

Управление образования администрации Прохоровского района
Дом детского творчества
МБОУ «Прелестненская средняя общеобразовательная школа»

Календарно-тематический план занятий
по программе дополнительного образования «Школа кадета»
на 2012-2013 учебный год

Разработал:
преподаватель-организатор ОБЖ
МБОУ «Прелестненской СОШ»
Бузанаков Владимир Юрьевич

с. Прелестное – 2012 г.

Утверждаю
директор Дома детского творчества

**Программа деятельности
детского объединения «Школа кадета»
на 2012-2013 учебный год.**

Объединение создано в Прохоровском Доме детского творчества на базе Прелестненской средней общеобразовательной школы.

Период работы коллектива: с 3 сентября 2012 года по 30 июня 2011 года.

Занятия ведутся по авторской программе «Школа кадета» разработанной педагогом дополнительного образования Бузанаковым В.Ю. и утверждённой директором Дома детского творчества.

Выполнение программы рассчитано на 11 лет (2009-2020 г.г.)

Год обучения 5-й.

Возраст воспитанников в группе 10 лет.

Количество детей в группе 11 человек.

Количество часов занятий в неделю 6 часов.

Всего часов за год 216 часов.

Педагог Бузанаков Владимир Юрьевич.

Тематический план на 5 год обучения

№ п/п	Содержание	Кол-во Часов теории	Кол-во часов практики	Общее кол-во часов
I	«Физподготовка»	4	68	72
1	Упражнения на развитие силы мышц.	1	17	18
2	Упражнения на развитие ловкости.	1	17	18
3	Упражнения на развитие выносливости.	1	17	18
4	Упражнения на развитие быстроты и координации.	1	17	18
II	«Строевая подготовка»	11	61	72
1	Строй и его элементы.	2	-	2
2	Обязанности кадета перед построением и в строю.	2	-	2
3	Строевые приёмы и движения без оружия.	3	46	49
4	Строй и управления ими.	2	5	7
5	Строевые приёмы и движения с оружием.	2	10	12
III	«Огневая подготовка»	8	28	36
1	Основы и правила стрельбы.	2	20	22
2	Материальная часть автомата Калашникова.	2	5	7
3	Ручные осколочные гранаты.	1	2	3
4	Мины.	1	1	2
5	Боевая техника.	2	-	2
IV	«Автономия»	12	24	36
1	Жилище в условиях автономии.	1	4	5
2	Пища в условиях автономии.	3	2	5

3	Оказание первой доврачебной помощи. Топография. Ориентирование на	4	14	18
4	местности.	4	4	8

Просветительская и досуговая работа.

№ п/п	Содержание	Дата	Место проведения	Кол-во часов
1	Посещение музея УВД Белгородской области.	сентябрь	г. Белгород музей УВД	6
2	Посещение культурно-исторического центра и музея «Прохоровское поле».	Октябрь	п. Прохоровка музей-заповедник «Прохоровское поле»	3
3	Обзорная экскурсия по городу Белгороду.	Декабрь	г. Белгород	9
4	Посещение Художественного музея г. Белгорода.	Январь	г. Белгород Художественный музей	6
5	Посещение Областного краеведческого музея и диорамы «Огненная дуга».	Февраль	г. Белгород Областной краеведческий музей	6
6	Посещение музея ЮВЖД г. Белгорода.	Март	г. Белгород музей ЮВЖД	6
7	Посещение литературного музея г. Белгорода.	Апрель	г. Белгород Литературный музей	6
8	Посещение музея связи и музея энергетики г. Белгорода.	Май	г. Белгород музей связи; музей энергетики	6
9	Поездка в воинскую часть № 27898 г. Белгорода.	Июнь	г. Белгород воинская часть № 27898	6

итого: 54 часа.

Этапы педагогического контроля.

№ п/п	Сроки	Какие знания, умения контролируются	Форма проведения контроля
1	сентябрь	Физические данные: подтягивание; бег 3000 м, 100 м; метание гранаты; стрельба из пневматической винтовки.	стартовый контроль навыков и умений
2	ноябрь	Навыки стрельбы; строевые приёмы; история Белгородской области; оказание первой помощи; право; Основы военной службы.	зачёт
3	декабрь	Навыки стрельбы; Физические данные; управление строем; наши замечательные земляки; история белгородской милиции.	зачёт

4	март	Стрельба из ИЖ-38; подтягивание, бег, метание гранаты; выживание в природе; строевые приёмы с оружием.	зачёт
5	май	Стрельба из ИЖ-38; одиночная строевая подготовка; гражданская оборона; история кадетского движения.	зачёт
6	май	Физподготовка; строевая подготовка; автономия; стрельба из пневматической винтовки; оказание первой помощи.	экзамен

Методическая работа.

Разработать план занятий по темам:

- план-конспект занятия по строевой подготовке «Строевые приёмы и движения без оружия»;
- план-конспект занятия по огневой подготовке «Материальная часть автомата Калашникова»;
- план-конспект по автономии «Азимут и его определение»;
- план-конспект занятия по физподготовке «Первый комплекс вольных упражнений. Упражнение на низкой перекладине, брусьях».

Подготовить учебные материалы:

- комплект раздаточного материала «Съедобные и ядовитые грибы»;
- таблицы «Медико-санитарная подготовка учащихся».

Использовать в работе опыт педагогов:

В.Сухомлинского; А.Макаренко; Н.Слуцкого.

Работать на обобщение опыта работы: «Социальная безопасность сельских школьников»

Подпись педагога:

/Бузанаков В.Ю./

**Календарно-тематический план занятий по огневой подготовке воспитанников
кадетского класса Прелестненской СОШ
Прохоровского района на 2012-2013 учебный год**

№ п/п	тема занятия	содержание	кол-во часов	дата	
				п	ф
1	Вводное занятие.	Ознакомить с содержанием курса; техника безопасности на занятиях.	1		
2	Основы и правила стрельбы.	Стрельба из ИЖ-38 по мишени №8 с 5 метров за 1 минуту.	1		
3	Автомат Калашникова.	Меры безопасности при обращении с оружием и боеприпасами. Назначение, боевые свойства, общее устройство и принцип работы автомата.	1		
4	Неполная разборка и сборка автомата Калашникова.	Последовательность неполной разборки и сборки автомата. Основные части и механизмы автомата.	1		
5	Неполная разборка и сборка автомата Калашникова.	Тренировка норматива по разборке и сборке.	1		
6	Ведение стрельбы из пневматической винтовки.	Стрельба из ИЖ-38 по мишени №8 с 5 метров за 1 минуту.	1		
7	Подготовка автомата к стрельбе.	Возможные задержки и неисправности при стрельбе и способы их устранения.	1		
8	Зачёт по стрельбе из ИЖ-38.	Сдача норматива.	1		
9	Уход за автоматом.	Принадлежность к автомату. Порядок чистки и смазки автомата.	1		
10	Неполная разборка и сборка автомата Калашникова.	Сдача норматива.	1		
11	Ручные гранаты.	Назначение, боевые свойства, общее устройство и принципы действия.	1		
12	Метание ручных гранат.	Порядок осмотра и подготовки гранат к броску; техника безопасности.	1		
13	Метание ручных гранат.	Сдача норматива.	1		
14	Ведение стрельбы из пневматической винтовки.	Стрельба из ИЖ-38 по мишени №8 с 5 метров за 1 минуту.	1		
15	Неполная разборка и сборка автомата Калашникова.	Отработка норматива; сдача зачёта по теоретической части.	1		
16	Зачёт по стрельбе из ИЖ-38.	Стрельба из ИЖ-38 по мишени №8 с 5 метров за 1 минуту.	1		
17	Явление выстрела и его периоды.	Начальная скорость пули и её влияние на стрельбу. Отдача оружия и угол вылета.	1		
18	Траектория полёта пули.	Выбор цели. Выбор прицела и точки прицеливания при стрельбе с места. Корректирование стрельбы.	1		
19	Меткость стрельбы.	Определение расстояния с помощью	1		

		условных величин.			
20	Способы определения расстояний до цели.	Стрельба из ИЖ-38 по мишени №8 с 5 метров за 1 минуту.	1		
21	Ведение стрельбы из пневматической винтовки.	Изготовка к стрельбе из АКМ лёжа с упора.	1		
22	Ведение огня с места по неподвижным целям.	Подготовить воспитанников к стрельбе из автомата.	1		
23	Приёмы и правила стрельбы из автомата.	Тренировка норматива. Работа механизмов при зарядении и стрельбе.	1		
24	Неполная разборка и сборка автомата Калашникова.	Подготовка АКМ к стрельбе, изготовка, производство стрельбы, прекращение, разряжение и осмотр автомата.	1		
25	Тренировочное занятие «Изготовка к стрельбе из автомата»	Стрельба из ИЖ-38 по мишени №8 с 5 метров за 1 минуту.	1		
26	Ведение стрельбы из пневматической винтовки.	Стрельба из ИЖ-38 по мишени №8 с 5 метров за 1 минуту.	1		
27	Зачёт по стрельбе из ИЖ-38.	Отработка норматива. Действие по командам: «Подготовить гранату»; «Гранатой ОГОНЬ».	1		
28	Метание ручных гранат.	Устройство, боевые характеристики.	1		
29	Пистолет Макарова. (занятие в Прохоровском РОВД)	Тренировка норматива.	1		
30	Разборка-сборка пистолета Макарова. (занятие в Прохоровском РОВД)	Техника безопасности, тренировка норматива.	1		
31	Ведение огня из пистолета Макарова. (занятие в Прохоровском РОВД)	Стрельба из ИЖ-38 по мишени №8 с 5 метров за 1 минуту.	1		
32	Ведение стрельбы из пневматической винтовки.	Сдача норматива.	1		
33	Зачёт по разборке и сборке АКМ. Ведение стрельбы из пневматической винтовки.	Подготовка АКМ к стрельбе, изготовка, стрельба, прекращение, разряжение и осмотр автомата.	1		
34	Тренировочное занятие «Изготовка к стрельбе из автомата»	Отработка норматива.	1		
35	Метание ручных гранат.	Подведение итогов.	1		
36	Итоговое занятие.		1		

Календарно-тематический план занятий по автономному существованию в природных условиях воспитанников кадетского класса Прелестненской СОШ Прохоровского района на 2012-2013 учебный год

№ п/п	тема занятия	содержание	кол-во часов	дата	
				п	ф
1	Вводное занятие.	Познакомить воспитанников с содержанием курса	1		
2	Факторы риска.	Познакомить с основными факторами риска для человека в условиях автономии.	1		
3	Факторы выживания.	Рассказать воспитанникам о том, что помогает выжить в условиях автономии.	1		
4	Тактика выживания.	Систематизировать знания воспитанников о факторах риска и выживания.	1		
5	Общая схема действий в первые минуты аварии.	Учить анализировать и прогнозировать жизнеопасные ситуации.	1		
6	Физическая подготовка как фактор выживания.	Научить нескольким комплексам упражнений на развитие выносливости.	1		
7	Роль психической устойчивости человека в условиях автономного существования.	Познакомить с психологическими аспектами выживания.	1		
8	Правила подачи сигналов бедствия.	Учить подавать сигналы бедствия с помощью радиотехнических, пиротехнических средств и подручных материалов.	1		
9	Правила подачи сигналов бедствия.	Учить подавать сигналы бедствия с помощью радиотехнических, пиротехнических средств и подручных материалов.	1		
10	Ориентирование на местности.	Систематизировать знания воспитанников о способах определения сторон света.	1		
11	Ориентирование на местности.	Учить ориентироваться по звёздам, солнцу, часам, по природным явлениям.	1		
12	Поиск людей.	Учить основам следопытства.	1		
13	Изготовление самодельного походного снаряжения и примитивной одежды и обуви.	Учить изготавливать простейшее снаряжение.	1		
14	Послеаварийный переход.	Учить организовывать группу людей. Воспитывать чувство взаимопомощи.	1		
15	Укрытие для защиты от неблагоприятных	Познакомить с видами примитивных убежищ.	1		

	климатических воздействий.				
16	Укрытие для защиты от неблагоприятных климатических воздействий.	Учить выбирать место под стоянку. Учить строить временные убежища.	1		
17	Необычное использование обычных вещей.	Развивать умение мыслить нестандартно.	1		
18	Способы добычи огня и обустройство кострового бивака.	Познакомить с правилами и этапами обустройства кострового бивака в различных климатических условиях.	1		
19	Способы добычи огня и обустройство кострового бивака.	Учить разжигать костёр в любых погодных условиях.	1		
20	Изготовление примитивной посуды.	Учить изготовлению посуды из подручных средств.	1		
21	Поиск и использование водоисточников. Организация питьевого режима.	Систематизировать имеющиеся знания.	1		
22	Поиск и использование водоисточников. Организация питьевого режима.	Познакомить с правилами организации водопотребления в экстремальных ситуациях.	1		
23	Использование для питания дикорастущих съедобных растений, плодов, ягод, грибов.	Учить различать съедобные и ядовитые ягоды, грибы, плоды.	1		
24	Ядовитые растения и грибы. Оказание первой помощи при отравлении.	Учить распознавать ядовитые растения и оказывать первую помощь при отравлении.	1		
25	Рыбалка как наиболее доступный источник продуктов питания.	Познакомить со способами ловли рыбы, и способами её обработки.	1		
26	Продукты питания животного происхождения.	Познакомить со способами добычи и обработки продуктов питания животного происхождения.	1		
27	Продукты питания животного происхождения.	Учить изготавливать простейшие орудия лова.	1		
28	Нетрадиционные продукты питания.	Насекомые, ракообразные, моллюски, земноводные, водоросли – нетрадиционные продукты питания.	1		
29	Итоговое занятие по разделу «Питание в условиях автономного существования».	Систематизировать знания учащихся.	1		
30	Оказание первой медицинской помощи в условиях автономного	Дать представление о видах травм, которые можно получить в условиях	1		

	существования.	автономии.			
31	Оказание первой медицинской помощи в условиях автономного существования.	Учить приемам оказания доврачебной медицинской помощи.	1		
32	Защита от опасных животных и насекомых.	Познакомить с животными и насекомыми, встреча с которыми опасна для человека.	1		
33	Использование лекарственных растений при различных заболеваниях.	Учить распознавать лекарственные растения, готовить настои и отвары.	1		
34	Особенности выживания в различных климатогеографических зонах.	Систематизировать знания о факторах риска и выживания в разных климатогеографических зонах; способах обеспечения выживания в условиях вынужденной автономии в природной среде; способствовать развитию самостоятельного мышления и поведения в незнакомых ситуациях природного характера.	1		
35	Особенности выживания в различных климатогеографических зонах.	Систематизировать знания о факторах риска и выживания в разных климатогеографических зонах; способах обеспечения выживания в условиях вынужденной автономии в природной среде; способствовать развитию самостоятельного мышления и поведения в незнакомых ситуациях природного характера.	1		
36	Особенности выживания в различных климатогеографических зонах.	Систематизировать знания о факторах риска и выживания в разных климатогеографических зонах; способах обеспечения выживания в условиях вынужденной автономии в природной среде; способствовать развитию самостоятельного мышления и поведения в незнакомых ситуациях природного характера.	1		

**Календарно-тематический план занятий по строевой подготовке воспитанников
кадетского класса Прелестненской СОШ
Прохоровского района на 2012-2013 учебный год**

№ п/п	тема занятия	содержание	кол-во часов	дата	
				п	ф
1	Вводное занятие.	Ознакомить воспитанников с содержанием курса. Техника безопасности на занятиях.	1		
2	Строи и их элементы.	Дать основные понятия. Приёмы управления строем. Движение строевым шагом.	1		
3	Предварительная и исполнительная команды и порядок их подачи.	Правила подачи команд. Исполнение команд. Отработка строевого шага.	1		
4	Обязанности кадета перед построением и в строю. Ответ на приветствие на месте.	Требования Строевого устава ВС РФ и Устава внутренней службы ВС РФ. Отработка строевого шага.	1		
5	Строевой шаг.	Отработка приёмов движения строевым шагом.	1		
6	Отработка строевых приёмов.	Выполнение команд: «Становись»; «Равняйся»; «Смирно»; «Вольно»; «Заправиться»; «Головные уборы снять»; «Головные уборы надеть».	1		
7	Повороты на месте. Движение походным шагом.	Тренировка упражнения.	1		
8	Зачётное занятие.	Проверить степень подготовленности воспитанников.	1		
9	Перестроение из одной шеренги в две и обратно.	Тренировка в перестроении.	1		
10	Повороты в движении направо и налево.	Отработка поворотов; изменение скорости движения.	1		
11	Повороты в движении направо и налево.	Отработка поворотов; изменение скорости движения.	1		
12	Повороты в движении направо и налево.	Отработка поворотов; изменение скорости движения.	1		
13	Повороты кругом в движении.	Тренировка поворотов в движении.	1		
14	Повороты кругом в движении.	Тренировка поворотов в движении.	1		
15	Повороты в движении.	Тренировка поворотов в движении.	1		
16	Строевой шаг.	Отработка приёмов движения строевым шагом.	1		
17	Зачётное занятие.	Проверить степень подготовленности	1		

		воспитанников.			
18	Строевой шаг. Повороты на месте и в движении.	Отработка строевого упражнения.	1		
19	Выполнение воинского приветствия.	Выполнение воспитанниками воинского приветствия на месте и в движении	1		
20	Выход из строя, подход к начальнику и возвращение в строй.	Отработка выхода из первой и из второй шеренги.	1		
21	Подход к начальнику вне строя и отход.	Отработка строевых приёмов.	1		
22	Отработка строевых приёмов.	Тренировка полученных навыков.	1		
23	Строевые приёмы и движения с оружием.	Ознакомить воспитанников с выполнением строевых приёмов.	1		
24	Строевая стойка с автоматом.	Выполнение приёмов «на ремень», «на грудь», «за спину».	1		
25	Строевая стойка с автоматом.	Выполнение приёмов «на ремень», «на грудь», «за спину».	1		
26	Строевой шаг.	Отработка приёмов движения строевым шагом.	1		
27	Зачётное занятие.	Проверить степень подготовленности воспитанников.	1		
28	Построение отделения в развёрнутый и походный строй.	Перестроение отделения из развёрнутого строя в походный и обратно.	1		
29	Размыкание и смыкание отделения.	Отработка команды «Отделение направо (налево), от середины разом – КНИСЬ (сом – КНИСЬ)».	1		
30	Одиночная строевая подготовка.	Тренировка навыка.	1		
31	Одиночная строевая подготовка.	Тренировка навыка.	1		
32	Одиночная строевая подготовка.	Тренировка навыка.	1		
33	Отработка строевых приёмов.	Тренировка полученных навыков.	1		
34	Отработка строевых приёмов без оружия в комплексе.	Тренировка навыка.	1		
35	Управление строем.	Поочерёдно все воспитанники обучаются подавать команды и управлять отделением.	1		
36	Управление строем.	Поочерёдно все воспитанники обучаются подавать команды и управлять отделением.	1		
37	Управление строем.	Поочерёдно все воспитанники обучаются подавать команды и управлять отделением.	1		

38	Управление строем.	Поочерёдно все воспитанники обучаются подавать команды и управлять отделением.	1		
39	Строевой шаг.	Отработка приёмов движения строевым шагом.	1		
40	Зачётное занятие.	Проверить степень подготовленности воспитанников.	1		
41	Перестроение в движении.	Отработка строевого шага, перестроение в колонну по одному и в колонну по два.	1		
42	Перестроение в движении.	Отработка строевого шага, перестроение в колонну по одному и в колонну по два.	1		
43	Исполнение строевой песни в движении.	Отработка строевого шага, разучивание строевой песни.	1		
44	Исполнение строевой песни в движении.	Отработка строевого шага, разучивание строевой песни.	1		
45	Отработка строевых приёмов.	Тренировка полученных навыков.	1		
46	Движение строем. Повороты в движении.	Отработка строевых приёмов.	1		
47	Движение строем. Повороты в движении.	Отработка строевых приёмов.	1		
48	Движение строем. Повороты в движении.	Отработка строевых приёмов.	1		
49	Обязанности кадета перед построением и в строю.	Элементы строя; обязанности кадета; выход из строя; строевой шаг.	1		
50	Строевой шаг.	Отработка приёмов движения строевым шагом.	1		
51	Зачётное занятие.	Проверить степень подготовленности воспитанников.	1		
52	Строевой устав Вооружённых Сил Российской Федерации.	Что определяет устав; основные положения устава.	1		
53	Строевые приёмы и движения с оружием.	Ознакомить воспитанников с выполнением строевых приёмов.	1		
54	Строевая стойка с автоматом.	Выполнение приёмов «на ремень», «на грудь», «за спину».	1		
55	Отработка строевых приёмов.	Тренировка полученных навыков.	1		
56	Выполнение воинского приветствия.	Выполнение воспитанниками воинского приветствия на месте и в движении	1		
57	Выход из строя, подход к начальнику и возвращение в строй.	Отработка выхода из первой и из второй шеренги.	1		
58	Подход к начальнику вне строя и отход.	Отработка строевых приёмов.	1		

59	Отработка строевых приёмов.	Тренировка полученных навыков.	1		
60	Строевой шаг.	Отработка приёмов движения строевым шагом.	1		
61	Движение строем. Повороты в движении.	Отработка строевых приёмов.	1		
62	Движение строем. Повороты в движении.	Отработка строевых приёмов.	1		
63	Отработка строевых приёмов.	Тренировка полученных навыков.	1		
64	Управление строем.	Поочерёдно все воспитанники обучаются подавать команды и управлять отделением.	1		
65	Управление строем.	Поочерёдно все воспитанники обучаются подавать команды и управлять отделением.	1		
66	Строевой шаг.	Отработка приёмов движения строевым шагом.	1		
67	Зачёт по строевым приёмам с оружием.	Проверка и оценка знаний и умений.	1		
68	Зачёт по одиночной строевой подготовке.	Проверка и оценка знаний и умений.	1		
69	Зачёт по одиночной строевой подготовке.	Проверка и оценка знаний и умений.	1		
70	Зачёт по строевой подготовке в составе отделения.	Проверка и оценка знаний и умений.	1		
71	Зачёт по строевой подготовке в составе отделения.	Проверка и оценка знаний и умений.	1		
72	Экзамен.	Проверка и оценка знаний и умений.	1		

**Календарно-тематический план занятий по физической подготовке воспитанников
кадетского класса Прелестненской СОШ
Прохоровского района на 2012-2013 учебный год**

№ п/п	тема занятия	содержание	кол-во часов	дата	
				п	ф
1	Вводное занятие.	Ознакомить воспитанников с содержанием курса. Техника безопасности на занятиях.	1		
2	Общая физическая подготовка.	Подбор и корректировка индивидуальных комплексов упражнений для каждого воспитанника.	1		
3	ОФП. Упражнения на развитие силы мышц и выносливости. Подвижные игры.	Развитие общефизических качеств. Упражнения для мышц рук, туловища и ног. Бег по пересечённой местности.	1		
4	ОФП. Упражнения на развитие быстроты и ловкости. Подвижные игры.	Развитие общефизических качеств. Упражнения, повышающие ловкость и скоростные качества у воспитанников.	1		
5	Спортивные игры.	Повышение интереса и активности, а также достижение необходимых результатов в условиях высоких физических нагрузок.	1		
6	ОФП. Упражнения на развитие силы мышц и выносливости. Подвижные игры.	Развитие общефизических качеств. Упражнения для мышц рук, туловища и ног. Бег по пересечённой местности.	1		
7	ОФП. Упражнения на развитие быстроты и ловкости. Подвижные игры.	Развитие общефизических качеств. Упражнения, повышающие ловкость и скоростные качества у воспитанников.	1		
8	Зачёт.	Контроль развития индивидуальных физических данных воспитанников.	1		
9	Общая физическая подготовка.	Подбор и корректировка индивидуальных комплексов упражнений для каждого воспитанника.	1		
10	ОФП. Упражнения на развитие силы мышц и выносливости. Подвижные игры.	Развитие общефизических качеств. Упражнения для мышц рук, туловища и ног. Бег по пересечённой местности.	1		
11	ОФП. Упражнения на развитие быстроты и ловкости. Подвижные игры.	Развитие общефизических качеств. Упражнения, повышающие ловкость и скоростные качества у воспитанников.	1		
12	Спортивные игры.	Повышение интереса и	1		

		активности , а также достижение необходимых результатов в условиях высоких физических нагрузок .			
13	ОФП. Упражнения на развитие силы мышц и выносливости. Подвижные игры.	Развитие общефизических качеств. Упражнения для мышц рук, туловища и ног. Бег по пересечённой местности.	1		
14	ОФП. Упражнения на развитие быстроты и ловкости. Подвижные игры.	Развитие общефизических качеств. Упражнения, повышающие ловкость и скоростные качества у воспитанников.	1		
15	Марш-бросок «школа - сосновый бор – школа»	Ускоренное передвижение шагом или бегом по пересечённой местности на определённую дистанцию	1		
16	Спортивные игры.	Повышение интереса и активности , а также достижение необходимых результатов в условиях высоких физических нагрузок .	1		
17	Зачёт.	Контроль развития индивидуальных физических данных воспитанников.	1		
18	Общая физическая подготовка.	Подбор и корректировка индивидуальных комплексов упражнений для каждого воспитанника.	1		
19	ОФП. Упражнения на развитие силы мышц и выносливости. Подвижные игры.	Развитие общефизических качеств. Упражнения для мышц рук, туловища и ног. Бег по пересечённой местности.	1		
20	ОФП. Упражнения на развитие быстроты и ловкости. Подвижные игры.	Развитие общефизических качеств. Упражнения, повышающие ловкость и скоростные качества у воспитанников.	1		
21	Спортивные игры.	Повышение интереса и активности , а также достижение необходимых результатов в условиях высоких физических нагрузок .	1		
22	ОФП. Упражнения на развитие силы мышц и выносливости. Подвижные игры.	Развитие общефизических качеств. Упражнения для мышц рук, туловища и ног. Бег по пересечённой местности.	1		
23	ОФП. Упражнения на развитие быстроты и ловкости. Подвижные игры.	Развитие общефизических качеств. Упражнения, повышающие ловкость и скоростные качества у воспитанников.	1		
24	Зачёт.	Контроль развития	1		

		индивидуальных физических данных воспитанников.			
25	Общая физическая подготовка.	Подбор и корректировка индивидуальных комплексов упражнений для каждого воспитанника.	1		
26	ОФП. Упражнения на развитие силы мышц и выносливости. Подвижные игры.	Развитие общефизических качеств. Упражнения для мышц рук, туловища и ног. Бег по пересечённой местности.	1		
27	ОФП. Упражнения на развитие быстроты и ловкости. Подвижные игры.	Развитие общефизических качеств. Упражнения, повышающие ловкость и скоростные качества у воспитанников.	1		
28	Марш-бросок « школа – Звонница – школа».	Ускоренное передвижение шагом или бегом по пересечённой местности на определённую дистанцию	1		
29	ОФП. Упражнения на развитие силы мышц и выносливости. Подвижные игры.	Развитие общефизических качеств. Упражнения для мышц рук, туловища и ног. Бег по пересечённой местности.	1		
30	ОФП. Упражнения на развитие быстроты и ловкости. Подвижные игры.	Развитие общефизических качеств. Упражнения, повышающие ловкость и скоростные качества у воспитанников.	1		
31	Спортивные игры.	Повышение интереса и активности , а также достижение необходимых результатов в условиях высоких физических нагрузок .	1		
32	Зачёт.	Контроль развития индивидуальных физических данных воспитанников.	1		
33	Общая физическая подготовка.	Подбор и корректировка индивидуальных комплексов упражнений для каждого воспитанника.	1		
34	ОФП. Упражнения на развитие силы мышц и выносливости. Подвижные игры.	Развитие общефизических качеств. Упражнения для мышц рук, туловища и ног. Бег по пересечённой местности.	1		
35	ОФП. Упражнения на развитие быстроты и ловкости. Подвижные игры.	Развитие общефизических качеств. Упражнения, повышающие ловкость и скоростные качества у воспитанников.	1		
36	Спортивные игры.	Повышение интереса и активности , а также достижение необходимых результатов в условиях высоких физических	1		

		нагрузок .			
37	ОФП. Упражнения на развитие силы мышц и выносливости. Подвижные игры.	Развитие общефизических качеств. Упражнения для мышц рук, туловища и ног. Бег по пересечённой местности.	1		
38	ОФП. Упражнения на развитие быстроты и ловкости. Подвижные игры.	Развитие общефизических качеств. Упражнения, повышающие ловкость и скоростные качества у воспитанников.	1		
39	Спортивные игры.	Повышение интереса и активности , а также достижение необходимых результатов в условиях высоких физических нагрузок .	1		
40	Зачёт.	Контроль развития индивидуальных физических данных воспитанников.	1		
41	Общая физическая подготовка.	Подбор и корректировка индивидуальных комплексов упражнений для каждого воспитанника.	1		
42	ОФП. Упражнения на развитие силы мышц и выносливости. Подвижные игры.	Развитие общефизических качеств. Упражнения для мышц рук, туловища и ног. Бег по пересечённой местности.	1		
43	ОФП. Упражнения на развитие быстроты и ловкости. Подвижные игры.	Развитие общефизических качеств. Упражнения, повышающие ловкость и скоростные качества у воспитанников.	1		
44	Спортивные игры.	Повышение интереса и активности , а также достижение необходимых результатов в условиях высоких физических нагрузок .	1		
45	ОФП. Упражнения на развитие силы мышц и выносливости. Подвижные игры.	Развитие общефизических качеств. Упражнения для мышц рук, туловища и ног. Бег по пересечённой местности.	1		
46	ОФП. Упражнения на развитие быстроты и ловкости. Подвижные игры.	Развитие общефизических качеств. Упражнения, повышающие ловкость и скоростные качества у воспитанников.	1		
47	Спортивные игры.	Повышение интереса и активности , а также достижение необходимых результатов в условиях высоких физических нагрузок .	1		
48	Зачёт.	Контроль развития индивидуальных физических данных воспитанников.	1		

49	Общая физическая подготовка.	Подбор и корректировка индивидуальных комплексов упражнений для каждого воспитанника.	1		
50	ОФП. Упражнения на развитие силы мышц и выносливости. Подвижные игры.	Развитие общефизических качеств. Упражнения для мышц рук, туловища и ног. Бег по пересечённой местности.	1		
51	ОФП. Упражнения на развитие быстроты и ловкости. Подвижные игры.	Развитие общефизических качеств. Упражнения, повышающие ловкость и скоростные качества у воспитанников.	1		
52	Спортивные игры.	Повышение интереса и активности, а также достижение необходимых результатов в условиях высоких физических нагрузок .	1		
53	ОФП. Упражнения на развитие силы мышц и выносливости. Подвижные игры.	Развитие общефизических качеств. Упражнения для мышц рук, туловища и ног. Бег по пересечённой местности.	1		
54	ОФП. Упражнения на развитие быстроты и ловкости. Подвижные игры.	Развитие общефизических качеств. Упражнения, повышающие ловкость и скоростные качества у воспитанников.	1		
55	Марш-бросок «школа – поле Шпетного – школа».	Ускоренное передвижение шагом или бегом по пересечённой местности на определённую дистанцию	1		
56	Спортивные игры.	Повышение интереса и активности, а также достижение необходимых результатов в условиях высоких физических нагрузок .	1		
57	Зачёт.	Контроль развития индивидуальных физических данных воспитанников.	1		
58	Общая физическая подготовка.	Подбор и корректировка индивидуальных комплексов упражнений для каждого воспитанника.	1		
59	ОФП. Упражнения на развитие силы мышц и выносливости. Подвижные игры.	Развитие общефизических качеств. Упражнения для мышц рук, туловища и ног. Бег по пересечённой местности.	1		
60	ОФП. Упражнения на развитие быстроты и ловкости. Подвижные игры.	Развитие общефизических качеств. Упражнения, повышающие ловкость и скоростные качества у воспитанников.	1		

61	Спортивные игры.	Повышение интереса и активности, а также достижение необходимых результатов в условиях высоких физических нагрузок.	1		
62	ОФП. Упражнения на развитие силы мышц и выносливости. Подвижные игры.	Развитие общефизических качеств. Упражнения для мышц рук, туловища и ног. Бег по пересечённой местности.	1		
63	ОФП. Упражнения на развитие быстроты и ловкости. Подвижные игры.	Развитие общефизических качеств. Упражнения, повышающие ловкость и скоростные качества у воспитанников.	1		
64	Марш-бросок « школа – урочище Ключи – школа»	Ускоренное передвижение шагом или бегом по пересечённой местности на определённую дистанцию	1		
65	Спортивные игры.	Повышение интереса и активности, а также достижение необходимых результатов в условиях высоких физических нагрузок.	1		
66	Зачёт.	Контроль развития индивидуальных физических данных воспитанников.	1		
67	Общая физическая подготовка.	Подбор и корректировка индивидуальных комплексов упражнений для каждого воспитанника.	1		
68	ОФП. Упражнения на развитие силы мышц и выносливости. Подвижные игры.	Развитие общефизических качеств. Упражнения для мышц рук, туловища и ног. Бег по пересечённой местности.	1		
69	ОФП. Упражнения на развитие быстроты и ловкости. Подвижные игры.	Развитие общефизических качеств. Упражнения, повышающие ловкость и скоростные качества у воспитанников.	1		
70	ОФП. Упражнения на развитие силы мышц и выносливости. Подвижные игры.	Развитие общефизических качеств. Упражнения для мышц рук, туловища и ног. Бег по пересечённой местности.	1		
71	ОФП. Упражнения на развитие быстроты и ловкости. Подвижные игры.	Развитие общефизических качеств. Упражнения, повышающие ловкость и скоростные качества у воспитанников.	1		
72	Экзамен.	Проверка и оценка знаний и умений (подтягивание на перекладине; преодоление полосы препятствий; бег 3000м,100м; метание гранаты на дальность).	1		

