

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 20»

Рассмотрено:
Школьным методическим объединением
классных руководителей
Руководитель ШМО Понеделина Э.В.
Протокол от 27.08.2026 г. №1

Утверждено:
Приказом директора МБОУ «Средняя
общеобразовательная школа №20»
г. Черногорска
от 28.08.2026 №51

Рабочая программа

Комбат, 7 класс
название курса, класс

Орлов Евгений Владимирович,
педагог дополнительного образования

Пояснительная записка

Актуальность. В условиях развития юнармейского движения и военно-патриотического воспитания в образовательных организациях возникает потребность в программах, которые сочетают теоретическую подготовку с военно-прикладной физической тренировкой. Программа «Комбат» даёт обучающимся 7 класса первичные знания об устройстве Вооружённых Сил РФ, воинских уставах и видах боевых действий, а также формирует базовые навыки самозащиты и действий в чрезвычайных ситуациях. Программа готовит обучающихся к посвящению в юнармейцы и участию в показательных выступлениях.

Содержание программы опирается на положения уставов Вооружённых Сил Российской Федерации и соответствует требованиям ФГОС основного общего образования в части формирования личностных и метапредметных результатов.

Физическая подготовка носит военно-прикладной характер. Обучающиеся осваивают боевую стойку и уход с линии атаки как базовый способ защиты, затем последовательно отрабатывают шесть приёмов: три — защита от удара ножом (от удара в грудь, сверху, снизу), два — защита от удара штыком, один — защита от удара прикладом. После отработки приёмов изучается освобождение от захвата. Все практические занятия проводятся с тренировочным инвентарём (имитационные ножи, макеты автомата) под руководством педагога. Нанесение реальных ударов запрещено — все приёмы отрабатываются по обозначению.

Цель программы — формирование у обучающихся патриотического сознания, базовых военно-прикладных физических навыков и устойчивого интереса к военному делу и истории Отечества.

Задачи:

- **Обучающие:** познакомить с видами и родами войск ВС РФ, основами боевых действий, воинскими уставами; обучить боевой стойке, уходу с линии атаки, шести базовым приёмам защиты (три от ножа, два от штыка, один от приклада), приёмам освобождения от захвата; сформировать первичные навыки тактической медицины, ориентирования и полевых узлов.
- **Развивающие:** развивать координацию движений, быстроту реакции, силу и выносливость; развивать способность действовать в команде, принимать решения в нестандартных ситуациях.
- **Воспитательные:** воспитывать дисциплинированность, взаимовыручку, уважение к государственным символам и воинским традициям, чувство патриотизма.

Учебный план

№	Раздел	Количество часов
1	Вводное занятие. Виды боевых действий, виды и рода войск, уставы ВС РФ	1
2	Военно-прикладная физическая подготовка	9
3	Подготовка к посвящению в юнармейцы. Показательные выступления	2
4	Основы тактической медицины	2
5	Военная топография и полевые навыки	2
6	Итоговое занятие	1
	Итого	17

Календарный учебный план

№	Дата	Тема занятия	Содержание занятия	Форма контроля
1		Вводное занятие. Виды боевых действий, виды и рода войск, уставы ВС РФ	Виды ВС РФ (Сухопутные войска, ВВС, ВМФ, РВСН, ВДВ) и рода войск. Основные виды боя: наступление, оборона, встречный бой. Уставы ВС РФ как закон армейской жизни: Строевой, Дисциплинарный, Внутренний, Устав гарнизонной и караульной службы. Инструктаж по технике безопасности.	Беседа, устный опрос
2		Боевая стойка, уход с линии атаки, основы защиты от удара	Боевая стойка: положение корпуса, рук, ног, головы, перенос веса тела. Перемещения в боевой стойке. Понятие линии атаки. Уход с	Практический показ

№	Дата	Тема занятия	Содержание занятия	Форма контроля
		ножом	линии атаки уклоном, шагом, поворотом корпуса. Демонстрация трёх приёмов защиты от удара ножом: от удара в грудь (отбив предплечьем наружу с уходом), от удара сверху (блок предплечьем вверх с уклоном), от удара снизу (отбив предплечьем вниз с уходом назад, захват руки с ножом). Краткая отработка каждого приёма по разделениям.	
3		Отработка приёма: защита от удара ножом в грудь	Обозначение колющего удара имитационным ножом в грудь. Детальная отработка приёма: отбив предплечьем наружу с одновременным уходом шагом влево. Положение предплечья, угол отбива, точка контакта. После отбива — захват руки с ножом. Отработка по разделениям: по счёту, медленно, затем в темпе. Работа в парах: один обозначает удар, второй защищается.	Практический показ, индивидуальная коррекция
4		Отработка приёма: защита от удара ножом сверху	Обозначение удара имитационным ножом сверху вниз. Детальная отработка приёма: блок предплечьем вверх над головой с уклоном корпуса. Положение предплечья, высота блока, направление уклона. После блока — сбив руки с ножом вниз, переход к захвату. Отработка по разделениям: по счёту, медленно, в темпе. Работа в парах с постепенным ускорением.	Практический показ, индивидуальная коррекция
5		Отработка приёма: защита от удара ножом снизу	Обозначение удара имитационным ножом снизу вверх. Детальная отработка приёма: отбив предплечьем вниз-наружу с уходом назад шагом. Положение предплечья, угол отбива, дистанция после ухода. После отбива — захват руки с ножом, контроль оружия. Отработка по разделениям: по счёту, медленно, в темпе. Работа в парах.	Практический показ, индивидуальная коррекция
6		Отработка приёма: защита от удара штыком — приём 1	Обозначение прямого укола штыком макета автомата. Детальная отработка приёма: отбив макета влево с уходом влево и захватом цевья. Положение руки при отбиве, точка захвата, контроль оружия противника. Отработка по разделениям: по счёту, медленно, в темпе. Работа в парах с макетом.	Практический показ, индивидуальная коррекция
7		Отработка приёма: защита от удара штыком — приём 2	Обозначение укола штыком с переводом (с другой стороны). Детальная отработка приёма: уклон вправо с уходом и захватом ствола. Положение корпуса при уклоне, точка захвата, переход к контролю оружия. Отработка по разделениям: по счёту, медленно, в темпе. Работа в парах с макетом.	Практический показ, индивидуальная коррекция
8		Отработка приёма: защита от удара прикладом	Обозначение удара прикладом макета автомата сбоку. Детальная отработка приёма: уклон с подшагиванием, блок предплечьем, захват за цевьё. Положение корпуса при уклоне, точка блока, переход к захвату и контролю оружия. Отработка по разделениям: по счёту, медленно, в	Практический показ, индивидуальная коррекция

№	Дата	Тема занятия	Содержание занятия	Форма контроля
			темпе. Работа в парах с макетом.	
9		Освобождение от захвата	Освобождение от захвата за корпус спереди, за руки, за одежду. Базовые приёмы: рывок, вращение, рычаг. Комбинации освобождения с уходом с линии атаки и переходом к контрдействию. Отработка по разделениям в парах: один захватывает, второй освобождается.	Практический показ
10		Зачёт по физической подготовке	Итоговый зачёт по всем элементам: боевая стойка, уходы с линии атаки, шесть приёмов защиты (три от ножа, два от штыка, один от приклада), освобождение от захвата. Индивидуальный показ.	Зачёт по элементам
11		Подготовка к посвящению в юнармейцы. Разучивание показательной программы	Изучение сценария посвящения. Разучивание комплекса показательных упражнений: боевые стойки, уходы с линии атаки, защита от ножа и автомата, освобождение от захвата. Распределение ролей и порядка выступления.	Репетиция
12		Отработка показательного выступления	Комплексная отработка показательного выступления для ритуала посвящения. Согласование действий группы, синхронность, чёткость. Отработка в формате выступления.	Репетиция (сдача комплекса)
13		Основы тактической медицины. Остановка кровотечения, наложение жгута	Виды кровотечений. Правила наложения кровоостанавливающего жгута. Точки прижатия артерий. Отработка наложения жгута на время. Первичные действия при ранении.	Практический показ, норматив
14		Основы тактической медицины. Повязки, транспортировка раненого	Наложение первичных повязок: голова, конечности. Способы транспортировки условно раненого: на руках, волоком, на плащ-палатке. Отработка в парах и группах.	Практический показ, норматив
15		Военная топография. Ориентирование на местности	Компас и его устройство. Определение сторон горизонта. Азимут. Определение азимута на объект. Ориентирование по карте. Практическая отработка на местности (на территории школы).	Практический показ
16		Полевые навыки. Узлы и их практическое применение	Назначение и виды полевых узлов: прямой, проводник, восьмёрка, булинь. Отработка вязки узлов. Применение узлов для крепления, связывания, страховки. Практическая отработка.	Практический показ, норматив
17		Итоговое занятие. Комплексный зачёт	Комплексный зачёт по программе: проверка знаний (виды и рода войск, уставы), физических навыков (боевая стойка, уходы, шесть приёмов защиты, освобождение от захвата), тактической медицины и полевых навыков. Подведение итогов.	Итоговый зачёт

Содержание программы

Раздел 1. Вводное занятие (1 ч)

Теоретическое занятие. Знакомство с видами и родами войск ВС РФ, основными видами боя (наступление, оборона, встречный бой). Уставы ВС РФ как закон армейской жизни: Строевой, Дисциплинарный, Внутренний, Устав гарнизонной и караульной службы. Инструктаж по технике безопасности при работе с тренировочным инвентарём.

Раздел 2. Военно-прикладная физическая подготовка (9 ч)

Занятие 2 — объединённое вводно-демонстрационное: боевая стойка, уход с линии атаки, демонстрация трёх приёмов защиты от ножа с краткой отработкой каждого. Занятия 3–8 — отработка по одному приёму на занятие с детальной проработкой элементов: положение корпуса, рук, точка контакта, уход после приёма, захват и контроль оружия. Занятие 9 — освобождение от захвата (рывок, вращение, рычаг, комбинации с уходом). Занятие 10 — итоговый зачёт по всем разученным приёмам.

Раздел 3. Подготовка к посвящению в юнармейцы (2 ч)

Разучивание и отработка комплекса показательных упражнений для ритуала посвящения. Согласование действий группы, синхронность, чёткость. Отработка в формате выступления.

Раздел 4. Основы тактической медицины (2 ч)

Виды кровотечений, правила наложения жгута, точки прижатия артерий. Наложение первичных повязок (голова, конечности). Способы транспортировки раненого: на руках, волоком, на плащ-палатке. Отработка на время.

Раздел 5. Военная топография и полевые навыки (2 ч)

Устройство компаса, определение сторон горизонта, азимут. Ориентирование по карте, практическая отработка на местности. Вязка полевых узлов: прямой, проводник, восьмёрка, булинь. Практическое применение узлов.

Раздел 6. Итоговое занятие (1 ч)

Комплексный зачёт по всем разделам программы. Проверка теоретических знаний и практических навыков. Подведение итогов.

Планируемые результаты

Личностные:

- формирование чувства патриотизма и уважения к истории Отечества и воинским традициям;
- развитие дисциплинированности, ответственности и самостоятельности;
- формирование коммуникативных навыков и умения работать в коллективе;
- формирование готовности к действиям в нестандартных ситуациях.

Метапредметные:

- умение планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей;
- способность к взаимному контролю и оценке результатов;
- развитие координации, быстроты реакции, выносливости;
- умение ориентироваться на местности и применять первичные навыки первой помощи.

Предметные:

- знание видов и родов войск ВС РФ, основных видов боя, назначения воинских уставов;
- уверенное выполнение боевой стойки, перемещений, уходов с линии атаки;
- владение тремя базовыми приёмами защиты от удара ножом (от удара в грудь, сверху, снизу);
- владение тремя приёмами защиты от удара автоматом (два штыком, один прикладом);
- владение базовыми приёмами освобождения от захвата;
- умение накладывать кровоостанавливающий жгут и первичные повязки;
- умение транспортировать условно раненого;
- умение ориентироваться по компасу, определять азимут;
- владение базовыми полевыми узлами.

Методическое обеспечение

Раздел	Формы и методы	Дидактические материалы
Теоретические занятия	Беседа, объяснение, демонстрация	Схемы видов и родов войск, тексты уставов, плакаты, видеоматериалы
Военно-прикладная физическая подготовка	Показ, упражнение, отработка по разделениям, работа в парах	Имитационные ножи, макеты автомата, гимнастические коврики
Подготовка к показательным выступлениям	Репетиция, комплексная отработка	Сценарий ритуала, площадка для выступления, звуковая аппаратура
Тактическая медицина	Показ, практическая отработка, норматив на время	Жгуты, бинты, тренажёры для наложения повязок, плащ-палатка

Раздел	Формы и методы	Дидактические материалы
Военная топография и полевые навыки	Практическая отработка на местности, работа с компасом и картой	Компасы, топографические карты, верёвки для вязки узлов
Контрольные занятия	Зачёт, показательное выступление	Оценочные листы, бланки нормативов

Материально-техническое обеспечение

- Спортивная площадка или спортивный зал с гимнастическими ковриками;
- Имитационные ножи (пластиковые или резиновые) — 5–10 шт.;
- Макеты автомата (деревянные или пластиковые) — 2–5 шт.;
- Кровоостанавливающие жгуты — 5–10 шт.;
- Бинты стерильные (комплект);
- Тренажёр для наложения повязок или манекен;
- Плащ-палатка для отработки транспортировки;
- Компасы — 5–10 шт.;
- Топографические карты местности;
- Верёвки для вязки узлов (5–10 шт., длина 2–3 м);
- Плакаты и схемы по видам и родам войск, уставам ВС РФ;
- Аппаратура для воспроизведения звука (для показательных выступлений);
- Единообразная форма одежды обучающихся.

Формы аттестации и оценочные материалы

Промежуточный контроль проводится в форме практических зачётов по разделам (занятия 10 и 17). Итоговый контроль — комплексный зачёт по всем разделам программы.

Критерии оценки практических приёмов (3-балльная система):

- **3 балла** — приём выполнен без ошибок, технически грамотно, в заданном темпе;
- **2 балла** — одна техническая ошибка (неточность положения, замедление);
- **1 балл** — две ошибки, нарушение последовательности действий;
- **0 баллов** — приём не выполнен или выполнен с тремя и более ошибками.

Нормативы по тактической медицине:

- Наложение жгута — не более 25 секунд;
- Наложение повязки на голову — не более 30 секунд;
- Вязка узла (на выбор: прямой, проводник, восьмёрка, булинь) — не более 15 секунд.

Правила техники безопасности

Все практические занятия по физической подготовке проводятся только под руководством педагога. Использование тренировочного инвентаря (имитационных ножей, макетов автомата) допускается исключительно для обозначения приёмов — нанесение реальных ударов запрещено. Обучающиеся обязаны соблюдать дистанцию, выполнять команды педагога немедленно. При отработке приёмов освобождения от захвата и падениях используются гимнастические коврики. Занятия по тактической медицине проводятся с медицинским инвентарём, не представляющим опасности для обучающихся.

Основное изменение: занятия 2, 3 и 4 из предыдущей версии объединены в одно вводно-демонстрационное (занятие 2), а освободившиеся часы пошли на индивидуальную отработку — теперь каждый из шести приёмов (три от ножа, два от штыка, один от приклада) получает отдельное занятие с детальной проработкой. Колонка «Дата» пустая. Если нужно что-то скорректировать — скажите.