

УТВЕРЖДЕН
Приказом ДТДиМ
от 30.05.2023г. № 307-ОД

Календарно – тематический план
Дополнительная общеразвивающая программа
«Орлёнок»
1-го года обучения
Группа 119-О
2023/2024 учебный год
П.д.о. Николаев Юрий Николаевич

№ п/п	Наименование тем программы и тем занятий	Кол-во часов			Формы организации образователь- ной деятельности	Число и месяц занятия
		Всего	Тео- рия	Прак- тика		
1.	Введение. Знакомство с содержанием ДОП. Обзор первоначальных знаний учащихся.	2	2	-	Аудиторно	04.09.2023
Курс №1 «Основы подготовки к ВДЮВСи «Орлёнок»						
1.1. Общая физическая подготовка						
2.	Физическая культура: влияние легкоатлетических упражнений на укрепление здоровья и основные системы организма	2	2	-	Аудиторно	05.09.2023
3.	Основы техники выполнения легкоатлетических упражнений	2	-	2	Аудиторно	11.09.2023
4.	Правила техники безопасности при занятиях легкой атлетикой	2	2	-	Аудиторно	12.09.2023
5.	Отработка легкоатлетических упражнений в парах	2	-	2	Аудиторно	18.09.2023
6.	Кроссовая подготовка	2	-	2	Аудиторно	19.09.2023
7.	Спортивные игры	2	-	2	Аудиторно	25.09.2023
8.	Эстафета с элементами легкоатлетических упражнений	2	-	2	Аудиторно	26.09.2023
9.	Тестирование «Легкая атлетика в физической подготовке подростков»	2	-	2	Аудиторно	02.10.2023
10.	Итоговое учебное соревнование	2	-	2	Аудиторно	03.10.2023
1.2. Безопасность и защита человека						
11.	Безопасность жизнедеятельности. Основные понятия БЖД. Принципы и методы достижения безопасности	2	2	-	Аудиторно	09.10.2023
12.	Вредные вещества, их классификация. Влияние вредных веществ на организм человека	2	-	2	Аудиторно	10.10.2023
13.	Понятия «опасная ситуация» и «экстремальная ситуация»	2	2	-	Аудиторно	16.10.2023
14.	Классификация чрезвычайных ситуаций	2	2	-	Аудиторно	17.10.2023
15.	Классификация природных и социальных опасностей	2	-	2	Аудиторно	23.10.2023
16.	Средства индивидуальной защиты	2	-	2	Аудиторно	24.10.2023
17.	Алгоритм оказания первой помощи при несчастных случаях в экстремальных ситуациях	2	-	2	Аудиторно	30.10.2023

18.	Тестирования «Основы безопасности в природной и антропогенной среде»	2	-	2	Аудиторно	31.10.2023
1.3. Строевая подготовка						
19.	Строевые упражнения и команды	2	2	-	Аудиторно	07.11.2023
20.	Одиночная строевая подготовка	2	-	2	Аудиторно	13.11.2023
21.	Построение в шеренгу, колонну. Перестроения	2	-	2	Аудиторно	14.11.2023
22.	Повороты «Налево!», «Направо!», «Кругом!». Строевой шаг. Походный шаг	2	-	2	Аудиторно	20.11.2023
23.	Выполнение команд «пол-оборота направо», «пол-оборота налево», «полшага», «полный шаг».	2	-	2	Аудиторно	21.11.2023
24.	Размыкания приставными шагами по фронту из колонны по три.	2	-	2	Аудиторно	27.11.2023
25.	Размыкание колонны по три (четыре) в одну сторону.	2	-	2	Аудиторно	28.11.2023
26.	Размыкание колонны по три (четыре) от середины или в другую сторону с поворотами.	2	-	2	Аудиторно	04.12.2023
27.	Движение с песней.	2	-	2	Аудиторно	05.12.2023
28.	Смотр строя	2	-	2	Аудиторно	11.12.2023
1.4. Огневая подготовка						
29.	Техника безопасности при обращении со стрелковым оружием	2	2	-	Аудиторно	12.12.2023
30.	Явления выстрела. Начальная скорость пули. Отдача оружия. Образование траектории	2	-	2	Аудиторно	18.12.2023
31.	Пробивное и убийное действие пули. Прямой выстрел и его практическое значение.	2	2	-	Аудиторно	19.12.2023
32.	Прикрытое, поражаемое и мертвое пространство	2	-	2	Аудиторно	25.12.2023
33.	Элементы наводки. Выбор прицела и точки прицеливания при стрельбе по неподвижным целям	2	-	2	Аудиторно	26.12.2023
34.	Техника дыхания при стрельбе	2	-	2	Аудиторно	09.01.2024
35.	Практическая стрельба	2	-	2	Аудиторно	15.01.2024
36.	Итоговые учебные соревнования по практической стрельбе	2	-	2	Аудиторно	16.01.2024
1.5. Основы воинских знаний						
37.	Государственные символы Российской Федерации	2	-	2	Аудиторно	22.01.2024
38.	Вооруженные силы Российской Федерации: структура, назначение, современное состояние	2	2	-	Аудиторно	29.01.2024
39.	Общевойские уставы ВС РФ	2	2	-	Аудиторно	30.01.2024
40.	Особенности прохождения военной службы по призыву, по контракту, женщин	2	-	2	Аудиторно	05.02.2024
41.	Современное вооружение армии и флота РФ	2	2	-	Аудиторно	06.02.2024
42.	Боевые традиции Вооруженных сил и символы воинской части	2	-	2	Аудиторно	12.02.2024
1.6. Основы подготовки к творческим конкурсам						
43.	Подбор и систематизация материалов, разработка сценария мероприятия	2	2	-	Аудиторно	13.02.2024
44.	Патриотическая песня, литературно-музыкальная композиция	2	-	2	Аудиторно	19.02.2024
45.	Визитная карточка команды	2	-	2	Аудиторно	20.02.2024

Курс №2 «Туристская подготовка»						
46.	Нормативная база, регламентирующая проведение нестационарных мероприятий.	2	2	-	Аудиторно	26.02.2024
47.	Основы безопасности при проведении нестационарных мероприятий.	2	2	-	Аудиторно	27.02.2024
48.	Тактика движения и техника преодоления естественных препятствий в походе	2	2	-	Аудиторно	04.03.2024
49.	Упражнения по преодолению препятствий в специальном туристском снаряжении.	2	-	2	Аудиторно	05.03.2024
50.	Тактика и техника в походах различного типа	2	-	2	Аудиторно	11.03.2024
51.	Приемы страховки и самостраховки	2	-	2	Аудиторно	12.03.2024
52.	Учебное соревнование «Техника пешеходного туризма»	2	-	2	Аудиторно	18.03.2024
53.	Личное и групповое снаряжение	2	-	2	Аудиторно	19.03.2024
54.	Гигиена в нестационарных мероприятиях	2	2	-	Аудиторно	25.03.2024
55.	Питание в походе	2	-	2	Аудиторно	26.03.2024
56.	Выбор маршрута. Работа с картой, планом местности	2	2	-	Аудиторно	01.04.2024
57.	Топографические знаки	2	-	2	Аудиторно	02.04.2024
58.	Основы ориентирования	2	-	2	Аудиторно	08.04.2024
59.	Ориентирование по карте, по компасу, по азимуту, погрешности в ориентировании	2	-	2	Аудиторно	09.04.2024
60.	Знаки бедствия. Азбука Морзе	2	-	-	Аудиторно	15.04.2024
61.	Топографический диктант	2	-	2	Аудиторно	16.04.2024
62.	Учебное соревнование по ориентированию на местности, в закрытом помещении	2	-	2	Аудиторно	22.04.2024
63.	Специальная физическая подготовка	2	-	2	Аудиторно	23.04.2024
64.	Основы оказания первой помощи в походе	2	2	-	Аудиторно	27.04.2024
65.	Оказание первой помощи подручными средствами	2	-	2	Аудиторно	06.05.2024
66.	Определение запасного маршрута в походе	2	2	-	Аудиторно	07.05.2024
67.	Основы скалолазания. Преодоление полосы препятствий на скалодроме «Болдуинг»	2	-	2	Аудиторно	13.05.2024
68.	Квест «Идем в поход!»	2	-	2	Аудиторно	14.05.2024
69.	Комплексное туристское соревнование	2	-	2	Аудиторно	20.05.2024
70.	Учебно-тренировочный сбор (поход)	2	-	2	Аудиторно	21.05.2024
71.	<i>Тестирование по итогам освоения программы 1-го года обучения</i>	2	-	2	Аудиторно	27.05.2024
72.	<i>Итоговое учебное соревнование</i>	2	-	2	Аудиторно	28.05.2024
	Всего	144				