

**Муниципальное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 14 имени Героя России Дмитрия Шектаева»**

СОГЛАСОВАНО

на педагогическом совете

Приказ № 346 –ос 30 августа 2019 года

Дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа  
туристско-краеведческой направленности  
**«Азбука кадетской жизни»**  
Целевая аудитория: обучающиеся 1-4 классов

**Учебный план  
1 год обучения**

№	Наименование раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации, контроля
		всего	теория	практика	
	<b>I. ОБЩАЯ ПОДГОТОВКА</b>	<b>182</b>	<b>82</b>	<b>100</b>	
	<b><i>1. Общественно-государственная подготовка</i></b>	<b>14</b>	<b>14</b>	<b>0</b>	
	Государственное устройство и государственные символы Российской Федерации	2	2		наблюдение
	Военная история Отечества	6	6		наблюдение
	Состав и назначение Вооруженных Сил Российской Федерации	2	2		наблюдение
	Порядок прохождения военной службы	1	1		наблюдение
	Армия и культура	3	3		наблюдение
	<b><i>2. Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации</i></b>	<b>12</b>	<b>12</b>	<b>0</b>	
	Устав внутренней службы Вооруженных Сил Российской Федерации	3	3		наблюдение
	Устав гарнизонной, комендантской и караульной служб Вооруженных Сил Российской Федерации	3	3		наблюдение
	Дисциплинарный устав Вооруженных Сил Российской Федерации	2	2		наблюдение
	Строевой устав Вооруженных Сил Российской Федерации	4	4		наблюдение
	<b><i>3. Летопись родного края</i></b>	<b>12</b>	<b>12</b>	<b>0</b>	
	История освоения Урала	4	4		наблюдение
	Уральские полки на фронтах Первой мировой войны 1914 – 1918 годов	2	2		наблюдение
	«Урал – опорный край державы». Вклад уральцев в Победу в Великой Отечественной войне 1941 – 1945 годов. Уральский добровольческий танковый корпус	4	4		наблюдение
	Ратные подвиги земляков	2	2		наблюдение
	<b><i>4. Строевая подготовка</i></b>	<b>36</b>	<b>4</b>	<b>32</b>	
	Одиночная строевая подготовка. Строй. Строевая стойка. Выполнение команд: «Становись», «Равняйся», «Смирно», «Вольно», «Заправиться», «Отставить», «Головные уборы – снять (надеть)». Повороты на месте	8	2	6	наблюдение
	Одиночная строевая подготовка. Движение строевым шагом. Изменение скорости движения	4		4	наблюдение

	Одиночная строевая подготовка. Повороты в движении	2		2	наблюдение
	Одиночная строевая подготовка. Отдание воинского приветствия на месте и в движении вне строя	2		2	наблюдение
	Одиночная строевая подготовка. Выход военнослужащего из строя и постановка в строй. Подход к начальнику и отход от него	1		1	зачёт
	Развернутый и походный строи отделения. Построения, перестроения, повороты, перемещения и выполнение приемов с оружием. Выполнение воинского приветствия в строю на месте и в движении	6	1	5	наблюдение
	Строи взвода. Развернутый и походный строй взвода. Построение, выравнивание, повороты взвода. Перестроения взвода из одношереножного в двухшереножный и наоборот, из развернутого двухшереножного строя - в колонну и наоборот. Перестроение взвода в походном строю. Перемена направления движения взвода в походном строю. Выполнение воинского приветствия в строю на месте и в движении	6	1	5	наблюдение
	Построение личного состава для проведения воинских ритуалов. Вынос Государственного флага Российской Федерации. Исполнение Государственного гимна. Прохождение торжественным маршем. Относ Государственного флага Российской Федерации	4		4	наблюдение
	Выполнение приемов "К БОЮ", "ВСТАТЬ". Перебежки и переползания. Действия личного состава при внезапном нападении противника. Команды, подаваемые для передвижения личного состава в бою	1		1	зачёт
	Строевой смотр	2		2	зачёт
	<b>5. Основы тактической подготовки</b>	<b>60</b>	<b>18</b>	<b>42</b>	
	Требования безопасности при проведении занятий по тактической подготовке, возможные последствия их нарушения. Обязанности обучающихся по соблюдению требований безопасности	2	2		наблюдение

	Характеристика современного боя. Виды боевых действий	4	4		наблюдение
	Боевой, предбоевой и походный порядок отделения и взвода	6		6	наблюдение
	Обязанности солдата в бою	2	2		наблюдение
	Выбор места для наблюдения и ведения огня	2	2		наблюдение
	Самоокапывание и маскировка под огнем противника. Использование местных предметов и укрытий для ведения огня	6		6	наблюдение
	Способы передвижения солдата в бою: ускоренным шагом (бегом), перебежками и переползанием	6		6	зачёт
	Выдвижение к объекту атаки с преодолением заграждений различными способами и атака	4		4	наблюдение
	Уничтожение противника в траншеях огнем, гранатами и в рукопашном бою	4	4		наблюдение
	Основы управления в бою. Сигналы управления и оповещения, применяемые при подготовке и в ходе боя, порядок их подачи различными способами. Тренировка в выполнении сигналов и команд, подаваемых днем и ночью	11	1	10	наблюдение
	Ориентирование, выдерживание направления наступления и обозначение своего положения	4		4	наблюдение
	Действия солдата в обороне (в траншее, окопе) с началом огневой подготовки и применением противником зажигательного оружия	1	1		наблюдение
	Тактико-технические характеристики основных образцов вооружения, боевой техники и средств разведки иностранных армий	1	1		зачёт
	Вооружение и боевая техника мотострелковых подразделений Сухопутных войск Вооруженных Сил Российской Федерации, их назначение, тактико-технические характеристики	1	1		наблюдение
	Областные соревнования по практической стрельбе «Северный ветер»	6		6	зачёт
	<b>6. Основы военной топографии</b>	<b>6</b>	<b>0</b>	<b>6</b>	
	Ориентирование на местности без карты. Сущность ориентирования. Определение направлений на стороны горизонта по компасу,	2		2	зачёт

	признакам местных предметов. Определение своего местоположения относительно окружающих местных предметов				
	Ориентирование на местности по азимутам. Магнитный азимут. Определение азимутов на местные предметы. Подготовка данных для движения по азимуту. Выдерживание указанного (намеченного) направления движения и расстояния. Обход препятствий (практика)	1		1	наблюдение
	Топографические карты, их назначение и краткая характеристика. Основные элементы содержания карты. Измерение расстояний по карте. Изучение участка местности. Чтение карты по маршруту движения	2		2	наблюдение
	Ориентирование на местности по карте. Ориентирование карты по направлениям на стороны горизонта, на ориентиры, по линейному ориентиру. Оповещение ориентиров. Выход в пункт назначения (практика)	1		1	наблюдение
	<b>7. Основы психологической подготовки</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>0</b>	
	Современный бой и его влияние на психику военнослужащих.	5	5		наблюдение
	Приемы психологической саморегуляции в экстремальных ситуациях	3	3		наблюдение
	<b>8. Основы огневой подготовки</b>	<b>28</b>	<b>14</b>	<b>14</b>	
	Требования безопасности при обращении с оружием и боеприпасами. Меры безопасности при проведении стрельб в тире	2	2		наблюдение
	Основы стрельбы из стрелкового оружия. Меткость стрельбы и выбор цели. Выбор прицела и точки прицеливания. Корректирование стрельбы	2	2		наблюдение
	Назначение и боевые свойства автомата Калашникова. Общее устройство, принцип работы автоматики. Порядок неполной разборки и сборки	10	10		зачёт
	Принадлежность к автомату. Порядок чистки и смазки автомата. Порядок хранения автомата	6		6	наблюдение
	Снаряжение магазина патронами и зарядание автомата. Изготовка к	2		2	зачёт

	стрельбе и производство стрельбы из положения лежа с руки и с упора. Прекращение стрельбы, разряжание и осмотр автомата после стрельбы				
	Практическая стрельба из пневматической винтовки	6		6	наблюдение
	<b>9. Радиационная, химическая и биологическая защита</b>	<b>6</b>		<b>6</b>	
	Назначение и устройство фильтрующего противогаза и респиратора. Правила пользования. Отработка практических нормативов по надеванию противогаза	4		4	наблюдение
	Назначение, состав, надевание, снятие, укладка и переноска общевоинского защитного комплекта (ОЗК)	2		2	зачёт
	<b>II. ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА</b>	<b>102</b>	<b>0</b>	<b>102</b>	
	<b>1. Общефизическая подготовка</b>	<b>78</b>	<b>0</b>	<b>78</b>	
	Разучивание и тренировка в выполнении 1 комплекса вольных упражнений, положение наскока и соскока со снаряда и действий у снарядов, упражнений на гимнастической скамейке, стенке, тренажерах, в лазанье по канату (шесту), упражнений с тяжестями	8		8	зачёт
	Разучивание и тренировка в выполнении упражнений: на перекладине – подтягивание; на брусьях – сгибание и разгибание рук в упоре; тренировка в выполнении упражнений с тяжестями	6		6	зачёт
	Ускоренное передвижение. Техника бега по пересеченной местности	14		14	зачёт
	Комплексные занятия. Общефизическая подготовка: выполнение силовых упражнений на гимнастических снарядах – подтягивание, подъем переворотом, сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях, поднятие ног к перекладине; на силовых тренажерах, с тяжестями	24		24	зачёт
	Комплексные занятия. Проверка по упражнениям физической подготовки. Марш-бросок на 5 км или лыжный марш на 5 км, приемы рукопашного боя	26		26	зачёт
	<b>2. Фланкировка</b>	<b>24</b>		<b>24</b>	
	Понятие фланкировки. Разминка, «развязывание руки», вертикальное	2		2	

	вращение жёсткого (макет шашки) и гибкого (макет нагайки) предметов				
	Вертикальная и горизонтальная «восьмёрка» - прямая и обратная, положение ног, перемещения.	4		4	
	Рубящие удары шашкой – диагональные справа-налево, слева-направо, горизонтальный слева-направо, удары в движении с поворотами	4		4	
	Коллющие удары, подсечки и блоки короткой пикой	4		4	
	Тренировка (работа с шашкой, нагайкой, кинжалом, пикой) под исполнение русских и казачьих песен (боевой пляс)	10		10	зачёт
	<b>III. СПЕЦИАЛЬНАЯ ПОДГОТОВКА</b>	<b>40</b>	<b>9</b>	<b>31</b>	
	<b>1. Тактическая медицина современной войны</b>	<b>40</b>	<b>9</b>	<b>31</b>	
	Понятие Тактической медицины, цели и задачи тактического медика, требования к нему.	2		2	Наблюдение
	Виды основных боевых повреждений. Диагностика и лечение	2		2	Наблюдение
	Оценка жизненно важных параметров, виды шока, последовательность оказания помощи	4	2	2	Наблюдение
	Ранения	4	2	2	Наблюдение
	Современные средства остановки кровотечений	4	1	3	Наблюдение
	Наложение жгута, самопомощь	4	2	2	Зачёт
	Наложение жгута, взаимопомощь	8	2	6	Зачёт
	Повязки: Пакет Перевязочный Индивидуальный (далее- ППИ), абдоминальный бинт, ППИ Э-10 «Аполло» - на руку, на ногу, на грудь	6		6	Зачёт
	Повязки: ППИ Э-15 абдоминальный «Аполло» - на живот, на таз, на культю нижней конечности	6		6	Зачёт
		<b>324</b>	<b>91</b>	<b>233</b>	

## Содержание учебного плана 1 года обучения

### 2 год обучения

№	Наименование раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации, контроля
		всего	теория	практика	

	<b>I. ОБЩАЯ ПОДГОТОВКА</b>	<b>55</b>	<b>5</b>	<b>50</b>	
	<b>I. Основы тактической подготовки</b>	<b>18</b>	<b>1</b>	<b>17</b>	
	Требования безопасности при проведении занятий по тактической подготовке, возможные последствия их нарушения. Обязанности обучающихся по соблюдению требований безопасности	1	1		наблюдение
	Боевой, предбоевой и походный порядок отделения и взвода	2		2	наблюдение
	Обязанности солдата в бою	2		2	наблюдение
	Тактико-строевое занятие. Выбор места для наблюдения и ведения огня	2		2	наблюдение
	Тактико-строевое занятие. Самоокапывание и маскировка под огнем противника. Использование местных предметов и укрытий для ведения огня	2		2	наблюдение
	Тактико-строевое занятие. Способы передвижения солдата в бою: ускоренным шагом (бегом), перебежками и переползанием	2		2	зачёт
	Тактико-строевое занятие. Действия в населённых пунктах	2		2	наблюдение
	Основы управления в бою. Сигналы управления и оповещения, применяемые при подготовке и в ходе боя, порядок их подачи различными способами. Тренировка в выполнении сигналов и команд, подаваемых днем и ночью	1		1	наблюдение
	Областные соревнования по практической стрельбе «Северный ветер»	4		4	зачёт
	<b>2. Основы военной топографии</b>	<b>8</b>		<b>8</b>	
	Тактико-строевое занятие. Ориентирование на местности без карты. Выход в пункт назначения (практика)	2		2	зачёт
	Тактико-строевое занятие. Подготовка данных для движения по азимуту. Выдерживание указанного (намеченного) направления движения и расстояния. Обход препятствий (практика)	2		2	наблюдение
	Тактико-строевое занятие. Измерение расстояний по карте. Изучение участка местности. Чтение карты по маршруту движения	2		2	наблюдение
	Тактико-строевое занятие. Ориентирование на местности по	2		2	наблюдение

	карте. Выход в пункт назначения (практика)				
	<b>3. Основы психологической подготовки</b>	<b>5</b>	<b>1</b>	<b>4</b>	
	Проведение тренинга	4		4	наблюдение
	Приемы психологической саморегуляции в экстремальных ситуациях	1	1		наблюдение
	<b>4. Основы огневой подготовки</b>	<b>16</b>	<b>3</b>	<b>13</b>	
	Требования безопасности при обращении с оружием и боеприпасами. Меры безопасности при проведении стрельб в тире	1	1		наблюдение
	Основы стрельбы из стрелкового оружия. Меткость стрельбы и выбор цели. Выбор прицела и точки прицеливания. Корректирование стрельбы	1	1		наблюдение
	Автомат Калашникова – модернизация от АК до АК 12	1	1		зачёт
	Разборка-сборка АК	4		4	наблюдение
	Тренировка в снаряжении магазина АК 30 патронами	4		4	зачёт
	Практическая стрельба из пневматической винтовки	5		5	наблюдение
	<b>5. Радиационная, химическая и биологическая защита</b>	<b>8</b>		<b>8</b>	
	Отработка практических нормативов по надеванию противогаза	3		3	зачёт
	Тренировка в надевании общевойскового защитного комплекта (ОЗК) в виде плаща и комбинезона	5		5	наблюдение
	<b>II. ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА</b>	<b>41</b>		<b>41</b>	
	<b>1. Общефизическая подготовка</b>	<b>10</b>		<b>10</b>	
	Тренировка в выполнении 1,2 комплекса вольных упражнений, положение наскока и соскока со снаряда и действий у снарядов, упражнений на гимнастической скамейке, стенке, тренажерах, в лазанье по канату (шесту), упражнений с тяжестями	5		5	зачёт
	Разучивание и тренировка в выполнении упражнений: на перекладине – подтягивание; на брусьях – сгибание и разгибание рук в упоре; тренировка в выполнении упражнений с тяжестями	5		5	зачёт
	<b>2. Фланкировка</b>	<b>31</b>		<b>31</b>	
	Перехваты шашки – справа-налево, слева-направо, перед собой и за	4		4	

	спиной				
	Вертикальная и горизонтальная «восьмёрка» - прямая и обратная, положение ног, перемещения.	2		2	
	Выполнение «колобродов» - связок	4		4	
	Рубящие удары шашкой – диагональные справа-налево, слева-направо, горизонтальный слева-направо, удары в движении с поворотами	2		2	
	Коллющие удары, подсечки и блоки короткой пикой	1		1	
	Метание короткой пикой – сулицы в цель	3		3	
	Тренировка (работа с шашкой, нагайкой, кинжалом, пикой) под исполнение русских и казачьих песен (боевой пляс)	5		5	зачёт
	Рубка лозы	5		5	
	Участие в этноприказнике «Богословские шермиции»	5		5	
	<b>III. СПЕЦИАЛЬНАЯ ПОДГОТОВКА - 56 часов.</b>				
	<b>1. Тактика медика на поле боя.</b>	<b>56</b>	<b>16</b>	<b>40</b>	
	Общие закономерности, различие общевойсковой и специальной тактики, зависимость от условий (лес, горы, город, время суток и года)	1		1	Наблюдение
	Общие сведения о роли связи, топографии, фортификации в работе тактического медика. Выбор позиций, места под медпункт, розыск пострадавших.	1		1	Зачёт
	Комплектация укладок	1		1	Наблюдение
	Понятие о зонах тактической медицины. Действия в красной, жёлтой и зелёной зонах	2	1	1	Зачёт
	Сортировка и эвакуация. Виды носилок, правила и порядок переноски раненого.	1		1	Зачёт
	Эвакуация пострадавшего: лёжа	3		3	Зачёт
	Эвакуация пострадавшего: стоя; приёмом Раутека; вдвоём;	3		3	Зачёт
	Эвакуация пострадавшего: с подручными приспособлениями	2		2	Зачёт
	Использование подручных средств: жгуты, шины, носилки	1		1	Наблюдение
	Работа с некомбатантами	1	1		Наблюдение
	Травмы: ушибы, растяжения, вывихи	1	1		Наблюдение

Переломы костей: закрытые и открытые. Конечности	1	1		Наблюдение
Иммобилизация конечностей	2		2	Зачёт
Переломы позвоночника, таза	1	1		Наблюдение
Первая помощь при переломах позвоночника, таза	2		2	Зачёт
Переломы ребер, ключицы	1	1		Наблюдение
Первая помощь при переломах ребер, ключицы	2		2	Зачёт
Травмы головы. Контузии, сотрясения мозга, огнестрельные ранения, открытые и закрытые черепно-мозговые травмы	1	1		Наблюдение
Первая помощь при травмах головы	2		2	Зачёт
Ожоги: термические, химические. Поражение электротоком	1	1		Наблюдение
Первая помощь при ожогах и поражении электротоком	1		1	Зачёт
Обморожения и переохлаждения	1	1		Наблюдение
Первая помощь при обморожениях и переохлаждениях	1		1	Зачёт
Повреждение раздавливанием	1	1		Наблюдение
Нарушение дыхательной функции. Сердечно-лёгочная реанимация	1	1		Наблюдение
Сердечно-лёгочная реанимация	2		2	Зачёт
Первая помощь при пневмотораксе	2	1	1	Зачёт
Тактико-строевое занятие. Отработка навыков оказания само- и взаимопомощи	2		2	Зачёт
Тактико-строевое занятие Отработка навыков переворачивания и разворачивания раненого в нужную сторону	1		1	Зачёт
Тактико-строевое занятие. Отработка навыков эвакуации	2		2	Зачёт
Профилактика и лечение основных заболеваний, наиболее часто применяемые медикаменты	1	1		Наблюдение
Организация медицинской помощи в период социальной нестабильности	1	1		Наблюдение
Организация медицинских пунктов	1	1		Наблюдение
Гигиена в полевых условиях	1	1		Наблюдение
Участие в городских соревнованиях по тактической медицине «Северный Урал»	8		8	
<b>ИТОГО</b>	<b>152</b>	<b>34</b>	<b>118</b>	

## Содержание учебного плана 2 года обучения

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575879

Владелец Ощепкова Татьяна Валериевна

Действителен с 04.03.2021 по 04.03.2022