

УТВЕРЖДЕН
Приказом ДТДиМ
от 04 июня 2024г. № ХХ-ОД

Календарно – тематический план
Дополнительная общеразвивающая программа
«Зарничка»
1-го года обучения
Группа _____
2024/2025 учебный год

№ Темы	Наименование тем программы и тем занятий	Кол-во часов			Формы организации образовательной деятельности	Число и месяц занятия
		Все-го	Тео-рия	Прак-тика		
1.	Вводное занятие. Техника безопасности на занятиях. Знакомство с содержанием программы, основными понятиями, терминами.	2	2	-		
Общая физическая подготовка						
2.	Техника челночного бега, кроссовая подготовка, упражнения на выносливость, разгибание, сгибание рук в упоре лежа. КСУ	2	2	-		
3.	Отработка техники челночного бега	2	-	2		
4.	Упражнения на развитие скоростно-силовых способностей, контрольно-силовые упражнения	2	-	2		
5.	Спортивные игры	2	-	2		
История России						
6.	Государственная символика России – флаг, герб, гимн	2	1	1		
7.	Памятные даты истории России	2	1	1		
8.	Основные события военной истории (обзор)	2	2	-		
9.	Основные события военной истории (современность)	2	-	2		
10.	Выдающиеся военачальники и полководцы	2	2	-		
11.	Выдающиеся военачальники и полководцы	2	-	2		
Основы воинских Знаний						
12.	История создания вооруженных сил России	2	2	-		
13.	История создания вооруженных сил России	2	-	2		
14.	Военные профессии, профильные учебные заведения	2	2	-		

15.	Структура и предназначение Вооруженных Сил РФ.	2	-	2		
16.	Знаки различия. Погоны армии и флота РФ	2	-	2		
17.	Боевая техника и оружие	2	2	-		
Безопасность человека						
18.	Экстремальны и чрезвычайные ситуации: причины, факторы, виды	2	2	-		
19.	Безопасное поведение в природной и городской среде	2	2	-		
20.	Средства индивидуальной защиты: противогаз, ОЗК, респиратор. Одевание противогаза	2	-	2		
Оказание первой помощи						
21.	Знакомство с основными понятиями оказания первой помощи. Кровотечения: типы, виды, признаки	2	2	-		
22.	Принципы и способы остановки кровотечений. Травмы	2	-	2		
23.	Травмы опорно-двигательного аппарата и внутренних органов. Основы иммобилизации	2	-	2		
24.	Типы перевязочного материала. Наложение повязок	2	-	2		
25.	Здоровый образ жизни: двигательная активность, режим дня, здоровое питание, профилактика заболеваний	2	2	-		
Строевая подготовка						
26.	Основы строевой подготовки	2	2	-		
27.	Выполнение строевых упражнений	2	-	2		
28.	Строевая песня	2	-	2		
Туристская подготовка						
29.	Техника пешеходного туризма	2	2	-		
30.	Техника пешеходного туризма	2	-	2		
31.	Личное и групповое снаряжение	2	2	-		
32.	Отработка техники ориентирования	2	-	2		
33.	Земля и карта. Определение азимута различными способами	2	-	2		
34.	Топографические знаки	2	-	2		
35.	Изучение знаков бедствия	2	-	2		
36.	Итоговое комплексное занятие – учебное соревнование, тестирование	2	-	2		
Итого:		72	30	42		