Кружок "Будущий воин"

**Физическая подготовка**.

1. Подтягивание на перекладинах.
2. Выход силой одной и двумя руками.
3. Подъем переворотом.
4. Упражнения со штангой, гирями, гантелями
5. Кроссовая подготовка 3 км.

**Строевая подготовка.**

1. Отработка строевого шага.
2. Повороты в движении.

**Огневая подготовка.**

1. Назначения и боевые свойства АКМ