

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ДОМ ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА «ЕРМАК»
ЗЕРНОГРАДСКОГО РАЙОНА**

ПРИНЯТО
на заседании Методического совета
МБУ ДО ДДТ «Ермак»
Протокол от 31.08.2020 №1



УТВЕРЖДЕНО
Директор МБУ ДО ДДТ «Ермак»
С.А. Михайлова
Приказ от 01.09.2020 №138

**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
социально-педагогической направленности
"Традиционные казачьи боевые единоборства"**

Возраст обучающихся: 8 - 18 лет
Срок реализации: 5 лет

Автор-составитель:
Кушнарев Владимир Васильевич
педагог дополнительного образования
высшей квалификационной категории

г. Зерноград
2020г.

ОГЛАВЛЕНИЕ:

1. Пояснительная записка.
2. Учебный план.
3. Учебно-тематический план 1 года обучения.
Содержание программы 1 года обучения.
4. Учебно-тематический план 2 года обучения.
Содержание программы 2 года обучения.
5. Учебно-тематический план 3 года обучения.
Содержание программы 3 года обучения.
6. Учебно-тематический план 4 года обучения.
Содержание программы 4 года обучения.
7. Учебно-тематический план 5 года обучения.
Содержание программы 5 года обучения.
8. Методическое обеспечение.
9. Список литературы.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Нормативно – правовой аспект

1. Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 года № 273 –ФЗ.
2. Областным Законом Ростовской области от 14.11.2013 № 26 – ЗС «Об образовании в Ростовской области».
3. Концепцией развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства РФ от 4 сентября 2014 года № 1726 – р).
4. Распоряжением Правительства Российской Федерации от 24 апреля 2015 года № 729 – «План мероприятий на 2015 – 2020 годы по реализации концепции развития дополнительного образования детей».
5. Приказом Министерства Просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 года № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
6. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 № 41 «Об утверждении СанПин 2.4.4.3.172 – 14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».
7. Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеобразовательных программ (письмо Минобрнауки России от 18 ноября 2015 года № 09 – 3242).
8. Приказом министерства общего и профессионального образования Ростовской области от 1 марта 2016 года №115 «Об утверждении региональных рекомендаций к регламентации деятельности образовательных организаций Ростовской области, осуществляющих образовательную деятельность по дополнительным общеобразовательным программам».
9. Приказом МБУ ДО ДДТ «Ермак» «Об утверждении Положения о дополнительных общеобразовательных программах».
10. Типовой программой «Программы для внешкольных учреждений (спортивные кружки)» Москва. «Просвещение» 1987 год.

В соответствии со стратегическими целями государства по обеспечению стабильного и устойчивого социального развития, укрепление обороноспособности страны, новых требований по содержанию и основным путям развития системы патриотического воспитания граждан Российской Федерации, сложилась необходимость более качественной военно-патриотической подготовки подростков. Одним из факторов усиления работы по военно-патриотическому воспитанию подростков, изучению казачьей борьбы, является опасность мощного развития информационно-психологической войны против России. Сегодня осуществляется информационно-культурная и информационно-идеологическая экспансия во все сферы деятельности государства, что ведет к насильственной трансформации культуры, традиций и духовных ценностей в русские народы со стороны европейских государств и США.

Серьёзные опасения вызывают демографические данные. К моменту окончания школы среди подростковой молодежи всего 10 % здоровых. Все это стало предпосылками к созданию программы «Традиционных казачьих боевых единоборств» для подростков.

По содержанию данная программа **модифицированная**, составлена на основе типовой программы в рамках **социально-педагогической направленности** и разработана на основе Постановления Правительства «О военно-патриотических и детских объединениях» и реализуется в зависимости от поставленных задач и целей. Она рассчитана на раскрытие и развитие склонностей и способностей подростка, привитию культуры Донского края ориентирована на свободный выбор его дальнейшей профессии и оказание помощи в начальном её приобретении. Изучение программных вопросов направлено на расширение и углубление базовых школьных знаний, развитие и адаптацию социальной мобильности личности в современных условиях

Уровень освоения программы – базовый.

Цель программы:

Развитие у подростков гражданственности, патриотизма как важнейших духовно-нравственных и социальных ценностей. Формирование у них профессионально значимых качеств, умений и готовности к их активному проявлению в различных сферах жизни общества, особенно в процессе военной и других, связанных с ней, видов государственной службы, верности конституционному и воинскому долгу в условиях мирного и военного времени, высокой ответственности и дисциплинированности.

Для достижения этой цели требуется выполнение следующих основных задач:

1. Образовательные задачи:

- Получить воспитанниками необходимых знаний по основам военной и казачьей службы, военному строительству, структуре Вооруженных Сил РФ;
- Изучить истории Донского края, его героического прошлого, народа, его атаманов и национальной культуры;
- Уметь грамотно действовать в чрезвычайных ситуациях, связанных с природными явлениями, в условиях радиационного химического и бактериологического заражения;
- Развить навыки умения и физической подготовки при действиях в экстремальных ситуациях, привитие навыков обеспечения личной и коллективной безопасности;
- Получить воспитанниками необходимых знаний и навыков по правилам дорожного движения.

2. Развивающие задачи:

- Укрепить здоровье, развить физические качества – силы, выносливости, быстроты реакции, через специальную физическую подготовку.
- Развить интерес у подростков к военным, военно-техническим и оборонным знаниям, практической подготовки их к службе в Вооруженных Силах, в составе казачьих подразделений.

3. Воспитательные задачи:

- Пропаганда престижа контрактной службы в Вооруженных Силах, создание механизма военно-профессиональной ориентации;
- Сформировать добросовестные отношения к учебе, спорту, труду, другой деятельности, связанной со служением Отечеству и развитием Донского края;
- Сформировать у воспитанников гордость за свой Донской край, за его историческое прошлое, бережное отношение к культурному наследию Донского края, уважительное отношение к ветеранам войны и труда;
- Развить у воспитанников чувства хозяев родной Донской земли, ответственных за её будущее.

Программа рассчитана на 5 лет обучения. В изучении программного материала применяется дифференцированный и интегрированный подход в зависимости от возраста подростка (**8-18лет**), сложности материала, интеллектуальной подготовки, личностно-психологических качеств и уровня здоровья. Комплектование групп проводится с учетом возможностей привития обучаемым тех качеств и свойств, которые необходимы защитнику Отечества: патриотизм, физическая подготовленность, желание получить военную профессию.

Объем программы – 1008 часов. 1-й год обучения – 144ч; 2,3,4,5-й год – 216ч.

Освоение программного материала осуществляется в зависимости от сформированной группы и года обучения.

К прохождению программы обучения привлекаются все подростки изъявившие желание получения дополнительных, углубленных знаний и навыков казачьей борьбы, а так же переходу к здоровому образу жизни, включая допризывную молодежь (11 класс) вне зависимости от веры исповедания, национальности и уровня своей школьной подготовки.

Реальность достижения целей и задач обеспечивается наличием необходимой литературы, мест проведения занятий:

- спортивный зал;
- полоса препятствий;
- спортивный городок;
- стрелковый тир;
- стрельбище военной части;
- наличие пневматической и мелкокалиберной винтовки;
- наличие имущества и плакатов по традиционным казачьим боевым единоборствам
- наличие макетов автоматов;
- наличие видео и радиоаппаратуры.

При реализации целей и задач положенных в основу программы, предполагается неразрывность процесса обучения и воспитания, обеспечение индивидуализации, личностно - ориентированного обучения.

При прохождении программы обучения подростками возможен контроль достижения целей со стороны детей и родителей по результатам контрольных занятий, соревнований и открытых занятий.

Программа обучения открыта для детей и родителей, и доступна для коррекции при дифференцированном подходе обучения.

Содержанию и методом обучения подростков должно отвечать живое разнообразие организационных форм учебного процесса. Необходимо больше уделять формам саморазвития обучения, которым характерно постоянное смещение акцентов с фронтальных на **индивидуальные и групповые** (в том числе разновозрастные), ставя во главу угла личность ребенка и стремясь найти социально-психологические ресурсы для её развития.

Организация учебного процесса с подростками характерны **формы обучения:**

- лекция;
- семинар;
- рассказ;
- практические занятия;
- экскурсии;
- туристические походы;
- учебные игры;
- интегрированные занятия;
- турниры;
- соревнования;
- презентации;
- конкурсы;
- викторины.

При проведении занятий необходимо использовать психологические и социологические методы и приемы:

- анкетирование;
- психологические тесты;
- создание и решение различных ситуаций;
- деловая игра.

Для определения уровня и анализа знаний, умений и навыков, получаемых подростками в процессе обучения по программе, педагогом ведется дневник наблюдения.

При прохождении программы обучения подростками возможен контроль достижения целей со стороны детей и родителей по результатам контрольных занятий, соревнований и открытых уроков.

Включение в учебную программу спортивных соревнований, военно-прикладных игр: «Орленок», «Зарница», «Школа безопасности», «Школа выживания», «Казачий пернач», «Безопасное колесо», слёт «Донцов», «Лихой казак Дона», соревнований по рукопашному казачьему бою, проведение 7-ми дневных сборов с подростками, способствует заинтересованности и любознательности детей к освоению практических навыков.

Командные соревнования и полевые сборы способствуют выработке качеств коллективизма, поддержки друг друга в сложной обстановке, личной ответственности перед коллективом, а так же привития качеств умения руководить людьми и четко выполнять указания старшего.

Темы и разделы каждого года обучения взаимосвязаны между собой, и каждый последующий год обучения разработан с учетом уже имеющихся знаний.

1-й год обучения предусматривает общефизическую подготовку подростков, ознакомление с основами подготовки к воинской службе, с историей казачества, его быта и воинского искусства.

2-й год обучения подростки совершенствуют свои знания в изучаемых разделах, укрепляют физическую подготовку, участвуют в соревнованиях по стрельбе из пневматической винтовки, со сдачей на разряд, в соревнованиях по военно-спортивным и казачьим видам боевых искусств, в туристических походах, учебно-полевых сборах.

3-й год обучения подростки продолжают углубленное прохождение программ и разделов, овладевают начальной подготовкой и знаниями в воинской службе, сдают на разряд по стрельбе из пневматической винтовки.

4-й год обучения подростки продолжают углубленное изучение разделов, сдают на разряд по стрельбе из пневматической винтовки. Дополнительно изучают раздел «Тактическая подготовка» и «Техническая подготовка». Участвуют во всех видах соревнований по спортивным и военно-прикладным видам, участвуют в туристических походах, учебно-полевых сборах.

5-й год обучения подростки заканчивают учебу по программе начальной военной подготовки. Сдают на разряды по стрельбе из пневматической винтовки, по традиционным казачьим видам боевых искусств. Участвуют в соревнованиях по спортивным и военно-прикладным видам, участвуют в походах, учебно-полевых сборах.

Ожидаемый результат по общефизической подготовке Юноши

№ п/п	Вид упражнения	Возраст			
		8-10 лет	11-13 лет	14-15 лет	16-18 лет
1.	Дальность отскока мяча, м	3,5-4,5	4,55-5,55	5,6-6,45	6,46-7,45
2.	Бег по восьмерке, с	43-32,6	32,5-27	26,7-21	20,8 -16,2
3.	Бег вокруг стола, с	34,-23,7	23,6-20,2	20,1-18,2	18,1-15,7
4.	Перенос мячей, с	54-45	44,5-35	34,8-31	30,8-26
5.	Отжимание от стола	25-35	36-45	46-55	56-67
6.	Прыжки со скакалкой за 45с	65-75	76-94	95-114	115-127
7.	Прыжки в длину с места, см	103-113	114-152	154-190	191-215
8.	Бег 60 м	13,8-12	11,9-10,95	10,9-10,14	10,1-9,14

Девушки

№ п/п	Вид упражнения	Возраст			
		8-10 лет	11-13 лет	14-15 лет	16-18 лет

1.	Дальность отскока мяча, м	3,4-4,4	4,45-5,40	5,44-6,20	6,23-6,92
2.	Бег по восьмерке, с	47-37	36,7-31	30,7-25	24,7-17,8
3.	Бег вокруг стола, с	34-24	23,9-22,1	22-20,1	20-17,6
4.	Перенос мячей, с	54-45	44,6-37	36,8-33	32,8-28
5.	Отжимание от стола	10-20	21-30	32-40	41-52
6.	Прыжки со скакалкой за 45с	65-75	76-94	95-114	115-127
7.	Прыжки в длину с места, см	103-113	114-136	137-155	156-180
8.	Бег 60 м	14-13,1	13,0-11,5	11,45-10,55	10,5-9,9

Ожидаемый результат по специальной физической подготовке

№ п/п	Наименование	1-2 год обучения		3 год обучения		4 год обучения		5 год обучения	
		Девочки	Мальчики	Девочки	Мальчики	Девочки	Мальчики	Девочки	Мальчики
1.	Бег 20 м с высокого старта (сек.)					3,7-3,9	3,2-3,4	3,4-3,7	3,0- 3,3
2.	Бег 30 м с высокого старта (сек.)	5,2-5,5	5,1 - 5,4	5,2-5,4	5,0-5,2				
3.	Бег 60 м с высокого старта (сек.)			9,8-10,0	9,7-9,9				
4.	Прыжки в длину с места (см.)	156-165	175-180	165-170	180-185				
5.	Прыжки в длину влево (см.)					125-130	135-145		
6.	Прыжки боком с двух ног через гимнастическую скамейку за 1 мин 30 сек	15-18	18-20	18-20	20-25	75-80	80- 85	85- 90	85-90
	Интервальный бег 5р * 20 м					18,5-18,8	16,0 - 16,3	18,0 - 18,3	15,5-15,8
	Прыжок	5-8	10-	7-10	12-	12-	15-20	15-20	20-25

	«кенгуру» (количество раз)		12		14	15			
	Имитация перемещения боком - 3 мин в 3-х метровой зоне (кол-во раз)	90-95	105-110	110-115	120-125	115-120	130-135		
	Имитация перемещений вперед назад - 1 мин в 3-х метровой зоне (кол-во раз)	30-35	40-45	50-55	50-55				
	Имитация ударов «накат» слева – 1 мин (кол-во раз)	60-65	65-70	65-70	75-80	90-95	95-100	100-110	110-120
	Имитация ударов «накат» справа – 1 мин (кол-во раз)	55-60	65-70	65-70	65-70	70-75	85-90	90-95	105-110

Ожидаемый результат по технической подготовке.

№ п/п	Наименование	1-2 год обучения		3 год обучения		4 год обучения		5год обучения	
		Девочки	Мальчики	Девочки	Мальчики	Девочки	Мальчики	Девочки	Мальчики
1.	Игра ударами «накат» справа по диагонали стола 1-я серия	20	30	35	50	50	60		
2.	Игра ударами «накат» слева по диагонали стола 1-я серия	20	30	35	50	50	60		
3.	Игра ударами «одкидка» и «срезка» справа и слева без потери мяча	30 сек.	30 сек.	2 мин.	2 мин.	3 мин.	3 мин.	5 мин.	5мин.
4.	Подача справа	8	8	9	9				

	с верхним вращением мяча (из 10 подач)								
5.	Подача слева с верхним вращением мяча (из 10 подач)	8	8	9	9				
6.	Игра ударами «срезка» справа (слева) по диагонали – 1-я серия			15	15				
7.	Подача справа (слева) с нижним вращением мяча (из 10 подач)			9	9				
8.	Игра ударами «накат» справа и слева с одного угла в два угла – 1-я серия					20	20	30	30
9.	Подача справа (слева) с подбросом мяча (из 10 подач)					8	8	8	8
10.	Подача справа (слева) с обманным движением руки и ракеткой (из 10 подач)					8	8	8	8
11.	Выполнить нормативы: 2 или 1 юношеского разряда 3 разряд 2 или 1 разряд			+	+	+	+	+	+

Критерии оценки

Способы выявления качества уровня учебной программы и результатов педагогической деятельности.

- Непрерывное наблюдение за обучающимися в процессе прохождения учебной программы;
- Проведение анализа учебных занятий;
- Тестовые, контрольные (теоретические и практические) задания воспитанникам;
- Контрольно-диагностические срезы по усвоению программы обучения в 1-ом полугодии и в конце года с определением правильности и целесообразности обучения воспитанников, способности их усвоению материала, методов проведения занятий и использование для этого средств обучения, в правильности выбора программы обучения, показатели:
 - знания, умения;
 - мотивация к занятиям;
 - достижения;
 - уровень физической подготовки;
 - дисциплина;
 - психологическая настроенность в изучении учебной программы, активированной региональным казачьим компонентом.
- Создание затруднительных, проблемных ситуаций для воспитанников;
- Участие в соревнованиях, сборах, проведение открытых занятий;
- Беседы с детьми и их родителями;
- Медицинское освидетельствование;
- Анкетирование;
- Способ передачи воспитанникам роли командира подразделения при проведении строевых занятий, тактических занятий;
- Фиксирование и обобщение практических достижений обучающихся:
 - а. Дневник педагогического наблюдения.
 - б. Зачеты.
 - с. Таблицы достигнутых результатов воспитанникам.
- Коллективное планирование в группе;
- Участие в коллективных мероприятиях;
- Анализ сохранности группы;
- Анализ, диагностика развития ребенка и коллектива в целом;
- Анализ мотивов прихода подростков в группу и его убытия;
- Анализ продолжительности обучения каждого;
- Анализ ожидаемого развития ребенка.

Ожидаемые результаты:

По окончании обучения, обучающиеся должны:

1. Знать общие основы традиционных казачьих боевых единоборств;

2. Расширять представление о технических приемах в традиционных казачьих боевых единоборствах;
3. Научиться грамотно распределять свою физическую нагрузку;
4. Уметь выступать во всех видах соревнований, турнирах, спартакиадах, фестивалях, конкурсах, слётах и так далее и тому подобное;
5. Овладеть понятиями терминологии и жестикуляции;
6. Получить навыки технической подготовки в традиционных казачьих боевых единоборствах ;
7. Освоить технику в традиционных казачьих боевых единоборствах;
8. Освоить тактику в традиционных казачьих боевых единоборствах;
9. Уметь выступать в традиционных казачьих боевых единоборствах по правилам;
10. Получить навыки судейства;
11. Уметь управлять своими эмоциями;
12. Знать основные понятия и термины в теории и методике в традиционных казачьих боевых единоборствах;
13. Научиться работать в коллективе, подчинять свои действия интересам коллектива в достижении общей цели;
14. Уметь доводить дело до конца и добиваться поставленной цели.

Вся воспитательная работа осуществляется в соответствии с общим планом воспитательной и культурно-массовой работы МБУ ДО ДДТ "Ермак".

2. Учебный план

№ п/п	Разделы программы	Количество часов				
		1 год	2 год	3 год	4 год	5 год
1.	История казачества и Дона	20	12	6		
2.	Шермиция	20	68	61	86	86
3.	Строевая и казачья подготовка	22	23	22	14	16
4.	Огневая подготовка	21	29	37	37	36
5.	Виды традиционных казачьих боевых единоборств	53	68	60	60	56
6.	Медицинская подготовка	1	1	4	4	3
7.	Правила дорожного движения	1	1	5	6	10
8.	Обеспечение жизнедеятельности в экстремальных и чрезвычайных ситуациях	1	1	16	4	4
9.	Физическая и силовая подготовка	5	13	5	5	5
Всего часов:		144	216	216	216	216

**3. Учебно-тематический план
1-го года обучения**

№ п/п	Разделы. Темы занятий.	Количество часов			Формы организации занятий	Формы аттестации (контроля)
		Всего	Теория	Практика		
1	2	3	4	5	6	7
	История казачества России и Дона	20				
1.	«История казачества – часть истории Отечества Дон в середине века. Возникновение казачества. Донские казаки в XVI веке».	5	5		Рассказ	Тестирование
2.	Донское казачество в XVII веке. Донское казачество в смутное время. Азовское осадное сидение. Донские казаки в середине XVII века. Донские казаки в войнах России в XVII веке. Участие казаков в Крестьянской войне Степана Разина.	<u>5</u> 2 3	<u>5</u> 2 3		Рассказ	Тестирование
3.	Донское казачество в XVIII веке. Донские казаки в Азовских походах и Северной войне. Донские казаки и голытьба. Восстание К. Булавина. Донское казачество в войнах России в XVIII веке. Донские бунтари или борьба за свободу.	<u>6</u> 3 3	<u>6</u> 3 3		Рассказ Рассказ	Тестирование
4.	Донское казачество в конце XVIII века, начале XIX века. Социально-экономическая и политическая обстановка в Войске Донском. Участие казаков в войнах России начала XIX века.	<u>4</u> 2 2	<u>4</u> 2 2		Рассказ	Тестирование
	Строевая и казачья подготовка	22				
1.	Общие положения. Строй и управление ими. Обязанности командиров и	<u>4</u> 4	<u>4</u> 4		Рассказ	Тестирование

	военнослужащих перед построением и встрою.					
2.	Строевые приемы без оружия. Строевая стойка. Повороты на месте. Движение.	<u>3</u> 1 2		<u>3</u> 1 2	Рассказ. Показ. Практическое занятие	Зачёт
3.	Повороты и движение.	<u>5</u>		<u>5</u>	Практическое занятие	Зачёт
4.	Строй отделения. Развернутый строй. Походный строй.	<u>2</u> 2		<u>2</u> 2	Практическое занятие	Зачёт
5.	Фехтование на шашках	<u>1</u> 0,5 0,5		<u>1</u> 0,5 0,5	Показ. Практическое занятие	Соревнования
6.	Рубка лозы и бутылок	<u>4</u> 1 3		<u>4</u> 1 3	Показ. Практическое занятие	Соревнования
7.	Фехтование на пиках	<u>3</u> 1 2		<u>3</u> 1 2	Показ. Практическое занятие	Соревнования
Огневая подготовка		21				
1.	Явление выстрела. Траектория полета пули и её элементы. Отдача. Полет пули в воздухе.	<u>1</u> 1	<u>1</u> 1		Беседа	Тестирование
2.	Техника стрельбы из винтовки сидя. Положение тела, рук, головы. Ровная мушка. Задержка дыхания. Наводка оружия.	<u>2</u> 1 1	<u>1</u> 1	<u>1</u> 1	Рассказ. Показ. Практическое занятие	Тестирование
3.	Тренировка в стрельбе по экрану. Усилия для спуска курка. Удерживание ройной мушки в момент выстрела.	<u>2</u> 1 1	<u>1</u> 1	<u>1</u> 1	Рассказ. Показ. Практическое занятие	Зачёт
4.	Тренировка в стрельбе на кучность. Прицеливание. Спуск курка. Дыхание. Отработка однообразных действий.	<u>2</u> 1 1	<u>1</u> 1	<u>1</u> 1	Рассказ. Показ. Практическое занятие	Зачёт
5.	Тренировка в стрельбе на кучность и результат. Внесение поправок на прицеливание. Изготовка для	<u>2</u> 1	<u>1</u> 1	<u>1</u> 1	Рассказ. Показ. Практическое	Зачёт

	стрельбы. Стрельба на кучность. Стрельба на результат.	1		1	занятие	
6.	Техника стрельбы из винтовки лежа. Изготовка к стрельбе. Прицеливание. Стрельба без патрона.	<u>2</u> 1 1	<u>1</u> 1	<u>1</u> 1	Рассказ. Показ. Практическое занятие	Зачёт
7.	Тренировка в стрельбе на кучность и результат. Стрельба на кучность Стрельба на результат. Определение СТП. Исключение отрывов.	<u>2</u> 1 1		<u>2</u> 1 1	Рассказ. Показ. Практическое занятие	Зачёт
8.	Техника стрельбы из винтовки стоя. Изготовка. Отработка устойчивого положения тела. Стрельба без патронов.	<u>2</u> 1 1	<u>1</u> 1	<u>1</u> 1	Беседа. Показ. Практическое занятие	Зачёт
9.	Тренировка в стрельбе по экрану. Ровная мушка. Дыхание. Удерживание ровной мушки в момент выстрела.	<u>2</u> 2	<u>1</u> 1	<u>1</u> 1	Беседа. Показ. Практическое занятие	Зачёт
10.	Тренировка в стрельбе на кучность и результат. Отработка однообразных действий. Введение поправок на прицеливание.	<u>2</u> 1 1	<u>1</u> 1	<u>1</u> 1	Беседа. Показ. Практическое занятие	Зачёт
11.	Контрольная стрельба.	<u>2</u>	<u>1</u>	<u>1</u>	Практическое	Зачёт
	Проверка уровня подготовки.	2	1	1	занятие	
Правила дорожного движения		1				
1.	Обязанности пешехода. Порядок движения. Пересечение проезжей части, перекрестков.	<u>1</u> 0,5	<u>1</u> 0,5		Беседа	Тестирование
2.	Сигналы светофора и регулировщика. Технические средства. Регулировщик. Порядок движения.	0,5	0,5		Беседа, показ	Тестирование
Обеспечение жизнедеятельности в экстремальных и чрезвычайных ситуациях		1				
1.	Подготовка и снаряжение. Проведение необходимых	<u>1</u> 1	<u>1</u> 1		Беседа	Тестирование

	мероприятий. Экипировка. Снаряжение. Имущество.					ие
Медицинская подготовка		1				
1.	Первая медицинская помощь.	1	<u>1</u> 1		Беседа	Тестирован ие
Физическая и силовая подготовка		5				
1.	Легкая атлетика. Прыжки в длину. Бег 100 м. Кросс 1 км. Прыжки в высоту.	<u>1</u> 0,5 0,5		<u>1</u> 0,5 0,5	Рассказ. Показ Практическое занятие	Зачёт
2.	Футбол. Броски. Передача мяча. Вожделение мяча. Правила игры.	<u>1</u> 0,3 0,3 0,3		<u>1</u> 0,3 0,3 0,3	Рассказ. Показ. Практическое занятие	Соревнован ия
3.	Волейбол. Прием мяча. Передача мяча. Блоки. Правила игры передвижение игроков по площадке	<u>1</u> 0,5 0,5		<u>1</u> 0,5 0,5	Рассказ. Показ. Практическое занятие	Соревнован ия
4.	Настольный теннис . Правила игры. Одиночная игра.	<u>1</u> 0,5 0,5	<u>0,5</u> 0,5	<u>0,5</u> 0,5	Рассказ. Показ Практическое занятие	Соревнован ия
5.	Гиревое двоеборье. Техника выполнения рывка. Техника выполнения толчка. Тактика выполнения рывка. Тактика выполнения толчка.	<u>1</u> 0,25 0,25 0,25 0,25		<u>1</u> 0,25 0,25 0,25 0,25	Рассказ. Показ. Практическое занятие	Соревнован ия
Традиционные виды казачьих боевых единоборств		53				
1.	Фланкировка с холодным оружием. Отработка приёмов в стандартных ситуациях с противником (с холодным и огнестрельным оружием).	13	<u>4</u> 2 2	<u>9</u> 4 5	Рассказ. Показ. Практическое занятие	Тестирован ие
2.	Борьба на «ломках»-поясная. «Кулачки» Бой «сам на сам». Борьба за вороток. Казачий рукопашный бой.	<u>40</u> 10 10 10 10	<u>4</u> 1 1 1 1	<u>36</u> 9 9 9 9	Рассказ. Показ. Практическое занятие	Соревнован ия
Шермиция		20				
1.	Смысловая идея композиции. Отдельные упражнения и композиции с холодным оружием.	10 10	<u>2</u> 1 1	<u>18</u> 9 9	Рассказ. Показ. Практическое занятие	Соревнован ия
Всего часов:		144	47,5	96,5		

Содержание программы 1-го года обучения

I. История казачества России и Дона.

- История Донского казачества – часть истории Отечества. Участие казаков в усилении роли и защите рубежей России. Дон в середине века. Первые атаманы. Возникновение казачества. Быт казачества. Донские казаки в XVI веке;
- Донское казачество в XVII веке. Донское казачество в смутное время. Азовское осадное сидение. Участие донских казаков в войнах России XVII века. Донские казаки в крестьянской войне Степана Разина;
- Донское казачество в XVIII веке. Донские казаки в восстании К. Булавина. Донские бунтари или борьба за свободу;
- Донское казачество в конце XVIII века. Социально-экономическая обстановка в Войске Донском. Участие казаков в войнах России XIX века;

II. Строевая и казачья подготовка.

- Ознакомление с общими положениями строевого устава ВС РФ. Обязанности командиров и военнослужащих перед построением и в строю.
- Строевая стойка. Повороты на месте. Движение. Шаг ноги.
- Повороты и движение. Положение рук, туловища, ног при движении и поворотах.
- Развернутый строй отделения, порядок построения. Походный строй отделения, порядок построения и перестроения.
- Фехтование на пиках.
- Рубка лозы и бутылок.
- Фехтование на пиках.

III. Огневая подготовка.

- Ознакомление с явлением выстрела с оружия. Траектория полета пули, её элементы, действующие силы. Влияние различных факторов на полет пули.
- Изготовка для стрельбы из пневматической винтовки сидя. Ровная мушка, задержка дыхания. Наводка винтовки.
- Стрельба по экрану. Ознакомление с привыканием к явлению выстрела. Выдерживание ровной мушки. Дыхание. Усилия для спуска курка.
- Стрельба на кучность. Выдерживание ровной мушки. Дыхание. Удерживание ровной мушки при выстреле. Отработка однообразных действий.
- Стрельба на кучность и результат. Отработка однообразных действий. Внесение поправок на прицеливание. Определение СТП.
- Изготовка к стрельбе из пневматической винтовки лежа. Прицеливание. Спуск. Стрельба без патрона.
- Стрельба по экрану лежа. Контроль мушки в прорези прицела. Отработка стрельбы с просветом.

- Стрельба на кучность и результат лежа. Отработка однообразия изготовления, прицеливания, спуска. Исключение отрывов. Определение СТП и корректировки выстрела.
- Стрельба из пневматической винтовки стоя. Изготовка. Отработка устойчивого положения тела. Выдерживание ровной мушки.
- Стрельба по экрану стоя. Ровная мушка. Дыхание. Удерживание ровной мушки в момент выстрела.
- Стрельба на кучность и результат стоя. Однообразные действия при проведении выстрела. Изготовка. Дыхание. Удерживание ровной мушки при выстреле.
- Контрольная стрельба. Проверяется стрельба из пневматической винтовки из положения, лежа, сидя, стоя.

IV. Медицинская подготовка.

- Первая медицинская помощь при ранениях. Диагностика. Этапы оказания первой медицинской помощи. Правила наложения повязок, жгута. Кровотечения. Виды.
- Ушибы, виды, первая медицинская помощь. Тепловой удар. Симптомы. Первая медицинская помощь. Солнечный удар. Симптомы. Первая медицинская помощь.
- Инфекционные заболевания. Понятие. Причины. Механизмы передачи. Профилактика заболеваний.

V. Правила дорожного движения.

- Общее положение. Понятие и термины, используемые в ПДД.
- Обязанности пешеходов. Движение пешеходов в населенных пунктах и вне, переход проезжей части, движение организованных групп детей. Обязанности пассажиров.
- Сигналы светофора и регулировщика. Типы светофоров. Значение сигналов светофора и регулировщика.

VI. Обеспечение жизнедеятельности в экстремальных и чрезвычайных ситуациях.

- Подготовка и снаряжение. Планирование. Снаряжение. Комплект средств жизнеобеспечения.
- Организация стоянки. Разведение костра. Приготовление пищи. Узлы. Ловушки. Съедобная, несъедобная растительная пища.
- Ориентирование времени. Определение времени по солнцу. Определение времени по солнцу и компасу. Определение времени по созвездию Большая Медведица. Определение времени по луне и компасу.
- Ориентирование в пространстве. По компасу. По небесным светилам. По различным природным признакам.
- Первая медицинская помощь. Раны. Кровотечения. Наложение повязок. Использование подручных средств. Вывих. Переломы. Транспортировка.
- Передвижение на различной местности. Организация передвижения ночью. Преодоление различных препятствий.

- Переправа через водные преграды: вплавь, вброд, на средствах, сделанных из подручных материалов.

VII. Физическая и силовая подготовка.

- Прыжки в длину с места и с разбега. Бег на 100м. Челночный бег. Прыжки в высоту. Кросс 1 км.
- Футбол, н/теннис. Правила игры. Техника броска мяча, передачи и вождения. Игра.
- Волейбол. Правила игры. Техника приема мяча, передачи. Подача мяча. Блоки. Удары мячом. Игра.
- Гиревое двоеборье. Рывок, толчок. Понятия выполнения упражнений рывка и толчка.
- Настольный теннис. Правила игры. Одиночная игра.

VIII. Традиционные виды казачьих боевых единоборств.

- Военный быт Донских казаков. История казачьих видов боевых искусств. Шашка. Пика. Нагайка. Кинжал. Борьба. Кулачки. Стрельба из лука. Стрельба из оружия.
- Борьба у Донских казаков. Физическая подготовка. Выполнение разминки. Захваты. Подножки. Подсечки. Бросок через бедро, через плечо, через себя с подсадом. Борьба на «ручку», «поясная».
- Фланкировка с холодным оружием.
- Отработка приемов в стандартных ситуациях с противником (с холодным и огнестрельным оружием).

IX. Щермиция.

- Смысловая идея композиции.
- Отдельные упражнения и композиции с холодным оружием.

В процессе учебного года подростки объединения участвуют в мероприятиях, проводимых казачьим подростковым Центром. Летом они выезжают на неделю в военно-спортивный лагерь.

По прохождению 1-го года обучения воспитанники **должны знать:**

- Историю возникновения Донского казачества, его быт, культуру, первых атаманов, участие казаков в исторических этапах Российского государства 14-19 века.
- Обязанности и права кадет и военнослужащих.
- Общие положения и строевые приемы без оружия.
- Способы и порядок стрельбы из пневматической винтовки.
- Порядок оказания первой медицинской помощи при ранениях ушибах, при заболевании инфекционными болезнями.
- Правила дорожного движения для пешеходов
- Порядок обеспечения выживания в различных условиях.
- Технику прыжка в длину, бега на 100 метров, технику игры в футбол, волейбол, настольный теннис.
- Комплексы занятий на тренажерах.
- Приемы борьбы.
- Основы техники упражнений гиревого двоеборья.

Уметь:

- Выполнять строевые приемы без оружия.
- Стрелять из пневматической винтовки: лежа, с колена, стоя.
- Одевать и пользоваться индивидуальными средствами защиты.
- Накладывать повязки на раны, шины на травмы при переломах, транспортировать пострадавшего.
- Передвигаться по улицам, не нарушая правил дорожного движения.
- Технично прыгать в длину, бегать на короткие и длинные дистанции.
- Играть в футбол, н/теннис, волейбол.
- Заниматься в тренажерном зале, используя комплексы упражнений.
- Проводить броски, подножки, захваты во время борьбы.
- Показать и объяснить технику выполнения гиревого двоеборья: рывок, толчок.

4. Учебно-тематический план 2-го года обучения

№ п/п	Разделы. Темы занятий.	Количество часов			Формы организации занятий	Формы аттестации (контроля)
		Всего	Теория	Практика		
1	2	3	4	5	6	7
История казачества России и Дона		12				
1.	Донское казачество в середине XIX века. Власть и земля в середине XIX века. Быт и обряды Донского казачества XIX века. Крестьянское и декабристское движение на Дону. Донские казаки в войнах России в середине XIX века.	<u>4</u> 1 1 1	<u>4</u> 1 1 1		Рассказ	Тестирование

2.	Донское казачество во второй половине XIX века, в начале XX века. Проведение реформ на Дону. Социально-экономическое развитие Дона во второй половине XIX века – начале XX века. Донские казаки в Русско-турецкой войне 1877 – 1878 годов. Общественная и культурная жизнь на Дону в конце XIX века – начале XX века. Участие Донских казаков подавлении революции 1905-1907 годов. Религиозность казачества в конце XIX века – начале XX века.	<u>8</u> 2 1 1 1 1 2	<u>8</u> 2 1 1 1 1 2		Рассказ	Тестирование
Строевая и казачья подготовка		23				
1.	Строевые приемы без оружия. Строевая стойка. Повороты на месте.	<u>3</u> 3	<u>3</u> 3		Рассказ. Показ Практическое занятие	Зачёт
2.	Движение. Строевой шаг.	<u>3</u> 1 2	<u>3</u> 1 2		Показ. Практическое занятие	Зачёт
3.	Повороты и движение. Строевой шаг. Повороты в движении.	<u>5</u>	<u>5</u>		Рассказ. Показ Практическое занятие	Зачёт
4.	Строй отделения. Развернутый строй. Походный строй. Движение в составе отделения.	<u>2</u> 2	<u>2</u> 2		Рассказ. Показ. Практическое занятие	Зачёт
5.	Выполнение воинского приветствия. Одиночно. В строю на месте. При выполнении движения.	<u>1</u> 0,5 0,5	<u>1</u> 0,5 0,5		Рассказ. Показ. Практическое занятие	Зачёт
6.	Фехтование на шашках	<u>5</u> 2 3	<u>5</u> 2 3		Рассказ. Показ Практическое занятие	Соревнования
7.	Рубка лозы и бутылок	<u>4</u> 2	<u>4</u> 2		Практическое занятие	Соревнования
8.	Фехтование на пиках	<u>2</u>	<u>2</u>		Практическое	Соревнования
Огневая подготовка		29				

1.	Явление выстрела. Траектория полета пули и её элементы: Отдача. Полет пули в воздухе.	<u>1</u> 1	<u>1</u> 1		Беседа	Тестирова ние Тестирова ние
2.	Техника стрельбы из винтовки сидя Положение тела, рук, головы. Ровная мушка. Задержка дыхания. Наводка оружия.	<u>2</u> 1 1	<u>1</u> 1	<u>1</u> 1	Рассказ. Показ. Практическое занятие	Зачёт
3.	Тренировка в стрельбе по экрану. Усилия для спуска курка. Удерживание ройной мушки в момент выстрела.	<u>2</u> 1 1	<u>1</u> 1	<u>1</u> 1	Рассказ. Показ. Практическое занятие	Зачёт
4.	Тренировка в стрельбе на кучность. Прицеливание. Спуск курка. Дыхание. Отработка однообразных действий.	<u>4</u> 2 2	<u>2</u> 2	<u>2</u> 2	Рассказ. Показ. Практическое занятие	Зачёт
5.	Тренировка в стрельбе на кучность и результат. Внесение поправок на прицеливание. Изготовка для стрельбы. Стрельба на кучность. Стрельба на результат.	<u>4</u> 2 2	<u>2</u> 2	<u>2</u> 2	Рассказ. Показ. Практическое занятие	Зачёт
6.	Техника стрельбы из винтовки лежа. Изготовка к стрельбе. Прицеливание. Стрельба без патрона.	<u>2</u> 1 1	<u>1</u> 1	<u>1</u> 1	Рассказ. Показ. Практическое занятие	Зачёт
7.	Тренировка в стрельбе на кучность и результат. Стрельба на кучность. Стрельба на результат. Определение СТП. Исключение отрывов.	<u>6</u> 3 3		<u>6</u> 3 3	Рассказ. Показ. Практическое занятие	Зачёт
8.	Техника стрельбы из винтовки стоя. Изготовка. Отработка устойчивого положения тела. Стрельба без патронов.	<u>2</u> 1 1	<u>1</u> 1	<u>1</u> 1	Рассказ. Показ. Практическое занятие	Зачёт

9.	Тренировка в стрельбе по экрану. Ровная мушка. Дыхание. Удерживание ровной мушки в момент выстрела.	<u>2</u> 2	<u>1</u> 1	<u>1</u> 1	Рассказ. Показ. Практическое занятие	Зачёт
10.	Тренировка в стрельбе на кучность и результат с колена. Отработка однообразных действий. Введение поправок на прицеливание.	<u>2</u> 1 1	<u>1</u> 1	<u>1</u> 1	Рассказ. Показ. Практическое занятие	Зачёт
11.	Контрольная стрельба. Проверка уровня подготовки.	<u>2</u> 2	<u>1</u> 1	<u>1</u> 1	Практическое занятие	Зачёт
Медицинская подготовка		1				
1.	Первая медицинская помощь.	<u>1</u>	<u>1</u> 1		Беседа	Тестирование
Правила дорожного движения						
1.	Обязанности пешехода. Порядок движения. Пересечение проезжей части, перекрестков.	<u>1</u> 1	<u>1</u> 1		Беседа. Показ.	Тестирование
Обеспечение жизнедеятельности в экстремальных и чрезвычайных ситуациях						
1.	Подготовка и снаряжение. Проведение необходимых мероприятий. Экипировка. Снаряжение. Имущество.	<u>1</u> 1	<u>1</u> 1		Беседа	Тестирование
Физическая и силовая подготовка		13				
1.	Легкая атлетика. Прыжки в длину. Бег 100 м. Кросс 1 км. Прыжки в высоту.	<u>2</u> 1 1		<u>2</u> 1 1	Рассказ. Показ Практическое занятие	Зачёт
2.	Футбол. Броски. Передача мяча. Вожделение мяча. Правила игры.	<u>3</u> 1 1 1		<u>3</u> 1 1 1	Рассказ. Показ Практическое занятие	Соревнования
3.	Волейбол. Прием мяча. Передача мяча. Блоки. Правила игры, передвижение игроков по площадке.	<u>2</u> 1 1		<u>2</u> 1 1	Рассказ. Показ Практическое занятие	Соревнования
4.	Настольный теннис. Правила игры. Одиночная игра.	<u>3</u> 1 2	<u>1</u> 1	<u>2</u> 2	Рассказ. Показ Практическое занятие	Соревнования
5.	Гиревое двоеборье.	<u>3</u>		<u>3</u>	Рассказ.	

	Техника выполнения рывка. Техника выполнения толчка. Тактика выполнения рывка. Тактика выполнения толчка.	1 1 1 1		1 1 1	Показ. Практическое занятие	Соревнован ия
Традиционные виды казачьих боевых единоборств		68				
1.	Фланкировка с холодным оружием. Отработка приёмов в стандартных ситуациях с противником (с холодным и огнестрельным оружием).	<u>18</u>	<u>4</u> 2 2	<u>14</u> 4 10	Рассказ. Показ. Практическое занятие	Соревнован ия
2.	Борьба на «ломках»-поясная. «Кулачки» Бой «сам на сам». Борьба за вороток. Казачий рукопашный бой.	<u>50</u> 12 12 12 14	<u>4</u> 1 1 1 1	<u>46</u> 11 11 11 13	Рассказ. Показ. Практическое занятие	Соревнован ия
Шермиция		68				
1.	Смысловая идея композиции	<u>22</u> 12 10	<u>12</u> 12	<u>10</u> 10	Рассказ. Показ Практическое занятие	Соревнован ия
2.	Техника безопасности во время исполнения композиции	<u>9</u> 5 4	<u>5</u> 5	<u>4</u> 4	Рассказ. Показ Практическое занятие	Соревнован ия
3.	План формы композиции	<u>15</u> 2 13	<u>2</u> 2	<u>13</u> 13	Рассказ. Показ Практическое занятие	Соревнован ия
4.	Статика и динамика в шермиции	<u>22</u> 12 10	<u>12</u> 12	<u>10</u> 10	Показ. Практическое занятие	Соревнован ия
Итого часов:		216	70	146		

Содержание программы 2-го года обучения

I. История казачества России и Дона.

- Изучение истории Донского казачества в середине XIX века. Власть на Дону и земля. Быт и обряды Донских казаков. Участие казаков в политической деятельности России, в проводимых ею войнах;
- Социально-экономическое развитие на Дону во второй половине XIX века – начале XX века. Реформы на Дону. Участие казаков в Русско-Турецкой 1877-1878 годов и Русско-Японской 1904-1905 годов. Донские атаманы. Участие казаков в революции 1905-1907 года. религиозность казачества в конце XIX века – начале XX века;

II. Строевая и казачья подготовка.

- Ознакомление с общими положениями строевого устава ВС РФ. Обязанности командиров и военнослужащих перед построением и в строю.
- Строевая стойка. Повороты на месте. Движение. Шаг ноги.
- Повороты и движение. Положение рук, туловища, ног при движении и поворотах.
- Развернутый строй отделения, порядок построения. Походный строй отделения, порядок построения и перестроения.
- *Фехтование на шашках.*
- *Рубка лозы и бутылок.*
- *Фехтование на пиках*
Ознакомление с явлением выстрела с оружия. Траектория полета пули, её элементы, действующие силы. Влияние различных факторов на полет пули.
- Изготовка для стрельбы из пневматической винтовки сидя. Ровная мушка, задержка дыхания. Наводка винтовки.
- Стрельба по экрану. Ознакомление с привыканием к явлению выстрела. Выдерживание ровной мушки. Дыхание. Усилия для спуска курка.
- Стрельба на кучность. Выдерживание ровной мушки. Дыхание. Удерживание ровной мушки при выстреле. Отработка однообразных действий.
- Стрельба на кучность и результат. Отработка однообразных действий. Внесение поправок на прицеливание. Определение СТП.
- Изготовка к стрельбе из пневматической винтовки лежа. Прицеливание. Спуск. Стрельба без патрона.
- Стрельба по экрану лежа. Контроль мушки в прорези прицела. Отработка стрельбы с просветом.
- Стрельба на кучность и результат лежа. Отработка однообразия изготовки, прицеливания, спуска. Исключение отрывов. Определение СТП и корректировки выстрела.
- Стрельба из пневматической винтовки стоя. Изготовка. Отработка устойчивого положения тела. Выдерживание ровной мушки.
- Стрельба по экрану стоя. Ровная мушка. Дыхание. Удерживание ровной мушки в момент выстрела.
- Стрельба на кучность и результат стоя. Однообразные действия при проведении выстрела. Изготовка. Дыхание. Удерживание ровной мушки при выстреле.
- Контрольная стрельба. Проверяется стрельба из пневматической винтовки из положения, лежа, сидя, стоя.

III. Медицинская подготовка.

- Первая медицинская помощь при ранениях. Диагностика. Этапы оказания первой медицинской помощи. Правила наложения повязок, жгута. Кровотечения. Виды.

- Ушибы, виды, первая медицинская помощь. Тепловой удар. Симптомы. Первая медицинская помощь. Солнечный удар. Симптомы. Первая медицинская помощь.
- Инфекционные заболевания. Понятие. Причины. Механизмы передачи. Профилактика заболеваний.

IV. Правила дорожного движения.

- Общее положение. Понятие и термины, используемые в ПДД.
- Обязанности пешеходов. Движение пешеходов в населенных пунктах и вне, переход проезжей части, движение организованных групп детей. Обязанности пассажиров.
- Сигналы светофора и регулировщика. Типы светофоров. Значение сигналов светофора и регулировщика.

V. Обеспечение жизнедеятельности в экстремальных и чрезвычайных ситуациях.

- Подготовка и снаряжение. Планирование. Снаряжение. Комплект средств жизнеобеспечения.
- Организация стоянки. Разведение костра. Приготовление пищи. Узлы. Ловушки. Съедобная, несъедобная растительная пища.
- Ориентирование времени. Определение времени по солнцу. Определение времени по солнцу и компасу. Определение времени по созвездию Большая Медведица. Определение времени по луне и компасу.
- Ориентирование в пространстве. По компасу. По небесным светилам. По различным природным признакам.
- Первая медицинская помощь. Раны. Кровотечения. Наложение повязок. Использование подручных средств. Вывих. Переломы. Транспортировка.
- Передвижение на различной местности. Организация передвижения ночью. Преодоление различных препятствий.
- Переправа через водные преграды: вплавь, вброд, на средствах, сделанных из подручных материалов.

VI. Физическая и силовая подготовка.

- Прыжки в длину с места и с разбега. Бег на 100м. Челночный бег. Прыжки в высоту. Кросс 1 км.
- Футбол, н/теннис. Правила игры. Техника броска мяча, передачи и вожделения. Игра.
- Волейбол. Правила игры. Техника приема мяча, передачи. Подача мяча. Блоки. Удары мячом. Игра.
- Гиревое двоеборье. Рывок, толчок. Понятия выполнения упражнений рывка и толчка.
- Настольный теннис. Правила игры. Одиночная игра.

Традиционные виды казачьих боевых единоборств.

- Военный быт Донских казаков. История казачьих видов боевых искусств. Шашка. Пика. Нагайка. Кинжал. Борьба. Кулачки. Стрельба из лука. Стрельба из оружия.

- Борьба у Донских казаков. Физическая подготовка. Выполнение разминки. Захваты. Подножки. Подсечки. Бросок через бедро, через плечо, через себя с подсадом. Борьба на «ручку», «поясная».
- Фланкировка с холодным оружием.
- Отработка приемов в стандартных ситуациях с противником (с холодным и огнестрельным оружием).

VII. Щермиция.

- Смысловая идея композиции.
- Отдельные упражнения и композиции с холодным оружием.
- Техника безопасности во время исполнения композиции.
- План формы композиции.
- Статика и динамика в щермиции.

В процессе учебного года подростки объединения принимают участие в мероприятиях проводимых Центром и отделом образования. Проводится подготовка и участие в соревнованиях по военно-прикладным видам спорта, в конкурсе «Безопасное колесо», соревнованиях «Школа безопасности», «Зарница» летом подростки выезжают на неделю в военно-спортивный лагерь.

В конце 2-го года обучения **должны знать:**

- историю Донского казачества в период с 19 по начало 20 века;
- порядок взаимоотношения между кадетами и военнослужащими. Организацию внутреннего порядка;
- строевые приемы в составе подразделения без оружия;
- устройство малокалиберной винтовки ТОЗ-8, ТОЗ-12, порядок стрельбы;
- порядок оказания первой медицинской помощи при растяжениях, вывихах, пневмотораксе, при ожогах;
- дополнительные требования к пешеходам, велосипедистам;
- действия при природных катастрофах, порядок ориентирования, организации переправ и стоянки для отдыха;
- технику метания гранаты, прыжки в высоту;
- правила игры в футбол, н/теннис, волейбол;
- комплексы упражнений для занятий на тренажерах;
- технику традиционных казачьих боевых единоборств;
- передвижения и удары в кулачном бою;
- фехтование пикой, кинжалом, шашкой, нагайкой;
- Технику выполнения по гиревому спорту: рывок, толчок.

Уметь:

- Выполнять строевые приемы в составе подразделения;
- Стрелять из малокалиберной винтовки;
- Оказывать первую медицинскую помощь при пневмотораксе и ожогах;
- Выживать при природных катастрофах;
- Метать гранату, прыгать в высоту;
- Выполнять защиту, удары руками в традиционных казачьих боевых единоборствах;
- Выполнять приемы защиты и ударов в кулачном бою руками и ногами;
- Выполнять броски, подножки, захват во время борьбы;
- Выполнять приемы защиты и уколов пикой.

**5. Учебно-тематический план
3-го года обучения**

№ п/п	Разделы. Темы занятий.	Количество часов			Формы организации занятий	Формы аттестации (контроля)
		Всего	Теория	Практика		
1	2	3	4	5	6	7
История казачества России и Дона		6				
1.	Донское казачество в годы I-ой мировой войны, революции и гражданской войны. Экономическое и политическое развитие Донского края в начале XX века. Донское казачество в I-ой мировой войне. Донское казачество во время революции 1917 года. Гражданская война на Дону. Донское казачество после гражданской войны .	<u>3</u> 1 1 1	<u>3</u> 1 1 1		Рассказ	Тестирова ние
2.	Донское казачество при Советской власти. Возрождение казачества. Советская власть и казачество в 1921-1941 годах. Участие Донского казачества в великой Отечественной войне 1941-1945 годов. Донской край во второй половине XX века.	<u>3</u> 1 1 1	<u>3</u> 1 1 1		Рассказ	Тестирование
Строевая и казачья подготовка		22				
1.	Строевые приемы без оружия. Строевая стойка. Повороты на месте.	<u>4</u> 4	<u>4</u> 4		Рассказ. Показ.	Тестирова ние
2.	Движение. Строевой шаг.	<u>3</u> 1 2		<u>3</u> 1 2	Рассказ. Показ Практическое занятие	Зачёт
3.	Повороты и движение. Строевой шаг. Повороты в движении.	<u>5</u>		<u>5</u>	Рассказ. Показ Практическое занятие	Зачёт
4.	Строй отделения. Развернутый строй. Походный	<u>2</u> 2		<u>2</u> 2	Рассказ. Показ Практическое	Зачёт

	строй. Движение в составе отделения.				занятие	
5.	Выполнение воинского приветствия. Одиночно. В строю на месте. При выполнении движения.	<u>1</u> 0,5 0,5		<u>1</u> 0,5 0,5	Рассказ. Показ. Практическое занятие	Зачёт
6.	Фехтование на шашках	<u>3</u> 3		<u>3</u> 3	Практическое занятие	Соревнования
7.	Рубка лозы и бутылок. Фехтование на пиках.	<u>4</u> 2 2		<u>4</u> 2 2	Рассказ. Показ Практическое занятие	Соревнования
Огневая подготовка		37				
1.	Теория стрельбы. Явление выстрела, отдача. Построение траектории. Устройство патрона. Прицельные приспособления.	<u>1</u> 1		<u>1</u> 1	Рассказ. Показ. Практическое занятие	Тестирование
2.	Устройство спортивного оружия ТОЗ-8, ТОЗ-12. Малокалиберная винтовка ТОЗ-8, ТОЗ-12.назначение, правила обращения. Уход и сбережение.	<u>1</u> 1		<u>1</u> 1	Рассказ Показ. Практическое занятие	Тестирование
3.	Техника стрельбы, лежа с применением оружейного ремня. Изготовка. Наведение оружия, прицеливание, согласованность спуска и прицеливания.	<u>4</u> 4		<u>4</u> 4	Рассказ. Показ. Практическое занятие	Зачёт
4.	Тренировка в стрельбе по белому листу. Изготовка. Стрельба с отработкой элементов прицеливания, проведения выстрела и удерживание ровной мушки.	<u>2</u> 2		<u>2</u> 2	Рассказ Показ. Практическое занятие	Зачёт
5.	Тренировка в стрельбе на кучность. Отработка однообразия прицеливания.	<u>4</u> 4		<u>4</u> 4	Рассказ. Показ Практическое занятие	Зачёт
6.	Тренировка в стрельбе на совмещение СТП. Совмещение средней точки попадания отстреливаемых серий	<u>3</u> 3		<u>3</u> 3	Рассказ. Показ. Практическое занятие	Зачёт
7.	Тренировка в стрельбе по мишени на результат. Внесение корректировки в	<u>3</u> 3		<u>3</u> 3	Рассказ. Показ. Практическое	Зачёт

	отстреливаемые серии с определением СТП.				занятие	
8.	Контрольная стрельба. Серия пристрелочных и зачетных выстрелов на результат.	<u>2</u> 2		<u>2</u> 2	Показ. Практическое занятие	Зачёт
9.	Техника стрельбы стоя. Изготовка. Наведение оружия. Прицеливание, дыхание. Спуск курка.	<u>2</u> 2		<u>2</u> 2	Рассказ. Показ. Практическое занятие	Зачёт
10	Тренировка в стрельбе по белому листу. Отработка изготовки, прицеливания и выдерживание ровной мушки.	<u>1</u> 1		<u>1</u> 1	Рассказ. Показ. Практическое занятие	Зачёт
11	Тренировка в стрельбе на кучность. Отработка однообразия прицеливания.	<u>2</u> 2		<u>2</u> 2	Рассказ. Показ. Практическое занятие	Зачёт
12	Тренировка в стрельбе на совмещение СТП. Совмещение средней точки попаданий, отстреливаемых серий.	<u>1</u> 1		<u>1</u> 1	Рассказ. Показ. Практическое занятие	Зачёт
13	Тренировка в стрельбе на результат. Внесение поправок в отстреливаемые серии с определением СТП.	<u>2</u> 2		<u>2</u> 2	Рассказ. Показ. Практическое занятие	Зачёт
14	Техника стрельбы с колена. Изготовка. Наведение. Прицеливание, спуск крючка.	<u>1</u> 1		<u>1</u> 1	Рассказ. Показ. Практическое занятие	Зачёт
15	Тренировка в стрельбе по белому листу. Изготовка. Выдерживание ровной мушки.	<u>1</u> 1		<u>1</u> 1	Рассказ. Показ. Практическое занятие	Зачёт
16	Тренировка в стрельбе на кучность. Отработка однообразия прицеливания.	<u>2</u> 2		<u>2</u> 2	Рассказ. Показ. Практическое занятие	Зачёт
17	Тренировка в стрельбе на совмещение СТП. Внесение поправок в отстреливаемые серии с определением СТП.	<u>1</u> 1		<u>1</u> 1	Рассказ. Показ. Практическое занятие	Зачёт
18	Тренировка в стрельбе на	<u>2</u>		<u>2</u>		

	результат. Определение СТП в серии выстрелов, внесение поправок для стрельбы.	2		2	Рассказ. Показ. Практическое занятие	Зачёт
19	Контрольная стрельба. Серия пристрелочных и зачетных выстрелов на результат.	<u>2</u> 2		<u>2</u> 2	Рассказ. Показ. Практическое занятие	Зачёт
Медицинская подготовка		4				
1.	Первая медицинская помощь. Диагностика повреждения органов брюшной полости. Виды. Оказание помощи.	<u>4</u> 1		<u>4</u> 1	Рассказ. Показ. Практическое занятие	Тестирование
2.	Переломы костей, виды. Оказание помощи. Транспортировка. Травматический шок. Виды. Оказание помощи. Транспортировка. Острая сердечная недостаточность. Инсульт. Оказание помощи.	1 1 1		1 1 1	Рассказ. Показ. Практическое занятие	Тестирование
Правила дорожного движения		5				
1.	Дополнительные требования к пешеходу, велосипедисту, мопедисту, к движению гужевых повозок, а так же к погону животных. Дополнительные требования к участникам движения. Пешеходные переходы и места остановки маршрутных транспортных средств. Перевозка людей.	<u>1</u> 1	<u>1</u> 1		Рассказ	Тестирование
2.	Дорожные знаки. Предупреждающие знаки. Запрещающие знаки. Знаки приоритета. Предписывающие знаки. Информационно-указательные знаки. Знаки сервиса. Знаки дополнительной информации. Дорожная разметка.	<u>1</u> 1	<u>1</u> 1		Рассказ	Тестирование

3.	Средства регулирования дорожного движения. Технические средства. Регулировщик. Оповестительные знаки транспортных средств.	<u>3</u> 3	<u>3</u> 3		Рассказ	Тестирование
Обеспечение жизнедеятельности в экстремальных и чрезвычайных ситуациях.		16				
1.	Ориентирование во времени. По движению звезд. По птицам и растениям.	<u>1</u> 1	<u>1</u> 1		Рассказ	Тестирование
2.	Ориентирование в пространстве. По природным признакам. Определение направления движения и выдерживания направления.	<u>2</u> 2		<u>2</u> 2	Рассказ. Показ. Практическое занятие	Тестирование
3.	Организация переправ через водные преграды. С помощью подручных средств и материалов.	<u>2</u> 2		<u>2</u> 2	Рассказ. Показ. Практическое занятие	Тестирование
4.	Ориентирование в лесной местности. По природным признакам. Ориентирование в изменениях погоды.	<u>2</u> 2		<u>2</u> 2	Рассказ. Показ. Практическое занятие	Тестирование
5.	Определение погоды по природным признакам. Насекомые и растения. Птицам. Рыбам. Животным.	<u>1</u> 1	<u>1</u> 1		Рассказ. Показ. Практическое занятие	Тестирование
6.	Определение погоды по внешним признакам: облакам, солнцу, звездам, ветру.	<u>1</u> 1	<u>1</u> 1		Рассказ. Показ Практическое занятие	Тестирование
7.	Передвижение в болотистой местности. Наведение переправ. Выживание.	<u>2</u> 2	<u>1</u> 1	<u>1</u> 1	Рассказ. Показ Практическое занятие	Тестирование
8.	Организация наведения переправ. В лесной местности. В горной местности. Меры безопасности.	<u>5</u> 5		<u>5</u> 5	Рассказ. Показ. Практическое занятие	Тестирование
Физическая и силовая подготовка		5				
1.	Легкая атлетика. Толкание ядра. Бег на 100 м. Метание гранаты. Кросс 2 км.	<u>1</u> 1		<u>1</u> 1	Рассказ. Показ Практическое занятие	Зачёт
2.	Гиревое двоеборье. Рывок, толчок.	<u>1</u> 1		<u>1</u> 1	Практическое занятие	Соревнования

3.	Н/теннис. Одиночная и парная игра.	<u>1</u> 1		<u>1</u> 1	Практическое занятие	Соревнова ния
4.	Футбол. Игра.	<u>1</u> 1		<u>1</u> 1	Практическое занятие	Соревнова ния
5.	Волейбол.	<u>1</u> 1		<u>1</u> 1	Практическое занятие	Соревнова ния
Традиционные виды казачьих боевых единоборств.		60				
1.	Фланкировка с холодным оружием. Отработка приёмов в стандартных ситуациях с противником (с холодным и огнестрельным оружием).	<u>10</u>	<u>4</u> 2 2	<u>6</u> 1 5	Рассказ. Показ. Практическое занятие	Соревнова ния
2.	Борьба на «ломках» - поясная. «Кулачки» Бой «сам на сам» . Борьба за вороток . Казачий рукопашный бой.	<u>50</u> 12 12 12 14	<u>4</u> 1 1 1 1	<u>46</u> 11 11 11 13	Рассказ. Показ. Практическое занятие	Соревнова ния
Шермиция		61				
1.	Смысловая идея композиции	<u>20</u> 8 12	<u>8</u> 8	<u>12</u> 12	Рассказ.Пока Практическо занятие	Соревнова ния
2.	Техника безопасности во время исполнения композиции	<u>4</u> 2 2	<u>2</u> 2	<u>2</u> 2	Рассказ. Показ Практическое занятие	Соревнова ния
3.	План формы композиции	<u>15</u> 2 13	<u>2</u> 2	<u>13</u> 13	Рассказ. Показ Практическое занятие	Соревнован ия
4.	Статика и динамика в шермиции	<u>22</u> 12 10	<u>2</u> 12	<u>10</u> 10	Рассказ. Показ Практическое занятие	Соревнован ия
Итого часов:		216	51	165		

Содержание программы 3-го года обучения

I. История казачества России и Дона.

- Экономическое и политическое развитие Донского края в начале XX века.
- Донское казачество в I-ой мировой войне.
- Донское казачество во время февральской и октябрьской революции 1917 года.
- Гражданская война на Дону. Участие казаков в войне. Разделение казаков на двух непримиримых врагов. Эмиграция казаков за границу.

- После гражданской войны. Установление Советской власти на Дону.
- Советская власть и казачество в 1921-1941 году. Репрессии против казаков.
- Участие Донского казачества в Великой Отечественной войне 1941-1945 годов.
- Донской край во второй половине XX века.

II. Строевая и казачья подготовка.

- Строевые приемы и движения без оружия. Строевая стойка. Повороты на месте. Приемы выполнения. Движения. Шагом. Бегом. Строевой шаг. Походный шаг. Подаваемые команды.
- Повороты и движения. Подаваемые команды. Порядок выполнения поворотов. Строевой шаг частота шага. Походный шаг.
- Строи отделения. Развернутый строй, одно-шереножный, двух шереножный . порядок выполнения команд. Размыкание и смыкание отделения. Перестроение отделения. Походный строй. Порядок перестроений.
- Выполнение воинского приветствия в строю на месте и в движении. Порядок выполнения приветствия с оружием и без оружия.
- Строевые приемы и движения с оружием. Строевая стойка с оружием. Выполнение приемов с оружием на месте. Повороты и движения с оружием.
Развернутый строй отделения, порядок построения. Походный строй отделения, порядок построения и перестроения.
- Фехтование на шашках.
- Рубка лозы и бутылок.
- Фехтование на пиках.

III. Огневая подготовка.

- Теория стрельбы. Явление выстрела, отдача. Построение траектории полета пули. Устройство патрона. Прицельные приспособления. Диоптрический прицел.
- Малокалиберная винтовка ТОЗ-8, ТОЗ-12. устройство ТТД. Правила сборки и разборки винтовки. Меры безопасности при обращении с оружием. Уход и сбережение.
- Техника стрельбы лежа с применением оружейного ремня. Изготовка. Наведение оружия, прицеливание. введение поправок прицеливания изменением положения корпуса. Согласованность спуска курка и выдерживания ровной мушки.
- Тренировка в стрельбе по белому листу. Изготовка. Отработка элементов прицеливания и выдерживания ровной мушки в момент выстрела.
- Тренировка в стрельбе на кучность. Отработка однообразия прицеливания и проведения выстрела.
- Тренировка в стрельбе на совмещение СТП. Определение СТП в отстреливаемой серии.

- Тренировка в стрельбе лежа на результат. Внесение поправки на прицеливание в отстреливаемые серии.
- Контрольная стрельба лежа. Серия пристрелочных и зачетных выстрелов на результат.
- Техника стрельбы стоя. Изготовка. Прицеливание. Выдерживание ровной мушки. В момент выстрела.
- Тренировка в стрельбе по белому листу. Отработка прицеливания с просветом под мишень. Выдерживание ровной мушки.
- Тренировка в стрельбе на кучность. Отработка однообразия прицеливания и выдерживания ровной мушки при выстреле.
- Тренировка в стрельбе на совмещение СТП. Определение СТП в отстреливаемой серии.
- Тренировка в стрельбе на результат. Внесение поправки на прицеливание в отслеживаемые серии.
- Техника стрельбы с колена. Изготовка. Прицеливание выдерживания ровной мушки в момент выстрела.
- Тренировка в стрельбе по белому листу. Отработка прицеливания, с просветом под мишенью. Выдерживание ровной мушки.
- Тренировка в стрельбе на кучность. Отработка однообразия прицеливания и выдерживания ровной мушки.
- Тренировка на совмещение СТП. Определение СТП в отстреливаемых сериях.
- Тренировка в стрельбе на результат с колена. Внесение поправки на прицеливание в отстреливаемых сериях.
- Контрольная стрельба лежа, стоя, с колена. Серия пристрелочных и зачетных выстрелов на результат.

IV. Медицинская подготовка.

- Первая медицинская помощь при повреждении органов брюшной полости. Порядок транспортировки..
- Первая медицинская помощь при переломе костей. Виды. Наложение шин. Транспортировка.
- Первая медицинская помощь при травматическом шоке. Виды травматического шока. Транспортировка.
- Первая медицинская помощь при сердечной недостаточности. Инсульт. Транспортировка.

V. Правила дорожного движения.

- Проезд перекрестков. Регулируемые перекрестки. Не регулируемые перекрестки. Перекрестки равнозначных и неравнозначных дорог.
- Движение в жилых зонах. Сигналы светофора и регулировщика. Значение сигналов светофора. Виды светофоров. Значение сигналов регулировщика. Дополнительные требования к движению велосипедов, мопедов, гужевых повозок, а так же прогону животных.
- Предупреждающие знаки. Знаки приоритета. Запрещающие знаки. Предписывающие знаки. Информационно-указательные знаки. Знаки сервиса. Знаки дополнительной информации. Дорожная разметка.

VI. Обеспечение жизнедеятельности в экстремальных и чрезвычайных ситуациях.

- Ориентирование во времени. По движению звезд. По птицам и растениям. Определение времени по созвездию Большой Медведицы. Примерные часы пробуждения некоторых птиц. Свойства растений: открываться и закрываться.
- Ориентирование в пространстве по природным признакам. Расположение растений в зависимости от сторон света. Поведение растений в зависимости от природных признаков и времени. Зависимость ландшафта местности от природных признаков. Движение по магнитному азимуту. Порядок выполнения движения. Оказание помощи в выдерживании направления по природным признакам. Преодоление водных преград с помощью подручных средств. Использование бревен, строительных материалов, плащ-палаток, одежды, канатов.
- Ориентирование в лесу. Использование наблюдения за развитием растительного мира, животных для ориентирования. Особенности определения своего места положения в лесной местности. Зависимость поведения растений и животных, а так же насекомых от изменений погоды.
- Определение погоды по поведению некоторых насекомых и растений. Составление кратковременных прогнозов по поведению насекомых и растений. Определение погоды по поведению птиц, рыб и животных.
- Определение погоды по облакам, солнцу, звездам, ветру. Составление прогноза погоды.
- Передвижение в болотистой местности. Снаряжение. Ориентирование. Порядок преодоления преград с использованием подручных средств.
- Наведение переправ в лесной и горной местности. Использование канатов, подручных средств для наведения переправ. Порядок преодоления препятствий, страховка. Вязание узлов. Крепление переправ к стволам деревьев к грунту.

VII. Физическая и силовая подготовка.

- Прыжки в длину с места и с разбега. Бег на 100м. Челночный бег. Прыжки в высоту. Кросс 1 км.
- Футбол, н/теннис. Правила игры. Техника броска мяча, передачи и вождения. Игра.
- Волейбол. Правила игры. Техника приема мяча, передачи. Подача мяча. Блоки. Удары мячом. Игра.
- Гиревое двоеборье. Рывок, толчок. Понятия выполнения упражнений рывка и толчка.
- Настольный теннис. Правила игры. Одиночная игра.

VIII. Традиционные виды казачьих боевых единоборств.

- Военный быт Донских казаков. История казачьих видов боевых искусств. Шашка. Пика. Нагайка. Кинжал. Борьба. Кулачки. Стрельба из лука. Стрельба из оружия.

- Борьба у Донских казаков. Физическая подготовка. Выполнение разминки. Захваты. Подножки. Подсечки. Бросок через бедро, через плечо, через себя с подсадом. Борьба на «ручку», «поясная».
- Фланкировка с холодным оружием.
- Отработка приемов в стандартных ситуациях с противником (с холодным и огнестрельным оружием).

IX. Щермиция.

- Смысловая идея композиции.
- Отдельные упражнения и композиции с холодным оружием.
- Техника безопасности во время исполнения композиции.
- План формы композиции.
- Статика и динамика в щермиции

В процессе учебного года подростки принимают участие в соревнованиях по военно-прикладным видам спорта и казачьим видам боевых единоборств. Подростки объединений участвуют в соревнованиях по пулевой стрельбе из пневматической винтовки, со сдачей на разряд, а так же в соревнованиях «Безопасное колесо», «Школа безопасности», «Орленок». Летом на неделю выезжают в военно-спортивный лагерь.

В конце 3-го года обучения **должны знать:**

- О казачестве в годы первой мировой войны, Великой Отечественной войны и в половине 20 века.
- О воинской вежливости и взаимоотношениях военнослужащих и кадет.
- Строевые приемы с оружием.
- Порядок подготовки к сдаче на разряд по стрельбе из пневматической винтовки.
- Порядок оказания медицинской помощи при ранении в брюшную полость, травматическом шоке, при сердечной недостаточности.
- Правила дорожного движения.
- Правила игры в футбол, н/теннис, волейбол.
- Комплекс упражнений с 16 килограммовой гирей.
- Технические приемы традиционных боевых казачьих единоборств.
- Фехтование пикой, кинжалом, шашкой, нагайкой.
- Техника выполнения упражнений гиревого двоеборья: рывок, толчок.

Уметь:

- Использовать дисциплину и вежливое поведение, вести себя тактично в зависимости от обстановки.
- Выполнять строевые приемы с оружием.
- Выполнять стрельбу из пневматической винтовки на разряд.
- Накладывать повязки при ранении в брюшную полость, выполнять искусственное дыхание.
- Двигаться по компасу.
- Играть в футбол, н/теннис, волейбол.
- Выполнять комплекс упражнений с 16 килограммовой гирей.
- Выполнять приемы защиты от нападения.

- Выполнять защиту и удары шашкой, нагайкой, пикой, кинжалом.
- Технику выполнения упражнений гиревого двоеборья: рывок, толчок.

**6. Учебно-тематический план
4-го года обучения**

№ п/п	Разделы. Темы занятий.	Количество часов			Формы организации занятий	Формы аттестации (контроля)
		Всего	Теория	Практика		
1	2	3	4	5	6	7
Строевая и казачья подготовка		14				
1.	Строевые приемы и движения без оружия. Повороты на месте, движении, повороты в движении.	<u>1</u> 1		<u>1</u> 1	Рассказ. Показ. Практическое занятие	Зачёт
2.	Строй отделения. Походный строй. Порядок приветствия. Развернутый строй. Одно - шеренговый и двух шеренговый.	<u>2</u> 1 1		<u>2</u> 1 1	Рассказ. Показ. Практическое занятие	Зачёт
3.	Строевые приемы и движение с оружием. Выполнение приемов с оружием на месте. Повороты и движение с оружием.	<u>1</u> 1		<u>1</u> 1	Рассказ. Показ. Практическое занятие	Зачёт
4.	Строй отделения на машинах. Общие положения. Порядок посадки и высадки с машины.	<u>1</u> 1		<u>1</u> 1	Рассказ Показ Практическое занятие	Зачёт
5.	Способы передвижения личного состава в бою. Приемы «К бою», «Встать». Перебежки и переползания. Действия личного состава при внезапном нападении противника.	<u>2</u> 2		<u>2</u> 2	Рассказ. Показ. Практическое занятие	Зачёт
6.	Фехтование на шашках	<u>2</u> 2		<u>2</u> 2	Практическое занятие	Соревнования
7.	Рубка лозы и бутылок	<u>3</u> 3		<u>3</u> 3	Практическое занятие	Соревнования
8.	Фехтование на пиках	<u>2</u> 2		<u>2</u> 2	Практическое занятие	Соревнования
Огневая подготовка		37				

1.	Техника стрельбы лежа. Изготовка. Наведение ровной мушки. Согласованность спуска и прицеливания.	<u>1</u> 1		<u>1</u> 1	Практическое занятие	Зачёт
2.	Тренировка стрельбы по экрану. Отработка элементов прицеливания и согласованного нажатия на спусковой крючок.	<u>1</u> 1		<u>1</u> 1	Рассказ. Показ. Практическое занятие	Зачёт
3.	Тренировка стрельбы на кучность. Отработка однообразия прицеливания и удерживания ровной мушки в момент выстрела.	<u>2</u> 2		<u>2</u> 2	Рассказ. Показ. Практическое занятие	Зачёт
4.	Тренировка в стрельбе на совмещение СТП. Совмещение СТП, отстреливаемых серий.	<u>1</u> 1		<u>1</u> 1	Рассказ. Показ. Практическое занятие	Зачёт
5.	Тренировка на результат. Внесение поправок в отстреливаемые серии.	<u>3</u> 3		<u>3</u> 3	Рассказ. Показ Практическое занятие	Зачёт
6.	Приемы и правила стрельбы с колена. Изготовка. Выдерживание ровной мушки в момент выстрела.	<u>1</u> 1		<u>1</u> 1	Рассказ. Показ Практическое занятие	Зачёт
7.	Тренировка в стрельбе по экрану. Отработка элементов пристреливания и согласованного нажатия на спусковой крючок.	<u>1</u> 1		<u>1</u> 1	Рассказ. Показ. Практическое занятие	Зачёт
8.	Тренировка в стрельбе на кучность. Отработка однообразия прицеливания и удержания ровной мушки в момент выстрела.	<u>2</u> 2		<u>2</u> 2	Рассказ. Показ. Практическое занятие	Зачёт
9.	Тренировка в стрельбе на совмещение СТП. Совмещение СТП, отстреливаемых серий.	<u>1</u> 1		<u>1</u> 1	Рассказ. Показ. Практическое занятие	Зачёт
10.	Тренировка на результат. Внесение поправок в отстреливаемые серии.	<u>4</u> 4		<u>4</u> 4	Рассказ Показ. Практическое занятие	Зачёт
11.	Приемы и правила стрельбы	<u>1</u>		<u>1</u>	Рассказ.	

	стоя. Изготовка. Прицеливание. Выдерживание ровной мушки в момент выстрела.	1		1	Показ. Практическое занятие	Зачёт
12.	Тренировка в стрельбе по экрану. Отработка элементов прицеливания и согласованного нажатия на спусковой крючок.	<u>1</u> 1		<u>1</u> 1	Рассказ. Показ. Практическое занятие	Зачёт
13.	Тренировка в стрельбе на кучность. Отработка однообразия прицеливания и удержания ровной мушки в момент выстрела.	<u>2</u> 2		<u>2</u> 2	Рассказ. Показ. Практическое занятие	Зачёт
14.	Тренировка в стрельбе на совмещение СТП. Совмещение СТП, отстреливаемых серий.	<u>1</u> 1		<u>1</u> 1	Рассказ. Показ. Практическое занятие	Зачёт
15.	Тренировка на результат. Внесение поправок в отстреливаемые серии.	<u>1</u> 1		<u>1</u> 1	Рассказ Показ. Практическое занятие	Зачёт
16.	Прицелы и правила стрельбы из пневматического пистолета.	<u>1</u> 1		<u>1</u> 1	Практическое занятие	Зачёт
17.	Тренировка в стрельбе по экрану. Отработка элементов прицеливания и согласованного нажатия на спусковой крючок.	<u>1</u> 1		<u>1</u> 1	Рассказ. Показ. Практическое занятие	Зачёт
18.	Тренировка в стрельбе на кучность. Отработка однообразия прицеливания и удержания ровной мушки в момент выстрела.	<u>4</u> 4		<u>4</u> 4	Рассказ. Показ. Практическое занятие	Зачёт
19.	Тренировка на совмещение СТП. Совмещение СТП, отстреливаемых серий.	<u>2</u> 2		<u>2</u> 2	Рассказ. Показ. Практическое занятие	Зачёт
20.	Тренировка на результат. Внесение поправок в отстреливаемые серии.	<u>4</u> 4		<u>4</u> 4	Рассказ Показ. Практическое занятие	Зачёт
21.	Контрольная стрельба. Серия пристрелочных и зачетных выстрелов на результат.	<u>2</u> 2		<u>2</u> 2	Рассказ. Показ. Практическое занятие	Зачёт

Медицинская подготовка.		4				
1.	Первая медицинская помощь. Экстренная реанимационная помощь при остановке сердечной деятельности и прекращения дыхания. Виды. Поражения электрическим током и молнией. Симптомы. Первая помощь.	<u>2</u> 2		<u>2</u> 2	Рассказ. Показ. Практическое занятие.	Тестирование
2.	Инфекционные заболевания. Понятие об иммунитете. Экстренная и специфическая профилактика.	<u>1</u> 1	<u>1</u> 1		Рассказ	Тестирование
3.	Заболевания, связанные с близким контактом. Заболевания, связанные с близким контактом человека с человеком.	<u>1</u> 1	<u>1</u> 1		Рассказ	Тестирование
Правила дорожного движения.		6				
1.	Дополнительные требования к пешеходу, велосипедисту, мопедисту, к движению гужевых повозок, а так же к погону животных. Дополнительные требования к участникам движения. Пешеходные переходы и места остановки маршрутных транспортных средств. Перевозка людей.	<u>2</u> 2		<u>2</u> 2	Самостоятельная подготовка	Тестирование
2.	Дорожные знаки. Предупреждающие знаки. Запрещающие знаки. Знаки приоритета. Предписывающие знаки. Информационно-указательные знаки. Знаки сервиса. Знаки дополнительной информации. Дорожная разметка.	<u>1</u> 1		<u>1</u> 1	Самостоятельная подготовка	Тестирование
3.	Средства регулирования дорожного движения. Технические средства. Регулировщик. Оознавательные знаки транспортных средств.	<u>3</u> 3		<u>3</u> 3	Самостоятельная подготовка	Тестирование

Обеспечение жизнедеятельности в экстремальных ситуациях.		4				
4.	Передвижение на различной местности. Организация передвижения. Особенности передвижения ночью. Способы передвижения и преодоления различных препятствий. Выживание.	<u>4</u> 4		<u>4</u> 4	Рассказ	Тестирование
Физическая и силовая подготовка.		5				
1.	Легкая атлетика. Толкание ядра. Бег на 100 м. Метание гранаты. Кросс 2 км.	<u>1</u> 1		<u>1</u> 1	Рассказ. Показ Практическое занятие	Соревнования
2.	Гиревое двоеборье. Рывок, толчок.	<u>1</u> 1		<u>1</u> 1	Практическое занятие	Соревнования
3.	Н/теннис. Одиночная и парная игра.	<u>1</u> 1		<u>1</u> 1	Практическое занятие	Соревнования
4.	Футбол. Игра.	<u>1</u> 1		<u>1</u> 1	Практическое занятие	Соревнования
5.	Волейбол.	<u>1</u> 1		<u>1</u> 1	Практическое занятие	Соревнования
Традиционные виды казачьих боевых единоборств.		60				
1.	Фланкировка с холодным оружием. Отработка приёмов в стандартных ситуациях с противником (с холодным и огнестрельным оружием).	<u>10</u>	<u>4</u> 2 2	<u>6</u> 1 5	Рассказ. Показ. Практическое занятие	Соревнования
2.	Борьба на «ломках»-поясная. «Кулачки» Бой «сам на сам». Борьба за вороток. Казачий рукопашный бой.	<u>50</u> 12 12 12 14	<u>4</u> 1 1 1 1	<u>46</u> 11 11 11 13	Рассказ. Показ Практическое занятие	Соревнования
Шермиция		86				
1.	Смысловая идея композиции	<u>20</u> 8 12	<u>8</u> 8	<u>12</u> 12	Рассказ. Показ Практическое занятие	Соревнования
2.	Техника безопасности во время исполнения композиции	<u>14</u> 2 12	<u>2</u> 2	<u>12</u> 12	Рассказ. Показ Практическое занятие	Соревнования
3.	План формы композиции	<u>25</u> 2 23	<u>2</u> 2	<u>23</u> 23	Рассказ. Показ Практическое занятие	Соревнования

4.	Статика и динамика в шермиции	<u>27</u> 2 25	<u>2</u> 2	<u>25</u> 25	Рассказ. Показ Практическое занятия	Соревнования
Итого часов:		216	24	192		

Содержание программы 4-го года обучения.

I. Строевая и казачья подготовка.

- Повороты на месте, движение, повороты в движении без оружия. Строевой шаг.
- Походный строй отделения в колонну по одному, по два. Перестроение в развернутый строй и обратно.
- Развернутый строй отделения. Порядок построения в одно-шереножный и двух шереножный строй. Порядок смыкания и размыкания строя. Порядок перестроения.
- Строевая стойка с оружием. Выполнение приемов с оружием на месте. Повороты и движение с оружием.
- Порядок размещения отделения на машинах. Общие положения. Порядок посадки и высадки личного состава.
- Способы и приемы передвижения личного состава в бою при действиях в пешем порядке. Приемы «К бою», «Встать». Перебежки и переползания. Действия личного состава при внезапном нападении противника.
- Фехтование на шашках.
- Рубка лозы и бутылок.
- Фехтование на пиках.

II. Огневая подготовка.

- Материальная часть оружия. Назначение ТТД. Устройство. Порядок разборки и сборки. Уход и сбережение. Меры безопасности.
- Техника стрельбы лежа. Изготовка. Прицеливание. согласованность нажатия на спусковой крючок и выдерживания ровной мушки. Корректировка стрельбы по направлению и высоте.
- Тренировка стрельбы по экрану. Отработка элементов прицеливания, выдерживания ровной мушки при выстреле.
- Тренировка в стрельбе на кучность. Отработка однообразия прицеливания и удерживания ровной мушки в момент выстрела.
- Тренировка в стрельбе на совмещение СТП. Определение СТП, совмещение СТП отстреливаемых серий.
- Тренировка на результат. Стрельба с внесением поправок в отстреливаемые серии.
- Приемы и правила стрельбы с колена. Изготовка. Прицеливание. Согласованность нажатия на спусковой крючок и выдерживания ровной мушки.
- Тренировка в стрельбе по экрану. Отработка элементов прицеливания и выдерживания ровной мушки при выстреле.

- Тренировка в стрельбе на кучность. Отработка однообразия прицеливания и выдерживания ровной мушки в момент выстрела.
- Тренировка в стрельбе на совмещение СТП. Определение СТП, совмещение СТП отстреливаемых серий.
- Тренировка на результат. Стрельба с внесением поправок на результат. Стрельба с внесением поправок в отстреливаемые серии.
- Приемы и правила стрельбы стоя. Изготовка. Прицеливание. Согласованность нажатия на спусковой крючок и выдерживания ровной мушки.
- Тренировка в стрельбе по экрану. Отработка элементов прицеливания и выдерживания ровной мушки в момент выстрела.
- Тренировка в стрельбе на кучность. Отработка однообразия прицеливания и выдерживания ровной мушки в момент выстрела.
- Тренировка в стрельбе на совмещение СТП. Определение СТП, совмещение СТП отстреливаемых серий.
- Тренировка на результат. Стрельба с внесением поправок в отстреливаемые серии.
- Приемы и правила стрельбы из пневматического пистолета. Изготовка. Прицеливание. Выдерживание ровной мушки в момент выстрела.
- Тренировка в стрельбе по экрану. Отработка элементов прицеливания и согласованного нажатия на спусковой крючок.
- Тренировка в стрельбе на кучность. Отработка однообразия прицеливания и удержания ровной мушки в момент выстрела.
- Тренировка на совмещение СТП. Определение СТП. Совмещение СТП отстреливаемых серий.
- Тренировка на результат. Стрельба с внесением поправок в отстреливаемые серии.
- Контрольная стрельба. Серия пристрелочных и зачетных выстрелов на результат.

III. Медицинская помощь.

- Экстренная реанимационная помощь при остановке сердечной деятельности и прекращении дыхания. Поражение электрическим током и молнией. Симптомы. Первая медицинская помощь.
- Инфекционные заболевания. Виды. Симптомы. Понятия об иммунитете. Экстренная и специфическая профилактика.
- Заболевания связанные с близким контактом человека с человеком

IV. Правила дорожного движения.

- ✓ Переход перекрестков. Очередность перехода. Виды регулирования проезда перекрестков. Пешеходные переходы и места остановки маршрутных транспортных средств.
- ✓ Порядок перехода через железнодорожные пути. Ограничения. Действия в особых случаях. Движение в жилых зонах.
- ✓ Дорожные знаки. Предупреждающие. Приоритета. Запрещающие. Предписывающие. Информационно-указательные. Сервиса. дополнительной информации. Дорожная разметка. Оознавательные знаки транспортных средств.

V. *Обеспечение жизнедеятельности в экстремальных условиях.*

- Прогноз погоды в горах. Долгосрочный прогноз по растительному и животному миру.
- Передвижение на различной местности. Организация передвижения. Особенности передвижения ночью. Способы передвижения и преодоления различных препятствий. Организация стоянки и питания.
- Оказание первой медицинской помощи при сердечных заболеваниях. Порядок применения искусственного дыхания. Восстановления сознания. Травма головы. Инфекционные заболевания. Тревога. Депрессия.
- Организация выживания в холодном климате. Экипировка. Снаряжение. Организация передвижения, стоянки, питания.
- Выживание в тайге. Экипировка. Снаряжение. Организация передвижения и преодоления препятствий. Организация стоянки и питания.
- Следопытство. Определение следов транспортных средств. Изучение следов пешеходов (животных). Выбор маршрута движения. определение давности следа. Некоторые правила для следопыта. Поведение животных, птиц и земноводных в случаях появления людей.
- Наведение переправ через водоемы и в болотистых местах. Наведение переправ в горах

VI. *Физическая и силовая подготовка.*

- Легкая атлетика. Толкание ядра. Бег 100 метров.
- Метание гранаты. Бег 2 километра.
- Бег 3 километра.
- Преодоление полосы препятствий с снаряжением.
- Игра в футбол, н/теннис, броски с места, в движении, техника вожделения мяча.
- Занятие в тренажерном зале по комплексу упражнений с гирями 16, 24 килограмма.
- Занятия по комплексу на тренажерах и с тяжестями.
- Рукопашный бой. Приемы защиты от нападения с холодным и огнестрельным оружием. Защита от нападения противника. Болевые приемы.
- Игра в волейбол.

VII. *Традиционные виды казачьих боевых единоборств.*

- Военный быт Донских казаков. История казачьих видов боевых искусств. Шашка. Пика. Нагайка. Кинжал. Борьба. Кулачки. Стрельба из лука. Стрельба из оружия.
- Борьба у Донских казаков. Физическая подготовка. Выполнение разминки. Захваты. Подножки. Подсечки. Бросок через бедро, через плечо, через себя с подсадом. Борьба на «ручку», «поясная».
- Фланкировка с холодным оружием.

- Отработка приемов в стандартных ситуациях с противником (с холодным и огнестрельным оружием).

VIII. Щермиция.

- Смысловая идея композиции.
- Отдельные упражнения и композиции с холодным оружием.
- Техника безопасности во время исполнения композиции.
- План формы композиции.
- Статика и динамика в щермиции

В процессе учебного года подростки объединения принимают участие в соревнованиях по военно-прикладным видам спорта и казачьим видам боевых единоборств. Подростки объединения сдают разрядные нормативы по пулевой стрельбе из пневматической и малокалиберной винтовки. Участвуют в соревнованиях: «Школа безопасности», «Орленок». Летом на неделю выезжают в военно-спортивный лагерь.

В конце 4-го года обучения ***должны знать:***

- Права и обязанности кадет и военнослужащих. Ответственность, размещение. Суточный наряд.
- Способы и передвижение личного состава в бою.
- Команды и сигналы подаваемые солдату в бою. Передвижение в бою.
- Экстренную реанимационную помощь.
- Инфекционные заболевания.
- Правила дорожного движения.
- Порядок выживания в различных условиях.
- Выполнения бега на 2 и 3 километра.
- Комплекс упражнений с 24 килограммовой гирей.
- Приемы защиты от холодного и огнестрельного оружия.
- Технику приемов с нагайкой, шашкой, пикой, кинжалом.
- Технику и тактику выполнения упражнений гиревого двоеборья: рывок, толчок.

Уметь:

- Выполнять перебежки, переползания.
- Выполнять стрельбу по экрану, на кучность, определять СТП, вводить поправку в стрельбу.
- Выполнять реанимационную помощь.
- Преодолевать препятствия.
- Болевые приемы при защите от нападения.
- Выполнять комплексы упражнений с пикой, шашкой, нагайкой, кинжалом.
- Владеть техникой и тактикой упражнений гиревого двоеборья: рывок, толчок.

**7. Учебно-тематический план
5-го года обучения**

№ п/п	Разделы. Темы занятий.	Количество часов			Формы организации занятий	Формы аттестации (контроля)
		Всего	Теория	Практика		
1	2	3	4	5	6	7
Строевая и казачья подготовка		16				
1.	Строевой устав ВС РФ Общие положения. Строи и управление ими. Обязанности командиров и военнослужащих перед построением и в строю.	<u>1</u> 1	<u>1</u> 1		Беседа	Тестирование
2.	Строевые приемы и движения без оружия. Повороты на месте. Движение. Повороты в движении.	<u>1</u> 1		<u>1</u> 1	Рассказ Показ Практическое занятие	Зачёт
3.	Повороты в движении. Строевой, походный шаг. Повороты в движении в составе подразделения.	<u>1</u> 1		<u>1</u> 1	Рассказ. Показ. Практическое занятие	Зачёт
4.	Строи отделения. Развернутый и походный строй отделения. Порядок, перестроение. Порядок выполнения воинского приветствия.	<u>1</u> 1		<u>1</u> 1	Рассказ. Показ. Практическое занятие	Зачёт
5.	Строевые приемы и движение с оружием. Выполнение приемов с оружием на месте. Повороты и движение с оружием. Выполнение воинского приветствия с оружием.	<u>2</u> 2		<u>2</u> 2	Рассказ. Показ. Практическое занятие	Зачёт
6.	Отделение на машинах. Общее положение. Порядок посадки, высадки. Выполнение воинского приветствия.	<u>1</u> 1		<u>1</u> 1	Рассказ. Показ. Практическое занятие	Тестирование
7.	Способы передвижения личного состава в бою. Приемы «К бою», «Встать». Перебежки и переползания. Действия личного состава при	<u>2</u> 2		<u>2</u> 2	Рассказ. Показ. Практическое занятие	Тестирование

	внезапном нападении противника.					
8.	Фехтование на шашках	<u>2</u> 2		<u>2</u> 2	Практическое занятие	Соревнования
9.	Рубка лозы и бутылок	<u>3</u> 3		<u>3</u> 3	Практическое занятие	Соревнования
10.	Фехтование на пиках	<u>2</u> 2		<u>2</u> 2	Практическое занятие	Соревнования
Огневая подготовка		36				
1.	Стрельба по экрану лежа. Изготовка. Прицеливание. Выдерживание ровной мушки в момент выстрела.	<u>1</u> 1		<u>1</u> 1	Рассказ. Показ. Практическое занятие	Зачёт
2.	Стрельба лежа на кучность. Отработка однообразия прицеливания и проведения выстрела.	<u>5</u> 5		<u>5</u> 5	Рассказ. Показ. Практическое занятие	Зачёт
3.	Стрельба лежа на совмещение СТП. Определение СТП. Введение поправок в прицеливание.	<u>1</u> 1		<u>1</u> 1	Рассказ. Показ. Практическое занятие	Зачёт
4.	Стрельба по экрану с колена. Изготовка. Прицеливание. Выдерживание ровной мушки в момент выстрела.	<u>1</u> 1		<u>1</u> 1	Рассказ. Показ. Практическое занятие	Зачёт
5.	Стрельба с колена на кучность. Отработка однообразия прицеливания и проведение выстрела.	<u>5</u> 5		<u>5</u> 5	Рассказ. Показ. Практическое занятие	Зачёт
6.	Стрельба с колена на совмещение СТП. Определение СТП. Введение поправок в прицеливание.	<u>1</u> 1		<u>1</u> 1	Рассказ. Показ. Практическое занятие	Зачёт
7.	Стрельба по экрану стоя. Изготовка. Прицеливание. Выдерживание ровной мушки в момент выстрела.	<u>1</u> 1		<u>1</u> 1	Рассказ. Показ. Практическое занятие	Зачёт
8.	Стрельба на кучность. Отработка однообразия прицеливания и проведение выстрела.	<u>5</u> 5		<u>5</u> 5	Рассказ. Показ. Практическое занятие	Зачёт
9.	Стрельба стоя на совмещение СТП. Определение СТП. Введение поправок в прицеливание.	<u>1</u> 1		<u>1</u> 1	Рассказ. Показ. Практическое занятие	Зачёт

10.	Стрельба по экрану из пистолета. Изготовка. Прицеливание. Выдерживание ровной мушки в момент выстрела.	<u>1</u> 1		<u>1</u> 1	Рассказ. Показ. Практическое занятие	Зачёт
11.	Стрельба из пистолета на кучность. Отработка однообразия прицеливания и проведение выстрела.	<u>4</u> 4		<u>4</u> 4	Рассказ. Показ. Практическое занятие	Зачёт
12.	Стрельба из пистолета на совмещение СТП. Определение СТП. Введение поправок в прицеливание.	<u>1</u> 1		<u>1</u> 1	Рассказ. Показ. Практическое занятие	Зачёт
13.	Контрольная стрельба. Серия пристрелочных и на результат выстрелов лежа, с колена, стоя и из пистолета.	<u>4</u> 4		<u>4</u> 4	Рассказ. Показ. Практическое занятие	Зачёт
14.	Автомат Калашникова. Устройство. Тактико-технические данные. Порядок разборки и сборки.	<u>2</u> 2		<u>2</u> 2	Рассказ. Показ. Практическое занятие	Зачёт
15.	Правила стрельбы из АКМ. Организация проведения стрельб. Меры безопасности при проведении стрельб. Порядок выполнения начального упражнения.	<u>3</u> 3		<u>3</u> 3	Рассказ. Показ. Практическое занятие	Зачёт
Шермиция		86				
1.	Смысловая идея композиции	<u>20</u> 8 12	<u>8</u> 8	<u>12</u> 12	Рассказ, Практическое занятие	Соревнования
2.	Техника безопасности во время исполнения композиции	<u>14</u> 2 12	<u>2</u> 2	<u>12</u> 12	Рассказ, Практическое занятие	Соревнования
3.	План формы композиции	<u>25</u> 2 23	<u>2</u> 2	<u>23</u> 23	Рассказ, Практическое занятие	Соревнования
4.	Статика и динамика в шермиции	<u>27</u> 2 25	<u>2</u> 2	<u>25</u> 25	Рассказ, Практическое занятие	Соревнования
Медицинская подготовка		3				
1.	Первая медицинская помощь в боевых действиях. Оказание помощи при огнестрельном ранении, при	<u>2</u> 2		<u>2</u> 2	Рассказ. Показ. Практическое	Тестирование

	режущих и колотых ранах, при контузии, ожогах.				занятие	
2.	Первая медицинская помощь в условиях применения противником ОМП. Оказание помощи при радиоактивном заражении, при отравлении химическими веществами, при воздействии биологическим оружием, инфекционном заболевании.	<u>1</u> 1		<u>1</u> 1	Рассказ. Показ. Практическое занятие	Тестирование
Правила дорожного движения		10				
1.	Дополнительные требования к пешеходу, велосипедисту, мопедисту, к движению гужевых повозок, а так же к погону животных. Дополнительные требования к участникам движения. Пешеходные переходы и места остановки маршрутных транспортных средств. Перевозка людей.	<u>2</u> 2		<u>2</u> 2	Самостоятельная подготовка	Тестирование
2.	Дорожные знаки. Предупреждающие знаки. Запрещающие знаки. Знаки приоритета. Предписывающие знаки. Информационно-указательные знаки. Знаки сервиса. Знаки дополнительной информации. Дорожная разметка.	<u>4</u> 4		<u>4</u> 4	Самостоятельная подготовка	Тестирование
3.	Средства регулирования дорожного движения Технические средства. Регулировщик. Опознавательные знаки транспортных средств.	<u>4</u> 4		<u>4</u> 4	Самостоятельная подготовка	Тестирование
Обеспечение жизнедеятельности в экстремальных и чрезвычайных ситуациях		4				
1.	Выполнение задания в пустынной местности. Организация передвижения. Ориентирование. Организация	<u>2</u> 2	<u>1</u> 1	<u>1</u> 1	Рассказ. Показ. Практическое занятие	Тестирование

	стоянки, питания.					
2.	Выполнение задания в лесной местности. Экипировка. Организация передвижения. Ориентирование. Организация стоянки и питания.	<u>2</u> 2	<u>2</u> 2		Рассказ	Тестирование
Физическая и силовая подготовка.		5				
1.	Легкая атлетика. Толкание ядра. Бег на 100 м. Метание гранаты. Кросс 2 километра.	<u>1</u> 1		<u>1</u> 1	Рассказ Показ Практическое занятие	Соревнования
2.	Гиревое двоеборье. Рывок, толчок.	<u>1</u> 1		<u>1</u> 1	Практическое занятие	Соревнования
3.	Н/теннис. Одиночная и парная игра.	<u>1</u> 1		<u>1</u> 1	Практическое занятие	Соревнования
4.	Футбол. Игра.	<u>1</u> 1		<u>1</u> 1	Практическое занятие	Соревнования
5.	Волейбол.	<u>1</u> 1		<u>1</u> 1	Практическое занятие	Соревнования
Традиционные виды казачьих боевых единоборств		56				
1.	Фланкировка с холодным оружием. Отработка приёмов в стандартных ситуациях с противником (с холодным и огнестрельным оружием).	<u>6</u>	<u>2</u> 2	<u>4</u> 4	Рассказ. Показ. Практическое занятие	Соревнования
2.	Борьба на «ломках»-поясная. «Кулачки» Бой «сам на сам». Борьба за вороток. Казачий рукопашный бой.	<u>50</u> 12 12 12 14	<u>4</u> 1 1 1 1	<u>46</u> 11 11 11 13	Рассказ. Показ. Практическое занятие	Соревнования
Итого часов:		216	24	192		

Содержание программы 5-го года обучения

I. Строевая и казачья подготовка.

- Повороты на месте, движение, повороты в движении без оружия. Строевой шаг.
- Походный строй отделения в колонну по одному, по два. Перестроение в развернутый строй и обратно.

- Развернутый строй отделения. Порядок построения в одно-шереножный и двух шереножный строй. Порядок смыкания и размыкания строя. Порядок перестроения.
- Строевая стойка с оружием. Выполнение приемов с оружием на месте. Повороты и движение с оружием.
- Порядок размещения отделения на машинах. Общие положения. Порядок посадки и высадки личного состава.
- Способы и приемы передвижения личного состава в бою при действиях в пешем порядке. Приемы «К бою», «Встать». Перебежки и переползания. Действия личного состава при внезапном нападении противника.
- Фехтование на шашках.
- Рубка лозы и бутылок.
- Фехтование на пиках.

II. Огневая подготовка.

1. Материальная часть оружия. Назначение ТТД. Устройство. Порядок разборки и сборки. Уход и сбережение. Меры безопасности.
2. Техника стрельбы лежа. Изготовка. Прицеливание. согласованность нажатия на спусковой крючок и выдерживания ровной мушки. Корректировка стрельбы по направлению и высоте.
3. Тренировка стрельбы по экрану. Отработка элементов прицеливания, выдерживания ровной мушки при выстреле.
4. Тренировка в стрельбе на кучность. Отработка однообразия прицеливания и удерживания ровной мушки в момент выстрела.
5. Тренировка в стрельбе на совмещение СТП. Определение СТП, совмещение СТП отстреливаемых серий.
6. Тренировка на результат. Стрельба с внесением поправок в отстреливаемые серии.
7. Приемы и правила стрельбы с колена. Изготовка. Прицеливание. Согласованность нажатия на спусковой крючок и выдерживания ровной мушки.
8. Тренировка в стрельбе по экрану. Отработка элементов прицеливания и выдерживания ровной мушки при выстреле.
9. Тренировка в стрельбе на кучность. Отработка однообразия прицеливания и выдерживания ровной мушки в момент выстрела.
10. Тренировка в стрельбе на совмещение СТП. Определение СТП, совмещение СТП отстреливаемых серий.
11. Тренировка на результат. Стрельба с внесением поправок на результат. Стрельба с внесением поправок в отстреливаемые серии.
12. Приемы и правила стрельбы стоя. Изготовка. Прицеливание. Согласованность нажатия на спусковой крючок и выдерживания ровной мушки.
13. Тренировка в стрельбе по экрану. Отработка элементов прицеливания и выдерживания ровной мушки в момент выстрела.
14. Тренировка в стрельбе на кучность. Отработка однообразия прицеливания и выдерживания ровной мушки в момент выстрела.

15. Тренировка в стрельбе на совмещение СТП. Определение СТП, совмещение СТП отстреливаемых серий.
16. Тренировка на результат. Стрельба с внесением поправок в отстреливаемые серии.
17. Приемы и правила стрельбы из пневматического пистолета. Изготовка. Прицеливание. Выдерживание ровной мушки в момент выстрела.
18. Тренировка в стрельбе по экрану. Отработка элементов прицеливания и согласованного нажатия на спусковой крючок.
19. Тренировка в стрельбе на кучность. Отработка однообразия прицеливания и удержания ровной мушки в момент выстрела.
20. Тренировка на совмещение СТП. Определение СТП. Совмещение СТП отстреливаемых серий.
21. Тренировка на результат. Стрельба с внесением поправок в отстреливаемые серии.
22. Контрольная стрельба. Серия пристрелочных и зачетных выстрелов на результат.

III. *Медицинская помощь.*

- a. Экстренная реанимационная помощь при остановке сердечной деятельности и прекращении дыхания. Поражение электрическим током и молнией. Симптомы. Первая медицинская помощь.
- b. Инфекционные заболевания. Виды. Симптомы. Понятия об иммунитете. Экстренная и специфическая профилактика.
- c. Заболевания связанные с близким контактом человека с человеком

IV. *Правила дорожного движения.*

- i. Переход перекрестков. Очередность перехода. Виды регулирования проезда перекрестков. Пешеходные переходы и места остановки маршрутных транспортных средств.
- ii. Порядок перехода через железнодорожные пути. Ограничения. Действия в особых случаях. Движение в жилых зонах.
- iii. Дорожные знаки. Предупреждающие. Приоритета. Запрещающие. Предписывающие. Информационно-указательные. Сервиса. Дополнительной информации. Дорожная разметка. Оповещательные знаки транспортных средств

V. *Обеспечение жизнедеятельности в экстремальных условиях.*

- Прогноз погоды в горах. Долгосрочный прогноз по растительному и животному миру.
- Передвижение на различной местности. Организация передвижения. Особенности передвижения ночью. Способы передвижения и преодоления различных препятствий. Организация стоянки и питания.
- Оказание первой медицинской помощи при сердечных заболеваниях. Порядок применения искусственного дыхания. Восстановления сознания. Травма головы. Инфекционные заболевания. Тревога. Депрессия.
- Организация выживания в холодном климате. Экипировка. Снаряжение. Организация передвижения, стоянки, питания.

- Выживание в тайге. Экипировка. Снаряжение. Организация передвижения и преодоления препятствий. Организация стоянки и питания.
- Следопытство. Определение следов транспортных средств. Изучение следов пешеходов (животных). Выбор маршрута движения. определение давности следа. Некоторые правила для следопыта. Поведение животных, птиц и земноводных в случаях появления людей.
- Наведение переправ через водоемы и в болотистых местах. Наведение переправ в горах.

VI. Физическая и силовая подготовка.

- Легкая атлетика. Толкание ядра. Бег 100 метров.
- Метание гранаты. Бег 2 километра.
- Бег 3 километра.
- Преодоление полосы препятствий с снаряжением.
- Игра в футбол, н/теннис, броски с места, в движении, техника вожделения мяча.
- Занятие в тренажерном зале по комплексу упражнений с гирями 16, 24 килограмма.
- Занятия по комплексу на тренажерах и с тяжестями.
- Рукопашный бой. Приемы защиты от нападения с холодным и огнестрельным оружием. Защита от нападения противника. Болевые приемы.
- Игра в волейбол.

VII. Традиционные виды казачьих боевых единоборств.

- Военный быт Донских казаков. История казачьих видов боевых искусств. Шашка. Пика. Нагайка. Кинжал. Борьба. Кулачки. Стрельба из лука. Стрельба из оружия.
- Борьба у Донских казаков. Физическая подготовка. Выполнение разминки. Захваты. Подножки. Подсечки. Бросок через бедро, через плечо, через себя с подсадом. Борьба на «ручку», «поясная».
- Фланкировка с холодным оружием.
- Отработка приемов в стандартных ситуациях с противником (с холодным и огнестрельным оружием).

VIII. Шермиция.

- Смысловая идея композиции.
- Отдельные упражнения и композиции с холодным оружием.
- Техника безопасности во время исполнения композиции.
- План формы композиции.
- Статика и динамика в шермиции.

В процессе учебного года подростки объединения принимают участие в соревнованиях по военно-прикладным видам спорта и казачьим видам боевых единоборств. Подростки сдают разрядные нормативы по пулевой стрельбе из пневматической и малокалиберной винтовки. Сдают на разряд по гиревому двоеборью 16, 24 кг. Участвуют в соревнованиях «Школа безопасности», «Орленок», выезжают в военно-спортивный лагерь на 7 дней.

В конце 5-го года обучения должны знать:

- Порядок выполнения строевых приемов с оружием и без оружия, одиночно и в составе подразделения.
- Действия в бою.
- Подготовку стрельбы из пневматической винтовки для сдачи на разряд.
- Порядок действия в бою, получения боевой задачи и её выполнении.
- Медицинскую помощь при огнестрельном ранении режущих и колотых ранах, контузии, термических ожогах.
- Выживание в различных условиях.
- Защиту от нападения с холодным и огнестрельным оружием.
- Комплексы упражнений с пикой, шашкой, нагайкой, кинжалом.
- Технику и тактику выполнения упражнений гиревого двоеборья: рывок, толчок.

Уметь:

- Сдавать на разряд по стрельбе из пневматической винтовки.
- Выполнять медицинскую помощь при ранениях в бою.
- Выживать в экстремальных условиях.
- Защищаться от нападения противника с оружием.
- Преодолевать полосу препятствий со снаряжением.
- Выполнять комплексы упражнений с пикой, шашкой, нагайкой, кинжалом.
- Бороться с использованием приемов.
- Вести кулачный бой.
- Правильно использовать технику и тактику гиревого двоеборья, выполнять упражнения: рывок, толчок.
- Сдавать на разряд по гиревому двоеборью.

8. Методическое обеспечение

Методические рекомендации.

Процесс прохождения программы обучения и воспитания подростков тесно взаимосвязан с реальными социальными и общественно-политическими явлениями происходящими в Донском крае и Российской Федерации. Основное значение придается практическим занятиям, самостоятельной подготовке, формированию у подростков умений и навыков, необходимых в повседневной жизни.

Программа имеет свои характерные особенности в дисциплинном изучении и поэтому требует решения специфических вопросов на многих занятиях, таких как проведение военно-спортивных игр, тактических полевых сборов, «Школы выживания», «Школы безопасности», соревнований по физической подготовке.

Успешному целенаправленному усвоению учебной программы способствуют:

- методические пособия и руководства;
- методические рекомендации по организации и проведению занятий;
- планы проведения занятий с указанием методического и материального обеспечения;
- положения и учебные пособия;
- методические материалы оформленные в виде стендов.

Характеристика обучающегося на начало учебного года

Фамилия, имя ребенка, дата и место рождения, состав семьи (заявление, АИС контингент), дата приема ребенка в объединение, физическое развитие, доминирующие личностные качества, уровень сформированности коммуникативных, обще учебных навыков, ЗУН по предмету.

Дата	Объект наблюдения	Форма подведения итогов по изученному разделу	Уровень оптимальности результатов обученности ребенка по данному разделу
1	2	3	4
Первичное Наблюдение с _____ по _____	<i>Уровень сформированности</i> обще учебных навыков, ЗУН по предмету	Текст зачета, вопросы собеседования, теста, опросника, зачета, показанных при просмотре, обязательно прилагается	Результаты первичного наблюдения: реальные знания и практические навыки обучающегося. Уровень физическое подготовки. Зона потенциального развития.

	Уровень воспитанности	Педагогическое наблюдение	Доминирующие поведенческие качества ребенка
	Уровень развития	Педагогическое наблюдение	Уровень сформированности навыков учебной деятельности.
			<ol style="list-style-type: none"> 1. Начальный момент работы: внимание при получении задания, понимание задания. 2. Способ работать: <ul style="list-style-type: none"> - инициатива; - общая ориентировка в работе; - обозначение цели и увлеченность ею; - осознание ошибок. 3. Отношение к работе: (серьезное, спокойное, нервное). 4. эффективность работы наличие или отсутствие стремления довести дело до конца. Отношение к качеству работы.
ЗУН по изученному разделу «(название раздела)» с ___ по ___	Уровень воспитанности	Педагогическое наблюдение	Изменения в поведении ребенка (положительная или отрицательная динамика)
	Уровень развития	Педагогическое наблюдение	Динамика в уровне развития

Общий вывод: Степень совпадения реальных знаний и умений обучающегося с его учебными возможностями, определенными в зоне потенциального развития на конец учебного года, курса обучения.

Материально-техническое оснащение занятий.

При проведении занятий и мероприятий используются:

- 1) Стенды, плакаты по тематике подготовки.
- 2) Военизированная полоса препятствий.
- 3) Малокалиберная винтовка.
- 4) Пневматическая винтовка.
- 5) Муляжи автомата и осколочных гранат.
- 6) Индивидуальные средства защиты.
- 7) Туристическое снаряжение.
- 8) Медицинские аптечки.
- 9) Учебные видео фильмы.

Полученные знания допризывной молодежью по программе и уровень их подготовки соответствуют начальным требованиям предъявляемым к солдатам в первый месяц службы, что сказывается на качестве дальнейшей военной подготовки при переходе на одногодичный срок службы в Вооруженных Силах.

Список литературы

1. Аверин А.И., Выдрин И.Ф. Начальная военная подготовка; учебник, М. Просвещение, 1985 г., 139 с.
2. Бурцев Г.А., Рукопашный бой, М., 1994 г. 206 с.
3. Галкина И.В., Зубарева Л.В., Школа выживания, М. 1994 г. 174 с.
4. Донское казачество. Проект авторских программ. Управление образованием, Ростов на Дону, 2000 г. 60 с.
5. Ерашов В.А., Задунайский В.В. 2003 г. Пособие по казачьему искусству.
6. Ершов В.А., Задунайский В.В., Пособие по казачьему боевому искусству, НПК «Гефест», 2003 г. 139 с.
7. Ильин А., Школа выживания в природных условиях, М., 2003 с., 382 с.
8. Лазарева А.Г., Дополнительное образование детей, Народное образование Ставрополь, Сервис школа, 2004 г., 296 с.
9. Лови А.А., Минин Р.А., Организация занятий по огневой подготовке; учебное пособие ДОСААФ, 1973 г. 95 с.
10. Макнаб Крис, руководство по оказанию первой помощи, М., 2002 г., 327 с.
11. Методики повышения спортивного мастерства в гиревом спорте.- Ежегодник, выпуск №2, август. Ростов на Дону, 2008.
12. Наставление по стрелковому делу, МО СССР, 1973 г., 671 с.
13. Найденов Ш.И., рукопашный бой. Организация и методика подготовки; учебное пособие для ПВ ФСБ России ГВИ ПВ ФСБ РФ 2003 г., 120 с.
14. Озеров А. А. Киблицкий А.А., История современного Донского казачества, Ростов на Дону, «Ростиздат», 320 с.
15. Общевоинские уставы В.С. Р.Ф. Воениздат, 1977 г., 400 с.
16. Попова Л.П., Как разработать образовательную программу; учебное пособие , Ростов на Дону, 2005 г. 51 с.
17. Правила дорожного движения 2005 , М., 2005 г. 64 с.
18. Петров С.В., Богоявленский И.Ф.; учебник 10 класс, М., 1988 г. 380 с.
19. Смирнов А.т., Фролов М.П., Литвинов Е.Н., учебник 11 класс « Основы безопасности жизнедеятельности», М., 1997 г. 319 с.
20. Стилвел А., Техника выживания в экстремальных ситуаций, М. 2002 г. 347 с. Яровой А.В. Боевые традиции Донских казаков. Зерноград 2004г. Учебно-методическое пособие.