

РАССМОТРЕНО
на заседании педагогического
совета МБОУ «ООШ№51»
(протокол №11
от 30.08.2021 г.)

СОГЛАСОВАНО
заместитель директора по
ВР МБОУ «ООШ№51»
/О.Г.Ануфриева
1.09.2021 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ «ООШ№51»
/О.Н. Хороших
(приказ№197/А
От 02.09.2021 г.)

Программа внеурочной деятельности
по спортивно-оздоровительному направлению

юнармейский отряд «ЮНАРМЕЕЦ»

для учащихся 5-8 классов

Составил:
учитель физической культуры Сердекова Ж.А.

квалификационная категория:
первая

Кемерово, 2021

Содержание

1. Результаты освоения курса внеурочной деятельности 3
2. Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности 5
3. Тематическое планирование.....13

I. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «ЮНАРМЕЕЦ»

Личностные результаты:

1. Воспитание российской гражданской идентичности: патриотизма, уважения к Отечеству, прошлому и настоящему многонационального народа России; осознание своей этнической принадлежности, знание истории, языка, культуры своего народа, своего края, основ культурного наследия народов России и человечества; усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества; чувство ответственности и долга перед Родиной.

2. Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учетом устойчивых познавательных интересов, а также на основе формирования уважительного отношения к труду, развития опыта участия в социально значимом труде.

3. Формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира.

4. Формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции, к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира. Готовность и способность вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания.

5. Освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах. Участие в школьном самоуправлении и общественной жизни в пределах возрастных компетенций с учетом региональных, этнокультурных, социальных и экономических особенностей.

6. Развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора; формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам.

7. Формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности.

8. Формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах.

9. Формирование основ экологической культуры, соответствующей современному уровню экологического мышления, развитие опыта экологически ориентированной рефлексивно-оценочной и практической деятельности в жизненных ситуациях

10. Осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;

11. Развитие эстетического сознания через освоение художественного наследия народов России и мира, творческой деятельности эстетического характера.

Метапредметные результаты:

1. Умение самостоятельно определять цели обучения, ставить и формулировать новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности.

2. Умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач.

3. Умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией.

4. Умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения.

5. Владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной. Познавательные УУД

6. Умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное, по аналогии) и делать выводы.

7. Умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач

8. Смысловое чтение.

9. Умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение.

10. Умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей для планирования и регуляции своей деятельности; владение устной и письменной речью, монологической контекстной речью.

11. Формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий (далее – ИКТ-компетенции).

12. Формирование и развитие экологического мышления, умение применять его в познавательной, коммуникативной, социальной практике и профессиональной ориентации

Воспитательные результаты внеурочной деятельности:

Второй уровень результатов – получение школьниками опыта переживания и позитивного отношения к базовым ценностям общества (человек, семья, родина, природа, мир, знания, труд, культура).

Третий уровень результатов – получение школьниками опыта самостоятельного общественного действия (*умение представить зрителям собственные проекты, спектакли, постановки*), в том числе и в открытой общественной среде.

II. СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «ЮНАРМЕЕЦ»

Основными видами деятельности способствующими успешной реализации программы и формированию ключевых компетенций у обучающихся являются: познавательная, проблемно-ценностное общение, социально значимая волонтерская деятельность, спортивно-оздоровительная деятельность, трудовая, информационно-коммуникативная, исследовательская и проектная деятельность

Формы организации занятий: беседы, игра, встреча, практика, экскурсии, смотры конференции, конкурсы, соревнования.

Программа внеурочной деятельности «Юнармеец» предназначена для учащихся 5-8 класса. Сроки реализации программы «Юнармеец» - 4 года

Содержание программы 1 года обучения

I. Физкультурно-спортивная деятельность.

1. Общая физическая подготовка:

1.1. Физическая культура и спорт в России. Возникновение, развитие, традиции физической культуры и спорта в России. Значение спорта для жизни и здоровья человека .

1.2. Техника безопасности при занятиях физическими упражнениями. Общие требования безопасности. Инструкции по технике безопасности. Требования безопасности в аварийных ситуациях.

1.3. Упражнения на развитие выносливости. Равномерный бег в сочетании с ходьбой (бег 220м. . ходьба 50м.; бег 300м., ходьба 100м.).Равномерный продолжительный бег со скоростью 2-3м/с.; повторный бег на отрезках 200-800м.Кроссовый бег (бег по пересеченной местности).

1.4. Упражнения на наращивание силы. Упражнения с предметами, силовые упражнения с партнером.

1.5. Соревнования. Спортивные игры.

II. Военно-патриотическая деятельность

1. Основы воинской службы

1.1. Вооруженные силы РФ. Создание РВС, их структура и предназначение. Организационная структура РВС.

1.2. Виды вооруженных сил. Рода войск. Военно-воздушные силы. Войска ПВО. Ракетные войска стратегического назначения. Военно-морской флот. Сухопутные войска. Пограничные, внутренние и железнодорожные войска. Войска Федеральной связи и Гражданской обороны.

1.3. Боевые традиции вооруженных сил РФ. Патриотизм — духовно-нравственная основа

личности военнослужащего — защитника Отечества. Воинский долг — обязанность перед Отечеством по его вооруженной защите. Основные составляющие личности военнослужащего. Дни воинской славы России — дни славных побед, сыгравших решающую роль в истории России.

1.4. Символы воинской чести. Боевое знамя воинской чести — особо почетный знак. История возникновения, ритуал вручения, порядок хранения, содержание. Ордена — почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и воинской службе. Ритуалы ВСРФ. Приведение к Военной присяге, вручение оружия и военной техники.

2. Огневая подготовка.

2.1. Меры безопасности при стрельбе и при работе с оружием.

2.2. Автомат Калашникова: назначение, боевые свойства, устройство и принцип действия.

Материальная часть АК; работа частей и механизмов, чистка, смазка. Осмотр и подготовка АК к стрельбе.

2.3. Неполная разборка и сборка автомата Калашникова. Порядок неполной разборки и сборки АК. Неполная разборка и сборка АК на время.

3. Строевая подготовка.

3.1. Основные понятия строевой подготовки. Строй. Шеренга. Фланг. Фронт. Интервал. Дистанция. Сомкнутый строй. Разомкнутый строй. Колонна.

3.2. Команды Предварительная; исполнительная («*Напра-Во!*», «*Кру-Гом!*», «*Смирно!*», «*Вольно!*», «*Становись!*»).

3.3. Строевые приемы и движения. Строевая стойка. Повороты на месте. Движения: *шагом*, *бегом*, *повороты в движении*, *для выхода из строя*.

3.4. Формы перемещения строем. Перестроения: из одной шеренги в три, из колонны по одному в по три (по четыре). Передвижение по границам зала, площадки. Движения: по диагонали, противоходом, змейкой. Изменение скорости и направления движения.

3.5. Воинские приветствия на месте и в движении.

III. Гражданско-патриотическая деятельность.

1. История России. Воины 20 века

2. Дни воинской славы России

3. Личность героя-полководца в истории России. Исторические личности. Примеры для подражания.

4. Герои-города.

IV. Социально-патриотическая деятельность.

1. Противогазы и респираторы. Средства индивидуальной защиты. Средства защиты кожи.

2. Ориентирование на местности с помощью местных предметов. Ориентирование по

признакам местных предметов: деревьев, пней, смоле, коре, камням, муравейникам, почве, травяному покрову, крестам и алтарям местных церквей и мн. др.

3 Способы добывания огня и разведение костра, виды костров, меры безопасности.

Добывания огня с помощью: огнива, линзы, химических веществ, аккумуляторной батареи, трения. Виды костров и их назначение. Меры противопожарной безопасности.

4 Встречи с ветеранами войн и военных событий, представителями различных родов войск.

Конференции. Экскурсии. Подведение итогов прохождения программы. Смотр - конкурс побед за учебный год. Награждение победителей.

Содержание программы 2 года обучения

I. Физкультурно-спортивная деятельность.

1. Общая физическая подготовка:

1.1. Значение разносторонней физической подготовки для здоровья и высоких достижений в спорте. Основной показатель физического совершенства человека. Физические упражнения наиболее эффективные в процессе поддержания здоровья. Способность человека перестраивать свою двигательную деятельность в соответствии с требованиями внезапно меняющейся обстановки.

1.2. Техника безопасности при занятиях физическими упражнениями. Общие требования безопасности. Инструкции по технике безопасности. Требования безопасности в аварийных ситуациях.

1.3. Упражнения на развитие координации и точности движений, для укрепления мышц ног, рук, спины. Упражнения на развитие координации: метание малого мяча в цель, ходьба в полном приседе по гимнастической скамейке, ведение баскетбольного мяча с обводкой стоек, ходьба по гимнастической скамейке с грузом на голове (мешочек с песком), «Бой петухов». Упражнения на развитие точности движений: метание предметов в цель, кегли, футбол, баскетбол. Упражнения для укрепления мышц ног, рук, спины: приседания с гантелями, штангой; жим ногами лежа, сгибание ног сидя и т.п.; упражнения с гантелями, подтягивания, отжимания, повороты, скручивания.

II. Военно-патриотическая деятельность

1. Основы воинской службы

1.1. Воинская обязанность: Обязанности граждан и основное содержание обязательной подготовки гражданина к воинской службе. Организация воинского учета. Первоначальная постановка граждан на воинский учет.

1.2. Особенности военной службы: Конституция РФ о военной службе. Федеральный закон «Об обороне». Федеральный закон «О статусе военнослужащих». Военная служба — особый вид государственной федеральной службы.

1.3. Общевоинские уставы — нормативно-правовые акты, регламентирующие быт и жизнь военнослужащих. *Устав внутренней службы Вооруженных Сил РФ:* взаимоотношения между ними, воинские звания и знаки различия, начальник и подчиненный.

Дисциплинарный устав ВС РФ: сущность воинской дисциплины, поощрения и взыскания, применяемые к солдатам. *Строевой устав ВС РФ. Положение-устав Пост №1*

1.4. Военнослужащий — защитник своего Отечества: Основные качества военнослужащего — защитника Отечества. Преданность Отечеству, готовность встать на его защиту. Военная присяга. История принятия военной присяги в России как основного закона воинской службы. Текст воинской присяги. Как стать офицером Российской Армии.

2. Огневая подготовка.

2.1. Меры безопасности при стрельбе и при работе с оружием.

2.2. Автомат Калашникова: назначение, боевые свойства, устройство и принцип действия.

Материальная часть АК; работа частей и механизмов, чистка, смазка. Осмотр и подготовка АК к стрельбе.

2.3. Неполная разборка и сборка автомата Калашникова. Порядок неполной разборки и сборки АК. Неполная разборка и сборка АК на время.

3. Строевая подготовка.

3.1. Основные понятия строевой подготовки. Строй. Шеренга. Фланг. Фронт. Интервал. Дистанция. Сомкнутый строй. Разомкнутый строй. Колонна.

3.2. Команды. Предварительная; исполнительная («*Напра-Во!*», «*Кру-Гом!*», «*Смирно!*», «*Вольно!*», «*Становись!*»).

3.3. Строевые приемы и движения. Строевая стойка. Повороты на месте. Движения: *шагом, бегом, повороты в движении, для выхода из строя.*

3.4. Формы перемещения строем. Перестроения: из одной шеренги в три, из колонны по одному в по три (по четыре). Передвижение по границам зала, площадки. Движения: по диагонали, противоходом, змейкой. Изменение скорости и направления движения.

3.5. Воинские приветствия на месте и в движении.

III. Гражданско-патриотическая деятельность.

1. История России:

2. Дни воинской славы России:

3. Интернет-путешествие по городам-героям и местам великих битв.

4. История страны в моей семье.

IV. Социально-патриотическая деятельность:

1. Способы ориентирования на местности. По карте. Виды и правила работы с картой:

масштабы, условные знаки, движение по картам и схемам (выбор маршрута, порядок, способы и скорость движения). С помощью компаса. Способы ориентирования по компасу. По небесным светилам.

2. Организация бивака: Место стоянки с учетом наличия питьевой воды, достаточного количества дров. Правильная установка палаток. Особые меры безопасности.

3. Основы скалолазания: Техника передвижения и преодоления естественных препятствий. Передвижение по горным тропам, травянистым склонам, осыпям. Подъемы. Спуски. Виды склонов. Категория подъемов и спусков с гор. Техника безопасности при подъемах и спусках. Приемы страховки.

4. Аварийный комплект. Первая доврачебная помощь: Аптечка. Медицинские препараты их назначение. Применение лекарственных растений (ягоды, травы, листья), заварки, настои, отвары, чай. Виды травм (ушибы, укусы, ссадины, порезы, потертости, переломы, ожоги, растяжения и прочее), способы их предупреждения. Способы оказания первой медицинской помощи при различных травмах, транспортировка раненных. Самопомощь при травмах и заболеваниях

5. Встречи с ветеранами войн и военных событий, представителями различных родов войск

6. Заключительное занятие.

Подведение итогов прохождения программы. Смотр - конкурс побед за учебный год.

Награждение победителей.

Содержание программы 3 года обучения

I. Физкультурно-спортивная деятельность.

1. Общая физическая подготовка:

1.1. Физическое развитие. Физическая подготовленность. Закономерности построения процесса ФП. Уровни ФП. Функциональные способности организма. Показатели ФП.

1.2. Техника безопасности при занятиях физическими упражнениями. Общие требования безопасности. Инструкции по технике безопасности. Требования безопасности в аварийных ситуациях.

1.3. Упражнения на развитие аэробной, силовой, и скоростно-силовой выносливости. На развитие аэробной выносливости: бег на длинные дистанции, лыжные гонки, ходьба, марафон. На развитие скоростно-силовой выносливости: спортивные игры и единоборства.

1.4. Упражнения на развитие гибкости, быстроты и выносливости: На развитие гибкости: гимнастические упражнения с растягиванием и большой амплитудой. На развитие быстроты: бег со старта из различных положений, бег под уклон, прыжки в длину, прыжки через скакалку, «бой с тенью», отбивание мяча. На развитие ловкости: челночный бег,

прыжки в длину с места, кувырки, ходьба по бревну с финтами, стойки на голове и на руках, ходьба на руках, броски в кольцо.

II. Военно-патриотическая деятельность

1. Основы воинской службы

1.1. Федеральные законы, регламентирующие вопросы воинской службы. Конституция и Федеральный закон «О воинской обязанности и военной службе». Перечень законов, регламентирующих вопросы воинской службы.

1.3. Статус военнослужащих. Права и обязанности. Статус военнослужащего. Права военнослужащего. Обязанности военнослужащего.

1.4. Льготы, предоставляемые военнослужащим. Международное право на особую защиту. Льготы, предоставляемые военнослужащим. Международное право на особую защиту.

2. Огневая подготовка.

2.1. Меры безопасности при стрельбе и при работе с оружием.

2.2. Автомат Калашникова: назначение, боевые свойства, устройство и принцип действия. Материальная часть АК; работа частей и механизмов, чистка, смазка. Осмотр и подготовка АК к стрельбе.

2.3. Неполная разборка и сборка автомата Калашникова. Порядок неполной разборки и сборки АК. Неполная разборка и сборка АК на время.

3. Строевая подготовка.

3.1. Основные понятия строевой подготовки. Строй. Шеренга. Фланг. Фронт. Интервал. Дистанция. Сомкнутый строй. Разомкнутый строй. Колонна.

3.2. Команды. Предварительная; исполнительная («*Напра-Во!*», «*Кру-Гом!*», «*Смирно!*», «*Вольно!*», «*Становись!*»).

3.3. Строевые приемы и движения. Строевая стойка. Повороты на месте. Движения: *шагом*, *бегом*, *повороты в движении*, *для выхода из строя*.

3.4. Формы перемещения строем. Перестроения: из одной шеренги в три, из колонны по одному в по три (по четыре). Передвижение по границам зала, площадки. Движения: по диагонали, противходом, змейкой. Изменение скорости и направления движения.

3.5. Воинские приветствия на месте и в движении.

III. Гражданско-патриотическая деятельность.

1. История России:

2. Дни воинской славы России:

3. Моральные ценности и традиции — фактор развития и стабильности. Моральные ценности — ценности добра и зла. Морально-этические традиции.

IV. Социально-патриотическая деятельность.

1. Изготовление и подача сигналов бедствия. Международные сигналы бедствия. Сигналы бедствия, подаваемые руками. Правила радиобмена и подачи сигналов бедствия по радио.

2. Оказание первой медицинской помощи. Самопомощь. Выявление психологических особенностей преодоления и профилактики стрессовых состояний. Оказание первой медицинской помощи в стрессовой ситуации. Самопомощь. Приемы страховки.

3. Встречи с ветеранами войн и военных событий, представителями различных родов войск. Конференции. Экскурсии *(по плану)*.

4. Заключительное занятие.

Подведение итогов прохождения программы. Смотр - конкурс побед за учебный год.

Награждение победителей.

Содержание программы 4 год обучения

I. Физкультурно-спортивная деятельность.

1. Общая физическая подготовка:

1.1. Физическая культура и спорт. Уровень физической культуры и здоровье нации.

Физическая культура и спорт. Уровень физической культуры и здоровье нации.

1.2. ОФП. Цели и задачи. Развитие всесторонних и специальных физических качеств.

Общее повышение уровня физических возможностей организма. Воспитание необходимых двигательных умений и навыков. Цели и задачи: здоровье, общее физическое здоровье, специальная подготовка.

1.3. Русская боевая гимнастика. Культура движения и рукопашный бой.

Упражнения боевой гимнастики: присед-падение в боевой стойке и обычной, отжимания на кулаках, пальцах, тыльной стороне кисти, прогибы (руки перед собой, за головой, вдоль туловища) и выдержка столько секунд, сколько повторов делаете упражнение, пресс (вращение ногами, горизонтальные ножницы, вращение сведенными ногами, вертикальные ножницы), повороты ног лежа, подъемы ног с полной амплитудой, касаясь носками пола за головой, подъемы туловища, касаясь локтями пола, скручивания, скрестные прыжки, сжимание-разжимание кулаков. Вращение кистей. Культура движения. Рукопашный бой.

II. Военно-патриотическая деятельность

1. Основы воинской службы

1.1. Обязательная подготовка граждан к военной службе. Что предусматривает обязательная подготовка граждан к военной службе?

1.3. Добровольное поступление на военную службу. Альтернативная служба. Контракт.

Добровольное поступление на военную службу. Альтернативная служба. Контракт.

1.4. Медицинские аспекты призыва и поступления на военную службу и порядок ее прохождения. Медицинские аспекты призыва и поступления на военную службу. Порядок

прохождения медицинской комиссии.

2. Огневая подготовка.

2.1. Меры безопасности при стрельбе и при работе с оружием.

2.2. Устройство и принцип действия пневматической винтовки. Техника стрельбы.

Устройство и принцип действия пневматической винтовки. Техника стрельбы.

2.3. Стрельба по мишени из положения «лежа» на 10 метров.

3. Строевая подготовка.

3.1. Основные понятия строевой подготовки. Строй. Шеренга. Фланг. Фронт. Интервал. Дистанция. Сомкнутый строй. Разомкнутый строй. Колонна.

3.2. Команды. Предварительная; исполнительная («*Напра-Во!*», «*Кру-Гом!*», «*Смирно!*», «*Вольно!*», «*Становись!*»).

3.3. Строевые приемы и движения. Строевая стойка. Повороты на месте. Движения: *шагом*, *бегом*, *повороты в движении*, *для выхода из строя*.

3.4. Формы перемещения строем. Перестроения: из одной шеренги в три, из колонны по одному в по три (по четыре). Передвижение по границам зала, площадки. Движения: по диагонали, противоходом, змейкой. Изменение скорости и направления движения.

3.5. Воинские приветствия на месте и в движении.

III. Гражданско-патриотическая деятельность.

1. История России

2. Дни воинской славы России

3. Высокое сознание гражданского долга и гражданского достоинства. Гражданское сознание, гражданственность и гражданская культура. Гражданское право. Гражданско-правовая защита чести. Патриотическое сознание, чувство верности своему Отечеству, готовности к выполнению гражданского долга и конституционных обязанностей по защите интересов Родины.

IV. Социально-патриотическая деятельность.

1. Понятие о травмах. Первая медицинская помощь при травмах и несчастных случаях. Понятие о травмах. Их классификация. Первая медицинская помощь при травмах и несчастных случаях.

2. Первая медицинская помощь при обмороках, отравлениях, укусах животных.

3. Встречи с ветеранами войн и военных событий, представителями различных родов войск. Конференции. Экскурсии (по плану).

4. Заключительное занятие.

III. КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

5. КЛАСС (17 ЧАСА)

№ урока п.п.	Наименование разделов и тем	КОЛ- ВО часов	В том числе	
			теория	практика
<i>Физкультурно-спортивная деятельность</i>		4		
1	Техника безопасности при занятиях физическими упражнениями. Упражнения на развитие выносливости.	1		1
2	Упражнения на развитие силы.	1		1
3	Фестиваль ГТО.	1		1
4	Спортивные игры.	1		1
<i>Военно-патриотическая деятельность</i>		7		
5	Вооруженные силы РФ. Рода войск	1	1	
6	Виды вооруженных сил. Символы воинской чести.	1	1	
7	Меры безопасности при стрельбе и при работе с оружием.	1		1
8	Автомат Калашникова: назначение, боевые свойства, устройство и принцип действия.	1		1
9	Неполная разборка и сборка автомата Калашникова.	1		1
10	Строевая подготовка. Основные понятия строевой подготовки.	1		1
11	Строевые команды. Строевые приемы и движения. Воинские приветствия.	1		1
<i>Гражданско-патриотическая деятельность</i>		4		
	Юбилейные даты истории России	1	1	
	Дни воинской славы России	1	1	
	Личность героя-полководца в истории России.	1	1	
	Герои, живущие рядом.	1	1	
<i>Социально — патриотическая деятельность</i>		2		
	Способы добывания огня и разведение костра, виды костров, меры безопасности.	1		1
	Встречи с ветеранами войн и военных событий, представителями различных родов войск, экскурсии.	1	1	

6. КЛАСС (17 ЧАСА)

№ урока п.п.	Наименование разделов и тем	КОЛ- ВО часов	В ТОМ ЧИСЛЕ	
			теория	практика
<i>Физкультурно-спортивная деятельность</i>		4		
1	Общая физическая подготовка	1		1
2	Значение разносторонней физической подготовки для здоровья и высоких достижений в спорте.	1	1	
3	Техника безопасности при занятиях физическими упражнениями.	1		1
4	Упражнения на развитие координации и точности движений, для укрепления мышц ног, рук, спины.	1	1	
<i>Военно-патриотическая деятельность</i>		7		
5	Воинская обязанность — священный долг гражданина России.	1	1	
6	Общевойские уставы — нормативно-правовые акты, регламентирующие быт и жизнь военнослужащих.	1	1	
7	Меры безопасности при стрельбе и при работе с оружием.	1	1	
8	Автомат Калашникова: назначение, боевые свойства, устройство и принцип действия.	1		1
9	Неполная разборка и сборка автомата Калашникова.	1	1	
10	Строевая подготовка. Основные понятия строевой подготовки.	1		1
11	Строевые команды. Строевые приемы и движения. Воинские приветствия.	1	1	
<i>Гражданско-патриотическая деятельность</i>		4		
12	История России	1	1	
13	Дни воинской славы России	1	1	
14	Интернет-путешествие по городам-героям и местам великих битв.	1	1	
15	История страны в моей семье.	1	1	
<i>Социально — патриотическая деятельность</i>		2		
16	Организация бивака. Основы скалолазания (подъемы, спуски).	1		1
17	Встречи с ветеранами войн и военных событий, представителями различных родов войск.	1		1

7. КЛАСС (17 ЧАСА)

№ урока п.п.	Наименование разделов и тем	КОЛ- ВО часов	В ТОМ ЧИСЛЕ	
			теория	практика
<i>Физкультурно-спортивная деятельность</i>		4		
1	Физическое развитие. Физическая подготовленность.	1	1	
2	Техника безопасности при занятиях физическими упражнениями.	1	1	
3	Методы и упражнения на развитие аэробной, силовой и скоростно- силовой выносливости.	1	1	1
4	Упражнения на развитие гибкости, быстроты и ловкости.	1		1
<i>Военно-патриотическая деятельность</i>		7		
5	Федеральные законы, регламентирующие вопросы военной службы. Статус военнослужащих.	1	1	
6	Права и обязанности военнослужащих. Льготы, предоставляемые военнослужащим	1	1	
7	Меры безопасности при стрельбе и при работе с оружием.	1	1	
8	Автомат Калашникова: назначение, боевые свойства, устройство и принцип действия.	1		1
9	Неполная разборка и сборка автомата Калашникова.	1		1
10	Строевая подготовка. Основные понятия строевой подготовки.	1		1
11	Строевые команды. Строевые приемы и движения. Воинские приветствия.	1		1
<i>Гражданско-патриотическая деятельность</i>		4		
12	История России	1	1	
13	Дни воинской славы России	1		1
14	Духовно-нравственное становление молодого человека Документальный фильм «В поисках идеала прекрасного человека».	1	1	
15	Интернет-путешествие по городам-героям и местам великих битв	1		1
<i>Социально — патриотическая деятельность</i>		2		
16	Изготовление и подача сигналов бедствия.	1	1	
17	Оказание первой медицинской помощи. Самопомощь.	1		1

8. КЛАСС (17 ЧАСА)

№ урока п.п.	Наименование разделов и тем	КОЛ- ВО часов	В ТОМ ЧИСЛЕ	
			теория	практика
<i>Физкультурно-спортивная деятельность</i>		4		
1	Общая физическая подготовка	1	1	
2	Значение разносторонней физической подготовки для здоровья и высоких достижений в спорте.	1	1	
3	Техника безопасности при занятиях физическими упражнениями.	1		1
4	Упражнения на развитие координации и точности движений, для укрепления мышц ног, рук, спины.	1	1	
<i>Военно-патриотическая деятельность</i>		7		
5	Воинская обязанность — священный долг гражданина России.	1	1	
6	Общевойские уставы — нормативно-правовые акты, регламентирующие быт и жизнь военнослужащих.	1	1	
7	Меры безопасности при стрельбе и при работе с оружием.	1		1
8	Автомат Калашникова: назначение, боевые свойства, устройство и принцип действия.	1	1	
9	Неполная разборка и сборка автомата Калашникова.	1	1	
10	Строевая подготовка. Основные понятия строевой подготовки.	1	1	
11	Строевые команды. Строевые приемы и движения. Воинские приветствия.	1		1
<i>Гражданско-патриотическая деятельность</i>		4		
12	Города-герои	1	1	
13	Дни воинской славы России	1		
14	Высокое сознание гражданского долга и гражданского достоинства Документальный фильм «Четверть века на службе Родине».	1	1	
15	Интернет-путешествие по городам-героям и местам великих битв.	1	1	
<i>Социально — патриотическая деятельность</i>		2		
16	Понятие о травмах. Первая медицинская помощь при травмах и несчастных случаях.	1	1	
17	Первая медицинская помощь при обмороках, отравлениях, укусах животных.	1	1	