**Учебно-тематический план**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № пп | Содержание разделов программы по направлениям | Количество часов | Форма контроля |
| Теория | Практика |
| I . Туристско-краеведческая деятельность. |
| 1.  | Основы пешеходного туризма. Организация бивака, способы разведения костра. Аварийный комплект. Первая доврачебная помощь. Способы ориентирования на местности. Походы, экскурсии. | 11 1 1 1 - | 11 1 2 20 | Опрос Зачет Опрос Зачет Наблюдение |
|  | Итого по разделу: | 4ч  | 25 ч | 29 ч |
| II. Физкультурно-спортивная деятельность. |
| 1. | **Общая физическая подготовка (ОФП).** *Теоретическая подготовка:* Техника безопасности и профилактика травматизма, гигиенические требования, врачебный контроль и самоконтрольФизическая культура и спорт в России. Гигиена и физиология. Основы здорового образа жизни Теоретические основы технических составляющих элементов военно-прикладного спорта (пулевая стрельба, метание гранты, работа со специальным снаряжением) | 41 1 1 2 | - - - -- | Опрос  |
| 2. | *Практическая подготовка:*  Кроссовая подготовка; Общеразвивающие упражнения; Спортивные игры; Соревновательная деятельность. | 1 1 1 1 | 918 18 9 |  |
|  | Итого по разделу: | 13 ч  | 54 ч | 67 ч |
| III. Военно-патриотическая деятельность. |
| 1. | *Теоретическая подготовка.* 1. Вооруженные силы Р.Ф. 2. Виды вооруженных сил Р.Ф. Рода войск. 3. Боевые традиции В.С.Р.Ф. 4. Символы воинской чести. | 1 1 1 1  | - - - -  | Тест, опрос |
|  |  | 4 | - | 4 |
|  | *Строевая подготовка*.  1. Общие положения  2. Строевые приемы и движение без оружия и с оружием  3. Выполнение воинского приветствия, выход из строя и возвращение в строй. Подход к начальнику и отход от него  4. Строи отделения, взвода, в пешем порядке  5. Способы и приемы передвижения личного состава подразделений в бою при действиях в пешем порядке  | 1 1 1 1 1  | - 9 6 6 1  | Зачет  |
|  |  | 6 | 22 | 28 |
|  | *Огневая подготовка.* 1. Автомат Калашникова. 2. Малокалиберная винтовка. 3. Явление выстрела. 4. Назначение и линия прицеливания. 5. Меры безопасности при работе с оружием.6. Основы и правила стрельбы. Практические стрельбы из пневматического оружия  | 1 1 1 1 1 1  | 6 6 - - - 6  | Зачет Зачет Опрос Тест Опрос Наблюдение  |
|  |  | 6 | 18 | 24 |
|  | *Основы безопасности жизнедеятельности.* 1. Вопросы гражданской обороны. 2. Классификация оружия массового поражения. 3. Средства индивидуальной защиты, ОЗК, противогазы 4. Выполнение контрольных нормативов по практическому применению СИЗ. | 1 1 1 1  | - --6  | Опрос Тест Зачет Соревнования. |
|  |  | 4 | 6 | 10 |
|  | Итого по разделу: | 20 ч  | 46 ч | 66 ч |
|  | Всего по программе: | 37 ч  | 125 ч | 162 ч |
|  |  |  |  |  |