

A-15774

NSVL RIIGIKAITSE RAHVAKOMISSARIAADI ÜLDISE  
SÕJALISE VÄLJAÕPPE PEAVALITSUS

---

SÕJALISE  
JA KEHALISE ETTEVALMISTUSE  
ÕPPEKAVAD

ALGKOOLOIDE, MITTETÄIELIKE JA TÄIELIKE KESK-  
KOOLOIDE 1.—10. KLASSI JA TEHNIKUMIDE I, II JA  
III KURSUSE ÕPILASTELE 1945/46. ÕPPEAASTA  
ESIMESE VEERANDI PEALE

RK  
„PEDAGOOGILINE KIRJANDUS“  
TALLINN, 1945.

RIIKIKATSE RAHVAMÕÕPARIADITSE  
SOJAISTE VALJAKOOL

SOJALISE

KA KEHALISE ETTEVÄHISTUSE

# OPPEKAVAD

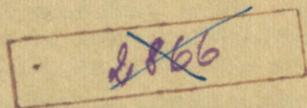
SOJALISE KEHALISE ETTEVÄHISTUSE  
MÕÕPARIADITSE RAHVAMÕÕPARIADITSE  
SOJAISTE VALJAKOOL

NSVL RIIGIKAITSE RAHVAKOMISSARIAADI ÜLDISE  
SÕJALISE VÄLJAÕPPE PEAVALITSUS

---

SÕJALISE  
JA KEHALISE ETTEVALMISTUSE  
ÕPPEKAVAD

ALGKOOLIDE, MITTETÄIELIKE JA TÄIELIKE KESK-  
KOOLIDE 1.—10. KLASSI JA TEHNİKUMIDE I, II JA  
III KURSUSE ÕPILASTELE 1945/46. ÕPPEAASTA  
ESIMESE VEERANDI PEALE



RK  
„PEDAGOOGILINE KIRJANDUS“  
TÄLLINN, 1945.

Sundeksemplar

2



A-15774

Vastutav toimetaja O. Sepp. Ladumisele antud 27. VIII 1945. Trükkimisele antud 12. IX 1945.  
Paber 56:79, 1/16. Trükiary 2700. Trükitähti trükipoognas 39.660. Trükipoognaid 1 1/4.  
Arvutuspoognaid 1 1/4. MB-04663.

Trükikoda „Kommunist“, Tallinn, Pikk t. 2. Tellimise nr. 2607.

На эстонском языке.

Программы военной и физической подготовки учащихся 1–10 классов начальных, семилетних и средних школ и 1, 2, 3 курсов техникумов на первую четверть 1945/46 учебного года.

## Üldised juhised.

1. NSVL RKN-i määrusega nr. 378 — 28. veebruarist 1945 kehistatakse koolides ja tehnikumides 1. septembrist s. a. alates koolide 1.—10. klassi ning tehnikumide I, II ja III kursuse õpilaste sõjalise ja kehalise ettevalmistuse uued õppekavad.

2. Kuni uute õppekavade saamiseni, mis on trükkimisel, koostada õppeplaanid sõjalise ja kehalise ettevalmistuse alal ning teostada õppused 1945/46. õppeaasta esimesel veerandil käesoleva kava järgi.

3. Käesoleva õppekavaga määratakse kindlaks kogu aineistik kõigil aladel, mis kuulub läbivõtmisele 1945/46. õppeaasta esimesel veerandil.

Sõjalise ala juhatajail jaotada õppekava aineistik üksikuteks tundideks.

Aineistik kehalise kasvatusel on näidatud jaotusega tunni üksikosadena (sissejuhatav, põhi- ja lõpetav osa). Tundide koostamiseks õppekavade aineistikust valida vajalikud elemendid, lülitades neid vastavasse tunni ossa järk-järgulise doosi suurendamisega (keerustamine, tempo, korduste arv).

4. Kuni uute õppekavade saamiseni õppeaasta esimese veerandi aineistiku läbivõtmisel juhinduda 1942. a. kinnitatud õppekavades toodud organisatsioonilis-metoodiliste näpunäidetega, mängude kirjeldustega ja harjutustega.

5. Õppeaasta algul koolide 5.—10. klassi õpilastega ja tehnikumide kõigi kursuste kuulajatega väljaspool õppeaega viia läbi vestlus teemal: „Punaarmee ja nõukogude rahva suurvõit saksa imperialismi üle“.

1. 1.—4. klassi õpilaste kehaline ettevalmistus.

Õppeaine nimetus	Õppetundide arv			
	1. klass	2. klass	3. klass	4. klass
Kehaline ettevalmistus	$\frac{33}{9}$	$\frac{33}{9}$	$\frac{66}{18}$	$\frac{66}{18}$

2. Koolide 5.—10. klassi ja tehnikumide I, II ja III kursuse õpilaste — poeglase alg- ja kutse-eelne sõjaline ja kehaline ettevalmistus.

Õppeaine nimetus	Õppetundide arv					
	5. klass	6. klass	7. klass	8. klass	9. klass	10. klass
1. Taktikaline ettevalmistus . . . . .	$\frac{0}{0}$	$\frac{0}{0}$	$\frac{0}{0}$	$\frac{38}{0}$	$\frac{36}{4}$	$\frac{26}{6}$
2. Laske-ettevalmistus	$\frac{10}{2}$	$\frac{14}{2}$	$\frac{16}{2}$	$\frac{26}{10}$	$\frac{26}{8}$	$\frac{29}{10}$
3. Riviline ettevalmistus . . . . .	$\frac{16}{6}$	$\frac{16}{6}$	$\frac{14}{6}$	$\frac{12}{6}$	$\frac{10}{4}$	$\frac{20}{8}$
4. Kehaline ettevalmistus . . . . .	$\frac{60}{18}$	$\frac{60}{18}$	$\frac{60}{18}$	$\frac{42}{14}$	$\frac{42}{14}$	$\frac{54}{16}$
5. Topograafia . . . . .	$\frac{8}{0}$	$\frac{4}{0}$	$\frac{4}{0}$	$\frac{0}{0}$	$\frac{0}{0}$	$\frac{16}{0}$
6. Määrustikud . . . . .	$\frac{0}{0}$	$\frac{0}{0}$	$\frac{0}{0}$	$\frac{6}{4}$	$\frac{0}{0}$	$\frac{10}{3}$
7. Tutvumine väeliikidega . . . . .	$\frac{0}{0}$	$\frac{0}{0}$	$\frac{0}{0}$	$\frac{0}{0}$	$\frac{10}{4}$	$\frac{0}{0}$
8. Vestlused Punaarmee . . . . .	$\frac{5}{1}$	$\frac{5}{1}$	$\frac{5}{1}$	$\frac{8}{2}$	$\frac{8}{2}$	$\frac{10}{2}$
Kokku aastas . . . . .	<u>99</u>	<u>99</u>	<u>99</u>	<u>132</u>	<u>132</u>	<u>165</u>
1945/46. õppeaasta esimeses veerandis . . . . .	27	27	27	36	36	45

3. Koolide 5.—10. klassi ja tehnikumide I, II ja III kursuse õpilaste — tütarlaste sõjaline ja kehaline ettevalmistus.

Õppeaine nimetus	Õppetundide arv					
	5. klass	6. klass	7. klass	8. klass	9. klass	10. klass
1. Riviline ettevalmistus . . . . .	$\frac{8}{2}$	$\frac{8}{2}$	$\frac{8}{2}$	$\frac{10}{4}$	$\frac{10}{4}$	$\frac{12}{4}$
2. Laske-ettevalmistus	$\frac{0}{0}$	$\frac{0}{0}$	$\frac{0}{0}$	$\frac{12}{3}$	$\frac{12}{3}$	$\frac{18}{6}$
3. Kehaline ettevalmistus . . . . .	$\frac{66}{18}$	$\frac{66}{18}$	$\frac{66}{18}$	$\frac{48}{14}$	$\frac{48}{14}$	$\frac{48}{14}$
4. Erialaline ettevalmistus (side- ja sanitaarasjandus. . .	$\frac{20}{6}$	$\frac{20}{6}$	$\frac{20}{6}$	$\frac{56}{13}$	$\frac{56}{13}$	$\frac{71}{19}$
5 Sõjatopograafia . .	$\frac{0}{0}$	$\frac{0}{0}$	$\frac{0}{0}$	$\frac{0}{0}$	$\frac{0}{0}$	$\frac{10}{0}$
6. Vestlused Punaarmee . . . . .	$\frac{5}{1}$	$\frac{5}{1}$	$\frac{5}{1}$	$\frac{6}{2}$	$\frac{6}{2}$	$\frac{6}{2}$
Kokku aastas .	<u>99</u>	<u>99</u>	<u>99</u>	<u>132</u>	<u>132</u>	<u>165</u>
1945/46. õppeaasta esimeses veerandis .	27	27	27	36	36	45

Lugejas on näidatud tundide arv aastas (laagri perioodita), nimetajas — 1945/46. õppeaasta esimeses veerandis.

## K A V A D.

### 1. klass.

Võimlemine — 9 tundi.

Tunni 1. osa. Käskluste täitmine: „Paigale“, „Joonda“, „Valvel“, „Vabalt“, „Paigal sammu — mars“, „Sammu — mars“, „Seis“. Pöörded paremale, vasakule (hüppega, üleastesammuga). Rivistumine ringselt, kolonni kolmekaup ja neljakaupa joondumisega kuklasse varem paigale asetatud suunaja (juhtiva õpilase) järgi. Kiirendus- ja aeglustuskõnd.

Ettevalmistavad harjutused. Lihtliigutused õlgadega, kätega, jalgadega ja kerega (matkimise näol).

Harjutused ülesannete tüüpi (painutada, sirutada, istuda, tõusta jne.).

Tunni 2. osa. Järkjooks 10—15 m; jooks põiklemisega ja püüdmisega. Sügavushüpped 40—50 sm kõrguselt ja kõrgushüpe hooga. Väikeste pallide pildumine kaugusse ja märki. Liikumine vähendatud tugipinnal (piki joont, lamaval palgil ette, taha, küljelt).

M ä n g u d : „Öökullike“, „Meri lainetab“, „Varblane“, „Igal kilgil oma auk“ jne.

Tunni 3. osa. Rahuline mäng. Kiirendus- ja aeglustuskõnd. Kõnd lauluga.

## 2. klass.

Võimlemine — 9 tundi.

Tunni 1. osa. 1. klassis läbivõetud ainetiku kordamine. Rivistumine kolonni kahekaupa. Pöörded (päkal ja kannal). Kõnd alates vasaku jalaga. Harvenemine kõrvsammuga käte ulatuseni.

Ettevalmistavad harjutused (kätele, jalgadele, kerele) samad mis 1. klassis, järk-järgulise keerustamisega.

Tunni 2. osa. Sama mis 1. klassis. Kaugushüpe hooga. Kõnd pingil.

M ä n g u d : „Valged karud“, „Hunt augus“, „Öötunnimees“, „Koduta jänes“ jne.

Tunni 3. osa. Sama mis 1. klassile.

## 3. klass.

Võimlemine — 18 tundi.

Tunni 1. osa. Rivielementide täiustamine 1.—2. klassi kava järgi. Järjest loendumine, riviseisang, joendumine kolonnis ja viirus, rivistumine kahte viirgu. Taktis kõnd. Suunamuutmine käänkäiguga kolonnis kahe-, kolme- ja neljakaupa liikumisel. Harvenemine paigal keskel.

Ettevalmistavad harjutused samad, mis läbi võetud 1. ja 2. klassis, lähteasendite keerustamisega ja liigutuste kordusarvu suurendamisega.

Tunni 2. osa. 20—30 m jooks mitmesuguseist lähteasendist. 300 m jooks vaheldumisi kõnniga tasasel pinnal ja kergel murdmaastikul. Sügavus-, kaugus- ja kõrgushüpped. Hüpped takistusele (kõrgus 40—50 sm) paigalt ja hooga. Väikeste pallide märki pildumine paigalt ja hooga. Kuni 4—6-kg kandamite tõstmine, üleandmine ja mahaasetamine. Kõnd palgil (kõrgus 60—80 sm) mitmesuguste viisidega.

M ä n g u d : „Õng“, „Kukevõitlus“, „Joon-teatejooksud“, „Võitlus lippude pärast“, „Kindluse kaitsmine“, „Kes läheneb ligemale“ jne.

Tunni 3. osa. Sama mis 2. klassile.

#### 4. klass.

Võimlemine — 18 tundi.

Tunni 1. osa. Rivielementide täiustamine. Rivist väljatulek ja rivisse tagasimine. Ümberrivistus üheviiurulisest rivist kaheviiurulisse. Üleminek lamaasendisse (paigal ja liikumisel) ja tõusmine.

Ettevalmistavad harjutused — samad mis 3. klassile, keerustamisega ja harjutuste täitmise suurima täpsusega.

Tunni 2. osa. 40—60 m jooks mitmesuguseist asendist. Jooks takistuste ületamisega (hüppega ja üleroomamisega). Jooks vahelduvalt kõnniga kergel murdmaastikul kuni 300 m. Hüppetehnika täiustamine (kaugus ja kõrgus). Väikeste pallide pildumine kaugusse, liikuvatesse ja mitteliikuvatesse märkidesse. Kandamite kuni 7 kg (poisid) ja 5 kg (tütarlapsed) tõstmine ja edasiandmine. Tasakaaluharjutused kummulipingil.

M ä n g u d : „Kalavõrk“, „Teatejooks hüpitsaga“, „Jahimehed ja pardid“, „Luurajad“, „Pioneeripall“ jne.

Tunni 3. osa. Sama mis 3. klassile.

#### 5. klass.

##### A. Poeglapsed.

##### 1. Laske-ettevalmistus.

Väikekaliibrilise vintpüssi materjalosa — 2 tundi. Lahingulised omadused, otstarve ja üldine ehitus.

##### 2. Riviline ettevalmistus.

Võitleja tegevused relvata — 6 tundi. Üldised rivi põhilused. Võitleja kohused enne rivistamist ja rivis. Põhiseisang. Pöörded paigal.

### 3. Kehaline ettevalmistus.

Võimlemine — 18 tundi.

Tunni 1. osa. Rivielementide täiustamine. Kõnd laia vabasammuga. Ettevalmistavad harjutused: käte, jalgade ja kere liitharjutuste seostamine liitharjutustena. Harjutused topispallidega (kuni 2 kg) ülesviskamises, söötmises ja püüdmises üksikult ja gruppides.

Tunni 2. osa. Madalstart. Kiirjooksu võistlus 40—60 m. Jooks aeglases tempos kuni 3 minutit. Sügavushüpped (100—120 sm). Kaugus- ja kõrgushüpe otse- ja põikhooga. Väikeste pallide ja granaatide (kaal 250 g) pildumine märki ja kaugusse püstiasendist paigalt. Vedamine paarides. Kaaslaselt palli või kepi kiskumine. Kandami (kuni 10 kg) tõstmine ja kandmine.

M ä n g u d : „Teatejooks“, „Pendelteatejooks takistustega“, „Vaba laptuu“, „Püüa pall“, „Mitu sammu“, „Varjatult vaatlemine“ jne.

Tunni 3. osa. Kõnd mitmesuguses tempos.

### 4. Vestlused Punaarmee st.

Armastus kodumaa vastu, mehisus ja vahvus — meie rahva ürgseid traditsioone — 1 tund.

## B. Tütarlapsed.

### 1. Riviline ettevalmistus.

Üksikvõitleja tegevused relvata — 2 tundi. Üldised rivi põhilused. Võitleja kohused enne rivistamist ja ravis. Põhiseisang. Pöörded paigal.

### 2. Kehaline ettevalmistus.

Võimlemine — 18 tundi.

Tunni 1. osa. Rivielementide täiustamine. Pea, käte, jalgade, kere lihtliigutused ja nende liigutuste lihtsamad ühendid. Tantsusammud ja rahvatantsu elemendid. Harjutused paigal topispallidega (raskusega 1—1,5 kg): ülesviskamine ja püüdmine, söõtmine kahe ja ühe käega. Kõverdatud või sirutatud jalgade tõstmine ja langetamine, kere painutamine ette, taha ja kõrvale, istes pingil.

Tunni 2. osa. Jooksu täiustamine (40—60 m). Kiirjooksu võistlus kuni 60 m madalstartist. Segaliikumine (40 m joostes, 40 m sammu) 500 m. Aeglane jooks kuni 2 minutit. Kõrgus- ja kaugushüpped hooga. Takistusele hüppamine kõrgusega kuni

90 sm põlvitusse ja toeng-istesse. Granaadi (250 g) pildumine kau-  
gusse paigalt. Tasakaal — ülesminek kaldpingil; kõnd poomil,  
kummulipingil mitmesuguste käteliigutustega, ülesannete täit-  
misega — esemete kandmine, üleastumine ja altpugemine.

M ä n g u d : „Jooks lippude järel“, „Teatejooksud takistuste  
ületamisega“, „Vaba laptuu“, „Pall õhus“, „Teatejooksud palli  
heitmisega ja püüdmisega“ j. t.

Tunni 3. osa. Kõnd takti lugemisega ja lauluga. Tähele-  
panu harjutused — äkkpeatused, varem kokkulepitud harjutuste  
kompleksi täitmine signaali järgi.

Tantsusammud hüpeteta ja sulavate liigutustega.

### 3. Sanitaarne ettevalmistus.

Hoolitsemine haava eest — 2 tundi. Mõiste haavast ja haava  
infektsioonist; haavade liigid, esmasabi haavamiste puhul. Indi-  
viduaalne sidumispakike. Lingutaoliste, kolmnurksete, rull-  
sidemete asetamise praktika — peale, rinnale, silmale, kõrvale,  
lõuale — 4 tundi.

### 4. Vestlused ja ettelugemised Punaarmee st.

Armastus kodumaa vastu, mehisus ja vahvus — meie rahva  
ürgsemaid traditsioone — 1 tund.

## 6. klass.

### A. Poeglapsed.

#### 1. Laske-ettevalmistus.

Väikekaliibrilise vintpüssi materjalosa — 2 tundi. Väike-  
kaliibrilise vintpüssi osade ja mehhanismide töö laadimisel.

#### 2. Riviline ettevalmistus.

Üksikvõitleja tegevused relvata — 6 tundi. Käskluste täit-  
mise kordamine tegevuseks paigal ja liikumisel. Pöörded liiku-  
misel. Tervitamine liikumisel. Üleminek sammult jooksule ja  
ümberpöördukt.

#### 3. Kehaline ettevalmistus.

Võimlemine — 18 tundi.

Tunni 1. osa. Riviliste oskuste täiustamine. Ettevalmista-  
vad harjutused, keerukamad kui 5. klassile.

Tunni 2. osa. 5. klassi õppekavas toodud viiside ja oskuste  
täiustamine (madalstart, jooks, hüpped, granaadipildumine, heit-  
lemine ja mängud).

Tunni 3. osa. Kõnd mitmesuguses tempos. Tähelepanu harjutused. Kõnd lauluga.

4. Vestlused ja ettelugemised Punaarmeeist.  
Vene suur väejuht A. V. Suvorov — 1 tund.

### B. Tütarlapsed.

#### 1. Riviline ettevalmistus.

Üksikvõitleja tegevused relvata — 2 tundi. Liikumine sammu käskluste täitmisega: „Pikem — samm“, „Lühem — samm“; pöörded ja tervitamine paigal.

#### 2. Kehaline ettevalmistus.

Võimlemine — 18 tundi.

Tunni 1. osa. Rivelementide täiustamine. Jõu, painduvuse ja lõdvestuse harjutused riistadeta, keerukamad kui 5. klassile. Harjutused ülesande tüüpi: istuda ja tõusta grupina ringis, hoides kätest kinni; üleminek selililamangust istesse, püstikargamine jne. Harjutused topispallidega. Harjutused varbseinal.

Tunni 2. osa. Kiirendatud kõnd kuni 500 m. Madalstardi täiustamine ja tutvumine visketehnikaga finišilindile. Kiirjooks 50—60 m. Aeglane jooks kuni 2 min.

Kõrgushüppe täiustamine põikhooga. Kaugushüpped. Kargamine takistusele (kuni 60 sm) käte toeta; sama (kuni 1 m) käe ja jala toega. Granaadi (250 g) pildumine paigalt kaugusse ja märki. Tasakaaluharjutused — oskuste täiustamine 5. klassi kavade järgi. Kahekesi ühe kandmine võttega „purdel“ kuni 15 m.

Mängud: „Võitlus lipukeste eest“, „Ratas“, „Tulevahe- tus“, „Võitlus palli eest“ ja teised jooksu-, hüppe-, viske- ja püüde-takistusmängud.

Tunni 3. osa. Lihtsaimad tantsusammud. Kõnd muusika ja taktislugemise järgi.

#### 3. Sanitaarne ettevalmistus.

Sanitaar-keemiline kaitse — 6 tundi. Sissejuhatus lämmastava, üldmürgistava ja nahasöövitava toimega SMA (sõja- mürkained).

4. Vestlused ja ettelugemised Punaarmeeist.  
Vene suur väejuht A. V. Suvorov — 1 tund.

## 7. klass.

### A. Poeglapsed.

#### 1. Laske-ettevalmistus.

1891/30. a. mudeli vintpüssi materjalosa — 2 tundi. La-  
hingulised omadused, otstarve ja üldine ehitus.

#### 2. Riviline ettevalmistus.

Üksikvõitleja tegevused relvaga (makettidega) — 6 tundi.  
Põhiseisang. Liikumine sammu. Pöörded. Käskluste: „Pikali“,  
„Püsti“ täitmine. Roomamine ja järkjooksud.

#### 3. Kehaline ettevalmistus.

Võimlemine — 18 tundi.

Tunni 1. osa. Rivielementide täiustamine. Ettevalmista-  
vad harjutused: käte, jalgade ja kere liht- ja liitliigutused pai-  
gal ja liikumisel sammu. Harjutused ülesande tüüpi: ees- ja  
tagatoeng-lamangud; kükkimine ja tõusmine; hüpped paigalt (kes  
kõrgemale) jne.

Tunni 2. osa. Järkjooksud 20—25 m. Jooks 15—20 m ma-  
dalstardist. 100 m jooks. Sügavushüpped. Kaugus- ja kõrgus-  
hüpe hooga. Toenghüpped üle palgi, barjääri. Granaadi (500 g)  
pildumine kaugusse ja märki paigalt ja hoojooksult. Vedamine  
ja tõuklemine. Segaliikumine (kõnd, jooks) kuni 1,5 km.

M ä n g u d: „Ringteatejooks“, „Pall õhus“, „Indiatants“,  
„Kõievedamine“, „Ratsurite lahing“, „Lipu otsimine“, „Valvurile  
juurdehiilimine“.

Tunni 3. osa. Sama mis 6. klassile.

#### 4. Vestlused ja ettelugemised Punaarmeest. Sõjaväeline distsipliin — 1 tund.

### B. Tütarlapsed.

#### 1. Riviline ettevalmistus.

Üksikvõitleja tegevused relvata — 2 tundi. Liikumine  
sammu. Pöörded paigal ja liikumisel. Käskluste: „Pikali“,  
„Püsti“ täitmine.

#### 2. Kehaline ettevalmistus.

Võimlemine — 18 tundi.

Tunni 1. osa. Rivielementide täiustamine. Jõu-, paindu-  
vus- ja lõdvestusharjutused, keerukamad kui 6. klassile. Har-

jutused: topispallidega, pingil ja varbseinal (keerustamisega). Rütmilised harjutused. Rahvatantsude elemendid.

Tunni 2. osa. Kiirjooks 60—80 m. Aeglane jooks vaheldumisi äkkjooksuga 10—12 m. Segaliikumised kuni 800 m. Krossid kuni 500 m. Hooga kõrgus- ja kaugushüppe täiustamine. Hüpped astega 60 sm kõrgusele takistusele. Põikhüpe käe ja jala toenguga. Granaadivise (500 g) püstitasendist ja põlvseisult. Oskuste täiustamine liikumises palgil (poomil); esemete võtmine põrandalt liikumisel poomil. Kahekesi ühe kandmine põimseongul 25 m.

Mängud: „Ringteatejooks“, „Ratas“, „Vea ringi“, „India-tants“, „Võrkpalli söötmine“ jt.

Tunni 3. osa. Rütmi elemendid, tantsusammud, keerukamad kui 6. klassile. Tähelepanuharjutused. Kõnd.

### 3. Sanitaarne ettevalmistus.

Toitmise hügieen — 2 tundi. Toiduainete töötlemine. Õigeaegne söömine. Mõiste vitamiinidest, kaloritest ja dieet-toitlusest. Kehaliste harjutuste tervishoid — 1 tund. Liikumise, võimlemise, spordi ja mängude tähtsus. Karastusvahendid: päike, õhk, vesi. Arstliku kontrolli tähtsus.

4. Vestlused ja ettelugemised Punaarmee-st. Sõjaväeline distsipliin — 1 tund.

## 8. klass.

### A. Poeglapsed.

#### 1. Laske-ettevalmistus.

1891/30. a. mudeli vintpüssi materjalosa — 6 tundi. Täielik koostvõtmine ja kokkupanemine. Koostvõetud vintpüssi ülevaatus. Puhastamine ja õlitamine. Relvade hoidmine ja hooldamine kasarmus ja rännakul.

Laskevõtted ja reeglid 1891/30. a. mudeli vintpüssist laskmiseks — 4 tundi. Laskeasend laskmiseks lamades ja põlvelt. Palgepanemine, sihtimine, kuke päästmine, tihedussihtimine pukilt tegelikule kaugusele ja kontroll ortoskoobiga.

#### 2. Riviline ettevalmistus.

Üksikvõitleja tegevused relvaga — 6 tundi. Pöörded pagal. Liikumine sammu. Käskluste täitmine: „Rihmale“, „Ja-

lale — võtt“, „Pikali“, „Püsti“, „Õlale — võtt“, „Seis“. Järgjooksud. Roomamine. Tervitamine paigal ja liikumisel.

### 3. Kehaline ettevalmistus.

Võimlemine — 14 tundi.

Tunni 1. osa. Rivielementide täiustamine. Ettevalmistavad harjutused samad mis 7. klassile. Harjutused kätele ja keelele koos kõnniga.

Tunni 2. osa. 100 m. jooks. Teatejooks etappidega 60—100 m. Jooks 2—3 takistuse järjest ületamisega. Kõrgus- ja kaugushüpped hooga. Toenghüpped: põikhüpe käe ja jala toenguga ja ainult kätega. Granaadivise (500 g) kaugusse ja märki. Kuuli (5 kg) tõukamine. Kandami tõstmine (raskusega kuni 16 kg) ja selle kandmine 20—25 m. Kahekesi ühe kandmine käepäraste vahenditega. Segaliikumine 1,5 km (30—40% jooksu).

M ä n g u d: „Ringteatejooks“, „Harkihüpe üle kaaslase“, „Laptuu“, „Tugevaim“, „Ringist väljatõukamine“ jne.

Tunni 3. osa. Sama mis 7. klassile.

### 4. Määrustikud.

Sisemäärustik — 4 tundi. Sõjaväelaste kohused. Sõjaväelised auastmed ja tunnusmärgid. Ülemad ja alluvad. Ülema poole pöördumine. Roodu korrapidaja ja päevniku kohused.

### 5. Vestlused Punaarmee.

Nõukogude rahvaste Suur Isamaasõda saksa-fašistlike anastajatega — 2 tundi.

## B. Tütarlapsed.

### 1. Laske-ettevalmistus.

Väikekaliibrilise vintpüssi materjalosa — 3 tundi. Väikekaliibrilise vintpüssi lahingulised omadused ja otstarve. Ehitus. Põhiosad, nende koostöö laadimisel ja lasu ajal. Koostvõtmine ja kokkupanemine. Puhastamise, õlitamise ja hoiu reeglid.

### 2. Riviline ettevalmistus.

Üksikvõitleja tegevused relvata — 4 tundi. Liikumine sammu ja pöörded käigul. Tervitamine liikumisel peakattes ja ilma. Ülemale ettekandega juurdetulek ja äraminek.

### 3. Kehaline ettevalmistus.

Võimlemine — 14 tundi.

Tunni 1. osa. Rivielementide täiustamine. Rütmilised ja plastilised liikumised. Vabaharjutused riistadeta, kurikatega, sallidega, rõngastega, topispalliga, hüpitsaga, pingil, varbseinal, keerukamad kui 7. klassile.

Tunni 2. osa. Kiirjooks 100 m. Aeglane jooks kuni 3 min. Kaugus- ja kõrgushüpped hooga. Toenghüpped üle võimlemisriistade kõrgusega kuni 110 sm varem õpitud võtetega. Graana-divise (500 g). 1 kg raske heitepalli heitmine pöördeta ja ühe pöördhooga. Kahekesi ühe kandmine kandevöö kasutamiseks.

Mängud: „Teatejooks jooksuga, hüpetega ja takistuste ületamisega“, „Kaitse ja ründa“, „Lapuu“, „Ringist väljatõukamine“, „Korvpalli söötmine ja visked korvi“.

Tunni 3. osa. Sama mis 7. klassile.

### 4. Sõjalis-sanitaarne ettevalmistus — 13 tundi.

Vesivarustamis-tervishoid — 2 tundi.

Sanitaarsed nõuded vee suhtes ja tema puhastamisviisid. Veeallikate tüübid, nende kaitse, nende võime määratlemine, veeallikate sanitaarse seisundi uurimine.

Toitluse tervishoid — 4 tundi.

Toidu koosseis, Vitamiinid. Põhimiste toiduainete täisväärtuslikkuse määritlemisviisid. Toidublokk: organiseerimine, tervishoidlikud nõuded, ülevaatamine, sanitaarne järelevalve.

Isiklik tervishoid — 1 tund.

Rännaku tervishoid suve ja talve tingimustes. Meditsiinipersonaali kohused rännakul ja puhkusel.

Mõisted epidemioloogiast desinfitseerimisega, desinfitseerimisega ja deratisatsiooniga — 6 tundi.

Lühiteatmed nakkushaigustest. Epideemia, pandeemia ja endeemia mõiste. Abinõud nakkushaiguste vältimiseks sõjaväes. Nakkushaigete isoleerimine ja hospitaliseerimine. Karanteen. Pisikutekandjate avastamine. Kaitsesüstimid.

Side-ettevalmistus — 13 tundi.

(Klambrites on näidatud teemad ja õppused, mis võetud 1942. a. kinnitatud õppekavadest.)

A. Telefonistid. Telefoniasjandus — üldettekujutus UNA-F, UNA-J telefoniaparatuuride ehitusest — 4 tundi.

Telefoniaparaadid: UNA-F — 4 tundi, UNA-J — 4 tundi, (teemad 2 ja 3). Liiniasjandus — 1 tund. Kaabelliinide ehitamisel kasutatav liinivarustus (teema 1).

B. Raadiotelegrafistid. Üldine tutvumine väikesevõimsusliku raadiojaamaga — 2 tundi (teema 1). Saatja ja vastuvõtja materjalosa — 8 tundi. Saatja osad, vastuvõtja detailid ja skeem. Raadiojaama toitevooluallikad — 2 tundi (teema 2). Antenni ehitus, tüübid ja ülesseadmine — 1 tund.

C. Morsetelegrafistid. Üldine tutvumine morseaparaadiga — 2 tundi (teema 1). Vastuvõtva mehhanismi koosseis — 6 tundi. Veo mehhanismi ehitus ja otstarve. Elektriline osa — 3 tundi. Ankru elektromagnetite ehitus ja otstarve. Liiniasjandus — 2 tundi. Telegraafi-kaabelliinid (teema 1).

#### 5. Vestlused Punaarmee.

Nõukogude rahva Suur Isamaasõda saksa-fašistlike anastajatega.

### 9. klass.

#### A. Poeglapsed.

##### 1. Taktikaline ettevalmistus.

Laskurijao pealetung — 4 tundi. Sidepidamine jaos. Teadete ja käskude edasiandmine ahelikku mööda. Võitlejate tegevused lähenemise perioodil mitmekesisel maastikul vastase tule mõju all. Kolonn ühekaupa, järjestik, ahelik. Kaevumine ja moondamine.

##### 2. Laske-ettevalmistus.

Püstol-kuulipilduja (PPŠ) materjalosa — 6 tundi. Lahingulised omadused. Ehitus. Koostvõtmine ja kokkupanemine. Osade töö. Ülevaatus. Magasini laadimine. Puhastamine, õlitamine ja hoidmine.

Laskevõtted ja reeglid laskmiseks püstol-kuulipildujast — 2 tundi. Laskeasendisse asumine laskmiseks lamades, istudes, püsti. Laadimine, palgepanemine, sihtimine.

##### 3. Riviline ettevalmistus.

Võitleja ettevalmistus teotsemiseks jao koosseisus — 4 tundi. Hargriid. Lahinguline jaotus. Ühe- ja kaheviirulise jaorivi

loendamine järjenumbriteks ja paarideks. Pöörded paigal. Harvendamine. Võtete täitmine: „Ölale — võtt“, „Jalale — võtt“. Liikumine sammu.

#### 4. Kehaline ettevalmistus.

Võimlemine — 14 tundi.

Tunni 1. osa. Rivielementide täiustamine. Ettevalmistavad harjutused: sirutumiseks, kõõluste ja lihaste tugevdamiseks, lõdvestamiseks ja koordineerimiseks. Liigitused kätega, kerega, koos kõnniga. Harjutused võimlemiskeppidega.

Tunni 2. osa. 100 m jooks. 3—5 tõkkega takistusala ületamine. Hooga kaugus- ja kõrgushüpe. Toenghüpped. Graanaadivise (700 g) kaugusse ja märki. Kuulitõuge. Kandami (kuni 20 kg) tõstmine ja kandmine ja üksteise kandmine kuni 50 m. Segaliikumine 3 km.

Mängud: „Võitlus palli eest“, „Ratsurid palliga“, „Teatejooksud“, ettevalmistavad harjutused korvpallile.

Tunni 3. osa. Sama mis 8. klassile.

#### 5. Tutvumine Punaarmee väeliikidega.

Lühiteatmed suurtükiväest — 2 tundi. Suurtükiväe liigid. Suurtükiväe süsteemid. Mürskude liigid. Suurtükiväe ülesanded pealetungil ja kaitsel. Koostöö organiseerimine jalaväega, tankidega.

Lühiteatmed soomusvägedest — 2 tundi. Taktikalised andmed tankidest. Nende ülesanded lahingus. Roodu ja rühma organisatsioon. Tankide tüübid. Koostöö alused jalaväe, suurtüki- ja lennuväega.

#### 6. Vestlused Punaarmeest.

Lenini-Stalini Partei — saksa-fašistlikkude anastajate vastase võitluse organiseerija ja juht — 2 tundi.

### B. Tütarlapsed.

#### 1. Laske-ettevalmistus.

1891/30. a. mudeli vintpüssi materjalosa — 3 tundi. Lahingulised omadused ja otstarve. Kuuli läbilöögi võime. Vintpüssi osade nimetused ja otstarve.

#### 2. Riviline ettevalmistus.

Üksikvõitleja tegevused relvaga — 4 tundi. Pöörded paigal ja liikumisel. Võtted „Rihmale“, „Ölale — võtt“, „Jalale — võtt“.

### 3. Kehaline ettevalmistus.

Võimlemine — 14 tundi.

Tunni 1. osa. Rivistused ja ümberrivistused. Ettevalmistavad harjutused riistadeta, riistadega ja riistadel (pingil, varbseinal), keerukamad kui 8. klassile. Tantsusammud. Harjutused rütmitude arendamiseks. Lihtsaimad akrobaatilised harjutused.

Tunni 2. osa. 100 m jooks. Teatejooksud etappidega kuni 100 m. Kiirendusjooks kuni 100 m. 1,5 km segaliikumine. Krossid kuni 800 m. Kõrgus- ja kaugushüpe hoota ja hooga. Granaadivise seisust, põlvseisust ja lamangust.

Heitepalli heitmine ühe või mitme hoopõrdega. Kahekesi ühe kandmine „purdel“, põimseongul kandevööga, kuni 30 m.

M ä n g u d — 8. klassi kava järgi jt.

Tunni 3. osa. Sama mis 8. klassile.

### 4. Sõjalis-sanitaarne ettevalmistus — 13 tundi.

Esmassideme pealepanemine — 8 tundi (praktiline õppus). Verejooksu sulgemine — 3 tundi. Meditsiinilise esmasabi andmine luumurdude, muljumiste ja nihestuste puhul — 2 tundi.

Side-ettevalmistus — 13 tundi.

(Klambrites on näidatud teemad, õppused ja harjutused 1942. a. kinnitatud kavade järgi.)

A. Telefonistid. Sideteenistus. Sidevirgatsi teenistus ja kohused — 1 tund. Telefoniasjandus — 4 tundi. Telefoneerimise põhialused. Kahepoolse telefoneerimise skeemid. Mikrofonid ja telefoni töö. Välitelefoni-aparaadid UNA-F — 5 tundi. Konstruksioon ja üksikosade töö. Skeem. Liiniasjandus — 2 tundi. Telefoniliinide ehitamise ja mahavõtmise reeglid mitmesugusel maastikul (teema 3). Telefonijaama eksploatatsiooni teenistus 1 tund. Telefonogrammide vastuvõtmise ja ülevõtmise kord.

B. Raadiotelegrafistid. Sideteenistus. Sideteenistuse organiseerimine Punaarmees — 1 tund. („Telefoniasjandus“ — teema 1). Morse-tähestiku õppimine (harjutused 1—3) — 12 tundi.

C. Morsetelegrafistid. Sideteenistus. Sama mis raadiotelegrafistidele — 1 tund. Töötamine aparaadil ja jaama eksploatatsiooni teenistus, aparadi ja õpilase tööks ettevalmistamine — 2 tundi (teema 1). Kriipsu ja punkti väljalöömine — 10 tundi (teema 2, teema 3 p. 1).

## 5. Vestlused Punaarmeest.

Lenini-Stalini Partei — saksa-fašistlikkude anastajate vastase võitluse organiseerija ja juht — 2 tundi.

## 10. klass.

### A. Poeglapsed.

#### 1. Taktikaline ettevalmistus.

Laskurijao kallaletung ja rünnak vastasele, kes asub kaitset asulas — 6 tundi. Ülesande selgitamine. Vaatluse toimetamine. Tänavate tundmaõppimine. Rünnaku lähtealusele väljumine. Kaevumine. Tulistamine ja laskemoonaga täiendamine. Edasitung aedade ja hoonete kaudu. Koostöö naabriga. Granaatide kasutamine.

#### 2. Laske-ettevalmistus.

1891/30. a. mudeli vintpüssi materjalosa — 4 tundi. Vintpüssi ehitus ja lahingulised omadused. Täielik koostvõtmine ja kokkupanemine. Osade koostöö. Vintpüssi hoidmise ja hooldamise reeglid rännakul ja ruumis.

Kerge-kuulipilduja (DP) materjalosa — 3 tundi. Lahingulised omadused. Osade nimetused ja otstarve. Koostvõtmine ja kokkupanemine. Magasini laadimine. Püstol-kuulipilduja materjalosa — 3 tundi. Lahingulised omadused. Koostvõtmine ja kokkupanemine. Osade nimetused ja otstarve. Magasini laadimine.

#### 3. Riviline ettevalmistus.

Võitleja tegevused jao koosseisus relvaga — 8 tundi. Liikumine sammu. Pöörded paigal ja liikumisel. Ümberrivistused kaheviirulisest rivist üheviirulisse ja ümberpöörduvalt. Rivist väljatulek. Jagu kolonnis ühekaupa, järestik, ahelik. Ratsaväe, mootorratturite, tankide ja lennuväe ootamatu ründe tõrjumine. Kogupaugu tule avamine. Käskluste täitmine: „Hakita“, „Relvade — juurde“, „Püssid“, „Relvad — maha“, „Relvad — võtt“, „Võitluseks“.

#### 4. Kehaline ettevalmistus.

Võimlemine — 16 tundi.

Õppetunnid koostatakse ja viiakse läbi 9. klassi kava järgi, tõstes koormust korduste arvu, tempo, harjutuste ja mängude keerustamise (liitmise) teel.

## 5. Määrustikud.

Sisemäärustik — 3 tundi. Sõjaväelaste üldkohused ja vastastikused suhted. Sõjaväelised auastmed ja eraldusmärgid. NSV Liidu ordenid ja medalid. Otsesed ja vahetud ülemad.

## 6. Vestlused Punaarmee.

Punaarmee määrustikud — Punaarmee lahingulise ettevalmistuse, distsipliini ja organiseerituse põhialus — 2 tundi.

## B. Tütarlapsed.

### 1. Laske-ettevalmistus.

1891/30. a. mudeli vintpüssi materjalosa — 3 tundi. Osaline koostvõtmine ja kokkupanemine. Puhastamise, õlitamise ja hooldamise reeglid. Vintpüssi juurde kuuluvad abinõud. Vintpüssi osade ja mehhanismide töö enne laadimist ja laadimisel.

### 2. Riviline ettevalmistus.

Üksikvõitleja tegevused relvaga — 4 tundi. Võtete täitmine: „Õlale — võtt“, „Rihmale“, „Jalale — võtt“. Tervitamine relvaga paigal ja liikumisel. Treening ülemale ettekangeta ilmumises ja tema juurest lahkumises.

### 3. Kehaline ettevalmistus.

Võimlemine — 14 tundi.

Tunni 1. osa. Vigurkõnnid. Harjutused painduvuse, täpsuse, plastilisuse arendamiseks riistadeta ja riistadega. Varem õpitud akrobaatika elemendid (9. klassi kava järgi). Rütmilised harjutused.

Tunni 2. osa. Kiirus- ja kestusjooks. Takistusriba ületamine. Kross. Hüpped üle rõhhtara ja üle hõreda rõhhtara, üle kraavi, üle kaeviku. Granaadivise (700 g) varem õpitud viisidega. Heitepalli heitmine. Kuulitõuge. Kahekesi ühe kandmine (9. kl. kava järgi).

Mängud: „Rootsi pallimäng“, ettevalmistavad harjutused korvpallile jt.

Tunni 3. osa. Sama mis 9. klassile.

### 4. Sõjalis-sanitaarne ettevalmistus — 19 tundi.

Meditiin-sanitaarse teenistuse organiseerimine KÕP-is (kohalikus õhukaitse punktis) — 2 tundi. Linna, rajooni, jaoskonna, objekti KÕP. KÕP-i liikuvad ja statsionaarsed abinõud. Meditsiin-sanitaarse teenistuse ülesanded KÕP-is. Sanitaarväesalga töö ja varustis ÕA (õhualarmi) korral.

Sanitaarväesalkade töö taktika traumaatilises koldes — 6 tundi. Tabamuskolde luure (tulekahju, varemed); kannatanute otsimine, meditsiiniline esmasabi, evakueerimine.

Sanitaarväesalkade töö taktika keemilises koldes — 9 tundi. Kolde luure, kannatanute otsimine mittepüsivate ja püsivate SMA-de (sõjamürkainete) koldes. Meditsiiniline esmasabi kannatanuile. Sanitaarne töötlemine, degaseerimine.

Naissamariitide tegevus pesemispunktis — 2 tundi. Pesemispunkti seadistamine ja avamine. Töö lahtiriietus-, vihmandi- ja riietamisruumis. SMA-ga tabatud limanahkade töötlemine.

Side-ettevalmistus — 19 tundi.

A. Telefonistid. Side organiseerimine Punaarmees (teema 1) — 1 tund. Telefoniasjandus — telefoniaparaadi UNA-F materjalosa — 4 tundi, UNA-J — 4 tundi. Aparaaadi osade töö. Voolutee skeemid. Telefoniaparaatide tööks ettevalmistamine ja ühendamine liini — 3 tundi. Aparaaadi töö korrasoleku kontroll, lülitamine ja teenindamine. Välikommutaatorid KOF-33 — 2 tundi (teema 6). Liiniasjandus — 2 tundi. Liinivarustise ja tööriistade hoidmine ja hooldamine. Liinivarustise hoidmine ladudes, vooris, rännakul. Kaabli soone ja isolatsiooni proovimine. Remont. Jaama-eksploatatsiooni teenistus — 3 tundi. Telefonijaamade teenindamine, tehniline järelevalve; dokumentatsioon.

B. Raadiotelegrafistid. Raadioside organiseerimine — 2 tundi. Raadioside, raadiosuuna, raadiovõrgu organiseerimise põhialused ja dokumentatsioon. Side organiseerimine komandopunktis (KP). Tähtedest koosneva ja numbrilise teksti vastuvõtmine kuulmise järgi ja üleandmine võtmega — 10 tundi. Harjutuste kordamine 9. klassi kava järgi. Töötamine raadiojaamas — 7 tundi (teema 1 — võtmega paigal ja liikumisei töötamise reeglite lisandamisega).

C. Morsetelegrafistid. Side organiseerimine Punaarmees — 3 tundi. Sidesõlm, sidetelg ja sidesuund. Töötamise kord (kodeerimine ja šifreerimine). Väljakutse. Morseaparaadi tööks ettevalmistamine — 4 tundi (teema 2). Praktiline töö morseaparaadil — 12 tundi. Treening lühitelegrammide edasiandmises. Harjutuste kordamine 9. klassi kava järgi.

## 5. Vestlused Punaarmees t.

Punaarmee määrustikud — Punaarmee lahingulise ettevalmistuse, distsipliini ja organiseerituse alus — 2 tundi.



Rbl. 1.60

A-15774