

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Верхнеуринская средняя общеобразовательная школа»**

«Согласовано»
Заместитель директора по ВР
_____ О.Н. Тарасенко
«30» августа 2024г.



«Утверждаю»
Директор школы
Приказ № 61/9
«30» августа 2024
_____/С.В. Кудрявцева/

Рабочая программа
курса внеурочной деятельности
« ЮНАРМИЯ»
Для 5-9 классов

Направление внеурочной деятельности: гражданско-патриотическое

Срок реализации: 1 год

Составитель:
Охотников Д. С.

с. Верхняя Уря,
2024 г

Результаты освоения курса внеурочной деятельности « ЮНАРМИЯ»

Личностные результаты:

- Воспитание патриотизма, уважения к историческому и культурному прошлому России, и её вооруженным силам.
- Воспитание потребности в правовой подготовке и освоению основных положений законодательства Российской Федерации в области обороны государства, воинской обязанности и военной службы граждан.
- Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных ситуациях.
- Проявление познавательных интересов и активности в области военной подготовки.
- Формирование способностей применять теоретические знания в практическую деятельность.
- Формирование убеждения в необходимости освоения основ медицинских знаний и выработке умений в оказании первой доврачебной помощи при неотложных состояниях.
- Формирование потребности в морально-психологической и физической подготовленности к успешной профессиональной деятельности, в том числе к военной службе в современных условиях.

Метапредметные результаты:

- Научатся объяснять особенности современных процессов мирового развития, которые формируют угрозы для безопасности личности, общества, государства и национальной безопасности России.
- Научатся осуществлять расширенный поиск информации с использованием ресурсов библиотек и Интернета, основам реализации проектно-исследовательской деятельности.
- Научатся характеризовать роль и место Вооруженных Сил Российской Федерации в обеспечении национальной безопасности страны.
- Научатся доступно излагать содержание основ законодательства Российской Федерации об обороне государства, воинской обязанности и военной службы граждан РФ.
- Научатся обосновать необходимость обучения граждан РФ начальным знаниям в области обороны и подготовки их по основам военной службы для успешного выполнения ими Конституционного долга и обязанности по защите Отечества.
- Научатся обосновывать значение здорового образа жизни как индивидуальной системы поведения человека для обеспечения его духовного, физического и социального благополучия.
- Научатся логично обосновать важность и значение владения методами оказания первой доврачебной помощи при неотложных состояниях.
- Научатся учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве.

- Научатся формулировать собственное мнение и позицию, аргументировать и координировать её с позициями партнёров в сотрудничестве при выработке общего решения в совместной деятельности.
- Научатся устанавливать и сравнивать разные точки зрения, прежде чем принимать решения и делать выбор.
- Научится аргументировать свою точку зрения, спорить и отстаивать свою позицию не враждебным для оппонентов образом.
- Задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнёром.
- Научится осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь.
- Научится работать в группе — устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; интегрироваться в группу сверстников и строить продуктивное взаимодействие со сверстниками и взрослыми.
- Научится регулировать свои потребности в пользу духовных, интеллектуальных и эстетических.
- Научится планировать пути достижения целей, устанавливать целевые приоритеты, уметь самостоятельно контролировать своё время и управлять им.
- Научится принимать решения в проблемной ситуации на основе переговоров, самостоятельно оценивать правильность выполнения действия и вносить необходимые коррективы в исполнение как в конце действия, так и по ходу его реализации.
- Научится дисциплинированности, инициативности, ответственности.

СОДЕРЖАНИЕ

Вводное занятие. Первый год обучения. Знакомство с программой «Юнармеец – защитник Отечества». Определение цели и задач обучения на учебный год. Беседа о задачах деятельности школьного отряда «Юнармии». Техника безопасности

Раздел I. «От «Юнармии» до армии: путь защитника Отечества»

Тема 1. ***Бессмертный подвиг защитников Отечества (на примере Великой отечественной войны).*** Расширение знаний о героическом прошлом нашей страны, формирование исторической памяти и благодарности, уважения к воинской доблести и бессмертному подвигу российских и советских воинов, погибших в боевых действиях на территории страны или за ее пределами, чье имя осталось неизвестным; сохранение традиций доблестного служения Отечеству; воспитание патриотизма и гражданственности. Совершенствование духовно - патриотического развития обучающихся, формирование чувства гордости за свою страну, воспитание уважительного отношения к старшему поколению, памятникам войны, развитие мышления и познавательной активности.

Тема 2. ***Каким должен быть защитник Отечества?*** Познакомить обучающихся юнармейцев с жизнью выдающихся защитниках Руси. Привить чувство уважения и гордости к истории России.

Тема 3. ***Гражданин и армия: что такое воинская обязанность?***

Воинская обязанность граждан. Правовой основой военной службы является статья 59 Конституции и Закон Российской Федерации «О воинской обязанности и военной службе». Воинский учет; обязательная подготовка к военной службе; призыв на военную службу; прохождение военной службы по призыву; пребывание в запасе; призыв на военные сборы и прохождение военных сборов в период пребывания в запасе.

Тема 4. **Гражданин и армия: кто и где охраняет нашу страну, для чего нам армия?** Развитие патриотических чувств, познавательной активности, творческих способностей, коммуникативных навыков.

Тема 5 **История военной символики и формы. Государственные символы России.** Знамена и флаги как воинские символы. Военная форма одежды.

Тема 6. **Воинские звания ВС РФ и взаимоотношения по ним.** Войсковые и корабельные воинские звания военнослужащих Вооруженных Сил Российской Федерации. Должностные и специальные обязанности военнослужащих. Единоначалие. Начальники и подчиненные. Старшие и младшие. Перечень воинских званий военнослужащих вооруженных сил Российской Федерации. Единоначалие.

Тема 7. **Они сражались за Родину.** Истории великих полководцев. Воспитание духовных ценностей – любовь к Родине, верность гражданскому и воинскому долгу, честность и человеколюбие.

Раздел II. Военная история и военные традиции России

Тема 1. **Древнерусское государство и его вооруженная организация.**

Древние славяне и их вооруженная организация. Сведения византийских и арабских авторов о состоянии военного искусства у славянских племен. Вооружение и стратегические приемы славян. Тактика. Военные хитрости и военные традиции славянских племен. Древнерусское государство и его вооруженная организация. Организация древнерусской рати в X – XI вв. Командование войском. Вооружение руссов. Боевой порядок древнерусской рати. Тактика и стратегия боя и войны.

Тема 2. **Первые военные победы русских князей в Византии и Дунае.** От Олега до Святослава. Боевые походы князей на Византию и Дунай IX-X вв. Первые сведения о боевых походах. Походы Олега на Константинополь. Поход Святослава. Стратегия и тактика осады Константинополя.

Тема 3. **Имя России: Александр Невский полководец и дипломат.** Рассмотреть биографию военачальника, определить его роль в истории нашего государства. Познакомить обучающихся юнармейцев с жизнью Александра Невского. Привить чувство уважения и гордости к истории России.

Тема 4. **Военное искусство Александра Невского и русского народа в войнах со шведскими и немецкими феодалами.** Развитие русского военного искусства в войнах со шведскими и немецкими феодалами. Немецко-рыцарская агрессия в Прибалтике и Северо-Западной Руси. Войны за независимость и целостность государства. Невская битва (1204 г.). Ледовое побоище (1242 г.): итоги и результаты.

Тема 5.. **Военное вторжение монголо-татарских племен на территорию Руси.** Развитие военного искусства вооруженной организации в войнах русичей с монголо-татарским игом. Сражение на р. Калке (1223 г.). Нашествие на Русь войска хана Батыея (1237 г.). Завоевание Руси монголо-татарами. Причины поражения в войнах с монголо-татарским игом. Рассмотреть героические поступки среди простого народа.

Тема 6. **Героическая борьба русского народа против установления ордынского владычества.** Объединение русских земель вокруг Москвы. Борьба против Ордынского ига.

Тема 7. **Дмитрий Донской, как образец христианского лидера защитника земли русской.** Биографические сведения. Рассмотреть в чем выражался полководческий талант. Куликовская битва: причины, ход, итоги, значение. Образование единого государства и усовершенствование его вооруженной организации. Свержение золотоордынского ига. Свержение на р.Угре 1480 г. Иван III собирание русских земель в единое государство.

Тема 8. **Спасители Отечества - Минин и Пожарский. Военное искусство первой четверти XVIII в. Создание регулярной армии и флота.** Начало реформирования русской армии. Понятие Смутное время. Причина и сущность Смутного времени. Смена правителей. Опасность для российской государственности. Понятие интервенция. Борьба русского народа против иноземных захватчиков и создание ополчений. К. Минин и Д. Пожарский. Военные реформы первых Романовых. Создание солдатских, драгунских и рейтарских полков. Войска —нового строя. Начало реформирования русской армии. Русская военно-теоретическая мысль в XVII в. Особенности русского военного искусства, тактики и стратегии русской рати в трудах военных специалистов XVII в. Состояние войска и флота накануне петровских реформ. Военные реформы Петра I. Система обучения и воспитания воинов. Перевооружение русского войска. Создание флота.

Раздел III. Юнармеец – меткий стрелок

Тема 1. **История развития огнестрельного оружия. История вооружения.** Понятие о стрельбе и выстреле. Появление пистолетов и револьверов. Начало бурного развития пистолетов и револьверов. 19 век. Появление унитарных патронов. Дальнейшее развитие револьверов. Появление и развитие автоматических пистолетов. Современные образцы револьверов и пистолетов. Магазинные винтовки. Общая характеристика.

Тема 2-4. **Автомат Калашникова (АК-74).** Назначение, ТТХ и общее устройство автомата. Правила безопасности при обращении с оружием. Последовательность неполной разборки и сборки АК-74. Подготовка автомата и патронов к стрельбе, возможные задержки и неисправности при стрельбе и способы их устранения. Снаряжение магазина патронами и зарядание автомата. Ведение огня из автомата с места по неподвижным целям. Снаряжение магазина патронами и укладывание его в сумку. Подготовка упора. Изготовка к стрельбе лежа с упора. Принятие положения для стрельбы и зарядание автомата. Производство стрельбы (установка прицела и переводчика, прицеливание, спуск и удержание автомата при стрельбе). Прекращение стрельбы, разряжание автомата после стрельбы, выполнение приемов стрельбы из автомата лежа с упора. Метание ручных осколочных гранат в цель. Метание гранаты с места, в движении и из-за укрытия.

Тема 5-6. **Основы устройства оружия и боеприпасов.** Устройство пневматической винтовки. Прицеливание. Меры безопасности. Правила выполнения стрельбы. Зарядание и разряжание винтовки

Тема 7-10. **Обучение стрельбе** из пневматической винтовки (практические занятия).

Раздел IV. Первые шаги в медицину

Тема 1. Общие принципы оказания первой помощи. Последовательность действий, обращение с пострадавшим. Средства первой помощи. Временная остановка кровотечения. Наложение стерильной повязки. Искусственная вентиляция легких. Непрямой массаж сердца. Тушение одежды при возгорании. Имобилизация при транспортировке.

Тема 2. Травма, повреждение, ушиб, сдавление, вывих, ссадина, рана. Признаки, первая помощь.

Тема 3. Первая помощь при ранениях: повязка на плечевой сустав, грудь; повязка на голову, глаз, пращевидная повязка; повязка на таз, коленный сустав, голеностоп. Повязка на плечевой сустав, грудь; повязка на голову, глаз, пращевидная повязка; повязка на таз, коленный сустав, голеностоп.

Тема 4. Виды кровотечения, их признаки и характеристика. Приёмы остановки кровотечения. Первая помощь при носовом кровотечении. Примеры остановки кровотечения максимальным фиксированным сгибанием конечности. Точки пальцевого прижатия для остановки артериального кровотечения. Наложение резинового жгута: этапы наложения жгута. Ошибки при наложении жгута.

Раздел V. Строевая подготовка юнармейца

Тема 1-2. Строевая стойка. Выполнение команд. Требования к строевой стойке и порядку выполнения команд «Становись», «Равняйся», «Смирно», «Вольно», «Заправиться», «Отставить», «Головные уборы – снять (надеть)» (статьи 27, 28, 29 Строевого устава ВС). Строевая стойка. Выполнение команд: «Становись, или «Смирно», «Вольно», «Заправиться», «Головные уборы – снять», «Надеть».

Тема 3-4. Повороты на месте. Выполнение команд: «На пра-ВО», «На ле-ВО», «Пол-оборота на ле-ВО, на пра-ВО, «Кру-ГОМ» по разделением на два счета и в целом (статья 30 Строевого устава ВС).

Тема 5-9. Движение строевым и походным шагом. Изучение и отработка строевого походного шага. Движение рук, ног. Выполнение команд «Смирно» при движении походным шагом, «Бегом марш» (статьи 31, 32, 33, 34, 35, 36, 37 Строевого устава ВС).

Тема 10. Походный строй. Выполнение команд: «Отделение в колонну по два (по три) становись»

Раздел VI. Беспилотные летательные аппараты.

Тема 1 -2. Что такое БПЛА. История создания, разновидности, применение беспилотных летательных аппаратов в наше время, в ближайшем будущем. Виды коптеров самолетов. Основные базовые элементы коптера самолета. Полётный контроллер. Контроллеры двигателей. Бес коллекторные и коллекторные моторы

Правила безопасности при подготовке к полетам, управлении беспилотным летательным аппаратом

Тема 3-4. . Изучение компонентов. Зарядка аккумуляторных батарей, установка. Установка, снятие защитной клетки. Замена пропеллеров. Рассмотрение возможных неисправностей квадрокоптера, самолета и путей устранения неисправности. Практическая работа с предоставленными квадрокоптерами, самолетами изучение компонентов, отработка теоретических знаний по подготовке и замене элементов БПЛА. Настройка, подключение аппаратуры.

Тема 5-10. Теория ручного визуального пилотирования. Техника безопасности при лётной эксплуатации БПЛА. Повторение ТБ. Теоретические знания по взлету, полету вперед, назад влево, вправо , зависанию в воздухе, а так же по изменению высоты. Обучение взлету, посадки, удержанию высоты. Отрабатывание прямолинейного полета, полета по кругу с удержанием и изменением высоты. Полеты по заданной траектории, с разворотом, изменением высоты, преодолением препятствий. Полеты с изменением траектории . Аэрофотосъемка. Выполнение полетов на время. Соревновательный этап среди учащихся курса.

Раздел VII. Юнармеец - готов к труду и обороне

Тема 1. Положение о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО). Комплекс ГТО в общеобразовательной организации .

Тема 2. *Практика.* Техника выполнения бега на 30, 60 метров, как научиться быстро бегать.

Тема 3. *Практика.* Смешанное передвижение на 1,5 и 2 км. Бег на выносливость проводится по беговой дорожке стадиона, зала или любой ровной местности.

Тема 4. *Практика.* Подтягивание из виса на высокой перекладине (мальчики). Отжимания: сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу (кол-во раз) (девочки). Техника выполнения физического упражнения для выполнения нормы комплекса ГТО.

Тема 5. *Практика.* Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу (мальчики). Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи - см) (девочки). Техника выполнения физического упражнения для выполнения нормы комплекса ГТО.

Тема 6. *Практика.* Наклон вперёд из положения стоя с прямыми ногами на полу. Челночный бег 3x10м (секунд). Техника выполнения физического упражнения для выполнения нормы комплекса ГТО.

Тема 7. *Практика.* Прыжок в длину с разбега (см) или прыжок в длину с места (см). Техника выполнения физического упражнения для выполнения нормы комплекса ГТО.

Тема 8. *Практика.* Метание мяча 150 г на дальность. Техника выполнения физического упражнения для выполнения нормы комплекса ГТО.

Тема 9. *Практика.* «Сильные, смелые, ловкие, умелые». Спортивное соревнование. Цели: повышение уровня физической подготовленности обучающихся; способствовать патриотическому воспитанию обучающихся и ориентировать их на службу в армии и других силовых структур РФ.

Тема 10. *Практика.* «Мы готовы к ГТО!». Спортивное соревнование. Цели: повышение уровня физической подготовленности обучающихся; способствовать патриотическому воспитанию обучающихся и ориентировать их на службу в армии и других силовых структур РФ.

Промежуточная аттестация. Военно-спортивное мероприятие. Сдача норм ГТО.

Календарно-тематический план

№	Содержание темы	Количество учебных часов	Дата по плану	Дата по факту
1	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности	1	04.09.24	
	Раздел I. От «Юнармии» до армии: путь защитника Отечества	7		
2	Бессмертный подвиг защитников Отечества (на примере Великой отечественной войны)	1	04.09.24	
3	Каким должен быть защитник Отечества?	1	11.09.24	

4	Гражданин и армия: что такое Воинская обязанность?	1	11.09.24	
5	Гражданин и армия: кто и где охраняет нашу страну, для чего нам армия?	1	18.09.24	
6	История военной символики и формы	1	18.09.24	
7	Воинские звания ВС РФ	1	25.09.24	
8	Они сражались за Родину	1	25.09.24	
	Раздел II. Военная история и военные традиции России	8		
9	Древнерусское государство и его вооруженная организация	1	02.10.24	
10	Первые военные победы русских князей в Византии и Дунае. От Олега до Святослава	1	02.10.24	
11	Имя России: Александр Невский полководец и дипломат	1	09.10.24	
12	Военное искусство Александра Невского и русского народа в войнах со шведскими и немецкими феодалами	1	09.10.24	
13	Военное вторжение монгол-татарских племен на территорию Руси	1	16.10.24	
14	Героическая борьба русского народа против установления ордынского владычества	1	16.10.24	
15	Дмитрий Донской, как образец христианского лидера защитника земли русской	1	23.10.24	
16	Спасители Отечества - Минин и Пожарский. Начало реформирования русской армии. Создание русской регулярной армии и флота	1	23.10.24	
	Раздел III. Юнармеец – меткий стрелок	10		
17	История развития огнестрельного оружия. История вооружения. Понятие о стрельбе и выстреле	1	06.11.24	
18	Автомат Калашникова (АК-74). Назначение, ТТХ и общее устройство автомата. Правила безопасности при обращении с оружием. Неполная разборка и сборка автомата Калашникова.	1	06.11.24	
19	Автомат Калашникова (АК-74). Назначение, ТТХ и общее устройство автомата. Правила безопасности при обращении с	1	13.11.24	

	оружием. Неполная разборка и сборка автомата Калашникова.			
20	Автомат Калашникова (АК-74). Назначение, ТТХ и общее устройство автомата. Правила безопасности при обращении с оружием. Неполная разборка и сборка автомата Калашникова.	1	13.11.24	
21	Основы устройства оружия и боеприпасов. Прицеливание. Меры безопасности. Правила выполнения стрельбы. Заряжание и разряжание магазина.	1	20.11.24	
22	Основы устройства оружия и боеприпасов. Прицеливание. Меры безопасности. Правила выполнения стрельбы. Заряжание и разряжание магазина.	1	20.11.24	
23	Обучение стрельбе из пневматической винтовки	1	27.11.24	
24	Обучение стрельбе из пневматической винтовки	1	27.11.24	
25	Обучение стрельбе из пневматической винтовки	1	04.12.24	
26	Обучение стрельбе из пневматической винтовки	1	04.12.24	
	Раздел IV. Первые шаги в медицину	4		
30	Общие принципы оказания первой доврачебной помощи. Последовательность действий, обращение с пострадавшим. Средства первой помощи	1	11.12.24	
31	. Травма, повреждение, ушиб, сдавление, вывих, ссадина, рана. Признаки, первая доврачебная помощь	1	11.12.24	
32	Первая доврачебная помощь при ранениях: повязка на плечевой сустав, грудь; повязка на голову, глаз, пращевидная повязка; повязка на таз, коленный сустав, голеностоп.	1	18.12.24	
33	Виды кровотечения, их признаки и характеристика. Приёмы остановки кровотечения. Первая доврачебная помощь при кровотечениях. Наложение жгута. Ошибки наложения жгута.	1	18.12.24	
34	Промежуточный контроль. Игра-Соревнование по пройденному	2	25.12.24 25.12.24	

	материалу в 1 полугодии			
	Раздел V. Строевая подготовка юнармейца	14		
35	Строевая стойка. Выполнение команд: «Становись, или «Смирно», «Вольно», «Заправиться», «Головные уборы – снять», «Надеть».	1	15.01.25	
36	Строевая стойка. Выполнение команд: «Становись, или «Смирно», «Вольно», «Заправиться», «Головные уборы – снять», «Надеть».	1	15.01.25	
37	Повороты на месте. Выполнение команд: «На пра-ВО», «На ле-ВО», «Пол-оборота на ле-ВО, на пра-ВО, «Кру-ГОМ» по разделением на два счета и в целом.	1	22.01.25	
38	Повороты на месте. Выполнение команд: «На пра-ВО», «На ле-ВО», «Пол-оборота на ле-ВО, на пра-ВО, «Кру-ГОМ» по разделением на два счета и в целом.	1	22.01.25	
39	Движение строевым и походным шагом. Изучение и отработка строевого походного шага. Движение рук, ног. Выполнение команд «Смирно» при движении походным шагом, «Бегом марш».	1	29.01.25	
40	Движение строевым и походным шагом. Изучение и отработка строевого походного шага. Движение рук, ног. Выполнение команд «Смирно» при движении походным шагом, «Бегом марш».	1	29.01.25	
41	Движение строевым и походным шагом. Изучение и отработка строевого походного шага. Движение рук, ног. Выполнение команд «Смирно» при движении походным шагом, «Бегом марш».	1	05.02.25	
42	Движение строевым и походным шагом. Изучение и отработка строевого походного шага. Движение рук, ног. Выполнение команд «Смирно» при движении походным шагом, «Бегом марш».	1	05.02.25	
43	Походный строй. Выполнение команд: «Отделение в колонну по два (по три) становись»	1	12.02.25	

44	Походный строй. Выполнение команд: «Отделение в колонну по два (по три) становись»	1	12.02.25	
45	Выход из строя и возвращение в строй. Выполнение команд: «юнармеец Иванов, выйти из строя», «юнармеец Иванов встать в строй»	1	19.02.25	
46	Выход из строя и возвращение в строй. Выполнение команд: «юнармеец Иванов, выйти из строя», «юнармеец Иванов встать в строй»	1	19.02.25	
47	Подход к командиру и отход от него. Выполнение команд: «юнармеец Иванов ко мне», форма доклада о прибытии, «юнармеец Иванов встать в строй»	1	26.02.25	
48	Подход к командиру и отход от него. Выполнение команд: «юнармеец Иванов ко мне», форма доклада о прибытии, «юнармеец Иванов встать в строй»	1	26.02.25	
	Раздел 6. Беспилотные летательные аппараты	10		
49	Теория БПЛА. История создания, разновидности, применение БПЛА. Виды коптеров	1	05.03.25	
50	Правила безопасности при подготовке к полетам, управлении беспилотным летательным аппаратом	1	05.03.25	
51	Основные базовые элементы коптера. Полётный контроллер. Контроллеры двигателей. Бесколлекторные и коллекторные моторы. Устройство шлема FPV	1	12.03.25	
52	Знакомство с квадрокоптерами Mobula 7, Nazgul 5. Изучение компонентов. Зарядка аккумуляторных батарей, установка. Включение шлема FPV. Замена пропеллеров	1	12.03.25	
53	Полёты на коптере. Взлет. Висение. Полёт в зоне пилотажа. Вперед-назад, влево—вправо. Посадка	1	19.03.25	
54	Полёты на коптере. Взлет. Висение. Полёт в зоне пилотажа. Вперед-назад,	1	19.03.25	

	влево—вправо. Посадка			
55	Полёты на коптере. Взлет. Висение. Полёт в зоне пилотажа. Вперед-назад, влево—вправо. Посадка	1	02.04.25	
56	Полёты на коптере. Взлет. Висение. Полёт в зоне пилотажа. Вперед-назад, влево—вправо. Посадка	1	02.04.25	
57	Полет с использованием функции удержания высоты и курса. Производство аэрофотосъемки	1	09.04.25	
58	Полет с использованием функции удержания высоты и курса. Производство аэрофотосъемки	1	09.04.25	
	Раздел V. Юнармеец - готов к труду и обороне	10		
59	Комплекс ГТО в общеобразовательной организации (с учетом возрастных норм)	1	16.04.25	
35	Техника выполнения бега на 30, 60 метров и т.д. (с учетом возраста детей), как научиться быстро бегать	1	16.04.25	
36	Смешанное передвижение на 1,5 и 2 км	1	23.04.25	
37	Подтягивание из виса на высокой перекладине (мальчики). Отжимания: сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу (кол-во раз) (девочки)	1	23.04.25	
38	Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу (мальчики). Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи - см) (девочки)	1	30.04.25	
39	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу. Челночный бег 3x10 метров (секунд)	1	30.04.25	
40	Прыжок в длину с разбега (см) или прыжок в длину с места (см)	1	07.05.25	
41	Метание мяча 150 г на дальность.	1	07.05.25	
42	«Сильные, смелые, ловкие, умелые»	1	14.05.25	
43	«Мы готовы к ГТО!»	1	14.05.25	

67	Военно-патриотическая игра	1	21.05.25	
68	Промежуточная аттестация	1	21.05.25	
	Итого-68 часов			