

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

Календарно – тематический план
Дополнительная общеразвивающая программа
«Зарница»
2-го года обучения
Группа _____ -3
2024/2025 учебный год

№ темы	Наименование тем программы и тем занятий	Кол-во часов			Формы организации образовательной деятельности	Число и месяц занятия
		Всего	Теория	Прак- тика		
1.	Введение. Знакомство с содержанием ДОП. Обзор первоначальных знаний учащихся.	2	2	-		
Общая физическая подготовка						
2.	Теоретические основы бега и кроссовой подготовки.	2	2	-		
3.	Виды боевых искусств и основы самообороны.	2	2	-		
4.	Техника спринтерского бега.	2	-	2		
5.	Кроссовая подготовка.	2	-	2		
6.	Упражнения на развитие выносливости.	2	-	2		
7.	Эстафета 4x100 метров.	2	-	2		
8.	Упражнения на развитие скоростно-силовых способностей.	2	-	2		
9.	Прыжки в высоту и длину.	2	-	2		
10.	Спортивные игры.	2	-	2		
11.	Тактика и техника ближнего боя.	2	-	2		
12.	Отработка ударов ближнего боя.	2	-	2		
13.	Отработка ударов ближнего боя.	2	-	2		
14.	Основные приемы самозащиты.	2	-	2		
15.	Основные приемы самозащиты.	2	-	2		
16.	Выполнение нормативов ГТО.	2	-	2		
17.	Выполнение нормативов ГТО.	2	-	2		
18.	Учебно-тренировочное соревнование.	2	-	2		
19.	Тестирование	2	-	2		
История России						
20.	Символика РФ. Военные профессии	2	2	-		
21.	Основные военные сражения 15-19 веков.	2	-	2		
22.	Игра «Бегом по Колпино»	2	-	2		
Безопасность человека						
23.	Гражданская оборона страны	2	2	-		

24.	Современные средства индивидуальной защиты.	2	-	2		
25.	Отработка алгоритма действия в ЧС.	2	-	2		
26.	Сдача нормативов по надеванию противогаза на себя и пострадавшего, надевание ОЗК.	2	-	2		
Строевая подготовка						
27.	Техника перестроений в строе.	2	2	-		
28.	Теоретические основы индивидуальной и групповой строевой подготовки.	2	2	-		
29.	Выполнение построения.	2	-	2		
30.	Перестроения: переходы из одного строя в другой, из одной шеренги в две и три, перестроения с уступами.	2	-	2		
31.	Перестроения: из шеренги в колонну, из колонны по одному в колонну по два	2	-	2		
32.	Передвижения: походный (обычный) шаг, шаги на месте, движение бегом, по диагонали, противходом, «змейкой» и т.д.	2	-	2		
33.	Упражнения на размыкание и смыкание.	2	-	2		
34.	Отработка строевого шага.	2	-	2		
35.	Движения с песней.	2	-	2		
36.	Смотр строя	2	-	2		
Основы подготовки к творческим конкурсам и массовым мероприятиям						
37.	Отбор материалов для подготовки к мероприятию.	2	2	-		
38.	Разработка сценария мероприятия.	2	-	2		
39.	Проведение мероприятия (конкурса, постановки) на заданную тему.	2	-	2		
Туристская подготовка						
40.	Безопасность при проведении нестационарных мероприятий.	2	2	-		
41.	Туристские должности в группе. Гид-проводник.	2	2	-		
42.	Ориентирование в походе при помощи карты и других ориентиров.	2	2	-		
43.	Техника и тактика в туристских походах	2	2	-		
44.	Тактика передвижения по пешеходному маршруту.	2	-	2		
45.	Тактика передвижения в водном походе.	2	-	2		
46.	Тактика передвижения в горном походе.	2	-	2		
47.	Тактика передвижения в лыжном походе.	2	-	2		

48.	Приемы страховки и самостраховки.	2	-	2		
49.	Общая физическая и специальная подготовка участников похода.	2	-	2		
50.	Упражнения по преодолению препятствий в специальном туристском снаряжении.	2	-	2		
51.	Основы оказания первой помощи в туристском путешествии.	2	2	-		
52.	Оказание первой помощи подручными средствами	2	-	2		
53.	Алгоритм оказания первой помощи при кровотечениях и ушибах и переломах.	2	2	-		
54.	Алгоритм оказания первой помощи при обморожениях, переохлаждениях, тепловых и солнечных ударах.	2	-	2		
55.	Алгоритм оказания первой помощи при обморожениях, переохлаждениях, тепловых и солнечных ударах.	2	-	2		
56.	Подручные средства транспортировки пострадавшего.	2	-	2		
57.	Подготовка к туристскому путешествию.	2	-	2		
58.	Подготовка схемы маршрута.	2	2	-		
59.	Подготовка личного и группового снаряжения.	2	-	2		
60.	Раскладка продуктов для похода.	2	-	2		
61.	Исследовательская деятельность в походе.	2	2	-		
62.	Исследовательская деятельность в походе.	2	-	2		
63.	Отчет туристского путешествия.	2	-	2		
64.	Ориентирование в закрытом помещении.	2	-	2		
65.	Ориентирование на местности.	2	-	2		
66.	Ориентирование на местности.	2	-	2		
67.	Преодоление туристкой полосы препятствий в закрытом помещении.	2	-	2		
68.	Преодоление туристкой полосы препятствий по пересеченной местности.	2	-	2		
69.	Тестирование «Основы туризма».	2	-	2		
70.	Промежуточное учебное туристское соревнование.	2	-	2		
71.	Итоговое комплексное занятие – учебное соревнование, нормативы ГТО.	2	-	2		
72.	Итоговое комплексное занятие – промежуточное тестирование.	2	-	2		
	Всего	144				

Календарно – тематический план
Дополнительная общеразвивающая программа
«ЗАРНИЦА»
Курс «Медицина»
 2-го года обучения
 Группа _____
 2024/5 учебный год

№	Наименование тем программы и тем занятий	Количество часов			Формы организации образовательной деятельности	Число и месяц занятия
		Всего	Теория	Практика		
1. Панорама профессий по сохранению жизни и здоровья людей						
1.	Цель и задачи курса. Что такое профессиограмма? Беседа о государственных символах России.	1	1	-		
2.	Разнообразие профессий, связанных с сохранением жизни и здоровья людей.	1	-	1		
2. Основные правила оказания первой помощи пострадавшим						
3.	Правовые аспекты оказания ПП пострадавшим. Личная безопасность.	1	1	-		
4.	Перечень состояний, при которых пострадавшим оказывается ПП.	1	-	1		
3. Основные принципы оказания первой помощи пострадавшим						
5.	Перечень мероприятий по оказанию ПП.	1	1	-		
6.	Оценка обстановки и целесообразность оказания ПП	1	-	1		
7.	Оценка состояния пострадавшего	1	-	1		
4. Алгоритм оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях						
8.	Алгоритм оказания первой помощи пострадавшему	1	1	-		
9.	Алгоритм оказания первой помощи пострадавшему	1	-	1		
10.	Группы мероприятий при оказании первой помощи	1	1	-		
11.	Группы мероприятий при оказании первой помощи	1	-	1		
5. Анатомия и физиология костно-мышечной системы человека						
12.	Общие понятия об анатомии и физиологии человека.	1	1	-		
13.	Анатомия и физиология костно-мышечной системы человека.	1	-	1		
6. Десмургия. Аптечка для оказания первой помощи						
14.	Асептика и антисептика.	1	1	-		
15.	Разнообразие и правила наложения бинтовых повязок.	1	-	1		
16.	Наложение бинтовых повязок на плечо, предплечье.	1	-	1		
17.	Наложение бинтовых повязок на кисть.	1	-	1		

18.	Наложение бинтовых повязок при повреждениях лучезапястного сустава.	1	-	1		
19.	Наложение бинтовых повязок при повреждении локтевого сустава.	1	-	1		
20.	Наложение бинтовых повязок на голову.	1	-	1		
21.	Аптечка для оказания ПП.	1	1	-		
7. Иммобилизация при травмах различной локализации						
22.	Правила иммобилизации конечностей.	1	1	-		
23.	Особенности иммобилизации верхних конечностей.	1	-	1		
24.	Особенности иммобилизации нижних конечностей.	1	-	1		
8. Транспортировка пострадавших при различных состояниях						
25.	Способы транспортировки пострадавшего.	1	1	-		
26.	Особенности транспортировки при различных состояниях пострадавшего.	1	-	1		
27.	Правила безопасности при транспортировке пострадавшего.	1	-	1		
9. Первая помощь при ранениях						
28.	Классификация и признаки ранений.	1	1	-		
29.	ПП при ранениях головы.	1	-	1		
30.	ПП при ранениях конечностей.	1	-	1		
10. Съедобные ягоды и грибы						
31.	Признаки съедобных и несъедобных растений, ягод и грибов.	1	1	-		
11. Школа помощи						
32.	Теория первой помощи.	1	1	-		
33.	Практика первой помощи.	1	-	1		
34.	Игра «Оцени! Определи! Помоги!»	1	-	1		
12. Из истории военно-полевой хирургии						
35.	Из истории развития травматологии.	1	1	-		
36.	Из истории военно-полевой хирургии.	1	-	1		
Всего количество часов по программе:		36	13	23		

Календарно – тематический план
Дополнительная общеразвивающая программа
«Зарница»
Курс «По страницам истории Отечества»
2-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.	Символы России как основа становления государственности .	1	1	-		
2.	Михаил Илларионович Кутузов — главнокомандующий русской армией, другие знаменитые полководцы: князь Багратион, генерал Раевский.	1	-	1		
3.	Отечественная война 1812 года. Мужество русских солдат.	1	1	-		
4.	Бородинская битва. Московский пожар.	1	-	1		
5.	Гибель армии Наполеона.	1	-	1		
6.	Герои партизанской войны: Герасим Курин, Денис Давыдов, Василиса Кожина, Архип Семенов и другие.	1	-	1		
7.	Герои 1812 года	1	-	1		
8.	Герои 1812 года	1	-	1		
9.	История флагов и стягов России.	1	1			
10.	Боевые стяги и знамена существовали на Руси еще в древности .	1	-	1		
11.	Первый русский флаг.	1	-	1		
12.	Флаг царя Московского.	1	-	1		
13.	Флаг Российской Империи.	1	-	1		
14.	Разгром турецкого флота адмиралом Нахимовым. Героическая оборона Севастополя.	1	1	-		
15.	Разгром турецкого флота адмиралом Нахимовым.	1	-	1		
16.	Героическая оборона Севастополя.	1	-	1		
17.	Падение Порт-Артура, гибель крейсера «Варяг». Первая мировая война и участие в ней России. Героизм и самоотверженность русских солдат.	1	-	1		

18.	Падение Порт-Артура, гибель крейсера «Варяг». Первая мировая война и участие в ней России. Героизм и самоотверженность русских солдат.	1	-	1		
19.	Создание нового государства — Российской Федерации (РСФСР).	1	1	-		
20.	Создание нового государства — Российской Федерации (РСФСР).	1	-	1		
21.	Создание Красной армии.	1	1			
22.	Командиры Красной армии: М.Н. Тухачевский, М.В. Фрунзе, М. Буденный, В.И. Чапаев.	1	1	-		
23.	Создание Красной армии.	1	-	1		
24.	Создание Красной армии.	1	-	1		
25.	Командиры Красной армии: М.Н. Тухачевский, М.В. Фрунзе, М. Буденный, В.И. Чапаев.	1	-	1		
26.	Командиры Красной армии: М.Н. Тухачевский, М.В. Фрунзе, М. Буденный, В.И. Чапаев.	1	-	1		
27.	Мероприятия по укреплению обороноспособности страны.	1	1	1		
28.	Развитие новой промышленности. Танк — Т-34, автомат Калашникова	1	1	-		
29.	Мероприятия по укреплению обороноспособности страны.	1	-	1		
30.	Развитие новой промышленности. Танк — Т-34, автомат Калашникова	1	-	1		
31.	Начало Великой Отечественной войны.	1	1	-		
32.	Героическая оборона Брестской крепости.	1	1	-		
33.	Создание государственного комитета обороны.	1	-	1		
34.	Начало Великой Отечественной войны.	1	-	1		
35.	Героическая оборона Брестской крепости.	1	-	1		
36.	Создание государственного комитета обороны.	1	-	1		
	Всего	36				