>                            | <b>33</b> | <b>11</b> | <b>22</b> |                       |                  |  |

## **Содержание образования**

### ***Раздел 1. Строевая подготовка***

#### **5 кадетский класс**

##### **Тема 1. Строй и их элементы:**

Строй, шеренга, фланг, фронт, интервал, дистанция, двухшереножный строй, одношереножный строй, колонна, походный строй, развернутый строй;

Команды и порядок их подачи: предварительная команда и исполнительная команда;

Обязанности командиров и военнослужащих перед построением и в строю

Ответ в строю на приветствие начальника

##### **Тема 2. Одиночная строевая подготовка:**

Строевая стойка;

Выполнение команды: "Становись!", "Смирно!", "Вольно!", "Заправиться!", "Отставить!",

Повороты на месте по командам: "Напра-ВО", "Нале-ВО", "Кру-ГОМ".

#### **6 кадетский класс**

##### **Тема 3. Строй отделения :**

Строевая стойка; перестроение из одной шеренги в две и обратно в составе отделения;

Повороты на месте.

##### **Тема 4. Движение строевым шагом:**

Строевой шаг: отработка элементов строевого шага по разделениям на счет "Делай-Раз", "Делай-Два"; повороты в движении;

Отдание воинской чести на месте и в движении вне строя.

##### **Тема 5. Отдание воинской чести в составе подразделения на месте и в движении.**

Выход из строя, подход к начальнику и отход от него, возвращение в строй.

#### **7 кадетский класс**

##### **Тема 6. Строй подразделений в пешем порядке**

Развернутый и походный строи отделения, взвода. Построения, перестроения, повороты, перемена направления движения. Выполнения воинского приветствия на месте и в движении.

Одиночная тренировка и тренировки в составе подразделения (отделения, взвода).

#### **8 кадетский класс**

##### **Тема 7 Строевые приемы с оружием:**

Строевая стойка с автоматом.

Выполнение приемов "На ре-МЕНЬ!", "На-ГРУДЬ!", "Оружие - ЗА СПИНУ!", "Оружие на ре-МЕНЬ!", "Ремень-ОТПУСТИТЬ!"(ПОДТЯНУТЬ).

#### **9 кадетский класс**

## **Тема 8. Приемы " Ложись" (к бою), " Встать", перебежки и переползание.**

Порядок выполнения команд " Ложись ( к бою)!" и "Встать !".

Способы передвижения на поле боя.

Команда на перебежку и порядок ее выполнения.

Команда на переползание и способы ее выполнения: по-пластунски, на полчетвереньках, на боку.

### **10 кадетский класс**

## **Тема 9. Предбоевой порядок, цепь и боевая линия подразделения**

Общие положения.

Цепь отделения.

Предбоевой порядок взвода.

Цепь взвода

### **11 кадетский класс**

## **Тема10. Действия военнослужащих у машин и на машине:**

Построение у автомобиля, боевой техники

Посадка и размещение

Высадка из автомобилей, боевой техники.

## ***Раздел 2. Уставы Вооруженных Сил РФ***

### **5 кадетский класс**

## **Тема 1. История зарождения уставов Вооруженных Сил РФ:**

Начало создания воинских.

Служебная книжка красноармейца.

Утверждение 29 ноября 1918года устава внутренней службы и устава гарнизонной службы.

Создание полевого, строевого и дисциплинарного уставов.

Действующие уставы Вооруженных Сил РФ

## **Тема 2. Размещение, жизнь и быт военнослужащих.**

Размещение военнослужащих.

Комнаты досуга, классы, комнаты для хранения оружия.

Учебные городки и спортивная база.

### **6 кадетский класс**

## **Тема 3. Военнослужащие и взаимоотношения между ними.**

Общие обязанности военнослужащих.

Воинские звания и знаки различия.

Начальники и подчиненные, старшие и младшие, их права и обязанности.

Правила воинской вежливости и поведения военнослужащих.

Порядок отдачи и выполнения приказаний, отдавание воинской чести.

Обращение к начальникам и старшим.

Обязанности солдата.

Ответственность за выполнение обязанностей и поставленных задач, а также за состояние своего оружия и вверенной техники.

## **Тема 4. Распределение времени и повседневный порядок.**

Общие положения.

Подъем, утренний осмотр, вечерняя поверка, учебные занятия.

Завтрак, обед, ужин.

Увольнение из расположения части.

Прием посетителей.

### 7 кадетский класс

#### **Тема 5. Дисциплинарный устав.**

Воинская дисциплина, ее сущность и значение.

Обязанности военнослужащего по соблюдению воинской дисциплины.

Приказ командира - закон для подчиненных.

Поощрения, порядок применения.

Дисциплинарные взыскания, порядок наложения.

### 8 кадетский класс

#### **Тема 6. Обязанности дневального по роте.**

Назначение, состав и вооружение суточного наряда роты.

Обязанности дневального по роте.

Оборудование и оснащение поста, на котором очередной дневальный выполняет свои обязанности.

Действия очередного дневального при прибытии прямых начальников, в случае тревоги и пожара.

Обязанности дневального свободной смены.

### 9 кадетский класс

#### **Тема 7. Обязанности часового.**

Назначение и задачи караульной службы.

Обязанности часового.

Положение оружия у часового на посту.

Действие часового при нападении на пост.

### 10 кадетский класс

#### **Тема 8 Должностные обязанности сержантов:**

Старшина роты

Заместитель командира взвода

Командир отделения

### 11 кадетский класс

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

Общие положения.

Должностные лица гарнизона и их обязанности.

Патрульная служба в гарнизоне.

Общие положения по организации и несению караульной службы

## **Раздел 3 Военный этикет**

### 5 кадетский класс

#### **Тема 1. Культура внешности:**

**А** - история военного костюма, назначение его, уход за ним;

**Б** - прическа и твоя одежда,

**В** - культура твоей походки: осанка, поза, пластичность, жест, мимика

**Г** - язык как средство самореализации личности:

голос, тембр, ударение, интонация, манера.

**Д** - общение, знакомство, приветствие и прощание, поздравление,

благодарность, извинение и приглашение.

### 6 кадетский класс

#### **Тема 2. Культура общения:**

**А** - хорошие манеры, хороший тон;

**Б** - этикет телефонного разговора;

**В** - комплименты, взаимоотношения между мальчиками и девочками;

**Г** - беседа с друзьями: умение слушать и слышать;

**Д** - тактичность, уважение к собеседнику;

### 7 кадетский класс

#### **Тема 3. Общение с ближайшими начальниками, офицерами младшего и старшего состава:**

**А** - нормы и правила поведения в казарме: распорядок дня, культура рабочего места, традиции, праздники,

**Б** - старшие и младшие, начальники и подчиненные, твое отношение к старшим по званию;

**В** - забота о товарищах, о слабых, пожилых и престарелых людях;

### 8 кадетский класс

#### **Тема 4. У нас гости:**

**А** - правила приема гостей: как встретить гостя, как занять гостя, который пришел первым, как представить своих гостей родителям, как и чем угощать гостей;

**Б** - твое поведение за столом, уважение гостям, ответственность за них;

#### **Тема 5 . Мы - в гостях:**

**А** - выбор, покупка и вручение подарка;

**Б** - правила поведения за столом: пользование приборами, салфеткой;

**В** - ваше впечатление, мнение по поводу приема, приготовленных блюд;

**Г** - вы наносите визиты вежливости, визит-поздравление, дружеский визит;

#### **Тема 6. Мы живем в окружающем нас мире:**

**А** - первые шаги знакомства во дворе, в школе, в военных училищах;

**Б** - внимание и предупредительность в общественных местах: на улице, в общественном транспорте, в учреждениях культуры;

**В** - посещение театров, выставочных залов, музеев

## ***Раздел 4 Военная история РФ***

### 5 кадетский класс

#### **1. Куликовская битва:**

условия, ход, примеры мужества и воинской доблести, значение, Дмитрий Донской

#### **2. Битва на Чудском озере(5.04. 1240г.):**

причины, ход, примеры героизма, Александр Невский.

#### **3 Походы А.В. Суворова:**

личность Суворова, штурм Измаила, переход через Альпы(1799г.), "Наука побеждать"

#### **4. Отечественная война 1812 года:**

нашествие Наполеона, Бородинская битва, роль М.И. Кутузова и народа.

**6 кадетский класс****5. Полтавская битва:**

Северная война 1700-1721г, причины, ход, значение победы, Петр 1 как реформатор, рождение регулярной армии.

**6. Крымская война (1853-1856гг.):**

П.С. Нахимов, Синопская победа, битва за Севастополь, победы и поражения, военные реформы.

**7 кадетский класс****7. Военские ритуалы.**

Почитание боевого знамени, Военно-морского флага.

**8. Выдающиеся военные ученые и конструкторы России:**

Достижения отечественной конструкторской мысли в создании стрелкового и артиллерийского оружия до XX в.

Достижения наших конструкторов в период с 1922 по 1945г.г.

Вооружение и боевая техника на современном этапе.

**8 кадетский класс****9. Армия и культура:**

Взаимосвязь культуры и армии;

Работы литераторов, поэтов и художников, носившие военные мундиры;

Вклад композиторов - выходцев из военной среды, в развитие отечественного музыкального искусства;

Современные фильмы и театральные спектакли.

**10. Вооруженные Силы на современном этапе:**

структура и перспектива развития.

**9 кадетский класс****11. Офицерский корпус России:**

зарождение и основные этапы становления отечественного офицерского корпуса;

боевые и нравственные качества офицеров

**12. Младший командный состав:**

роль и значение младших командиров в армии; боевые подвиги младших командиров – патриотов нашего Отечества.

***Раздел 5 Военная топография*****5 кадетский класс****Тема 1. Ориентирование на местности без карты.**

Сущность ориентирования на местности.

Способы определения направлений на стороны горизонта.

Определение (измерение) углов и расстояний на местности.

Ориентиры, их выбор и использование при определении своего местоположения на местности, при выдерживании направления движения.

**6 кадетский класс****Тема 2. Движение по азимутам**

Истинный и магнитный азимуты, дирекционный угол, магнитное склонение, поправка направления и взаимосвязь между ними.

Определение по карте магнитных азимутов.

Исходные данные для движения по азимутам и их подготовка по карте.

Организация и порядок движения по азимутам.

Способы выдерживания направления движения в пути.

Обход препятствий. Особенности движения по азимутам ночью и в других условиях ограниченной видимости.

### **7-9 кадетский класс**

#### **Тема 3. Значение особенностей местности в бою**

Топографические элементы местности.

Влияние особенностей местности на организацию и ведение боя.

Основные разновидности местности, особенности их тактических и защитных свойств. Способы изучения и оценки местности.

#### **Тема 4. Топографические карты, их содержание, характеристика и назначение**

Определение понятий: топографическая карта, план, масштаб карты, величина масштаба.

Координатная сетка на карте, ее значение.

Назначение и краткая характеристика топографических карт.

Использование топографических карт при решении боевых задач.

#### **Тема 5. Изображение местных предметов на топографической карте**

Условные знаки для изображения местных предметов на картах и их виды: масштабные, немасштабные, пояснительные.

Изображение на карте населенных пунктов, дорожной сети, гидрографии, почвенно-растительного покрова, отдельных предметов, имеющих значение ориентиров.

Расцветка карт.

#### **Тема 6. Решение задач по карте**

Измерение расстояний по карте.

Определение высот и взаимного превышения точек местности, крутизны и протяженности скатов, взаимной видимости точек.

Определение по карте географических и прямоугольных координат объектов.

Нанесение на карту объектов по известным координатам.

### ***Раздел 6. Огневая подготовка***

#### **6 кадетский класс.**

##### **Тема 1. Теоретические основы стрельбы**

Общие понятия о внешней и внутренней баллистике.

Явление выстрела. Отдача оружия, образование вылета, его зависимость от изготовления стрелка.

Элементы траектории полета пули. Силы, действующие на пулю при полете.

Рассеивание, кучность, меткость.

##### **Тема 2. Устройство и взаимодействие частей пневматической винтовки**

Материальная часть оружия. Наименование, назначение, основные технические характеристики. Назначение и взаимодействие частей винтовки. Уход и бережение.

### **Тема 3. Меры безопасности при обращении с оружием**

Правила поведения в тире. Правила поведения на линии огня. Порядок обращения с оружием до стрельбы, во время стрельбы, во время чистки оружия.

Меры безопасности во время соревнований.

### **Тема 4. Техника выполнения выстрела**

Основные элементы техники выполнения. Изготовка, прицеливание, дыхание, выстрел.

Техника стрельбы с упора, с руки, с опорой на стол или стойку.

Техника в изготовке к стрельбе из пневматической винтовки стоя, с упора, лежа.

### **Тема 5. Тренировка в стрельбе на кучность и результат**

Стрельба из пневматической винтовки на 5м по белому листу 10х10см.

Стрельба на кучность из пневматической винтовки на 5м по спортивной мишени "П" с опорой на стол (стойку), лежа.

Стрельба на результат по мишени "П" с руки, с опорой на стол, лежа.

### **Тема 6. Квалификационные соревнования.**

## **7 кадетский класс.**

### **Тема 1. Теоретические основы стрельбы**

Общие понятия о внешней и внутренней баллистике. Понятие о взрывчатом веществе и порохах. Устройство патрона. Явление выстрела. Форма и элементы траектории. Понятие о кучности и меткости стрельбы. Рассеивание, разброс пуль и их устранение. Расчет и внесение поправок в установку прицела.

### **Тема 2. Общее устройство и взаимодействие частей автомата**

Назначение и боевые свойства. Общее устройство и принцип работы. Неполная разборка и сборка. Порядок ежедневного осмотра автомата. Подготовка автомата и патронов к стрельбе. Уход и хранение.

### **Тема 3. Меры безопасности при обращении с оружием**

Правила поведения в тире и на линии огня. Порядок обращения с оружием во время переноса, стрельбы, чистки оружия. Обязанности по тире.

### **Тема 4. Техника выполнения выстрела**

Основные элементы техники выполнения выстрела- изготовка, прицеливание, спуск курка, дыхание.

### **Тема 5. Тренировка в изготовке к стрельбе**

Тренировка в изготовке для стрельбы лежа. Тренировка в стрельбе без патрона.

### **Тема 6. Тренировка в стрельбе на кучность и результат**

Стрельба на кучность из пневматической винтовки на 5м по спортивной мишени "П" с опорой на стол (стойку), лежа.

Стрельба на результат по мишени "П" с руки, с опорой на стол, лежа.

### **Тема 7. Квалификационные соревнования.**

## **8 кадетский класс**

### **Тема 1. Приемы и правила стрельбы из автомата**



Меры безопасности при стрельбе. Снаряжение магазина. Выбор места для стрельбы лежа и его оборудование. Подготовка упора к стрельбе. Изготовка к стрельбе лежа. Производство стрельбы одиночными выстрелами. Прекращение стрельбы.

### **Тема 2. Ручные гранаты и приемы их метания**

Назначение и боевые свойства ручных осколочных гранат. Устройство ручных гранат. Устройство запала УЗРГМ. Работа частей и механизмов гранат при броске. Обращение с гранатами, уход за ними и бережение.

### **Тема 3. Приемы метания ручных осколочных гранат**

Подготовка ручных гранат к метанию.

Приемы метания ручных гранат на дальность из различных положений по окопам и траншеям.

### **Тема 4. Тренировка в стрельбе на кучность и результат**

Стрельба на кучность из пневматической винтовки на 5м по спортивной мишени "П" с опорой на стол (стойку), лежа.

Стрельба на результат по мишени "П" с руки, с опорой на стол, лежа.

### **Тема 5. Квалификационные соревнования:**

Участие в соревнованиях. Сдача нормативов. Подведение итогов соревнований, обучения.

## **9 кадетский класс**

### **Тема 1 Основы внутренней и внешней баллистики**

Явления выстрела и его периоды. Движения пули по каналу ствола. Начальная скорость и энергия пули. Отдача оружия. Полет пули в воздухе. Траектория и ее элементы. Влияния условий стрельбы на полет пули. Рассеивание пуль. Действенность огня. Пробивное (убойное) действие пули. Таблицы стрельбы, их содержание, назначение и пользование ими.

### **Тема 2. Малокалиберная винтовка.**

Назначение, боевые свойства и общее устройство винтовки.

### **Тема 3. Приемы и правила стрельбы из малокалиберной винтовки.**

Меры безопасности при стрельбе

### **Тема 4. Тренировка в стрельбе на кучность и результат из малокалиберной винтовки.**

### **Тема 5. Квалификационные соревнования.**

## ***Раздел 7 Общая и специальная физическая подготовка***

### **5 кадетский класс**

### **Тема 1. Техника безопасности при занятиях физическими упражнениями.**

### **Тема 2. Теория и методика развития быстроты и ловкости:**

Бег на короткие дистанции с максимальной скоростью- бег 30м, 60м, 100м. (№10)

Упражнения требующие быстрой реакции - челночный бег 10x10м (вариант)

10м -2 кувырка вперед -прыжком поворот кругом - 2 кувырка вперед - 10м (№12)

Комплекс вольных упражнений (№14) вариант 1

### **Тема 3. Теория и методика развитие силы: комплексное силовое упражнение (№7)**

**Тема 4. Сдача нормативов:** бег-30м, 60, 1000м, силовые упражнения.

**6 кадетский класс****Тема 1. Техника безопасности при занятиях физическими упражнениями.****Тема 2. Теория и методика развития выносливости**

Ускоренное передвижение - бег на 1км (упр.№1); лыжная гонка - 1км, 2км,

**Тема 3.Сдача нормативов** - прыжки в длину, бег 30м, 60м, 1км, подтягивание.

Отжимание.

**7 кадетский класс****Тема 1. Техника безопасности при занятиях физическими упражнениями.****Тема 2. Техника преодоление препятствий и ускоренное передвижение:**

Преодоление забора на полосе препятствий - перелезание зацепом, перелезание силой.

Передвижение по узкой опоре. Преодоление лабиринта.

Бег 100м - старт лежа. Тренировка - пробегание 20 - 25м со старта лежа.

**Тема 3. Развитие выносливости:** тренировка в марш - броске на 6 км.**Тема 4. Сдача нормативов:** бег -2км, 30м, 60м, 1000м, прыжки в длину с места,

Подтягивание,

**8 кадетский класс****Тема 1. Техника безопасности при занятиях физическими упражнениями****Тема 2. Теория и методика рукопашного боя:**

Изготовка к бою. Уколы штыком. Удар прикладом сбоку. Удар магазином.

Выполнение приемов по командам: "К бою - Готовьсь", "Коли", "Бей".

**Тема 3. Методика развития выносливости:**

Кросс 1000м и 3000м. Марш - бросок на 6 км.

**Тема 4. Сдача нормативов:** Бег 1км, 2км,3км, 100м, прыжки в длину, метание гранаты.**9 кадетский класс****Тема 1 теория и методика наращивания силы**

Выполнение общефизических упражнений для мышц рук, туловища и ног; упражнения в парах, с набивным мячом, на перекладине, на гимнастической стенке.

**Тема 2 Теория и методика развития выносливости**

Челночный бег, бег с низкого и высокого старта на 1000м, 2000м, 3000м,

**Тема 3 Сдача нормативов****3. Требования к уровню подготовки обучающихся.**

Программа позволяет создать возможности для самоопределения личности обучающегося в конкретных экономических и социокультурных условиях Свердловской области.

Оценивание качества освоения обучающимися программы осуществляется путем определения уровня владения социальными компетентностями:

1) степени владения информацией, раскрывающей особенности исторического развития и современного этапа жизнедеятельности региона во взаимосвязи с процессами, идущими в стране, мире;

2) уровня развития навыка эффективного применения приобретенных знаний и навыков в повседневной деятельности;

3) степени соответствия индивидуальных ориентаций и установок жизнедеятельности тем ценностям, нормам и правилам, которые определяют возможность успешного включения личности в экономическую, социальную, и культурную жизнь региона.

4) многоаспектность в раскрытии специфики региона в различных аспектах: культурно-историческом, социально-правовом, экономическом, информационном, экологическом и культуры здоровья;

5) сотрудничество на основе развития партнерских отношений между всеми субъектами образовательного процесса;

6) компетентностный подход, заключающийся в овладении обучающимися практическими навыками использования приобретенных знаний во всех видах повседневной деятельности;

7) преемственность в содержании и уровне образованности на различных ступенях образования;

8) реализация требований личностно-ориентированного подхода к организации образовательной деятельности;

9) раскрытие человекотворческой сущности (формирование себя) всего познавательного процесса, осуществляемого в учебной и внеучебной деятельности.

#### **Требования к специальным умениям и навыкам 5-й класс**

| <b>Раздел 1 Строевая подготовка</b>       |  |
|---|--|
| <b>Должен<br/>знать</b>                   | Определения элементов строя;<br>Команды для управления строем;<br>Порядок подачи предварительной команды и исполнительной команды<br>Строевой шаг, походный шаг;                     |
| <b>Должен<br/>уметь</b>                   | Принимать строевую стойку;<br>Выполнять строевые приемы: повороты на месте<br>Соблюдать дистанцию и интервал в строю   |
| <b>Раздел 2 Уставы Вооруженных Сил РФ</b> |  |
| <b>Должен<br/>знать</b>                   | Историю введения и утверждения уставов;<br>Назначение общевоинских уставов;<br>Общие обязанности военнослужащих;<br>Воинские звания и знаки различия.<br>Обязанности и права кадетов |
| <b>Должен<br/>уметь</b>                   | Соблюдать требования и правила внутреннего распорядка школы;<br>Аккуратно носить и соблюдать форму одежды кадетов  |
| <b>Раздел 3 Военный этикет</b>            |  |
| <b>Должен<br/>знать</b>                   | Виды военных костюмов, их назначение<br>Порядок ухода за внешностью, одеждой и обувью<br>Такт, поведение,  |
| <b>Должен<br/>уметь</b>                   | Общаться с одноклассниками,<br>Сдерживать свои эмоции<br>Вести диалог со своими сверстниками и взрослыми<br>Анализировать свои поступки  |
| <b>Раздел 4 Военная история РФ</b>        |  |
| <b>Должен</b>                             | Дату Куликовской битвы и ее значение в укреплении государства;   |

|   |   |          |          |
|---|---|----------|----------|
| <b>знать</b>  | Походы А.В. Суворова<br>Значение Бородинской битвы<br>Причины и начало второй мировой войны<br>Роль К.Г. Жукова в битве за Москву                                 |          |          |
| <b>Должен уметь</b>                                       | Перечислить даты воинской славы<br>Объяснить значение Куликовской битвы<br>Рассказать о полководцах А.В.Суворова и К.Г. Жукова                                    |          |          |
| <b>Раздел 5 Военная топография</b>                        |   |          |          |
| <b>Должен знать</b>                                       | Условные знаки, правила обращения с компасом,<br>Определения азимута, два вида компасов, определение сторон,<br>ориентирование по солнцу и часам,                 |          |          |
| <b>Должен уметь</b>                                       | Определять направление сторон по компасу<br>Определять стороны горизонта по Солнцу и часам<br>Определять последовательность действий в случае потери ориентировки |          |          |
| <b>Раздел 6 Общая и специальная физическая подготовка</b> |   |          |          |
| <b>Должен выполнять следующие нормативы</b>               |   | <b>М</b> | <b>Д</b> |
|   | 1. бег 1000м (мин)  | 4.28     | 5.11     |
|   | Бег 1500м (мин)   | 7.50     | 8.20     |
|   | 2. бег 30м (сек)  | 6.1      | 6.2      |
|   | Бег 60м (сек)   | 10.4     | 10.6     |
|   | 3. прыжки в длину (см)  | 163      | 152      |
|   | 4. сгибание и разгибание рук в упоре лежа(раз)  | 21       | 12       |
|   | 5. сгибание и разгибание рук в висе на перекладине  | 5        | 0        |
|   | 6. поднимание туловища за 30 сек.   | 17       | 16       |
|   | 7. наклоны туловища вперед (см)   | 8        | 10       |
|   | 8. вис на согнутых руках (сек)  | 22       | 19       |

### 6 класс

|   |   |
|---|---|
| <b>Раздел 1 Строевая подготовка</b>       |   |
| <b>Должен знать</b>                       | Элементы строевого шага, порядок отдания воинской чести<br>Определения строя и порядок построения отделения, взвода в колонны                               |
| <b>Должен уметь</b>                       | Ходить строевым шагом, осуществлять повороты на месте и в движении, отдавать воинскую честь на месте и в движении   |
| <b>Раздел 2 Уставы Вооруженных Сил РФ</b> |   |
| <b>Должен знать</b>                       | Определение: непосредственный начальник, прямой начальник,<br>Подчиненный, старший, младший,<br>Порядок отдачи и исполнения приказов                        |
| <b>Должен уметь</b>                       | Соблюдать субординацию в коллективе,<br>Получив задачу, указание, выполнять своевременно и докладывать о результатах<br>Соблюдать нормы и правила поведения |
| <b>Раздел 3 Военный этикет</b>            |   |
| <b>Должен знать</b>                       | Способы разрешения возможных конфликтных ситуаций,<br>Нормы и правила поведения в семье, с родными и близкими людьми  |
| <b>Должен уметь</b>                       | Соблюдать нормы и правила поведения ,<br>Демонстрировать свое ответственное поведение в школе, дома , в общественных местах                                 |
| <b>Раздел 4 Военная история</b>           |   |
| <b>Должен знать</b>                       | Имена, фамилии исторических персонажей, роль адмирала П.С. Нахимова в Крымской войне,<br>Необходимость военной реформы,                                     |

|   |  |       |       |
|---|--|-------|-------|
| <b>Должен уметь</b>                                       | Устанавливать причинно-следственные связи между событиями, Рассказывать о важных исторических событиях, показывая знания фактов, дат, терминов   |       |       |
| <b>Раздел 5 Военная топография</b>                        |  |       |       |
| <b>Должен знать</b>                                       | Условные знаки,<br>Основные и дополнительные направления по сторонам горизонта(азимутное кольцо)<br>Четыре действия с компасом (определение сторон горизонта, ориентирование по карте, прямая и обратная засечка)<br>Длину своего среднего шага(пары шагов) для различных условий ходьбы (шагом, бегом)    |       |       |
| <b>Должен уметь</b>                                       | Ориентировать карту по компасу,<br>Определять азимут на заданный предмет (обратная засечка)<br>Находить ориентир по заданному азимуту (прямая засечка)<br>Определять расстояние на глаз<br>Определять пройденное расстояние по затраченному времени<br>Ориентироваться по солнцу , луне, местным предметам |       |       |
| <b>Раздел 6 Огневая подготовка</b>                        |  |       |       |
| <b>Должен знать</b>                                       | Положения по подготовке и ведения стрельбы,<br>Явление выстрела, отдача оружия,<br>Понятие рассеивание, кучность, меткость<br>Меры безопасности при обращении с оружием  |       |       |
| <b>Должен уметь</b>                                       | Определять расстояние до цели,<br>Определять прицел, точку прицеливания,<br>Действовать при оружии: изготовка к стрельбе, зарядание, ведение стрельбы, прекращение стрельбы  |       |       |
| <b>Раздел 7 Общая и специальная физическая подготовка</b> |  |       |       |
| <b>Должен выполнять следующие нормативы</b>               |  | М     | Д     |
|   | 1. Бег 1000м   | 4.16  | 4.58  |
|   | 1500м  | 7.30  | 8.00  |
|   | 2. Бег 30м   | 5.9   | 6.0   |
|   | 60м  | 10.2  | 10.4  |
|   | 3. Прыжки в длину (см)   | 174   | 160   |
|   | 4. Сгибание и разгибание рук в упоре (раз)   | 23    | 13    |
|   | 5. Сгибание и разгибание рук в висе на перекладине(раз) 6  | -     | -     |
|   | 6. Поднимание туловища за 30 с (раз)   | 18    | 17    |
|   | 7. Наклоны туловища вперед (см)  | 9     | 11    |
|   | 8. Вис на согнутых руках (с)   | 26    | 23    |
|   | 9. Плавание  | 1.00  | 1.10  |
|   | 10. Лыжи 2км (мин)   | 14.00 | 14.30 |
|   | 11. Метание мяча (м)   | 31    | 19    |

**7 класс.**

|                                     |   |
|-------------------------------------|---|
| <b>Раздел 1 Строевая подготовка</b> |   |
| <b>Основные термины</b>             | Начальник , подчиненный, старший, младший, воинская честь, субординация, воинская вежливость.   |
| <b>Должен знать</b>                 | Обязанности военнослужащего перед построением и встрою, Порядок отдания воинской чести в строю. |
| <b>Должен</b>                       | Проявлять воинскую вежливость, отдавать воинскую честь на месте и в                             |

|   |  |       |      |
|---|--|-------|------|
| уметь   | движении, выполнять приемы: подход к начальнику( с докладом )и отход от него,  |       |      |
| <b>Раздел 2 Уставы Вооруженных Сил РФ</b>                 |  |       |      |
| <b>Основные термины</b>                                   | Ответственность, приказ, приказание, дисциплина, поощрение, наказание, права, обязанности  |       |      |
| <b>Должен знать</b>                                       | Общие обязанности военнослужащих, ответственность и права военнослужащих,<br>Определение дисциплина, виды поощрений и взысканий  |       |      |
| <b>Должен уметь</b>                                       | Соблюдать права и обязанности военнослужащих (кадетов, применительно к школе),<br>Оказывать содействие старшим в поддержании и соблюдении внутреннего распорядка школы.  |       |      |
| <b>Раздел 3 Военный этикет</b>                            |  |       |      |
| <b>Основные термины</b>                                   | Традиции, старшие офицеры, младшие офицеры, сержантский состав<br>Культура поведения, вежливость,  |       |      |
| <b>Должен знать</b>                                       | Воинские звания, состав военнослужащих, обязанности военнослужащего,   |       |      |
| <b>Должен уметь</b>                                       | Опрятно носить военную форму, приветствовать старших и отвечать на приветствие младших кадетов.  |       |      |
| <b>Раздел 4 Военная история РФ</b>                        |  |       |      |
| <b>Основные термины,</b>                                  | Ритуал, обычай, почитание традиция, преемственность, достижение, конструкторы, героизм, долг,  |       |      |
| <b>Должен знать</b>                                       | Воинские ритуалы, их зарождение, военные традиции, виды традиций   |       |      |
| <b>Должен уметь</b>                                       | Рассказать возникновения ритуала воинского приветствия<br>Работать с историческим источником   |       |      |
| <b>Раздел 5 Огневая подготовка</b>                        |  |       |      |
| <b>Основные термины</b>                                   | Порох, взрывчатое вещество, рассеивание, кучность, прицел, поправки,   |       |      |
| <b>Должен знать</b>                                       | Меры безопасности при выполнении учебных стрельб из автомата, Общее устройство и назначение частей автомата АК-74, его технические характеристики,   |       |      |
| <b>Должен уметь</b>                                       | Выполнять приемы изготровки для стрельбы лежа, прицеливание, зарядание, прекращение стрельбы.<br>Производить неполную разборку и сборку АК-74,<br>Выполнять нормативы по разборке и сборке автомата, снаряжение магазина |       |      |
| <b>Раздел 6 Общая и специальная физическая подготовка</b> |  |       |      |
| <b>Должен выполнять следующие нормативы</b>               |  | М     | Д    |
|   | 1. Бег 1000м   | 4.03  | 4.48 |
|   | 2.       2000м   | 10.40 | 1.40 |
|   | 3. Бег 30м   | 5.8   | 5.9  |
|   | 60м  | 9.7   | 10.2 |
|   | 4.Прыжки в длину (см)  | 185   | 167  |
|   | 5.Сгибание и разгибание рук в упоре (раз)  | 26    | 14   |
|   | 6.Сгибание и разгибание рук в висе на перекладине(раз)   | 7     |      |
|   | 7.Поднимание туловища за 30 с (раз)  | 19    | 18   |
|   | 8.Наклоны туловища вперед (см)   | 9     | 12   |
|   | 9.Вис на согнутых руках (с)  | 30    | 27   |
|   | 10.Плавание  | 0.50  | 1.07 |
|   | 11.Лыжи 3км (мин)  | 19.00 | 21.0 |
|   | 12. Метание мяча (м)   | 37    | 21   |

**8 класс.**

| <b>Раздел 1 Строевая подготовка</b>                        |  |       |   |   |                    |      |      |             |    |    |                  |     |     |           |     |       |                        |     |     |  |    |    |  |     |  |                                      |    |    |                                 |    |    |                              |    |    |             |      |      |                    |       |      |                      |    |    |
|--|--|-------|---|---|--------------------|------|------|-------------|----|----|------------------|-----|-----|-----------|-----|-------|------------------------|-----|-----|--|----|----|--|-----|--|--------------------------------------|----|----|---------------------------------|----|----|------------------------------|----|----|-------------|------|------|--------------------|-------|------|----------------------|----|----|
| <b>Должен знать</b>  | Общие обязанности военнослужащего, меры безопасности,<br>Команды строевых приемов с оружием  |       |   |   |                    |      |      |             |    |    |                  |     |     |           |     |       |                        |     |     |  |    |    |  |     |  |                                      |    |    |                                 |    |    |                              |    |    |             |      |      |                    |       |      |                      |    |    |
| <b>Должен уметь</b>  | Соблюдать меры безопасности при обращении с оружием,<br>Выполнять строевые приемы с оружием,   |       |   |   |                    |      |      |             |    |    |                  |     |     |           |     |       |                        |     |     |  |    |    |  |     |  |                                      |    |    |                                 |    |    |                              |    |    |             |      |      |                    |       |      |                      |    |    |
| <b>Раздел 2 Уставы Вооруженных Сил РФ</b>                  |  |       |   |   |                    |      |      |             |    |    |                  |     |     |           |     |       |                        |     |     |  |    |    |  |     |  |                                      |    |    |                                 |    |    |                              |    |    |             |      |      |                    |       |      |                      |    |    |
| <b>Должен знать</b>  | Обязанности дневального, обязанности часового,<br>Организацию караульной службы,   |       |   |   |                    |      |      |             |    |    |                  |     |     |           |     |       |                        |     |     |  |    |    |  |     |  |                                      |    |    |                                 |    |    |                              |    |    |             |      |      |                    |       |      |                      |    |    |
| <b>Должен уметь</b>  | Действовать в роли дневального по роте,<br>Действовать в роли часового на посту  |       |   |   |                    |      |      |             |    |    |                  |     |     |           |     |       |                        |     |     |  |    |    |  |     |  |                                      |    |    |                                 |    |    |                              |    |    |             |      |      |                    |       |      |                      |    |    |
| <b>Раздел 3 Военный этикет</b>                             |  |       |   |   |                    |      |      |             |    |    |                  |     |     |           |     |       |                        |     |     |  |    |    |  |     |  |                                      |    |    |                                 |    |    |                              |    |    |             |      |      |                    |       |      |                      |    |    |
| <b>Должен знать</b>  | Правила поведения за столом<br>Правила приема гостей,<br>Нормы поведения в общественных местах   |       |   |   |                    |      |      |             |    |    |                  |     |     |           |     |       |                        |     |     |  |    |    |  |     |  |                                      |    |    |                                 |    |    |                              |    |    |             |      |      |                    |       |      |                      |    |    |
| <b>Должен уметь</b>  | Соблюдать нормы и правила поведения и прогнозировать последствия их нарушения  |       |   |   |                    |      |      |             |    |    |                  |     |     |           |     |       |                        |     |     |  |    |    |  |     |  |                                      |    |    |                                 |    |    |                              |    |    |             |      |      |                    |       |      |                      |    |    |
| <b>Раздел 4 Военная история</b>                            |  |       |   |   |                    |      |      |             |    |    |                  |     |     |           |     |       |                        |     |     |  |    |    |  |     |  |                                      |    |    |                                 |    |    |                              |    |    |             |      |      |                    |       |      |                      |    |    |
| <b>Должен знать</b>  | Историю создания и развития видов и родов войск,<br>Организационную структуру Вооруженных Сил РФ   |       |   |   |                    |      |      |             |    |    |                  |     |     |           |     |       |                        |     |     |  |    |    |  |     |  |                                      |    |    |                                 |    |    |                              |    |    |             |      |      |                    |       |      |                      |    |    |
| <b>Должен уметь</b>  | Объяснять необходимость укрепления Вооруженных Сил<br>Устанавливать причинно-следственные связи между явлениями ,<br>событиями<br>Объяснять свое отношение к наиболее значительным событиям и<br>личностям России, отечественной и мировой культуры  |       |   |   |                    |      |      |             |    |    |                  |     |     |           |     |       |                        |     |     |  |    |    |  |     |  |                                      |    |    |                                 |    |    |                              |    |    |             |      |      |                    |       |      |                      |    |    |
| <b>Раздел 5 Огневая подготовка</b>                         |  |       |   |   |                    |      |      |             |    |    |                  |     |     |           |     |       |                        |     |     |  |    |    |  |     |  |                                      |    |    |                                 |    |    |                              |    |    |             |      |      |                    |       |      |                      |    |    |
| <b>Должен знать</b>  | Приемы и правила стрельбы лежа, с упора, из-за укрытий, назначение ,<br>устройство гранат,<br>Меры безопасности при обращении с гранатами,   |       |   |   |                    |      |      |             |    |    |                  |     |     |           |     |       |                        |     |     |  |    |    |  |     |  |                                      |    |    |                                 |    |    |                              |    |    |             |      |      |                    |       |      |                      |    |    |
| <b>Должен уметь</b>  | по команде быстро изготавливаться к стрельбе лежа, с упора, из-за<br>укрытий, с колена, стоя.  |       |   |   |                    |      |      |             |    |    |                  |     |     |           |     |       |                        |     |     |  |    |    |  |     |  |                                      |    |    |                                 |    |    |                              |    |    |             |      |      |                    |       |      |                      |    |    |
| <b>Раздел 6 Общая и специальная физическая подготовка</b>  |  |       |   |   |                    |      |      |             |    |    |                  |     |     |           |     |       |                        |     |     |  |    |    |  |     |  |                                      |    |    |                                 |    |    |                              |    |    |             |      |      |                    |       |      |                      |    |    |
| <b>Должен<br/>выполнять<br/>следующие<br/>нормативы</b>    | <table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>М</th> <th>Д</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1. Бег 1000м (мин)</td> <td>3.53</td> <td>4.39</td> </tr> <tr> <td>2000м (мин)</td> <td>10</td> <td>12</td> </tr> <tr> <td>2. Бег 30м (сек)</td> <td>5.4</td> <td>5.9</td> </tr> <tr> <td>60м (сек)</td> <td>9.2</td> <td>10.00</td> </tr> <tr> <td>3. Прыжки в длину (см)</td> <td>196</td> <td>173</td> </tr> <tr> <td>4. Сгибание и разгибание рук в упоре (раз)</td> <td>28</td> <td>14</td> </tr> <tr> <td>5. Сгибание и разгибание рук в висе<br/>на перекладине(раз)</td> <td>8 -</td> <td></td> </tr> <tr> <td>6. Поднимание туловища за 30 с (раз)</td> <td>20</td> <td>19</td> </tr> <tr> <td>7. Наклоны туловища вперед (см)</td> <td>10</td> <td>12</td> </tr> <tr> <td>8. Вис на согнутых руках (с)</td> <td>35</td> <td>31</td> </tr> <tr> <td>9. Плавание</td> <td>0.47</td> <td>1.06</td> </tr> <tr> <td>10. Лыжи 3км (мин)</td> <td>18.00</td> <td>20.0</td> </tr> <tr> <td>11. Метание мяча (м)</td> <td>40</td> <td>23</td> </tr> </tbody> </table> |       | М | Д | 1. Бег 1000м (мин) | 3.53 | 4.39 | 2000м (мин) | 10 | 12 | 2. Бег 30м (сек) | 5.4 | 5.9 | 60м (сек) | 9.2 | 10.00 | 3. Прыжки в длину (см) | 196 | 173 | 4. Сгибание и разгибание рук в упоре (раз) | 28 | 14 | 5. Сгибание и разгибание рук в висе<br>на перекладине(раз) | 8 - |  | 6. Поднимание туловища за 30 с (раз) | 20 | 19 | 7. Наклоны туловища вперед (см) | 10 | 12 | 8. Вис на согнутых руках (с) | 35 | 31 | 9. Плавание | 0.47 | 1.06 | 10. Лыжи 3км (мин) | 18.00 | 20.0 | 11. Метание мяча (м) | 40 | 23 |
|  | М  | Д     |   |   |                    |      |      |             |    |    |                  |     |     |           |     |       |                        |     |     |  |    |    |  |     |  |                                      |    |    |                                 |    |    |                              |    |    |             |      |      |                    |       |      |                      |    |    |
| 1. Бег 1000м (мин)   | 3.53   | 4.39  |   |   |                    |      |      |             |    |    |                  |     |     |           |     |       |                        |     |     |  |    |    |  |     |  |                                      |    |    |                                 |    |    |                              |    |    |             |      |      |                    |       |      |                      |    |    |
| 2000м (мин)  | 10   | 12    |   |   |                    |      |      |             |    |    |                  |     |     |           |     |       |                        |     |     |  |    |    |  |     |  |                                      |    |    |                                 |    |    |                              |    |    |             |      |      |                    |       |      |                      |    |    |
| 2. Бег 30м (сек)   | 5.4  | 5.9   |   |   |                    |      |      |             |    |    |                  |     |     |           |     |       |                        |     |     |  |    |    |  |     |  |                                      |    |    |                                 |    |    |                              |    |    |             |      |      |                    |       |      |                      |    |    |
| 60м (сек)  | 9.2  | 10.00 |   |   |                    |      |      |             |    |    |                  |     |     |           |     |       |                        |     |     |  |    |    |  |     |  |                                      |    |    |                                 |    |    |                              |    |    |             |      |      |                    |       |      |                      |    |    |
| 3. Прыжки в длину (см)                                     | 196  | 173   |   |   |                    |      |      |             |    |    |                  |     |     |           |     |       |                        |     |     |  |    |    |  |     |  |                                      |    |    |                                 |    |    |                              |    |    |             |      |      |                    |       |      |                      |    |    |
| 4. Сгибание и разгибание рук в упоре (раз)                 | 28   | 14    |   |   |                    |      |      |             |    |    |                  |     |     |           |     |       |                        |     |     |  |    |    |  |     |  |                                      |    |    |                                 |    |    |                              |    |    |             |      |      |                    |       |      |                      |    |    |
| 5. Сгибание и разгибание рук в висе<br>на перекладине(раз) | 8 -  |       |   |   |                    |      |      |             |    |    |                  |     |     |           |     |       |                        |     |     |  |    |    |  |     |  |                                      |    |    |                                 |    |    |                              |    |    |             |      |      |                    |       |      |                      |    |    |
| 6. Поднимание туловища за 30 с (раз)                       | 20   | 19    |   |   |                    |      |      |             |    |    |                  |     |     |           |     |       |                        |     |     |  |    |    |  |     |  |                                      |    |    |                                 |    |    |                              |    |    |             |      |      |                    |       |      |                      |    |    |
| 7. Наклоны туловища вперед (см)                            | 10   | 12    |   |   |                    |      |      |             |    |    |                  |     |     |           |     |       |                        |     |     |  |    |    |  |     |  |                                      |    |    |                                 |    |    |                              |    |    |             |      |      |                    |       |      |                      |    |    |
| 8. Вис на согнутых руках (с)                               | 35   | 31    |   |   |                    |      |      |             |    |    |                  |     |     |           |     |       |                        |     |     |  |    |    |  |     |  |                                      |    |    |                                 |    |    |                              |    |    |             |      |      |                    |       |      |                      |    |    |
| 9. Плавание  | 0.47   | 1.06  |   |   |                    |      |      |             |    |    |                  |     |     |           |     |       |                        |     |     |  |    |    |  |     |  |                                      |    |    |                                 |    |    |                              |    |    |             |      |      |                    |       |      |                      |    |    |
| 10. Лыжи 3км (мин)   | 18.00  | 20.0  |   |   |                    |      |      |             |    |    |                  |     |     |           |     |       |                        |     |     |  |    |    |  |     |  |                                      |    |    |                                 |    |    |                              |    |    |             |      |      |                    |       |      |                      |    |    |
| 11. Метание мяча (м)                                       | 40   | 23    |   |   |                    |      |      |             |    |    |                  |     |     |           |     |       |                        |     |     |  |    |    |  |     |  |                                      |    |    |                                 |    |    |                              |    |    |             |      |      |                    |       |      |                      |    |    |

## 9-й класс.

| <b>Раздел 1 Строевая подготовка</b>                       |   |       |   |   |                   |      |      |             |   |       |             |      |   |                 |     |     |            |      |      |                       |     |     |   |    |    |  |   |   |                                     |    |    |                                |    |    |                             |    |    |            |      |      |                   |   |      |             |      |   |
|---|---|-------|---|---|-------------------|------|------|-------------|---|-------|-------------|------|---|-----------------|-----|-----|------------|------|------|-----------------------|-----|-----|---|----|----|--|---|---|-------------------------------------|----|----|--------------------------------|----|----|-----------------------------|----|----|------------|------|------|-------------------|---|------|-------------|------|---|
| <b>Должен знать</b>                                       | Порядок действий по команде "К бою", правила перебежки, переползания  |       |   |   |                   |      |      |             |   |       |             |      |   |                 |     |     |            |      |      |                       |     |     |   |    |    |  |   |   |                                     |    |    |                                |    |    |                             |    |    |            |      |      |                   |   |      |             |      |   |
| <b>Должен уметь</b>                                       | Правильно и четко выполнять команды, нормативы  |       |   |   |                   |      |      |             |   |       |             |      |   |                 |     |     |            |      |      |                       |     |     |   |    |    |  |   |   |                                     |    |    |                                |    |    |                             |    |    |            |      |      |                   |   |      |             |      |   |
| <b>Раздел 2 Уставы Вооруженных Сил РФ</b>                 |   |       |   |   |                   |      |      |             |   |       |             |      |   |                 |     |     |            |      |      |                       |     |     |   |    |    |  |   |   |                                     |    |    |                                |    |    |                             |    |    |            |      |      |                   |   |      |             |      |   |
| <b>Должен знать</b>                                       | Организация гарнизонной службы, обязанности начальника патруля и патрульных   |       |   |   |                   |      |      |             |   |       |             |      |   |                 |     |     |            |      |      |                       |     |     |   |    |    |  |   |   |                                     |    |    |                                |    |    |                             |    |    |            |      |      |                   |   |      |             |      |   |
| <b>Должен уметь</b>                                       | Действовать в роли начальника патруля   |       |   |   |                   |      |      |             |   |       |             |      |   |                 |     |     |            |      |      |                       |     |     |   |    |    |  |   |   |                                     |    |    |                                |    |    |                             |    |    |            |      |      |                   |   |      |             |      |   |
| <b>Раздел 3 Военная история РФ</b>                        |   |       |   |   |                   |      |      |             |   |       |             |      |   |                 |     |     |            |      |      |                       |     |     |   |    |    |  |   |   |                                     |    |    |                                |    |    |                             |    |    |            |      |      |                   |   |      |             |      |   |
| <b>Должен знать</b>                                       | Зарождение офицерского корпуса, создание регулярной армии, Историю подготовки младших командиров  |       |   |   |                   |      |      |             |   |       |             |      |   |                 |     |     |            |      |      |                       |     |     |   |    |    |  |   |   |                                     |    |    |                                |    |    |                             |    |    |            |      |      |                   |   |      |             |      |   |
| <b>Должен уметь</b>                                       | Рассказать взаимосвязь зарождения офицерского корпуса и регулярной армии при Петре 1.<br>Объяснять роль и место офицера в боевой обстановке и в условиях мирного времени.<br>Объяснять роль и место младших командиров в армии  |       |   |   |                   |      |      |             |   |       |             |      |   |                 |     |     |            |      |      |                       |     |     |   |    |    |  |   |   |                                     |    |    |                                |    |    |                             |    |    |            |      |      |                   |   |      |             |      |   |
| <b>Раздел 4 Военная топография</b>                        |   |       |   |   |                   |      |      |             |   |       |             |      |   |                 |     |     |            |      |      |                       |     |     |   |    |    |  |   |   |                                     |    |    |                                |    |    |                             |    |    |            |      |      |                   |   |      |             |      |   |
| <b>Должен знать</b>                                       | Виды масштабов, отличительные свойства карт<br>Условные знаки: населенные пункты, дорожная сеть, растительный покров, местные предметы, рельеф,<br>Способ определения расстояния по карте,<br>Способы измерения расстояния на местности   |       |   |   |                   |      |      |             |   |       |             |      |   |                 |     |     |            |      |      |                       |     |     |   |    |    |  |   |   |                                     |    |    |                                |    |    |                             |    |    |            |      |      |                   |   |      |             |      |   |
| <b>Должен уметь</b>                                       | Определять масштаб карты, измерять расстояния по карте, определять координаты точки на карте,<br>Ориентировать карту по компасу,<br>Определять азимут на заданный ориентир (обратная засечка)<br>Находить ориентир по заданному азимуту (прямая засечка)<br>Определять точку стояния на карте,<br>Определять стороны горизонта по местным предметам<br>Определять последовательность действий в случае потери ориентировки  |       |   |   |                   |      |      |             |   |       |             |      |   |                 |     |     |            |      |      |                       |     |     |   |    |    |  |   |   |                                     |    |    |                                |    |    |                             |    |    |            |      |      |                   |   |      |             |      |   |
| <b>Раздел 5 Огневая подготовка</b>                        |   |       |   |   |                   |      |      |             |   |       |             |      |   |                 |     |     |            |      |      |                       |     |     |   |    |    |  |   |   |                                     |    |    |                                |    |    |                             |    |    |            |      |      |                   |   |      |             |      |   |
| <b>Должен знать</b>                                       | Устройство малокалиберной винтовки  |       |   |   |                   |      |      |             |   |       |             |      |   |                 |     |     |            |      |      |                       |     |     |   |    |    |  |   |   |                                     |    |    |                                |    |    |                             |    |    |            |      |      |                   |   |      |             |      |   |
| <b>Должен уметь</b>                                       | Изготавливаться к стрельбе и производить стрельбу из различного положения : лежа, с колена, стоя.   |       |   |   |                   |      |      |             |   |       |             |      |   |                 |     |     |            |      |      |                       |     |     |   |    |    |  |   |   |                                     |    |    |                                |    |    |                             |    |    |            |      |      |                   |   |      |             |      |   |
| <b>Раздел 6 Общая и специальная физическая подготовка</b> |   |       |   |   |                   |      |      |             |   |       |             |      |   |                 |     |     |            |      |      |                       |     |     |   |    |    |  |   |   |                                     |    |    |                                |    |    |                             |    |    |            |      |      |                   |   |      |             |      |   |
| <b>Должен выполнять следующие нормативы</b>               | <table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>М</th> <th>Д</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1.Бег 1000м (мин)</td> <td>3.44</td> <td>4.31</td> </tr> <tr> <td>2000м (мин)</td> <td>0</td> <td>11.40</td> </tr> <tr> <td>3000м (мин)</td> <td>16.0</td> <td>0</td> </tr> <tr> <td>2.Бег 30м (сек)</td> <td>5.1</td> <td>5.8</td> </tr> <tr> <td>100м (сек)</td> <td>14.9</td> <td>17.0</td> </tr> <tr> <td>3.Прыжки в длину (см)</td> <td>206</td> <td>177</td> </tr> <tr> <td>4.Сгибание и разгибание рук в упоре (раз)</td> <td>32</td> <td>15</td> </tr> <tr> <td>5.Сгибание и разгибание рук в висе на перекладине(раз)</td> <td>9</td> <td>0</td> </tr> <tr> <td>6.Поднимание туловища за 30 с (раз)</td> <td>21</td> <td>20</td> </tr> <tr> <td>7.Наклоны туловища вперед (см)</td> <td>10</td> <td>13</td> </tr> <tr> <td>8.Вис на согнутых руках (с)</td> <td>40</td> <td>35</td> </tr> <tr> <td>9.Плавание</td> <td>0.43</td> <td>1.05</td> </tr> <tr> <td>10.Лыжи 3км (мин)</td> <td>0</td> <td>20.0</td> </tr> <tr> <td>5 км ( мин)</td> <td>29.0</td> <td>-</td> </tr> </tbody> </table> |       | М | Д | 1.Бег 1000м (мин) | 3.44 | 4.31 | 2000м (мин) | 0 | 11.40 | 3000м (мин) | 16.0 | 0 | 2.Бег 30м (сек) | 5.1 | 5.8 | 100м (сек) | 14.9 | 17.0 | 3.Прыжки в длину (см) | 206 | 177 | 4.Сгибание и разгибание рук в упоре (раз) | 32 | 15 | 5.Сгибание и разгибание рук в висе на перекладине(раз) | 9 | 0 | 6.Поднимание туловища за 30 с (раз) | 21 | 20 | 7.Наклоны туловища вперед (см) | 10 | 13 | 8.Вис на согнутых руках (с) | 40 | 35 | 9.Плавание | 0.43 | 1.05 | 10.Лыжи 3км (мин) | 0 | 20.0 | 5 км ( мин) | 29.0 | - |
|   | М   | Д     |   |   |                   |      |      |             |   |       |             |      |   |                 |     |     |            |      |      |                       |     |     |   |    |    |  |   |   |                                     |    |    |                                |    |    |                             |    |    |            |      |      |                   |   |      |             |      |   |
| 1.Бег 1000м (мин)   | 3.44  | 4.31  |   |   |                   |      |      |             |   |       |             |      |   |                 |     |     |            |      |      |                       |     |     |   |    |    |  |   |   |                                     |    |    |                                |    |    |                             |    |    |            |      |      |                   |   |      |             |      |   |
| 2000м (мин)   | 0   | 11.40 |   |   |                   |      |      |             |   |       |             |      |   |                 |     |     |            |      |      |                       |     |     |   |    |    |  |   |   |                                     |    |    |                                |    |    |                             |    |    |            |      |      |                   |   |      |             |      |   |
| 3000м (мин)   | 16.0  | 0     |   |   |                   |      |      |             |   |       |             |      |   |                 |     |     |            |      |      |                       |     |     |   |    |    |  |   |   |                                     |    |    |                                |    |    |                             |    |    |            |      |      |                   |   |      |             |      |   |
| 2.Бег 30м (сек)   | 5.1   | 5.8   |   |   |                   |      |      |             |   |       |             |      |   |                 |     |     |            |      |      |                       |     |     |   |    |    |  |   |   |                                     |    |    |                                |    |    |                             |    |    |            |      |      |                   |   |      |             |      |   |
| 100м (сек)  | 14.9  | 17.0  |   |   |                   |      |      |             |   |       |             |      |   |                 |     |     |            |      |      |                       |     |     |   |    |    |  |   |   |                                     |    |    |                                |    |    |                             |    |    |            |      |      |                   |   |      |             |      |   |
| 3.Прыжки в длину (см)                                     | 206   | 177   |   |   |                   |      |      |             |   |       |             |      |   |                 |     |     |            |      |      |                       |     |     |   |    |    |  |   |   |                                     |    |    |                                |    |    |                             |    |    |            |      |      |                   |   |      |             |      |   |
| 4.Сгибание и разгибание рук в упоре (раз)                 | 32  | 15    |   |   |                   |      |      |             |   |       |             |      |   |                 |     |     |            |      |      |                       |     |     |   |    |    |  |   |   |                                     |    |    |                                |    |    |                             |    |    |            |      |      |                   |   |      |             |      |   |
| 5.Сгибание и разгибание рук в висе на перекладине(раз)    | 9   | 0     |   |   |                   |      |      |             |   |       |             |      |   |                 |     |     |            |      |      |                       |     |     |   |    |    |  |   |   |                                     |    |    |                                |    |    |                             |    |    |            |      |      |                   |   |      |             |      |   |
| 6.Поднимание туловища за 30 с (раз)                       | 21  | 20    |   |   |                   |      |      |             |   |       |             |      |   |                 |     |     |            |      |      |                       |     |     |   |    |    |  |   |   |                                     |    |    |                                |    |    |                             |    |    |            |      |      |                   |   |      |             |      |   |
| 7.Наклоны туловища вперед (см)                            | 10  | 13    |   |   |                   |      |      |             |   |       |             |      |   |                 |     |     |            |      |      |                       |     |     |   |    |    |  |   |   |                                     |    |    |                                |    |    |                             |    |    |            |      |      |                   |   |      |             |      |   |
| 8.Вис на согнутых руках (с)                               | 40  | 35    |   |   |                   |      |      |             |   |       |             |      |   |                 |     |     |            |      |      |                       |     |     |   |    |    |  |   |   |                                     |    |    |                                |    |    |                             |    |    |            |      |      |                   |   |      |             |      |   |
| 9.Плавание  | 0.43  | 1.05  |   |   |                   |      |      |             |   |       |             |      |   |                 |     |     |            |      |      |                       |     |     |   |    |    |  |   |   |                                     |    |    |                                |    |    |                             |    |    |            |      |      |                   |   |      |             |      |   |
| 10.Лыжи 3км (мин)   | 0   | 20.0  |   |   |                   |      |      |             |   |       |             |      |   |                 |     |     |            |      |      |                       |     |     |   |    |    |  |   |   |                                     |    |    |                                |    |    |                             |    |    |            |      |      |                   |   |      |             |      |   |
| 5 км ( мин)   | 29.0  | -     |   |   |                   |      |      |             |   |       |             |      |   |                 |     |     |            |      |      |                       |     |     |   |    |    |  |   |   |                                     |    |    |                                |    |    |                             |    |    |            |      |      |                   |   |      |             |      |   |



|  |   |         |
|--|---|---------|
|  | 11. Метание гранаты(м)<br>(М - 700гр, Д - 500гр.) | 26 - 13 |
|--|---|---------|

### Нормативы по тактической подготовке

| № | Наименование   | Условия выполнения  | Отл.                         | Хор.                         | Удов.                        |
|---|--|---|------------------------------|------------------------------|------------------------------|
| 1 | Скрытное выдвигание к объекту противника:<br>Переползанием-<br><br>Перебежками и переползанием – | Военнослужащий находится в положении для стрельбы лежа.<br>По команде (сигналу) военнослужащий переползает по пластунски участок местности длиной 20метров<br><br>По команде военнослужащий преодолевает 50метров: перебежкой – 15м, переползанием по пластунски – 20м, и перебежкой – 15м.   | 25с<br><br>40с               | 30с<br><br>45с               | 35с<br><br>55с               |
| 2 | Передвижения на поле боя<br><br>Перебежками<br>Переползанием                                     | Военнослужащий преодолевает участок местности глубиной 300м короткими перебежками или 50м переползанием по пластунски (в отделении по одному). Время отсчитывается от команды на передвижение до достижения указанного рубежа и изготровки к стрельбе   | 2мин.<br>20с<br>1мин<br>50с  | 2мин.<br>30с<br>2мин         | 3мин.<br>2мин<br>25с         |
| 3 | Доставка боеприпасов под огнем противника<br><br>Переползанием<br><br>Перебежками                | Военнослужащий находится в положении для стрельбы лежа.<br><br>По команде военнослужащий (отделение) берет патронный ящик и переползает на боку 20метров.<br><br>По команде военнослужащий (отделение) берет патронный ящик (ящики) и преодолевает участок 40метров перебежками по 20метров. Время отсчитывается от команды «Вперед» до достижения указанного рубежа (в отделении – последним военнослужащим) | 35с<br>40с<br><br>30с<br>35с | 40с<br>45с<br><br>35с<br>40с | 50с<br>55с<br><br>40с<br>45с |
| 4 | Пополнение боеприпасов в ходе боя  | Отделение с оружием в одношереножном строю в 10м от боеприпасов БТР сложенных штабелем.<br>Ящики наполнены песком и др. материалами в соответствии с весом боеприпасов.<br>По команде отделение переносит б/п к БТР находящемуся в100метрах и   | 1мин<br>30с                  | 1мин<br>45с                  | 2<br>мин.                    |

|  |                     |  |  |  |
|--|---------------------|--|--|--|
|  | складывают штабелем |  |  |  |
|--|---------------------|--|--|--|

### Нормативы по огневой подготовке

| №  | Наименование  | Условия выполнения  | Отл. | Хор. | Удов |
|----|---|---|------|------|------|
| 1  | Изготовка к стрельбе из различных положений (лежа, с колена, стоя из-за укрытия) при действии в пешем порядке | Обучаемый с оружием в исходном положении в 10м от огневой позиции (места для стрельбы).автомат в положении «на ремень». Магазин снаряженный 5 учебными патронами в сумке. Сумка застегнута.<br>Руководитель указывает огневую позицию(место для стрельбы), положение для стрельбы, сектор стрельбы и подает команду « К бою!». Обучаемый изготавливается к стрельбе (переводит оружие из походного положения в боевое, заряжает оружие) и докладывает « Такой-то к бою готов!». На прицеле должны быть нулевые установки. | 7с   | 8с   |      |
| 10 | Неполная разборка оружия  | Оружие на подстилке, обучаемый находится у оружия.<br>Время отсчитывается от команды «К неполной разборке оружия приступить!» до доклада обучаемого «Готово!»   | 13с  | 14с  | 17с  |
| 11 | Сборка оружия после неполной разборки оружия  | Оружие разобрано. Части и механизмы аккуратно разложены на подстилке. Обучаемый находится у оружия.<br>Время отсчитывается от команды «К сборке оружия приступить!» до доклада обучаемого «Готово!»   | 23с  | 25с  | 30   |
| 13 | Снаряжение магазина патронами   | Обучаемый находится перед подстилкой на которой расположены магазины, учебные патроны (россыпью).<br>Время отсчитывается от команды «К снаряжению магазина приступить!» до доклада обучаемого «Готово!»   | 30с  | 35с  | 40с  |

### Учебно-методическая литература

1. "Движение юных патриотов России: прошлое, настоящее, будущее". - ОБЖ 2002
2. Журнал "ОБЖ.. Основы безопасности жизни", 2000-2007.
3. Журнал "Воспитание школьников", 2004-2007.
4. Бюллетень программно-методических материалов для учреждений дополнительного образования детей.
5. Общевоинские уставы Вооруженных сил РФ-М.: Изд-во "Эксмо", 2005.
6. Наставление по стрелковому делу. - М.: Воениздат, 1987.
7. Система военно-патриотического воспитания несовершеннолетних граждан.- М.: Военные знания, 2001.
8. *Михайлов Б.Б.* Вопросы техники пулевой стрельбы. - М.: ДОСААФ, 1987.
9. Курс стрельб (КС-2003).
10. *Сорокин Ю.К.* Атлетическая подготовка допризывника...-М.: Советский спорт, 1990.
11. *В. Шапарь.* Психология войн и конфликтов.
12. *М. Албарова.* О системе образования в 1-м московском кадетском корпусе. Народное образование № 7/04
13. Программа боевой подготовки учебных подразделений Сухопутных войск - часть 1. - М.Воениздат, 2007г.
14. Сборник нормативов по боевой подготовке Сухопутных войск – М. Воениздат 1997г.
16. Программы для кружков по изучению основ военного дела и овладению военно-техническими знаниями в первичных организациях ДОСААФ, № 485 от 29.08.86г. М. Воениздат
17. *П.Д Лушаков.* Военно-спортивные игры школьников на местности . М.Просвещение, 1978г.
18. Программа «Основы безопасности жизнедеятельности». М.Просвещение ,1994
19. *Л. Лихачева.* Школа этикета. Сред.-Урал. кн. изд-во, 1996г

### Материально-техническая база:

1. Комплекты плакатов "Строевая подготовка", "Тактическая подготовка", "Военная топография", "Вооружение Российской армии"
2. Макеты: автомат Калашникова ММГ-АК-74, ручные осколочные гранаты, пехотные мины
3. Магазин с 30 учебными патронами к автомату Калашникова
4. Пневматические винтовки
5. Противогазы ГП-5
6. Полоса препятствий, спортивный городок, стрелковый тир СИЗО
7. Учебные классы РОСТО по технической подготовке