**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. | 1  1  1  1  1  - | 1  1  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 самоконтроль  Физическая 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) | 4  1  1  1  2 | -  -  -  -  - | Опрос |
| 2. | *Практическая подготовка:*    Кроссовая подготовка;  Общеразвивающие упражнения;  Спортивные игры;  Соревновательная деятельность. | 1  1  1  1 | 9  18  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 |
|  |  |  |  |  |