

муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Орловская основная общеобразовательная школа»
236000, Калининградская область, Гурьевский городской округ,
п. Орловка, ул. Центральная, 22, тел.: 8(4015)3-72-31

ПРИНЯТО
решением Педагогического совета
МБОУ «Орловская ООШ»
Протокол № 6
от «30» мая 2017 г.



УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ «Орловская ООШ»
С.И. Мациевская
приказ № 98 от «31» мая 2017 г.

Дополнительная общеразвивающая программа «Кадет»

п. Орловка
2018 год

Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа «Кадет» (далее – Программа) МБОУ «Орловская ООШ» разработана в соответствии со статьей 2.12. Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» №273-ФЗ от 29.12.2012 г., приказом Министерства образования и науки Российской Федерации «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеразвивающим программам» №1008 от 29.08.2013 г., Положением «О дополнительных общеразвивающих программах». Приказом Министерства культуры Российской Федерации от 14.08.2013 г. № 1145 «Об утверждении порядка приема на обучение по дополнительным предпрофессиональным программам в области искусств»; Концепцией развития дополнительного образования детей в Российской Федерации до 2020 года; Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 04.07.2014 г. № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей"».

Данная программа дополнительного образования направлена на повышение уровня гражданской, общественной и социальной активности. Программа разработана с опорой на идею концепции школы, законы воспитания, ведущие теории и подходы в педагогической деятельности и сочетает в себе военные и патриотические аспекты, затрагивает в той или иной мере все стороны жизни, опирается на образование, культуру, физическое развитие, психологию.

1.1 Направленность программы

Военно-патриотическое воспитание является одной из составляющих патриотического воспитания и строится на следующих принципах:

- использования исторического опыта защиты Отечества;
- соответствия воспитательного процесса возрастным особенностям учащегося;
- коллективизма и индивидуального подхода в обучении, воспитания личности в коллективе через коллектив;
- сознательности и активности в обучении;
- уважения к личности учащегося в соответствии с разумной требовательностью и индивидуального подхода к ней;
- единства, согласованности и преемственности воспитательных воздействий, систематичности и последовательности в обучении;
- наглядности в обучении;
- прочности усвоения знаний, умений и навыков;

Основные направления реализации программы:

- Идеологическое;
- Интеллектуальное;
- Правовое;
- Эстетическое;
- Военно-физическое.

Программа основана на принципах гуманизма и воспитывает ценностное отношение к миру, к другим людям, к самому себе в духе патриотизма.

Вопросы патриотического воспитания и гражданского становления детей и молодёжи нашли свое отражение в одном из основополагающих документов – Национальной доктрине образования в Российской Федерации, в которой объединены цели воспитания и обучения как единого процесса, пути их достижения посредством государственной политики в области образования.

В этой связи значительно возрастает роль образовательных учреждений, детских и молодежных организаций, в которых происходит духовно-нравственное становление и патриотическое воспитание детей и молодёжи, подготовка их к самостоятельной жизни.

Патриотическое воспитание представляет собой организованный и непрерывный процесс педагогического воздействия на сознание, чувства, психику и физическое развитие кадет с целью формирования у них высоконравственных принципов, выработки определенных норм поведения. Должной трудовой, физической и военно-профессиональной готовности к безупречному несению государственной службы, в том числе и военной, выполнению священного долга по укреплению и вооруженной защите нашей Родины.

1.2 Актуальность

В последнее десятилетие в российском обществе произошли изменения, серьезно повлиявшие на социальную активность людей, требования к реализации личностного потенциала, определение жизненных позиций. Глобальные изменения приоритетов в государственном устройстве России, ориентированном на восстановление духовных и интеллектуальных ценностей личности обусловили формирование социального заказа на возрождение кадетского образования. В традиционном русском понимании слово "кадет" трактуется намного шире - это не чин, не звание, а состояние души, воспитанной и взращенной на лучших традициях славной, героической истории нашего Отечества. Основными целями деятельности кадетского объединения являются интеллектуальное, культурное, физическое и нравственное развитие обучающихся, их социализация в обществе, создание основы для подготовки несовершеннолетних граждан к служению Отечеству на гражданском и военном поприще.

Растущий интерес к кадетству объясняется тем, что многие родители заранее

задумываются о будущем своих детей, хотят видеть их здоровыми, образованными, талантливыми. Основными же задачами кадетского обучения является развитие патриотизма, физических и творческих способностей, формирование личностной культуры ребенка, что достигается через организацию дополнительного образования.

1.3 Цели и задачи программы обучения

Цель программы: Подготовка воспитанников (обучающихся) в духе патриотизма, благородства и благопристойности, государственно-мыслящих, готовых брать на себя ответственность, инициативных, самостоятельных, мобильных граждан с лидерской позицией, просвещенных, культурных, разумных, зрелых в суждениях, способных к созиданию.

Задачи:

1. Формирование у воспитанников (обучающихся) высоких гражданских, патриотических и духовно-нравственных качеств, обеспечение условий для их физического, интеллектуального и культурного развития.
2. Обеспечение прав воспитанников (обучающихся) на качественное образование.
3. Построение образовательной практики с учетом реальных социокультурных тенденций, воспитание детей в духе уважения к своей школе, городу, краю, России.
4. Формирование здорового образа жизни.
5. Разработка и внедрение нового содержания образования в кадетских классах.
6. Создание системы подготовки и переподготовки педагогов и воспитателей кадетских классов.
7. Развитие системы управления кадетскими классами.
8. Развитие органов кадетского самоуправления, детской общественной организации.

1.4 Основные формы и методы обучения

Для повышения интереса занимающихся к занятиям строевой подготовкой и более успешного решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач рекомендуется применять разнообразные формы и методы проведения занятий.

В военно-патриотическом воспитании учащихся используются методы объяснения, показа, и личный пример, также упражнения и тренировки. Личный пример военного руководителя в сочетании с высокой методической подготовкой, постоянная требовательность к учащимся в точном выполнении строевых приёмов – вот путь успешной подготовке. Личный показ военным руководителем строевых приёмов служит для учащихся источником знаний, образцом для подражания.

Словесные методы: создают у учащихся предварительные представления об изучаемом движении. Для этой цели учитель использует: объяснение, рассказ, замечание, команды, указания.

Наглядные методы: применяются главным образом в виде показа упражнения, наглядных пособий, видеофильмов.

Эти методы помогают создать у учеников конкретные представления об изучаемых действиях.

Практические методы:

- метод выполнения упражнений;

- игровой;

- соревновательный.

Главным из них является метод упражнений, который предусматривает многократные повторения движений.

Разучивание упражнений осуществляется двумя методами:

- в целом;

- по частям.

Игровой и соревновательный методы применяются после того, как у учащихся образовались некоторые навыки.

Формы обучения: индивидуальная, фронтальная, групповая, поточная.

1.5 Возраст детей, их психологические способности

Программа предназначена для учащихся кадетских классов, в возрасте 11-16 лет. В кадетские классы принимаются дети, не имеющие медицинских противопоказаний. Набор производится, начиная с мая до 1 сентября текущего года.

Подростковый возраст – качественно новый этап в развитии воспитанника (обучающегося). Наряду с детскими проявлениями облике кадета появляются новые черты повзрослевшего человека и активное желание быть взрослым. Существенные изменения происходят в анатомо-физиологическом развитии подростка. Оно протекает интенсивно, хотя и неравномерно. Наблюдается быстрый рост тела, особенно конечностей, происходит окостенение скелета. Развитие мышц отстает по времени от костного развития, и поэтому подросток обычно выглядит худым, длинным, плоскогрудым, с несуразно длинными руками и ногами, тонкой шеей, нарушенной координацией движений. Как правило, воспитанник (обучающийся) осознаёт все эти изменения и нередко болезненно их переживает, начинает сутулиться, принимает неестественные позы. Поэтому так важно в этом возрасте обратить внимание на осанку подростка, его посадку за партой, посоветовать ему регулярно заниматься гимнастикой, строевыми упражнениями, занятия в спортивной секции. Нервная система подростка отмечается повышенной возбудимостью, что накладывает отпечаток на быструю смену настроений воспитанников(обучающихся), их эмоциональность,

подвижность. Поэтому учителю, воспитателю, классному руководителю, важно установить контроль за выполнением подростками режима труда и отдыха, учитывать возможности учащихся, организации трудовой деятельности, развивать стремление к самоконтролю. Существенные изменения происходят в развитии мозга подростка: меняется структура, растёт число ассоциативных волокон, соединяющих разные участки коры, идёт дальнейшее оформление извилин и т.д. Эти изменения являются важными предпосылками для усложнения их познавательной деятельности. Меняется положение кадета в коллективе, в семье. Он имеет больше прав и обязанностей, более сложной становится не только его учебная, но и служебная, и общественная деятельность, усложняются отношения с окружающими, утвердиться в глазах своих товарищей, а если это почему-либо не удаётся в условиях коллектива кадет, то подросток начинает активно искать друзей за пределами учебного заведения. Поэтому, воспитателю важно знать, какое место в коллективе сверстников занимает тот или иной кадет, удовлетворяет ли занимаемое им положение уровню его притязаний, с кем он дружит, каковы нравственные основы этой дружбы. Взрослые члены педагогического коллектива должны советоваться с подростком, считаться с его мнением. Но учитывая недостаточный опыт кадета, неустойчивость его поведения, взрослые вынуждены активно вмешиваться в его жизнь, следить за соблюдением режима, направлять организацию досуга, чтение книг, просмотр фильмов, посещение театров, библиотек, контролировать характер общения с товарищами за пределами класса, школы. Бурное физическое развитие кадета и изменение его социальной позиции не может быть не замечено им самим. У него растёт самосознание, повышается критическое отношение к другим, хотя самокритичность развита ещё недостаточно. Подросток болезненно переживает, если взрослые продолжают обращаться с ним как с маленькими, не признают за ним право на самостоятельность. Движущими силами развития личности кадета в этом возрасте является противоречие между его возросшими притязаниями и его пока ещё ограниченными возможностями. Кадет хочет поступать как взрослый, не терпит, когда с ним обращаются как с маленьким, а опыта взрослого поведения ему не хватает. Он может охотно пообещать учителю, исправить плохую отметку и не сдержать своего слова, может ставить высокие цели и прибегать к низкому способу их реализации (шпаргалки, подсказки...). Подросток, как правило, отлично понимает необходимость хорошо учиться и, однако, под влиянием своей неорганизованности и неумения заставить себя изменить отношение к учебным занятиям проявляет небрежное отношение к отдельным предметам, что приводит к понижению успеваемости. Подросток не терпит постоянных назиданий,

морализирования, категоричности требований, рассматривает их как покушение на свою самостоятельность и независимость. Поэтому педагогу следует тщательно продумывать форму своего обращения к подростку, стремится заменить категорические требования, требованиями советами. Огромную роль в этом возрасте играет педагогический такт и единство требований педагогов, согласованность требований педагогов, родителей, офицеров-воспитателей, администрации школы. Чрезмерное стремление к самостоятельности и независимости от взрослых без учёта имеющихся возможностей может порой приводить к внутренним противоречиям в развитии подростка. Встречающиеся в этом возрасте упрямство, грубость и резкость, излишняя раздражительность и возбудимость подростков часто бывает обусловлены непониманием воспитателем возрастных особенностей их развития, неправильным подходом, ошибками воспитания в младшем возрасте. Характерная черта деятельности подростков это тесная связь с игрой и трудом (учебным, физическим, ратным). Эту взаимосвязь важно использовать и для формирования нравственных мотивов сознательного отношения к учебе и труду. Особое значение для кадет подросткового возраста представляют его взаимоотношения с товарищами и положение в коллективе сверстников. Чтобы занять желаемое место среди товарищей, они иногда могут проявлять негативизм, становятся своевольными, упрямыми и драчливыми. Необходимо помочь им найти правильные формы самоутверждения в коллективе на основе интересной и полезной для других деятельности.

1.6 Режим занятий, количество часов

Программа разработана на основе требований, которые предъявляются дополнительному образованию в кадетских классах с целью воспитания у кадет беззаветной преданности Отечеству, выработке у них высокого сознания общественного и воинского долга, дисциплинированности, привития высоких моральных и волевых качеств, добросовестного отношения к учебе и рассчитана на **35 часов в год, 1 час в неделю на каждую дисциплину**

1.7 Планируемые результаты обучения

Строевая подготовка

Кадет должен знать:

- правила техники безопасности;
- роль строевой подготовки в начальном военном обучении;
- элементы строя;

- элементы утреннего осмотра;
- обязанности кадет перед построением и в строю;
- порядок подачи команд;
- порядок выполнения воинского приветствия без оружия;
- порядок проведения строевого смотра;
- порядок ритуала возложения венков к мемориалу памяти.

Кадет должен уметь:

- правильно подавать предварительные и исполнительные команды;
- выполнять строевую стойку и повороты на месте;
- точно выполнять строевые приемы по разделениям и в целом;
- двигаться в полшага, двигаться парадным и ритуальным шагом.

Иметь навыки:

- в точном выполнении одиночных строевых приёмов и в составе взвода;
- командования отделением;
- образцового выполнения команд и соблюдения дисциплины.

Огневая подготовка

Кадет должен знать:

- материальную часть стрелкового оружия;
- меры безопасности при обращении с оружием и боеприпасами;
- приемы и правила стрельбы из боевого ручного стрелкового оружия;
- условия и порядок выполнения упражнений курса стрельб;
- основные документы, регламентирующие огневую подготовку.

Кадет должен уметь:

- метко стрелять по неподвижным, появляющимся и движущимся целям из различных положений;
- правильно применять оружие при решении задач служебного характера.

Огневая подготовка проводится на протяжении всего периода обучения и осуществляется в следующих формах:

- учебные занятия (лекции, практические занятия);
- индивидуальные занятия под руководством преподавателя;
- самостоятельные занятия во внеурочное время;
- секционная работа.

Военная подготовка

По Общественно-государственной подготовке

Знать:

- назначение и организационную структуру ВС РФ, виды ВС РФ и рода войск;
- сущность и значение военной присяги, государственного флага

- и боевого знамени воинской части;
- дни воинской славы России, значение государственных наград;
- роль офицеров и младшего командного состава ВС РФ;
- порядок поступления в высшие военно-учебные заведения;
- сущность и особенности воинского коллектива;
- основные качества защитника Родины;

По Уставам Вооруженных сил Российской Федерации

Знать:

- общие обязанности военнослужащих, обязанности солдата и обязанности лиц суточного наряда; воинские звания и знаки различия; порядок выполнения приказов и обращения к начальникам и старшим, воинского приветствия и правила воинской вежливости и поведения; порядок размещения военнослужащих, содержания помещений, хранения имущества и порядок действий по распорядку дня; виды ответственности военнослужащих, виды поощрений и дисциплинарных взысканий.
- назначение и задачи караульной службы, обязанности караульного и часового; порядок несения караульной службы;

Уметь:

- практически выполнять действия по распорядку дня и обязанности дневального по подразделению;
- практически выполнять обязанности караульного и часового.

По Военной топографии

Знать:

- порядок определения сторон горизонта, понятие азимута, ориентирование карты.

Уметь:

- определять стороны горизонта по компасу, небесным светилам и признакам местных предметов;
- определять азимуты на местные предметы и направления по заданным азимутам; осуществлять движение по заданным азимутам;
- работать с картой на местности (определять расстояния, направления, свое местоположение и положения обнаруженных целей).

По Военно-медицинской подготовке

Знать:

- порядок и правила оказания первой медицинской помощи; правила личной гигиены и коллективной гигиены и предупреждения инфекционных заболеваний; правила применения штатных средств медицинского обеспечения;
- порядок и правила оказания первой медицинской помощи при поражениях оружием массового поражения; порядок и правила транспортировки раненых.

Уметь:

- применять штатные средства оказания первой медицинской помощи; останавливать артериальные кровотечения при помощи жгута и других подручных средств; накладывать повязки при различных видах ранений;

производить иммобилизацию при переломах; выполнять реанимационные мероприятия;

- осуществлять эвакуацию раненого из-под огня противника, транспортировать раненого на значительные расстояния с учетом характера ранения.

По защите от ОМП

Знать:

- основные поражающие факторы ядерного, химического и биологического оружия и способы защиты от него; способы защиты от зажигательного оружия; назначение, устройство и правила пользования средствами индивидуальной и коллективной защиты;
- сигналы оповещения, приемы и способы действия на зараженной местности, правила входа в убежище и выхода из него; правила специальной и санитарной обработки;

Уметь:

- осуществлять подбор лицевой части противогаза, осуществлять проверку его исправности; правильно надевать, снимать, укладывать и переносить средства индивидуальной защиты (противогаз и общевойсковой защитный костюм ОЗК);
- действовать по сигналам оповещения и преодолевать зоны заражения, используя средства индивидуальной защиты; проводить специальную и санитарную обработки;

По Тактической подготовке

Знать:

- назначение и боевые свойства стрелкового оружия, вооружение мотострелкового взвода; боевую характеристику танков и бронемашин вероятного противника, их уязвимые места, приемы и средства борьбы с танками и бронемашинами противника; приемы ведения боя в обороне и наступлении;

Уметь:

- передвигаться на поле боя различными способами (в рост, пригнувшись, перебежками и переползанием);
- осуществлять передвижения в составе отделения (боевой группы) с применением различных способов передвижения;
- правильно укладывать рюкзак, осуществлять крепление и подгонку оружия, снаряжения и обмундирования для совершения пешего марша;

История Российской Армии и кадетских корпусов

По окончании курса **кадеты должны обладать основными умениями и навыками:**

- находить, систематизировать и анализировать историческую информацию;
- рассматривать события и явления с точки зрения их исторической природы и принадлежности к конкретной исторической эпохе;

- выявлять историческую и методологическую обусловленность различных версий и оценок событий прошлого и настоящего;
- самостоятельно ориентироваться различного рода исторической информации, исторических источниках, их содержании;
- работать по четкому плану, читать схемы, работать с иллюстрациями, картами, документами;
- высказывать, собственное отношение, в понимании исторических событий;
- использовать полученные знания при изучении других дисциплин.

Результаты изучения данной программы:

Личностные:

- овладение на уровне общего образования патриотических и военных знаний и умений, навыками их применения в различных жизненных ситуациях;
- осознание ценности патриотических знаний, как важнейшего компонента военного мира;
- формирование устойчивых установок социально-ответственного поведения в военно-кадетской среде – среде обитания всего живого, в том числе и человека.

Метапредметные результаты курса «История Российской армии» основаны на формировании универсальных учебных действий.

- осознание себя как члена общества на глобальном, региональном и локальном уровнях (житель планеты Земля, житель конкретного региона);
- осознание значимости и общности глобальных проблем человечества;
- эмоционально-ценностное отношение к окружающей среде, необходимости её сохранения и рационального использования;

Этика

По окончании курса «Этика»:

Кадет должен знать:

- социальные свойства человека, основу его взаимодействия с другими людьми;
- содержание и значение моральных норм, регулирующих отношения между людьми;
- источники нравственных знаний;
- нормы морали и их развитие на протяжении истории человечества.

Кадет должен уметь:

- описывать человека как морально-нравственное существо;
- сравнивать различные модели ценностных ориентиров, выявлять их общие черты и различия;
- оценивать поведение людей с точки зрения моральных норм;
- решать познавательные и практические задачи в рамках изученного материала, отражающие типичные ситуации в процессе общения человека;
- осуществлять поиск информации по заданной теме из различных ее носителей (материалы СМИ, учебный текст и другие адаптированные

источники);

-самостоятельно обуславливать собственный нравственный выбор, нормы морали, служащие ориентиром для действия;

Иметь навыки:

-осуществления постоянной работы по самовоспитанию;

-реализации этических познаний в повседневной жизни;

-претворения общепринятых норм нравственности в ежедневном поведении;

-нравственной оценки конкретных поступков людей;

-сознательного неприятия антиобщественного поведения.

По окончании учебного года проводятся шестидневные военно-полевые сборы, которые закрепляют знания и навыки общей военной подготовки.

2. Учебный график общеразвивающей программы

Год реализации программы	1 четверть	2 четверть	3 четверть	4 четверть	Летний период			Продолжительность учебного года
					июнь	июль	август	
1 год	9 недель	7 недель	10 недель	9 недель	Итого вая аттестация	Военно-полевые сборы		35 недель

Условные обозначения:



Ведение занятий по расписанию



Занятия в летнем пришкольном лагере дневного пребывания



Самостоятельная подготовка



Итоговая аттестация

2.2 Учебно-тематический план

№ п/п	Тема занятий	Теория	Практика	Всего
1	Строевая подготовка	10	25	35
2	Огневая подготовка	12	23	35
3	Общевойские уставы и общественно – государственная подготовка	35	-	35
4	История Российской Армии и кадетских корпусов	35	-	35
5	Тактическая подготовка и основы военной топографии	15	20	35
6	Защита от ОМП и военно-медицинская подготовка	15	20	35
7	Этика	35	-	35
8	Валеология	35	-	35
9	Военно-полевые сборы			6 дней
10	Итого часов:	192	88	280

2.3 Содержание программы

Подготовка кадет осуществляется согласно настоящей программы.
В ходе подготовки кадеты изучают основные положения

общевойсковых уставов, элементы строевой подготовки, правила стрельбы из стрелкового оружия, способы измерения расстояний, способы определения сторон горизонта. Содержания и порядок выполнения приемов армейского рукопашного боя, приемы само страховки. Признаки, указывающие на изменение погоды, сигналы бедствия, разновидности костров, способы приготовления и хранения продуктов питания. Действия в современном общевойсковом бою. Средства индивидуальной защиты, правила оказания первой медицинской помощи.

В процессе обучения каждый кадет должен научиться пользоваться огнестрельным оружием (пневматическая винтовка, автомат Калашникова) и выполнить начальное упражнение стрельб из данного вида оружия. Обращаться к старшим (начальнику), действовать при выполнении приказаний и отдании воинского приветствия, соблюдать воинскую вежливость. Правильно выполнять команды в строю и одиночные строевые приемы с оружием и без оружия. Определять свое местонахождение, ориентироваться на местности без карты, совершать движение по азимуту.

Важнейшими аспектами является и психологическая подготовка: подростки, прошедшие курс обучения, значительно легче находят общий язык со сверстниками и старшими, умеют принять решение в сложной ситуации. Это особенно важно, когда они приходят в армию. Юноши не испытывают панического страха перед армейской жизнью и по прибытии в часть спокойно выполняют свои обязанности. Во время пятилетней общевойсковой подготовки кадетов педагогами школы, продолжается изучение морально-психологических, физических, организаторских и других качеств обучаемых, которые учитываются при окончательном выборе для поступления в то или иное высшее военно-учебное заведение.

Планирование обще военной подготовки осуществляется в соответствии с требованиями данной программы. Оно должно обеспечивать полное и качественное ее выполнение, комплексное изучение всех разделов программы, а также изучение соответствующих тем в тесной связи с другими предметами обучения.

3.Тематическое планирование

Строевая подготовка

№ урока	Тема урока	Содержание урока	Кол-во часов	Практическая часть	Дата
1	Строевая стойка. Повороты на месте	Выполнение команд. Отработка строевых приемов	1	1	
2	Строевой шаг Повороты в движении	Выполнение команд. Отработка строевых приемов	1	1	

3	Выполнение строевых приемов с оружием на месте	Выполнение команд. Отработка строевых приемов	1	1	
4	Движение строевым и походным шагом	Выполнение команд. Отработка строевых приемов	1	1	
5	Повороты и движение с оружием	Выполнение команд. Отработка строевых приемов	1	1	
6	Выполнение воинского приветствия в строю	Выполнение команд. Отработка строевых приемов	1	1	
7	Выполнение воинского приветствия с оружием	Выполнение команд. Отработка строевых приемов	1	1	
8	Выход из строя. Подход к начальнику	Выполнение команд. Отработка строевых приемов	1	1	
9	Построение в одно и двух шереножный строй	Выполнение команд. Отработка строевых приемов	1	1	
10	Походный строй перестроение в колонну	Выполнение команд. Отработка строевых приемов	1	1	
11	Движение строевым и походным шагом	Выполнение команд. Отработка строевых приемов	1	1	
12	Выполнение воинского приветствия в строю на месте и в движении	Выполнение команд. Отработка строевых приемов	1	1	
13	Строевой шаг Повороты в движении	Выполнение команд. Отработка строевых приемов	1	1	
14	Строевой шаг Повороты в движении	Выполнение команд. Отработка строевых приемов	1	1	
15	Выполнение воинского приветствия вне строя	Выполнение команд. Отработка строевых приемов	1	1	
16	Выход из строя. Подход к начальнику	Выполнение команд. Отработка строевых приемов	1	1	
17-18	Выполнение строевых приемов с флагом Российской Федерации и знаменем	Теоретическое и практическое занятия	2	1	
19-20	Строевой смотр	Теоретическое и практическое занятия	2	1	
21	Выполнение строевых приемов с флагом Российской Федерации и знаменем	Теоретическое и практическое занятия	1	1	
22	Выполнение воинского приветствия в строю и вне строя	Выполнение команд. Отработка строевых приемов	1	1	
23	Строевой шаг. Строевые приемы в движении	Выполнение команд. Отработка строевых приемов	1	1	
24	Выполнение воинского приветствия вне строя	Выполнение команд. Отработка строевых приемов	1	1	
25	Строевой шаг. Строевые приемы в движении	Выполнение команд. Отработка строевых приемов	1	1	

26	Строевая стойка. Выход из строя. Подход к начальнику	Выполнение команд. Отработка строевых приемов	1	1	
27	Выполнение строевых приемов с флагом Российской Федерации и знаменем	Выполнение команд. Отработка строевых приемов	1	1	
28	Движение строевым и походным шагом. Повороты на месте и в движении	Выполнение команд. Отработка строевых приемов	1	1	
29	Выполнение воинского приветствия вне строя	Выполнение команд. Отработка строевых приемов	1	1	
30	Выполнение перестроения в шеренгу и в колонну	Выполнение команд. Отработка строевых приемов	1	1	
31	Выполнение строевых приемов с флагом Российской Федерации и знаменем	Выполнение команд. Отработка строевых приемов	1	1	
32	Одиночные строевые приемы в движении	Выполнение команд. Отработка строевых приемов	1	1	
33	Строевая стойка. Выход из строя. Подход к начальнику	Выполнение команд. Отработка строевых приемов	1	1	
34-35	Строевой смотр	Теоретическое и практическое занятия	2	1	
Итого			35	33	

Огневая подготовка

№ урока	Тема урока	Содержание урока	Кол-во часов	Практическая часть	Дата
1	Меры безопасности при обращении с оружием	Задачи и цели предмета Теоретическое занятие	1		
2	История создания стрелкового оружия.	Теоретическое занятие	1		
3	Пневматическое оружие	Теоретическое занятие	1		
4	Выдающиеся русские оружейники	Теоретическое занятие	1		
5	Порядок выполнения упражнений и стрельб	Теоретическое занятие	1		
6	Изготовка к стрельбе	Теоретическое занятие	1		
7	Правила обращения с пневматической	Теоретическое занятие	1		

	винтовкой.				
8	Стрельба из пневматической винтовки	Практическое занятие	1	1	
9	Стрелковое оружие периода Великой Отечественной войны	Теоретическое занятие	1		
10	Автомат Калашникова: история создания	Теоретическое занятие	1		
11	Назначение и боевые свойства автомата Калашникова	Теоретическое занятие	1		
12	Не полная разборка и сборка автомата Калашникова	Практическое занятие	1	1	
13	Разборка и сборка винтовки МР-512; чистка и смазка	Практическое занятие	1	1	
14	Стрельба из пневматической винтовки	Практическое занятие	1	1	
15	Устройство и порядок применения ручного стрелкового оружия	Теоретическое занятие	1		
16	Назначение и устройство частей и механизмов автомата	Теоретическое занятие	1		
17	Стрельбы из пневматической винтовки	Практическое занятие	1	1	
18	Неполная разборка и сборка автомата	Практическое занятие	1	1	
19	Порядок выдачи оружия. Чистка и смазка автомата.	Практическое занятие	1	1	
20	Стрельбы из пневматической винтовки	Практическое занятие	1	1	
21	Не полная разборка и сборка автомата Калашникова	Практическое занятие	1	1	
22	Стрельбы из пневматической винтовки	Практическое занятие	1	1	
23	Совершенствование ручного стрелкового оружия в 16-17 веках; нарезные ружья; штуцеры	Теоретическое занятие	1		

24	Не полная разборка и сборка автомата Калашникова	Практическое занятие	1	1	
25	Стрельбы из пневматической винтовки	Практическое занятие	1	1	
26	Назначение и боевые свойства ручных осколочных гранат РГД-5, Ф-1.	Теоретическое занятие	1		
27	Стрельбы из пневматической винтовки	Практическое занятие	1	1	
28	Приемы и правила заряжания и метания ручных осколочных гранат; меры безопасности при метании гранат	Теоретическое занятие	1		
29	Не полная разборка и сборка автомата Калашникова	Практическое занятие	1	1	
30	Стрельбы из пневматической винтовки	Практическое занятие	1	1	
31	Практические занятия по снаряжению магазина автомата учебными патронами	Практическое занятие	1	1	
32	Уход за автоматом, его хранение и сбережение	Теоретическое занятие	1		
33	Стрельбы из пневматической винтовки	Практическое занятие	1	1	
34-35	Зачет	Теоретическое и практическое занятие	2	1	
	Итого		35	19	

Общевойские уставы и общественно-государственная подготовка

№ урока	Тема урока	Содержание урока	Кол-во часов	Практическая часть	Дата
1	Конституция РФ об организации обороны государства.	Основные положения Конституции РФ об организации обороны государства. Теоретическое занятие	1		

2	Федеральный Закон РФ «Об обороне».	Основные положения Федерального Закона РФ «Об обороне». Теоретическое занятие	1		
3	Закон РФ «О воинской обязанности и военной службе».	Основные положения Закона РФ «О воинской обязанности и военной службе». Теоретическое занятие	1		
4	Закон РФ «О статусе военнослужащих»	Основные положения Закона РФ «О статусе военнослужащих» Теоретическое занятие	1		
5	Воинская обязанность. Основные понятия.	Основные понятия Теоретическое занятие	1		
6	Содержание воинской обязанности.	Основные понятия Теоретическое занятие	1		
7	Международное гуманитарное право.	Основные понятия Теоретическое занятие	1		
8	Международные правила ведения боевых действий.	Основные понятия Теоретическое занятие	1		
9	Организация воинского учета и его предназначение.	Основные понятия Теоретическое занятие	1		
3.3.1 Устав внутренней службы ВС РФ.					
10-11	Общие обязанности военнослужащих	Основные положения устава внутренней службы	2		
12	Ответственность военнослужащих	Основные положения устава внутренней службы	1		
13	Единоначалие.	Основные положения устава внутренней службы	1		
14-15	Командиры (начальники) и подчиненные. Старшие и младшие	Основные положения устава внутренней службы	2		
16-17	Приказ (приказание), порядок его отдачи и выполнения	Основные положения устава внутренней службы	2		
18-19	О воинской вежливости и поведении военнослужащих	Основные положения устава внутренней службы	2		
20	Общие обязанности командиров (начальников)	Основные положения устава внутренней службы	1		
21	Суточный наряд. Общие положения	Основные положения устава внутренней службы	1		
3.3.2 Строевой устав ВС РФ.					
22-23	Обязанности командиров и военнослужащих (кадет) перед	Основные положения Строевого устава ВС РФ.	2		

	построением и в строю				
24-25	Строй и управления ими	Основные положения Строевого устава ВС РФ.	2		
26-27	Положение государственного флага и знамени в строю	Основные положения Строевого устава ВС РФ.	2	1	
28-29	Строевой смотр	Основные положения Строевого устава ВС РФ.	2	1	
3.3.3 Дисциплинарный устав ВС РФ.					
30	Воинская дисциплина	Основные положения Дисциплинарного устава	1		
31	Поощрения и взыскания. Дисциплинарная ответственность	Основные положения Дисциплинарного устава	1		
3.3.4 Устав гарнизонной и караульной служб ВС РФ.					
32	Понятия об организации караульной службы	Основные положения Устава гарнизонной и караульной служб	1		
33-34	Основные обязанности лиц караула (караульный, часовой, разводящий)	Основные положения Устава гарнизонной и караульной служб	2		
35	Зачет по ОБУ ВС РФ	Основные положения ОБУ ВС РФ	1		
	Итого		35	2	

Тактическая подготовка и основы военной топографии

№ урок а	Тема урока	Содержание урока	Кол-во часов	Практи- ческая часть	Дата
1	Современный общевойсковой бой	Общая характеристика боя. Теоретическое занятие	1		
2	Характеристики, цель и виды боя	Общая характеристика боя. Теоретическое занятие	1		
3-4	Средства поражения, их условные тактические обозначения.	Основные средства поражения. Теоретическое занятие	2		
5-6	Условия, обеспечивающие успешное выполнение боевых задач.	Теоретическое занятие	2		
7	Боевой и походный порядок отделения.	Теоретическое занятие	1		
8	Обязанности солдата в бою.	Теоретическое занятие	1		
9-10	Способы и приемы передвижения в бою при	Теоретическое и практическое занятие	2	1	

	действиях в пешем порядке.				
11-12	Действия в обороне.	Теоретическое и практическое занятие	2	1	
13-14	Действия в наступлении.	Теоретическое и практическое занятие	2	1	
15	Действия по сигналам оповещения,	Теоретическое занятие	1		
16-17	Вооружение и военная техника мотострелковых подразделений ВС РФ.	Теоретическое занятие	2		
18-19	Действия солдата в бою. Способы передвижения солдата в бою.	Теоретическое и практическое занятие	2	1	
20-21	Выполнение элементов выживания (добывание и очистка воды, добывание огня;) и т.п., преодоление препятствий (преград).	Теоретическое и практическое занятие	2	1	
22	Сигналы бедствия. Способы подачи сигналов бедствия. Их разновидности.	Теоретическое занятие	1		
26	Узлы – основные, страховочные. Узлы при переправе для страховки.	Практическое занятие	4	4	
28	Местность как элемент боевой обстановки, ее значение в бою. Тактические свойства местности.	Теоретическое и практическое занятие	2	1	
29	Ориентирование на местности без карты.	Практическое занятие	1	1	
30	Выбор ориентиров. Компас и приемы работы с ним.	Практическое занятие	1	1	
31	Подготовка данных для движения по азимутам.	Теоретическое занятие	1		
32	Порядок движения, обход препятствий и точность движения по азимуту.	Практическое занятие	1	1	
33-34	Движение по азимутам	Практическое занятие	2	2	
35	Зачет по основам военной топографии		1		
	Итого		35	15	

История Российской армии и кадетских корпусов

№ урок а	Тема урока	Содержание урока	Кол-во часов	Практи ческая часть	Дата
1-2	История Российского кадетства	Понятие и Сущность Российского кадетства	2		
3-4	Вооруженные силы Древней Руси и Московского государства	Состав вооруженных сил. Способы ведения боевых действий	2		
5-6	Военная реформа Петра I	Основные направления военной реформы	2		
7	Армия Российской империи в первой половине XIX в.	Состав вооруженных сил. Способы ведения боевых действий	1		
8-12	Полководцы России от древней Руси до 20века	Дмитрий Донской, Александр Невский, Суворов, Ушаков, Кутузов	5		
13-14	Советский Союз перед Великой Отечественной войной	Советское общество в период Великой Отечественной войны.	2		
15	22 июня – «черный день» календаря	Понятие о начале Великой Отечественной войны, ходе военных действий, в первый день войны	1		
16-17	Героическая оборона Брестской крепости		2		
18-19	Стратегическое отступление Красной Армии в 1941г.	Понятие о ходе военных действий, на первом этапе войны	2		
20-21	Блокада Ленинграда	Примеры героизма советских людей.	2		
22-23	Битва за Москву		2		
24-25	Битва за Кавказ		2		
26-27	Сталинградская битва		2		
28-29	Курская битва		2		
30-31	Битва за Днепр		2		

32-33	Крах фашистской Германии	Героизм и отвага советских воинов, талант советских военачальников обусловили превосходство советской военной организации, сумевшей в исключительно трудных условиях обеспечить отпор и разгром врага. Мужественный труд советских людей в тылу, вера в победу, неиссякаемый патриотизм — важнейший источник победы.	2		
34	Дети войны	Героизм и отвага советских детей.	1		
35	Зачет по истории Российской армии и кадетских корпусов		1		
	Итого		35		

Защита от ОМП и военно-медицинская подготовка

№ урока	Тема урока	Содержание урока	Кол-во часов	Практическая часть	Дата
Виды оружия МП					
1-2	Ядерное оружие. Понятие о его свойствах.	Основные понятия о ядерном оружии	2		
3-4	Виды ядерных взрывов.		2		
5-6	Характеристика поражающих факторов.		2		
7-8	Воздействие ядерного взрыва на организм человека.		2		
9-10	Химическое оружие. Понятие о свойствах.	Основные понятия о химическом оружии	2		

11-12	Химическое оружие и воздействие на организм человека.		2		
13-14	Биологическое оружие. Понятие о свойствах.	Основные понятия о биологическом оружии	2		
15-16	Способы и признаки применения биологического оружия. Влияние на организм человека.		2		
Защита от основных видов ОМП.					
17-18	Общая характеристика индивидуальных средств защиты органов дыхания	Основные понятия о защите от основных видов ОМП	2		
19-21	Изготовление и использование ватно-марлевых повязок		3	3	
22-23	Назначение, устройство и правила использования фильтрующего противогаза		2	2	
24-26	Выполнение нормативов по использованию фильтрующих противогазов.		3	3	
Основы первой медицинской помощи.					
27-28	Первая медицинская помощь при утомлении.	Основные понятия о оказании первой медицинской помощи	2		
29-30	Первая медицинская помощь при солнечных и тепловых ударах.		2		
31-32	Первая медицинская помощь при отравлениях.	Основные понятия о оказании первой медицинской помощи	2		
33-34	Первая медицинская помощь при поражении электрическим током.		2		
35	Зачет по защите от ОМП и военно-медицинской подготовке		1		
	Итого		35		

Этика

№ урока	Тема урока	Содержание урока	Кол-во часов	Практическая часть	Дата
---------	------------	------------------	--------------	--------------------	------

1	Правильное поведение - залог успеха	Этикет как особая техника общения и особый стиль поведения, формирующий требовательное отношение к себе и другим. Неречевой этикет, как визуальное средство общения. Жест. Мимика Их роль и значение в общении людей. Составление памятки «Этикет беседы».	1		
1	Почему мы так себя ведем? Обычаи и традиции.	Обычаи и традиции как основа этикета. Истоки этикетных норм и история этикета (почему мужчины снимают шляпу при встрече? в чем истоки рукопожатия? и т.д.). Устойчивость этикетных норм и их историческая изменчивость. Диалогичность и сословность этикетных норм. Обращение к текстам («Домострой» Сильвестра, «Притчи человечества», сост. В.В. Лавским).	1		
3	Правила хорошего тона	Моральные требования, относящиеся к культуре взаимоотношений: вежливость, тактичность, скромность и точность. Оттенки вежливости: корректность, учтивость, любезность, деликатность. Хороший тон нужен окружающим или самому человеку? Предназначение правил хорошего тона.	1		
4	Каким я хочу быть.	Понятие самовоспитания. Проблема самовоспитания. Примеры самовоспитания. Условия самовоспитания. Тест: «Мои личные качества». Составление памятки по самовоспитанию.	1		

5	Правила поведения в различных ситуациях.	Понятие этикетных ситуаций. Типы этикетных ситуаций: повседневный этикет, праздничный этикет, церемониал	1		
6	.Гостевой этикет. Этикет подарков.	Правила поведения в гостях и искусство приема гостей. Понятие гостеприимства. История приема гостей на Руси (например, во времена Ивана Грозного, Петра !...) Этикет подарков.	1		
7	Великодушный и благородный человек.	Благородство как соотношение этического, этикетного и эстетического. Основные поведенческие критерии: как себя вести правильно в соответствии с принятым в обществе порядком поведения, как себя вести в соответствии с нравственными нормами, как себя вести красиво. Идеал великодушного и благородного человека в различных культурах и на разных этапах развития человечества на основании рассказа: О. Генри «Дары волхвов».	1		
8	А.В.Суворов пример самовоспитания.	- Знакомство с биографией А.В. Суворова. Само сотворение себя Суворовым: задатки, способствующие и мешающие достижению цели, работа над собой. Крылатые выражения Суворова (Письма к дочери. «Каким быть солдату»). Замечательные и забавные случаи, рассказанные современниками Суворова.	1		
9	Нужны ли воля и долг?	Понятие качеств личности: долг и воля. Их взаимосочетания. Что выше долг или воля? Сила долга и волевые регуляторы	1		

		личности. «Могу» и «Должен» или «Не хочу» и «Не буду». Идеал волевых качеств. Образец долга.			
10	Отношения в коллективе.	Понятие коллектив. Признаки коллектива. Моральные качества личности: коллективизм. Что объединяет и разделяет людей в коллективе. Коллективизм и коммуникативность. Тренинг по взаимодействию в коллективе. Игра «Комплименты». Рассказы о дружбе.	1		
11	Взаимоотношение в семье.	Понятие семьи как ячейки общества. Важность нравственных качеств членов семьи. Проблемы взаимоотношений членов семьи. Соблюдение правил морали, требующих почтительного отношения детей к своим родителям. «Почитай мать и отца своих». Как об этом говорится в разных источниках, принадлежащих разным конфессиям? Семья в прошлом и настоящем. Понятие «нравственных устоев семьи». Кризис семьи. Причины кризиса семьи. Одиночество в семье.	1		
12	Чему учит народная мудрость?	Примеры народной мудрости -пословицы и поговорки. Общее и отличное в пословицах разных народов. Выраженность этических представлений в образцах народной мудрости. Временное и вечное в ценностных представлениях народа.	1		
13	Какие лица у добра и зла?	Добро как способ продолжения жизни.	1		

		Добрые герои сказок. Добро - способы выражения в искусстве и воплощение в жизни. Лики добра. Признаки добра. Зло как физическое несовершенство, психическое страдание, нравственный проступок, социальное насилие. Зло - способы выражения в искусстве и воплощение в жизни. Знакомство с мифологическими образами добра и зла у разных народов. Добро и зло в мировом изобразительном искусстве. «Перевернутость» образов добра и зла в современном изобразительном искусстве.			
14	История этикета в России.	История этикета на Руси. Введение светских манер Петром I. Сравнение правил «Домостроя» и «Юности честного зерцала» - изменилась ли за 300 лет культура общения? Этикет бытовой. Тестирование «Какой я дома?»	1		
15	Терпение, терпимость и толерантность.	Работа с понятиями «терпение», «терпимость», «толерантность». Обращение к тексту: отрывок из повести Л.Н.Толстого «Детство». Толерантность как способность видеть лучшее в человеке. «Д.С.Лихачев. Умение в человеке искать лучшее». Проблема заслоненной красоты. Практикум: учимся видеть в Другом хорошее.	1		
16	Культура спора.	Работа с понятиями: «спор», «дискуссия», «диспут». Вежливость, концентрация на предмете спора, аргументированность позиции - основа правильного ведения спора.	1		

		Обсуждение памятки по ведению спора. Обращение к тексту (отрывок из книги М.Твена «Приключения Тома Сойера») - практикум по анализу ведения спора. Речевые формулы корректного поведения в споре.			
17	Культура внешнего вида.	Внешний вид как одна из характеристик личности. Чистота, аккуратность, опрятность - основа уважительного отношения к человеку. Мода и этикет. Национальный женский костюм Владимирской губернии. Обращение к тексту (М.Твен«Приключения Тома Сойера»).	1		
18	В мире мудрых мыслей.	Работа в группе - обсуждение мудрых мыслей (афоризмов) о ведении спора, терпимости, традициях и т.д. Возможность прояснить позиции.	1		
19	Я и мои поступки.	Слово и дело. Понятие поступка как единицы нравственности. Нравственный идеал. Соответствие нравственного идеала определенной эпохе и народу. Соответствие нравственных идеалов общечеловеческим нормам нравственности. Соответствие идеала общечеловеческим представлениям. Беседа о нравственных идеалах: Иисус Христос, Будда, Мать Тереза.	1		
20	Воспитавай в себе человека.	Трудолюбие, настойчивость, систематичность - необходимые качества в деле самовоспитания. Привычка к самоконтролю и	1		

		самокритичность. Цель и смысл самовоспитания. Философы о направлениях самовоспитания.			
21	Нравственный смысл прощения	Понятия греха и раскаяния. Прощение и его нравственный смысл. Народная мудрость и религиозные источники о прощении. Прощение грехов в мировых религиях. Прогнозирование последствий своих поступков. Прощение в мировой литературе (Л.Н.Толстой «Отрочество», гл. «Старший брат»).	1		
22	Народная нравственность. Национальные системы морали.	Уважение к старшим. Семейная мораль. Трудлюбие. Отношение к богатству. Щедрость. Знакомство с понятиями нравственности. Сенека, Эпикур, Цицерон о скупости и щедрости. Душевная щедрость - качества нравственной личности. Народная нравственность и общечеловеческие ценности. Национальное и общечеловеческое в национальных системах морали.	1		
23	Честь и достоинство.	Честь и достоинство - общее и особенное в понятиях. Честность (В.Высоцкий «Я не люблю...»). Представление о чести на Востоке. Обращение к тексту: Кодекс чести средневекового рыцаря и Кодекс чести самурая - сравнительный анализ. Дискуссия: современны ли честь и достоинство?	1		
24	Нравственные качества любимых	Обращение к тексту (по желанию учащихся ¹). Беседа:	1		

	героев.	какие чувства и человеческие качества проявляются в разные моменты у любимых героев? (Благодарность, доброта, достоинство, благородство).			
25	Искусство слушать Другого.	. Талант слушателя - знакомство с рекомендациями психологов по развитию в себе этого дара. Обращение к тексту (А.П.Чехов «Тоска»). Проблема одиночества, соотношение таланта слушателя и сострадательности, милосердия. Сочувствие и сопереживание - неотъемлемые качества нравственного человека.	1		
26	Речь человека как отражение его внутреннего мира.	Обсуждение проблем: речь человека как отражение его морального облика, культура речи школьников, сленг в современной речи и. рекламе как отражение «современной морали». Влияние используемого лексикона на сознание говорящего и слушающего человека. Энергетический посыл слов.	1		
27	В мире мудрых мыслей.	Философские сентенции об искусстве общения. Обсуждение афоризмов и цитат. Самоанализ искусства общения (манеры, этикетные формулы, словарный запас, программа самовоспитания по культуре общения).	1		
28	Идеал-образ нравственно совершенной личности.	Идеал-образ нравственно совершенной личности. Идеал как конечная цель нравственного воспитания. Идеалы различных исторических эпох. Сообщения учащихся на тему «Идеал эпохи».	1		

29	Самовоспитание достоинства.	Достоинство, ответственность, скромность и др. добродетели человека. Знакомство с национальными моделями достоинства (японская, английская, русская...). Достоинство «маленького человека» в интерпретации классиков русской литературы. Творческая работа проблемного характера «В чём достоинство юноши /девушки?».	1		
30	«Любите врагов ваших...»	Разноплановость определения врага. Диспут по проблеме - неоднозначность предложенного утверждения (две точки зрения на проблему). Мудрое отношение к врагам: ... «не ведают, что творят». 62.Сделай выбор! Практикум: разбор и обсуждение ситуаций (нравственных коллизий) из практики жизни по всем пройденным темам.	1		
31	«О доблестях, о подвигах, о славе...».	Подвиг, доблесть, слава как ориентир героев разных эпох. Величие души как высшая доблесть. Подвиг героический и подвиг повседневности (Монтень «Опыты», Я.Смеяков «Хорошая девочка Лида»). Опыт человечества: подвиг жизни (Н. А. Дурова), подвиг повседневности (Наталья Шереметьева).Самоотверженность и следование нравственному идеалу как высшая доблесть.	1		

32	Счастье и его понимание в опыте человечества.	Счастье подлинное и мнимое. Мещанское счастье. Счастье как достижение цели в жизни. Практикум: анализ и обсуждение философских высказываний о счастье (Ф.М.Достоевский «Бедные люди», Н.Г.Помяловский «Мещанское счастье», А.С.Пушкин «Скупой рыцарь», Омар Хайям (поэзия)).	1		
33	Милосердие и справедливость.	Милосердие - «поповское слово»? Неоднозначность справедливости как идеала. Ролевая игра «Поступок, который можно назвать справедливым».	1		
34	Добро как категория этики.	Понятие сознательных, бескорыстных, продиктованных внутренним побуждением поступков, направленных на благо людей. Неоднозначность добра. Диспут «Хотел, как лучше, получилось как всегда».	1		
35	Зачет		1		
	Итого		35		

Валеология

№ урока	Тема урока	Содержание урока	Кол-во часов	Практическая часть	Дата
1-2	Введение. Организм здорового человека	Организм здорового человека (Отчет по летнему отдыху, работа с паспортом здоровья)	2		

3-6	Моё сердце. Кровь и кровеносная система	Уроки-практикумы “Определение частоты сердечных сокращений в состоянии покоя и после нагрузки”, “Какова мощность твоего сердца?”, “Значение первой медицинской помощи”	4		
7-9	Желудок и кишечник	Желудок и кишечник (Видео занятие). (Составление валеологической программы)	3		
10-11	Самая крупная железа в организме	Как не навредить своей печени? Полезные привычки	2		
12-13	Железы внутренней секреции		2		
14-15	Пора взросления	Особенности подросткового возраста	2		
16-17	Почки и мочевые пути		2		
18-20	Кожа	Видео занятие. (Уход за кожей, “массаж активных точек стопы и кисти”)	3	2	
21-22	Волосы и ногти	Составление валеологической программы “Как заботиться о своих волосах и ногтях”	2		
23-26	Скелет и позвоночник	Правильная осанка. ВС (Практикум “Правильная ли у тебя осанка?”, составление валеологической программы “Как заботиться о своем позвоночнике?”, первая медицинская помощь)	4		
27-29	Скелетные мышцы	Какие упражнения полезны для здоровья, особенно для людей проживающих в морском климате, составление индивидуального комплекса упражнений с учетом особенностей климата	3		
30-32	Иммунитет	Как укрепить иммунитет. Полезные привычки	3		
33-34	Обобщение. Правила здорового образа жизни	Моя программа физического развития. Работа с паспортом здоровья	2		
35	Итоговое занятие. Зачет		1		

	Итого		35		
--	-------	--	----	--	--

Военно - полевые сборы кадетов в летнем оздоровительном лагере «Патриоты России»

1. Общие положения.

Военно- полевые сборы при школе являются одной из форм организации каникулярного досуга, объединяющего учащихся кадетских классов в возрасте от 11-16 лет .

Лагерь функционирует по принципу выездного лагеря.

2. Организация и основы деятельности.

2.1 Военно- полевые сборы пройдут на туристической базе в п. Шолохово Полесского района.

2. 2 Срок пребывания на сборах составляет 6 дней.

2. 3 Основной задачей военно - полевых сборов является изучение истории и культуры родного края, формирование у подрастающего поколения верности к Родине, готовности к служению Отечеству, физическое развитие учащихся, потребность к здоровому образу жизни.

2. 4 Деятельность в период военно- полевых сборов строится согласно плану работы.

План мероприятий при проведении военно-полевых сборов учащихся кадетских классов

1 день:

- инструктаж по технике безопасности
- отъезд, размещение
- общее построение, знакомство

2 день:

- занятия по общей физической подготовке
- занятия по начальной военной подготовке
- строевая подготовка
- спортивные игры: футбол

3 день:

- практическое занятие по строевой подготовке
- тактическая специальная подготовка
- физическая подготовка

4 день:

- занятия по начальной военной подготовке
- полоса препятствий
- спортивные игры: волейбол

5 день:

- практические занятия по ВТД (отделение в наступление, в обороне, ориентирование на местности)
- метание гранат (дальность, точность), теоретические и практические занятия
- занятия по РХБЗ
- спортивные соревнования

6 день:

- подъем
- общее построение
- уборка помещений территории лагеря
- спортивные соревнования
- отъезд

Режим дня при проведении военно-полевых сборов

07.00 – 07.30 - подъем, утренний туалет
07.30 – 08.00 - построение, зарядка
08.00 - 08.20 - уборка помещений
08.20 - 09.00 - завтрак

09.00 - 10.00 - теоретические и практические занятия по военно-техническим дисциплинам
10.00 - 11.00 - специальная подготовка
11.00 - 13.00 - физическая подготовка
13.00- 14.00 - обед
14.00 - 16.00 - занятия по начальной военной подготовке
16.00 - 18.00 - полоса препятствий
18.30 - 19.15 - ужин
19.15 – 19.45 - вечерний отдых
19.45 - 21.15 - спортивные игры, конкурсы, викторины
21.15 - 21.30 - построение
21.30 - 22.00 - вечерний туалет
22.00 - отбой

