Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
Исетская средняя общеобразовательная школа № 1
Исетского района Тюменской области

РАССМОТРЕНО: Протокол ПС № 1 От «28» 08 2023 г.	СОГЛАСОВАНО: Заместитель директора по Перунова Ю.В. От «28» 08 2023г.	УТВЕРЖДАЮ: Директор Гожко О.Л. Приказ № 1 От «01» 09 2023г

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
«СГ ДПВС «Вымпел» имени М.А.Колесова»

На 2023-2025 уч.год
Возраст детей: 13-17 лет
Срок реализации: 2 года

с. Исетское
2023г.

Содержание

1. Пояснительная записка ……..
1. Учебный план первого года обучения……
1. Программа первого года обучения……
1. План мероприятий первого года обучения…….
6. Мониторинг первого года обучения……
7. Учебный план второго года обучения…… ……
8. Программа второго года обучения……..
9. План мероприятий второго года обучения……
10. Мониторинг второго года обучения…….

Пояснительная записка

Направленность программы: допризывная подготовка

Программа разработана на основе следующих **нормативно-правовых документов:**

Нормативные акты

Основные характеристики программы

• Федеральный закон от 09.02.2015 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее – Федеральный закон № 273) (ст.14 п.7).

Порядок проектирования

• Федеральный закон № 273-ФЗ (ст.12, ст.47, ст.75);

• Постановление губернатора Тюменской области от 17.08.2001г. №321

Условия реализации

• Федеральный закон № 273-ФЗ (п.1,2,3,9 ст.13; п. 1,5,6 ст.14; ст.15; ст.16; ст.33, ст.34, ст.75);

• Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-Эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 №28;

• Санитарные правила и нормы СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 №2;

Характеристика программы

Актуальность:

Содержание программы направлено на: формирование и развитие творческих способностей учащихся; удовлетворение индивидуальных потребностей учащихся в интеллектуальном, художественно-эстетическом, нравственном и интеллектуальном развитии; формирование культуры здорового и безопасного образа жизни; укрепление здоровья учащихся; обеспечение духовно-нравственного, гражданско-патриотического, военно-патриотического, трудового воспитания учащихся; выявление, развитие и поддержку талантливых учащихся, а также лиц, проявивших выдающиеся способности; создание необходимых условий для личностного развития и формирование общей культуры учащихся.

Отличительные особенности:

- приобретение навыков при проведении практических занятий
- совершенствование навыков в ходе полевых выходов, выездов и проживания в учебных центрах (лагерях)

В отличие от существующих аналогов программа включает раздел «Водная подготовка», где ребята получают знания, умения и навыки при нахождении на воде.

Адресат программы:

Программа сориентирована на юношей и девушек в возрасте 13-17 лет, проходящих

военную добровольную подготовку к военной службе в соответствии с Положением «О порядке организации добровольной подготовке граждан к военной службе в образовательных учреждениях Тюменской области», утверждённого постановлением Губернатора Тюменской области № 321 от 17. 08.2001 года.
В программе сочетается изучение теоритических и практических вопросов углубленной военной подготовки. В процессе обучения слушатели сдают промежуточные зачёты по разделам и темам изучаемых дисциплин. Освоение программы заканчивается в конце второго года обучения итоговым экзаменом, проводимым в виде зачёта по учебным предметам. В процессе обучения, после каждого раздела ученики сдают зачёты.
По окончании обучения слушатель получает свидетельство о дополнительном образовании по курсу «Добровольная подготовка к военной службе» установленного образца.

Содержание программы

№ п\п	Наименование разделов	Всего часов учебных занятий		
		1 год	2 год	Итого
1	Общевоинские Уставы Вооружённых сил РФ	11	-	11
2	Строевая подготовка	23	20	43
3	Физическая подготовка	52	52	104
4	Основы рукопашного боя	41	41	82
5	Огневая подготовка	46	28	74
6	Военная топография	8	8	16
7	Радиационная, химическая и бактериологическая защита	16	9	25
8	Военно-медицинская подготовка	15	7	22
9	Специальная подготовка	12	5	17
10	Водная подготовка	-	40	40
11	Областной зональный оборонно-спортивный палаточный лагерь	48	-	48
	Всего учебных часов	224	210	434

Целью данной программы является воспитание и развитие молодого человека при формировании специальных компетенций – начальных военно-профессиональных знаний, умений и навыков, и позитивных жизненных ценностей, способствующих успешной социализации и адаптации в обществе.

Задачи программы

- способствовать формированию морально- психологических и физических качеств, необходимых в жизни и для службы в армии;

- воспитывать уважение к культурному и историческому прошлому, к традициям России;
- способствовать формированию у подростков патриотических взглядов, убеждений и ценностей, гражданской ответственности, нравственности, высокой социальной активности
- способствовать формированию у обучающихся деловых качеств, уверенности в себе
- сформировать практические навыки действия в экстремальных ситуациях
- сформировать практические навыки в командовании отделениями и учебными группами
- способствовать совершенствованию практических навыков, углубленных знаний военного дела
- способствовать подготовке и проведению военно-профессиональной ориентации обучающихся на овладение военно-учётной специальностью
- способствовать повышению престижа государственной и, особенно, военной службы

Ожидаемые результаты

Предметные результаты	Метапредметные результаты	Личностные результаты
1) сформированность представлений о военно-патриотического направления в том числе о культуре безопасности как о жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также, как о средстве, повышающем защищенность личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора; 2) знание основ государственной системы, российского законодательства, направленных на защиту населения от внешних и внутренних угроз; 3) сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера,	1) умение самостоятельно определять цели деятельности и составлять планы деятельности; самостоятельно осуществлять, контролировать и корректировать деятельность; использовать все возможные ресурсы для достижения поставленных целей и реализации планов деятельности; выбирать успешные стратегии в различных ситуациях; 2) умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты;	1) российскую гражданскую идентичность, патриотизм, уважение к своему народу, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, прошлое и настоящее многонационального народа России, уважение государственных символов (герб, флаг, гимн); 2) гражданскую позицию как активного и ответственного члена российского общества, осознающего свои конституционные права и обязанности, уважающего закон и правопорядок, обладающего чувством собственного достоинства, осознанно принимающего традиционные национальные и общечеловеческие гуманистические и демократические ценности; 3) готовность к служению Отечеству, его защите; 4) сформированность мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, основанного на диалоге культур, а также различных форм общественного сознания, осознание

а также асоциального поведения; 4) сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности; 5) знание факторов, пагубно влияющих на здоровье человека, исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т.д.); 6) умение предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники; 7) умение применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях; 8) знание основ обороны государства и воинской службы: законодательство об обороне государства и воинской обязанности граждан; права и обязанности гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставные отношения, быт военнослужащих, порядок несения службы и воинские	3) владение навыками познавательной, учебно-исследовательской и проектной деятельности, навыками разрешения проблем; способность и готовность к самостоятельному поиску методов решения практических задач, применению различных методов познания; 4) готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, владение навыками получения необходимой информации из словарей разных типов, умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию, получаемую из различных источников; 5) умение использовать средства информационных и коммуникационных технологий (далее - ИКТ) в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности,	своего места в поликультурном мире; 5) сформированность основ саморазвития и самовоспитания в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества; готовность и способность к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности; 6) толерантное сознание и поведение в поликультурном мире, готовность и способность вести диалог с другими людьми, достигать в нем взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения, способность противостоять идеологии экстремизма, национализма, ксенофобии, дискриминации по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам и другим негативным социальным явлениям; 7) навыки сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности; 8) нравственное сознание и поведение на основе усвоения общечеловеческих ценностей; 9) готовность и способность к образованию, в том числе самообразованию, на протяжении всей жизни; сознательное отношение к непрерывному образованию как условию успешной профессиональной и общественной деятельности; 10) эстетическое отношение к миру, включая эстетику быта, научного и технического творчества, спорта,

ритуалы, строевая, огневая и тактическая подготовка; 9) знание основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе; 10) владение основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях (при травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике.	гигиены, ресурсосбережения, правовых и этических норм, норм информационной безопасности; 6) умение определять назначение и функции различных социальных институтов; 7) умение самостоятельно оценивать и принимать решения, определяющие стратегию поведения, с учетом гражданских и нравственных ценностей; 8) владение языковыми средствами - умение ясно, логично и точно излагать свою точку зрения, использовать адекватные языковые средства;	общественных отношений; 11) принятие и реализацию ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью, неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков; 12) бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью 13) осознанный выбор будущей профессии и возможностей реализации собственных жизненных планов; отношение к профессиональной деятельности как возможности участия в решении личных, общественных, государственных, общенациональных проблем; 14) сформированность экологического мышления, понимания влияния социально-экономических процессов на состояние природной и социальной среды; приобретение опыта эколого-направленной деятельности; 15) ответственное отношение к созданию семьи на основе осознанного принятия ценностей семейной жизни.

Учебный план на первый год обучения.

Наименование разделов, тем и занятий	1 год обучения	
	т	п
1. Общевоинские уставы ВС РФ.	**11**	**-**
Устав внутренней службы.	**8**	**-**
Тема 1. Военнослужащие и взаимоотношения между ними.	***4***	-
Занятие 1.Общие положения. Права военнослужащих. Общие обязанности военнослужащих.	2	-
Занятие 2. Знаки различия и воинские звания военнослужащих сухопутных войск ВС РФ.	2	-
Тема 2. Взаимоотношения между военнослужащими.	***2***	-
Занятие 1. Единоначалие. Командиры (начальники) и подчинённые. Старшие и младшие.	1	-
Занятие 2. О воинской вежливости и поведении военнослужащих.	1	-
Тема 3. Должностные обязанности военнослужащих.	***2***	-
Занятие 1. Обязанности заместителя командира взвода, командира отделения, солдата.	2	-
Строевой устав.	**2**	**-**
Тема 1. Общие положения.	***1***	-
Занятие 1. Строи и управление ими.	1	-
Тема 2. Обязанности командиров и военнослужащих перед построением и в строю.	***1***	-
Занятие 1. Обязанности командиров. Обязанности солдат.	1	-
2. Строевая подготовка.	**-**	**23**
Тема 1. Строевые приёмы и движение без оружия.	-	***14***
Занятие 1. Строевая стойка. Выполнение команд. Повороты на месте.	-	2
Занятие 2. Движение походным и строевым шагом. Движение в составе взвода.	-	6
Занятие 3. Перестроения в составе взвода. Размыкание и смыкание.	-	2
Занятие 4. Повороты в движении.	-	4
Тема 2. Выполнение воинского приветствия, выход из строя и возвращение в строй. Подход к начальнику и отход от него.	-	***6***
Занятие 1. Выполнение воинского приветствия без оружия на месте и в движении. Выход из строя и возвращение в строй. Подход к начальнику и отход от него.	-	6
Тема 2. Строевые приёмы и движение с оружием.	-	***2***
Занятие 1. Строевая стойка с оружием. Выполнение воинского приветствия с оружием на месте и в движении. Повороты и движение с оружием. Зачётное занятие	-	2
3. Физическая подготовка.	**-**	**52**
Тема 1. Выполнение физических заданий на силу, скорость, выносливость.	-	***36***
Тема 2. Сдача контрольных нормативов по физической подготовке.	-	***12***

Тема 3. Разучивание и совершенствование комплексов утренней физической зарядки.	-	***4***
4. Основы рукопашного боя.	3	**38**
Тема 1. История развития рукопашного боя в мире и в России.	***1***	**-**
Тема 2. Основы методики обучения.	***2***	***1***
Занятие 1. Меры безопасности на занятиях рукопашным боем. Команды, подаваемые при обучении рукопашному бою.	1	-
Занятие 2. Наиболее уязвимые места человеческого тела.	1	1
Тема 2. Техника выполнения приёмов рукопашного боя.	**-**	***24***
Занятие 1. Специальные упражнения для разминки.	-	2
Занятие 2. Способы самостраховки без оружия и с оружием: падения, кувырки, перекаты.	-	2
Занятие 3. Стойки и передвижения. Базовые перемещения.	-	2
Занятие 4. Удары руками.	-	2
Занятие 5. Удары ногами. Подкаты.	-	4
Занятие 6. Удары головой.	-	2
Занятие 7. Блокирование ударов. Захваты. Уходы и нырки.	-	4
Занятие 8. Броски.	-	2
Занятие 9. Освобождение от захватов.	-	4
Тема 2. Специальные приёмы.	**-**	***6***
Занятие 1. Обыск противника, связывание и конвоирование.	-	4
Занятие 2. Использование оружия и подручных предметов в рукопашной схватке.	-	2
Тема 3. Защита от вооружённого противника.	**-**	***8***
Занятие 1. Защита от противника, вооружённого пистолетом.	-	2
Занятие 2. Защита от противника, вооружённого палкой, пехотной лопаткой.	-	2
Занятие 3. Защита от противника, вооружённого автоматом.	-	2
Занятие 4. Защита от противника, вооружённого ножом.	-	1
Зачётное занятие по основам рукопашного боя	**-**	***1***
5. Огневая подготовка.	**14**	**32**
Тема 1.Виды стрелкового оружия.	***7***	***14***
Занятие 1. Автомат Калашникова. Тактико-технические характеристики. Основные части и механизмы и их назначение.	2	-
Занятие 2. Порядок неполной разборки и сборки автомата.	-	4
Занятие 3. Приёмы и правила стрельбы из автомата.	-	2
Занятие 4. Пистолет Макарова. Тактико-технические характеристики. Основные части и их назначение.	2	-
Занятие 5. Порядок неполной разборки и сборки пистолета.	-	1
Занятие 6. Приёмы и правила стрельбы из пистолета.	-	2
Занятие 7. Снайперская винтовка Драгунова. Тактико-технические характеристики. Основные части и механизмы и их назначение.	2	-

Занятие 8. Порядок неполной разборки и сборки винтовки.	-	4
Занятие 9. Меры безопасности при обращении с оружием. Чистка, смазка, хранение и сбережение оружия.	1	1
Тема 2. Основы и правила стрельбы.	***2***	***8***
Занятие 1. Явление выстрела. Траектория полета пули. Прямой выстрел.	1	-
Занятие 2. Правильное прицеливание и ошибки при прицеливании. Меры безопасности при проведении стрельб.	1	-
Занятие 3. Выполнение стрельб из пневматического оружия.	-	8
Тема 3. Ручные осколочные гранаты.	***1***	***3***
Занятие 1. Назначение и боевые свойства ручных осколочных гранат РГД-5 и Ф-1. Меры безопасности при обращении с гранатами.	1	-
Занятие 2. Устройство ручных осколочных гранат. Устройство запала УЗРГМ. Работа частей и механизмов гранат.	-	1
Занятие 3. Приёмы и правила заряжания и метания ручных осколочных гранат.	-	2
Тема 4. Противотанковые мины.	***2***	***3***
Занятие 1. Тактико-технические характеристики и устройство противотанковых мин ТМ-59 и ТМ-62. Принцип действия.	2	-
Занятие 2. Порядок и правила установки противотанковых мин. Их маскировка.	-	2
Занятие 3. Поиск и разминирование противотанковых мин.	-	1
Тема5. Противопехотные мины.	***2***	***3***
Занятие 1. Тактико-технические характеристики и устройство противопехотных мин ПОМЗ, ПМН, ПМД. Устройство мин и принцип действия.	2	-
Занятие 2. Порядок и правила установки противопехотных мин. Их маскировка.	-	1
Занятие 3. Поиск и разминирование противопехотных мин.	-	1
Зачётное задание по огневой подготовке	-	1
6. Военная топография.	**2**	**6**
Тема 1. Топографические знаки.	***2***	***6***
Занятие 1. Топографические и пояснительные знаки и их значение.	2	-
Тема 2. Ориентирование.		
Занятие 1. Определение азимута по компасу Измерение расстояний между ориентирами. Составление схемы маршрута. Движение по азимутам.	-	2
Занятие 2. Ориентация карты по местным предметам. Ориентирование и движение по карте.	-	3
Зачётное задание по военной топографии	-	1
7. РХБЗ.	**5**	**11**
Тема 1. Оружие массового уничтожения.	***3***	-
Занятие 1. Ядерное оружие.	1	-
Занятие 2. Химическое оружие.	1	-
Занятие 3. Бактериологическое оружие.	1	-
Тема 2. Средства индивидуальной защиты органов дыхания.	***2***	***2***
Занятие 1. Устройство противогаза ГП-5. Правила ношения и пользования. Пользование неисправным противогазом. Другие виды противогазов.	1	1

Занятие 2. Респираторы. Противопыльные тканевые маски, ватно-марлевые повязки и их изготовление.	1	1
Тема 3. Средства защиты кожи и одежды.	**-**	***6***
Занятие 1. Общевойсковой защитный комплект (ОЗК). Правила и способы надевания и использования.	-	4
Занятие 2. Простейшие средства защиты кожи и одежды.	-	2
Тема 4. Медицинские средства индивидуальной защиты.	**-**	***1***
Занятие 1. Аптечка индивидуальная (АИ-2). Индивидуальный противохимический пакет (ИПП). Пакет перевязочный индивидуальный (ППИ).	-	1
Тема 5. Действия людей в зонах заражения и очагах поражения.	**-**	***1***
Занятие 1. Действия при ядерном взрыве. Действия при нахождении в зоне заражения. Преодоление заражённого участка местности. Санитарная обработка.	-	1
Зачётное занятие по РХБЗ	-	1
8. Военно-медицинская подготовка.	**2**	**13**
Тема 1. Оказание доврачебной помощи раненому.	***2***	***12***
Занятие 1. Доврачебная помощь при ранениях и кровотечениях.	-	4
Занятие 2. Доврачебная помощь при переломах.	-	4
Занятие 3. Доврачебная помощь при шоке, обмороке, ожогах и отморожениях.	1	-
Занятие 4. Доврачебная помощь при остановке сердца и прекращении дыхания.	1	-
Занятие 5. Способы транспортировки раненых.	-	4
Зачётное занятие по военно-медицинской подготовке	-	1
9. Специальная подготовка.	3	***9***
Тема 1. Экипировка военнослужащего.	-	***2***
Занятие 1. Выбор, подгонка и использование вооружения, снаряжения и средств маскировки, необходимых для выполнения боевых задач.	-	2
Тема 2. Маскировка.	-	***1***
Занятие 1. Средства и способы маскировки.	-	1
Тема 3. Использование плащ-палатки.	**-**	***5***
Занятие 1. Индивидуальное применение и использование плащ-палатки.	-	1
Занятие 2. Использование плащ-палаток отделения (взвода) для оборудования простейших укрытий.	-	3
Зачётное занятие по специальной подготовке	-	1
Подготовка к ОСПЛ	3	-
ИТОГО	40	184

Учебный план на первый год обучения разработал:

Руководитель класса:_____Г.Ф.Меньшиков

Программа на первый год обучения.

Наименование разделов, тем и занятий	1 год обучения	
	т	п
1. Общевоинские уставы ВС РФ.	**11**	**-**
Устав внутренней службы.	**8**	**-**
Тема 1. Военнослужащие и взаимоотношения между ними.	***4***	**-**
Занятие 1.Общие положения. Права военнослужащих. Общие обязанности военнослужащих.	2	-
Занятие 2. Знаки различия и воинские звания военнослужащих сухопутных войск ВС РФ.	2	-
Тема 2. Взаимоотношения между военнослужащими.	***2***	**-**
Занятие 1. Единоначалие. Командиры (начальники) и подчинённые. Старшие и младшие.	1	-
Занятие 2. О воинской вежливости и поведении военнослужащих.	1	-
Тема 3. Должностные обязанности военнослужащих.	***2***	**-**
Занятие 1. Обязанности заместителя командира взвода, командира отделения, солдата.	2	-
Строевой устав.	**2**	**-**
Тема 1. Общие положения.	***1***	**-**
Занятие 1. Строи и управление ими.	1	-
Тема 2. Обязанности командиров и военнослужащих перед построением и в строю.	***1***	-
Занятие 1. Обязанности командиров. Обязанности солдат.	1	-
2. Строевая подготовка.	**-**	**23**
Тема 1. Строевые приёмы и движение без оружия.	-	***14***
Занятие 1. Строевая стойка. Выполнение команд. Повороты на месте.	-	2
Занятие 2. Движение походным и строевым шагом. Движение в составе взвода.	-	6
Занятие 3. Перестроения в составе взвода. Размыкание и смыкание.	-	2
Занятие 4. Повороты в движении.	-	4
Тема 2. Выполнение воинского приветствия, выход из строя и возвращение в строй. Подход к начальнику и отход от него.	-	***6***
Занятие 1. Выполнение воинского приветствия без оружия на месте и в движении. Выход из строя и возвращение в строй. Подход к начальнику и отход от него.	-	6
Тема 2. Строевые приёмы и движение с оружием.	-	***2***
Занятие 1. Строевая стойка с оружием. Выполнение воинского приветствия с оружием на месте и в движении. Повороты и движение с оружием. Зачётное занятие	-	2
3. Физическая подготовка.	**-**	**52**
Тема 1. Выполнение физических заданий на силу, скорость, выносливость.	-	***36***

Тема 2. Сдача контрольных нормативов по физической подготовке.	**-**	***12***
Тема 3. Разучивание и совершенствование комплексов утренней физической зарядки.	**-**	***4***
4. Основы рукопашного боя.	3	**38**
Тема 1. История развития рукопашного боя в мире и в России.	***1***	**-**
Тема 2. Основы методики обучения.	***2***	***1***
Занятие 1. Меры безопасности на занятиях рукопашным боем. Команды, подаваемые при обучении рукопашному бою.	1	-
Занятие 2. Наиболее уязвимые места человеческого тела.	1	1
Тема 2. Техника выполнения приёмов рукопашного боя.	**-**	***24***
Занятие 1. Специальные упражнения для разминки.	-	2
Занятие 2. Способы самостраховки без оружия и с оружием: падения, кувырки, перекаты.	-	2
Занятие 3. Стойки и передвижения. Базовые перемещения.	-	2
Занятие 4. Удары руками.	-	2
Занятие 5. Удары ногами. Подкаты.	-	4
Занятие 6. Удары головой.	-	2
Занятие 7. Блокирование ударов. Захваты. Уходы и нырки.	-	4
Занятие 8. Броски.	-	2
Занятие 9. Освобождение от захватов.	-	4
Тема 2. Специальные приёмы.	**-**	***6***
Занятие 1. Обыск противника, связывание и конвоирование.	-	4
Занятие 2. Использование оружия и подручных предметов в рукопашной схватке.	-	2
Тема 3. Защита от вооружённого противника.	**-**	***8***
Занятие 1. Защита от противника, вооружённого пистолетом.	-	2
Занятие 2. Защита от противника, вооружённого палкой, пехотной лопаткой.	-	2
Занятие 3. Защита от противника, вооружённого автоматом.	-	2
Занятие 4. Защита от противника, вооружённого ножом.	-	1
Зачётное занятие по основам рукопашного боя	**-**	***1***
5. Огневая подготовка.	**14**	**32**
Тема 1.Виды стрелкового оружия.	***7***	***14***
Занятие 1. Автомат Калашникова. Тактико-технические характеристики. Основные части и механизмы и их назначение.	2	-
Занятие 2. Порядок неполной разборки и сборки автомата.	-	4
Занятие 3. Приёмы и правила стрельбы из автомата.	-	2
Занятие 4. Пистолет Макарова. Тактико-технические характеристики. Основные части и их назначение.	2	-
Занятие 5. Порядок неполной разборки и сборки пистолета.	-	1
Занятие 6. Приёмы и правила стрельбы из пистолета.	-	2

Занятие 7. Снайперская винтовка Драгунова. Тактико-технические характеристики. Основные части и механизмы и их назначение.	2	-
Занятие 8. Порядок неполной разборки и сборки винтовки.	-	4
Занятие 9. Меры безопасности при обращении с оружием. Чистка, смазка, хранение и сбережение оружия.	1	1
Тема 2. Основы и правила стрельбы.	***2***	***8***
Занятие 1. Явление выстрела. Траектория полета пули. Прямой выстрел.	1	-
Занятие 2. Правильное прицеливание и ошибки при прицеливании. Меры безопасности при проведении стрельб.	1	-
Занятие 3. Выполнение стрельб из пневматического оружия.	-	8
Тема 3. Ручные осколочные гранаты.	***1***	***3***
Занятие 1. Назначение и боевые свойства ручных осколочных гранат РГД-5 и Ф-1. Меры безопасности при обращении с гранатами.	1	-
Занятие 2. Устройство ручных осколочных гранат. Устройство запала УЗРГМ. Работа частей и механизмов гранат.	-	1
Занятие 3. Приёмы и правила заряжания и метания ручных осколочных гранат.	-	2
Тема 4. Противотанковые мины.	***2***	***3***
Занятие 1. Тактико-технические характеристики и устройство противотанковых мин ТМ-59 и ТМ-62. Принцип действия.	2	-
Занятие 2. Порядок и правила установки противотанковых мин. Их маскировка.	-	2
Занятие 3. Поиск и разминирование противотанковых мин.	-	1
Тема5. Противопехотные мины.	***2***	***3***
Занятие 1. Тактико-технические характеристики и устройство противопехотных мин ПОМЗ, ПМН, ПМД. Устройство мин и принцип действия.	2	-
Занятие 2. Порядок и правила установки противопехотных мин. Их маскировка.	-	1
Занятие 3. Поиск и разминирование противопехотных мин.	-	1
Зачётное задание по огневой подготовке	-	1
6. Военная топография.	**2**	**6**
Тема 1. Топографические знаки.	***2***	***6***
Занятие 1. Топографические и пояснительные знаки и их значение.	2	-
Тема 2. Ориентирование.		
Занятие 1. Определение азимута по компасу Измерение расстояний между ориентирами. Составление схемы маршрута. Движение по азимутам.	-	2
Занятие 2. Ориентация карты по местным предметам. Ориентирование и движение по карте.	-	3
Зачётное задание по военной топографии	-	1
7. РХБЗ.	**5**	**11**
Тема 1. Оружие массового уничтожения.	***3***	-
Занятие 1. Ядерное оружие.	1	-

Занятие 2. Химическое оружие.	1	-
Занятие 3. Бактериологическое оружие.	1	-
Тема 2. Средства индивидуальной защиты органов дыхания.	***2***	***2***
Занятие 1. Устройство противогаза ГП-5. Правила ношения и пользования. Пользование неисправным противогазом. Другие виды противогазов.	1	1
Занятие 2. Респираторы. Противопыльные тканевые маски, ватно-марлевые повязки и их изготовление.	1	1
Тема 3. Средства защиты кожи и одежды.	-	***6***
Занятие 1. Общевойсковой защитный комплект (ОЗК). Правила и способы надевания и использования.	-	4
Занятие 2. Простейшие средства защиты кожи и одежды.	-	2
Тема 4. Медицинские средства индивидуальной защиты.	-	***1***
Занятие 1. Аптечка индивидуальная (АИ-2). Индивидуальный противохимический пакет (ИПП). Пакет перевязочный индивидуальный	-	1
Тема 5. Действия людей в зонах заражения и очагах поражения.	-	***1***
Занятие 1. Действия при ядерном взрыве. Действия при нахождении в зоне заражения. Преодоление заражённого участка местности. Сан обработка	-	1
Зачётное занятие по РХБЗ	-	1
8. Военно-медицинская подготовка.	**2**	**13**
Тема 1. Оказание доврачебной помощи раненому.	***2***	***12***
Занятие 1. Доврачебная помощь при ранениях и кровотечениях.	-	4
Занятие 2. Доврачебная помощь при переломах.	-	4
Занятие 3. Доврачебная помощь при шоке, обмороке, ожогах и отморожениях.	1	-
Занятие 4. Доврачебная помощь при остановке сердца и прекращении дыхания.	1	-
Занятие 5. Способы транспортировки раненых.	-	4
Зачётное занятие по военно-медицинской подготовке	-	1
9. Специальная подготовка.	3	***9***
Тема 1. Экипировка военнослужащего.	-	***2***
Занятие 1. Выбор, подгонка и использование вооружения, снаряжения и средств маскировки, необходимых для выполнения боевых задач.	-	2
Тема 2. Маскировка.	-	***1***
Занятие 1. Средства и способы маскировки.	-	1
Тема 3. Использование плащ-палатки.	-	***5***
Занятие 1. Индивидуальное применение и использование плащ-палатки.	-	1
Занятие 2. Использование плащ-палаток отделения (взвода) для оборудования простейших укрытий.	-	3
Зачётное занятие по специальной подготовке	-	1
Подготовка к ОСПЛ	3	-
ИТОГО	40	184

Программу разработал: Г.Ф.Меньшиков
руководитель класса

План мероприятий на первый год обучения в СГ ДПВС «Вымпел»

1. Дневной полевой выход – сентябрь 2023, (дневной - март 2024г)

2. Подготовка и выступление перед учениками начального и среднего звена школы – ноябрь 2023г

3. Подготовка и выступление перед родителями учащихся 5-11 классов – ноябрь-декабрь 2023г
4. Подготовка и проведение мероприятия «День неизвестного солдата» - 4 декабря 2023г. Проведение акции памяти. Подготовка и выступление СГ ДПВС на празднике «День защитника Отечества» - февраль 2024г.

5. Подготовка и выступление СГ ДПВС на 15 февраля – День вывода Советских войск с Афганистана, февраль 2024г.

6. Подготовка и выступление на 9 мая. Акция посвящённая 9 мая. – с 1 по 9 мая 2024г

7. Подготовка и выступление на 22 июня – День памяти и скорби. 22 июня 2024г.

8. Подготовка и выступление на 2 августа – День ВДВ. 2 августа 2024г

10 Подготовка и выступление на 12 августа – День ВВС. 12 августа 2024г

Мониторинг физического развития

На начало 2023 – 2024 учебного года обучающихся СГ ДПВС «Вымпел»

Фамилия Имя Отчество	100 и 60 метров	1000 метров	Метание Гранаты (метры)	Подтягивание на высокой перекладине (отжимание)	Подъём туловища за 1 минуту	Прыжки в длину с места	Наклон вперёд с прямыми ногами в коленях

Руководитель: Меньшиков Г.Ф.

Мониторинг физического развития

На конец 2023 – 2024 учебного года обучающихся СГ ДПВС «Вымпел»

Фамилия Имя Отчество	100 и 60 метров	1000 метров	Метание Гранаты (метры)	Подтягивание на высокой перекладине (отжимание)	Подъём туловища за 1 минуту	Прыжки в длину с места	Наклон вперёд с прямыми ногами в коленях

Руководитель СГ ДПВС «Вымпел» Меньшиков Г.Ф.

Учебный план второго года обучения.

Наименование разделов, тем и занятий	2 год обучения	
	т	п
1. Строевая подготовка.	**-**	**20**
Тема 1. Строевые приёмы и движение без оружия.	**-**	***10***
Занятие 1. Строевая стойка. Выполнение команд. Повороты на месте.	-	2
Занятие 2. Движение походным и строевым шагом. Движение в составе взвода.	-	4
Занятие 3. Перестроения в составе взвода. Размыкание и смыкание.	-	2
Занятие 4. Повороты в движении.	-	2
Тема 2. Выполнение воинского приветствия, выход из строя и возвращение в строй. Подход к начальнику и отход от него.	-	***4***
Занятие 1. Выполнение воинского приветствия без оружия на месте и в движении. Выход из строя и возвращение в строй. Подход к начальнику и отход от него.	-	4
Тема 3. Строевые приёмы и движение с оружием.	-	***6***
Занятие 1. Строевая стойка с оружием. Выполнение воинского приветствия с оружием на месте и в движении. Повороты и движение с оружием.	-	2
Занятие 2. Выполнение приёмов с оружием на месте. Зачётное занятие.	-	4
2. Физическая подготовка.	**-**	**52**
Тема 1. Выполнение физических заданий на силу, скорость, выносливость.	-	***36***
Тема 2. Сдача контрольных нормативов по физической подготовке.	-	***12***
Тема 3. Разучивание и совершенствование комплексов утренней физической зарядки.	-	***4***
3. Основы рукопашного боя.	**-**	**41**
Тема 1. Техника выполнения приёмов рукопашного боя.	**-**	***10***
Занятие 1. Способы самостраховки без оружия и с оружием: падения, кувырки, перекаты.	-	4

Занятие 2. Броски.	-	2
Занятие 3. Освобождение от захватов.	-	4
Тема 2. Специальные приёмы.	**-**	***4***
Занятие 1. Обыск противника, связывание и конвоирование.	-	2
Занятие 2. Использование оружия и подручных предметов в рукопашной схватке.	-	2
Тема 3. Защита от вооружённого противника.	**-**	***16***
Занятие 1. Защита от противника, вооружённого пистолетом.	-	4
Занятие 2. Защита от противника, вооружённого палкой, пехотной лопаткой.	-	4
Занятие 3. Защита от противника, вооружённого автоматом.	-	4
Занятие 4. Защита от противника, вооружённого ножом.	-	3
Зачётное занятие	-	1
Тема 4. Занятия по совершенствованию навыков ведения рукопашного боя.	**-**	***10***
4. Огневая подготовка.	**-**	**28**

Тема 1.Виды стрелкового оружия.	**-**	***15***
Занятие 1. Порядок неполной разборки и сборки автомата.	-	4
Занятие 2. Приёмы и правила стрельбы из автомата.	-	2
Занятие 3. Порядок неполной разборки и сборки пистолета.	-	3
Занятие 4. Приёмы и правила стрельбы из пистолета.	-	2
Занятие 5. Порядок неполной разборки и сборки винтовки.	-	4
Тема 2. Основы и правила стрельбы.	**-**	***8***
Занятие 1. Выполнение стрельб из пневматического оружия.	-	8
Тема 3. Ручные осколочные гранаты.	**-**	***2***
Занятие 3. Приёмы и правила заряжания и метания ручных осколочных гранат.	-	2
Тема 4. Противотанковые мины.	**-**	***3***
Занятие 1. Порядок и правила установки противотанковых мин. Их маскировка.	-	2
Занятие 3. Поиск и разминирование противотанковых мин.	-	1
Тема5. Противопехотные мины.	**-**	***3***
Занятие 1. Порядок и правила установки противопехотных мин. Их маскировка.	-	2
Занятие 2. Поиск и разминирование противопехотных мин. Зачётное занятие по огневой подготовке	-	1
5. Военная топография.	**2**	**6**
Тема 1. Топографические знаки.	***2***	***6***
Занятие 1. Топографические и пояснительные знаки и их значение.	2	-
Тема 2. Ориентирование.		

Занятие 1. Определение азимута по компасу Измерение расстояний между ориентирами. Составление схемы маршрута. Движение по азимутам.	-	2
Занятие 2. Ориентация карты по местным предметам. Ориентирование и движение по карте.	-	3
Зачётное занятие по военной топографии	-	1
6. РХБЗ.	**-**	**9**
Тема 1. Средства индивидуальной защиты органов дыхания.	**-**	***2***
Занятие 1. Устройство противогаза ГП-5. Правила ношения и пользования. Пользование неисправным противогазом. Другие виды противогазов.	-	2
Тема 2. Средства защиты кожи и одежды.	**-**	***4***
Занятие 1. Общевойсковой защитный комплект (ОЗК). Правила и способы надевания и использования.	-	4
Тема 3. Медицинские средства индивидуальной защиты.	**-**	***1***
Занятие 1. Аптечка индивидуальная (АИ-2). Индивидуальный противохимический пакет (ИПП). Пакет перевязочный индивидуальный (ППИ).	-	1

Тема 5. Действия людей в зонах заражения и очагах поражения.	**-**	***1***
Занятие 1. Действия при ядерном взрыве. Действия при нахождении в зоне заражения. Преодоление заражённого участка местности. Санитарная обработка.	-	1
Зачётное занятие по РХБЗ	-	1
7. Военно-медицинская подготовка.	**-**	***7***
Тема 1. Оказание доврачебной помощи раненому.	-	-
Занятие 1. Доврачебная помощь при ранениях и кровотечениях.	-	2
Занятие 2. Доврачебная помощь при переломах.	-	2
Занятие 3. Способы транспортировки раненых.	-	2
Зачётное занятие по военно-медицинской подготовке	-	1
8. Специальная подготовка.	**-**	***5***
Тема 1. Использование плащ-палатки.	**-**	***4***
Занятие 2. Использование плащ-палаток отделения (взвода) для оборудования простейших укрытий.	1	3
Зачётное занятие по специальной подготовке	-	1
9.Водная подготовка.*	**11**	**29**
Тема 1. Введение	***1***	-
Тема 2. Удержание своего тела на водной поверхности	***4***	***4***
Занятие 1. Удержание своего тела на водной поверхности. Правила поведения на воде. Техника безопасности.	2	2
Занятие 2. Паника на воде и её последствия	1	1
Занятие 3. Удержание на воде с помощью предмета, товарища	1	1
Тема 3. Спасательные жилеты. Конец Александрова	***2***	***6***

Занятие 1. Виды спасательных жилетов, кругов. Конец Александрова.	1	-
Занятие 2. Использование спасжилетов и кругов в воде	1	6
Тема 4. Ласты и подводные маски	1	***5***
Занятие 1. Использование ластов и масок на суше и в воде.	1	1
Занятие 2. Преодоление дистанции в ластах любым стилем	-	2
Занятие 3. Преодоление дистанции в ластах и в маске в подводном положении	-	2
Тема 5. Буксировка тонущего товарища к берегу	***3***	***14***
Занятие 1. Умение правильно брать тонущего товарища в воде и плыть к берегу	1	2
Занятие 2. Буксировка тонущего товарища в парах, в тройках	1	3
Занятие 3. Буксировка тонущего товарища на подручных предметах	1	3
Занятие 4. Преодоление дистанции от 500 метров до 1500 метров. Зачётное занятие	-	6
Итого	13	197

- Занятия по водной подготовке проводятся в том случае, если руководитель класса имеет соответствующие навыки в данной дисциплине. Но в конечном итоге слушатели все равно проходят курс обучения с инструктором по плаванию в СОК «Исеть». В случае непрохождения водной подготовки, по независящим от группы причинам, часовая нагрузка водной подготовки распределяется среди других разделов программы по усмотрению руководителя группы.
- Учебный план на второй год обучения разработал:
  Руководитель группы:_____Г.Ф.Меньшиков

Учебный план второго года обучения.

Наименование разделов, тем и занятий	2 год обучения	
	т	п
1. Строевая подготовка.	**-**	**20**
Тема 1. Строевые приёмы и движение без оружия.	**-**	***10***
Занятие 1. Строевая стойка. Выполнение команд. Повороты на месте.	-	2
Занятие 2. Движение походным и строевым шагом. Движение в составе взвода.	-	4
Занятие 3. Перестроения в составе взвода. Размыкание и смыкание.	-	2
Занятие 4. Повороты в движении.	-	2
Тема 2. Выполнение воинского приветствия, выход из строя и возвращение в строй. Подход к начальнику и отход от него.	**-**	***4***
Занятие 1. Выполнение воинского приветствия без оружия на месте и в движении. Выход из строя и возвращение в строй. Подход к начальнику и отход от него.	-	4
Тема 3. Строевые приёмы и движение с оружием.	**-**	***6***
Занятие 1. Строевая стойка с оружием. Выполнение воинского приветствия с оружием на месте и в движении. Повороты и движение с оружием.	-	2
Занятие 2. Выполнение приёмов с оружием на месте. Зачётное занятие.	-	4
2. Физическая подготовка.	**-**	**52**
Тема 1. Выполнение физических заданий на силу, скорость, выносливость.	**-**	***36***
Тема 2. Сдача контрольных нормативов по физической подготовке.	**-**	***12***
Тема 3. Разучивание и совершенствование комплексов утренней физической зарядки.	**-**	***4***
3. Основы рукопашного боя.	**-**	**41**
Тема 1. Техника выполнения приёмов рукопашного боя.	**-**	***10***
Занятие 1. Способы самостраховки без оружия и с оружием: падения, кувырки, перекаты.	-	4
Занятие 2. Броски.	-	2
Занятие 3. Освобождение от захватов.	-	4
Тема 2. Специальные приёмы.	**-**	***4***
Занятие 1. Обыск противника, связывание и конвоирование.	-	2
Занятие 2. Использование оружия и подручных предметов в рукопашной схватке.	-	2
Тема 3. Защита от вооружённого противника.	**-**	***16***
Занятие 1. Защита от противника, вооружённого пистолетом.	-	4
Занятие 2. Защита от противника, вооружённого палкой, пехотной лопаткой.	-	4
Занятие 3. Защита от противника, вооружённого автоматом.	-	4
Занятие 4. Защита от противника, вооружённого ножом.	-	3
Зачётное занятие	-	1
Тема 4. Занятия по совершенствованию навыков ведения рукопашного боя.	**-**	***10***

4. Огневая подготовка.	**-**	**28**
Тема 1.Виды стрелкового оружия.	**-**	***15***
Занятие 1. Порядок неполной разборки и сборки автомата.	-	4
Занятие 2. Приёмы и правила стрельбы из автомата.	-	2
Занятие 3. Порядок неполной разборки и сборки пистолета.	-	3
Занятие 4. Приёмы и правила стрельбы из пистолета.	-	2
Занятие 5. Порядок неполной разборки и сборки винтовки.	-	4
Тема 2. Основы и правила стрельбы.	**-**	***8***
Занятие 1. Выполнение стрельб из пневматического оружия.	-	8
Тема 3. Ручные осколочные гранаты.	**-**	***2***
Занятие 3. Приёмы и правила заряжания и метания ручных осколочных гранат.	-	2
Тема 4. Противотанковые мины.	**-**	***3***
Занятие 1. Порядок и правила установки противотанковых мин. Их маскировка.	-	2
Занятие 3. Поиск и разминирование противотанковых мин.	-	1
Тема5. Противопехотные мины.	**-**	***3***
Занятие 1. Порядок и правила установки противопехотных мин. Их маскировка.	-	2
Занятие 2. Поиск и разминирование противопехотных мин. Зачётное занятие по огневой подготовке	-	1
5. Военная топография.	**2**	**6**
Тема 1. Топографические знаки.	***2***	***6***
Занятие 1. Топографические и пояснительные знаки и их значение.	2	-
Тема 2. Ориентирование.		
Занятие 1. Определение азимута по компасу Измерение расстояний между ориентирами. Составление схемы маршрута. Движение по азимутам.	-	2
Занятие 2. Ориентация карты по местным предметам. Ориентирование и движение по карте.	-	3
Зачётное занятие по военной топографии	-	1
6. РХБЗ.	**-**	**9**
Тема 1. Средства индивидуальной защиты органов дыхания.	**-**	***2***
Занятие 1. Устройство противогаза ГП-5. Правила ношения и пользования. Пользование неисправным противогазом. Другие виды противогазов.	-	2
Тема 2. Средства защиты кожи и одежды.	**-**	***4***
Занятие 1. Общевойсковой защитный комплект (ОЗК). Правила и способы надевания и использования.	-	4
Тема 3. Медицинские средства индивидуальной защиты.	**-**	***1***
Занятие 1. Аптечка индивидуальная (АИ-2). Индивидуальный противохимический пакет (ИПП). Пакет перевязочный индивидуальный (ППИ).	-	1
Тема 5. Действия людей в зонах заражения и очагах поражения.	**-**	***1***
Занятие 1. Действия при ядерном взрыве. Действия при нахождении в зоне заражения. Преодоление заражённого участка местности. Санитарная обработка.	-	1
Зачётное занятие по РХБЗ	-	1
7. Военно-медицинская подготовка.	**-**	***7***
Тема 1. Оказание доврачебной помощи раненому.	-	-
Занятие 1. Доврачебная помощь при ранениях и кровотечениях.	-	2
Занятие 2. Доврачебная помощь при переломах.	-	2
Занятие 3. Способы транспортировки раненых.	-	2
Зачётное занятие по военно-медицинской подготовке	-	1
8. Специальная подготовка.	**-**	***5***
Тема 1. Использование плащ-палатки.	**-**	***4***
Занятие 2. Использование плащ-палаток отделения (взвода) для оборудования простейших укрытий.	1	3

Зачётное занятие по специальной подготовке	-	1
9.Водная подготовка.*	**11**	**29**
Тема 1. Введение	***1***	**-**
Тема 2. Удержание своего тела на водной поверхности	***4***	***4***
Занятие 1. Удержание своего тела на водной поверхности. Правила поведения на воде. Техника безопасности.	2	2
Занятие 2. Паника на воде и её последствия	1	1
Занятие 3. Удержание на воде с помощью предмета, товарища	1	1
Тема 3. Спасательные жилеты. Конец Александрова	***2***	***6***
Занятие 1. Виды спасательных жилетов, кругов. Конец Александрова.	1	-
Занятие 2. Использование спасжилетов и кругов в воде	1	6
Тема 4. Ласты и подводные маски	1	***5***
Занятие 1. Использование ластов и масок на суше и в воде.	1	1
Занятие 2. Преодоление дистанции в ластах любым стилем	-	2
Занятие 3. Преодоление дистанции в ластах и в маске в подводном положении	-	2
Тема 5. Буксировка тонущего товарища к берегу	***3***	***14***
Занятие 1. Умение правильно брать тонущего товарища в воде и плыть к берегу	1	2
Занятие 2. Буксировка тонущего товарища в парах, в тройках	1	3
Занятие 3. Буксировка тонущего товарища на подручных предметах	1	3
Занятие 4. Преодоление дистанции от 500 метров до 1500 метров. Зачётное занятие	-	6
Итого	13	187

Занятия по водной подготовке проводятся в том случае, если руководитель класса имеет соответствующие навыки в данной дисциплине. Но в конечном итоге слушатели все равно проходят курс обучения с инструктором по плаванию в СОК «Исеть». В случае не прохождения водной подготовки, по независящим от группы причинам, часовая нагрузка водной подготовки распределяется среди других разделов программы по усмотрению руководителя группы.

Программу на второй год обучения разработал:

Руководитель группы: _____Г.Ф.Меньшиков

План мероприятий на второй год обучения в СГ ДПВС «Вымпел»

1. Ночной полевой выход – сентябрь 2024, (дневной - март 2025г)

2. Подготовка и выступление перед учениками начального и среднего звена школы – ноябрь 2024г

3. Подготовка и проведение мероприятия «День неизвестного солдата» - 4 декабря 2024г. Проведение акции памяти.

4. Подготовка и выступление СГ ДПВС на празднике «День защитника Отечества» - февраль 2025г.

5. Подготовка и выступление СГ ДПВС на 15 февраля – День вывода Советских войск с Афганистана, февраль 2025г.

6. Подготовка и поездка в г. Тюмень, «Аванпост», для вручения удостоверений окончания курса СГ ДПВС - апрель, май 2025г.

7. Подготовка и выступление на 9 мая. Акция посвящённая 9 мая. – с 1 по 9 мая.

8. Подготовка и выступление на 22 июня – День памяти и скорби. 22 июня 2025г.

Мониторинг физического развития

На начало 2024 – 2025 учебного года обучающихся СГ ДПВС «Вымпел»

Фамилия Имя	100 и 60 метров	1000 метров	Метание Гранаты (метры)	Подтягивание на высокой перекладине (отжимание)	Подъём туловища за 1 минуту	Прыжки в длину с места	Наклон вперёд с прямыми ногами в коленях

Руководитель: Меньшиков Г.Ф.

Мониторинг физического развития

На конец 2024 – 2025 учебного года обучающихся СГ ДПВС «Вымпел»

Фамилия Имя	100 и 60 метров	1000 метров	Метание Гранаты (метры)	Подтягивание на высокой перекладине (отжимание)	Подъём туловища за 1 минуту	Прыжки в длину с места	Наклон вперёд с прямыми ногами в коленях

Руководитель СГ ДПВС «Вымпел» Г.Ф.Меньшиков