

Муниципальное казенное учреждение «Управление образованием»
Шкотовского муниципального округа Приморского края

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 14 пос. Подъяпольское»
Шкотовского муниципального округа Приморского края

ПРИНЯТА
на педагогическом совете

Протокол № 1
От «30» августа 2023 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ «СОШ № 14
пос. Подъяпольское»
Чаянтина Е.С.
От «30» августа 2023 г.



ВОЕННО-СПОРТИВНОЕ МНОГОБОРЬЕ

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности

Возраст обучающихся: 11-17 лет

Срок реализации программы: 2 года

Зубрилина Юлия Павловна,
учитель физкультуры

пос. Подъяпольское

2023

Раздел № 1. ОСНОВНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ ПРОГРАММЫ

1.1. Пояснительная записка

Актуальность Программы.

На образование России, лежит важнейшая задача - сохранить психическое, физическое и нравственное здоровье подрастающего поколения, обеспечения социализации личности.

Государству и обществу нужны здоровые, мужественные, сильные, инициативные, дисциплинированные, образованные люди, готовые работать на его благо, а в случае необходимости, встать на его защиту.

Военно-спортивное воспитание обучающихся является составной частью патриотического воспитания. Это направление имеет богатые традиции и активно разрабатывается в настоящее время с помощью организации военно-спортивных клубов, военно-патриотических объединений, введения в действие дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ.

В данной Программе заложена идея бережного использования духа борьбы и соперничества, свойственных нынешнему поколению подростков. Эти особенности обучающихся, умело используемые в рамках реализации Программы, помогают в формировании здорового, психологически устойчивого, добропорядочного и законопослушного гражданина - достойного защитника своего Отечества.

Военно-спортивное воспитание - образовательная технология, которая всеми доступными формами вооружает юного гражданина важнейшими морально-психологическими качествами, необходимыми как будущему военному, так и вполне мирному человеку. Ведь смелость, твердость характера, физическая выносливость необходимы как офицеру, так и врачу, и инженеру.

Новизна Программы заключается в более широком подходе к процессу обучения, в использовании различных методов активизации познавательной деятельности обучающихся. Программа характеризуется разнообразием форм и методов, позволяющих обучающимся приобрести

практические умения и навыки.

Образовательный процесс может быть организован заочно с применением дистанционных технологий по расписанию очных занятий. Работа в режиме online предполагает размещение учебных материалов, презентаций, видеолекций, мастер-классов, электронных экскурсий, викторин, дистанционных конкурсов, видеозаписей. Продумана система контроля за освоением обучающимися образовательной программы, оценочные и диагностические материалы, осуществляется обратная связь через комментарии, публичные опросы.

Итогом освоения Программы является участие обучающихся в мероприятиях муниципального, регионального и всероссийского уровней.

Направленность программы – физкультурно – спортивная

Язык реализации программы – государственный язык РФ – русский.

Уровень освоения – базовый.

Отличительная особенность данной Программы состоит в том, что в ней наряду с теоретическими вопросами уделяется большое внимание практическим занятиям по изучению общих обязанностей военнослужащих, формированию у обучающихся ценности здорового образа жизни, умений и навыков по оказанию первой медицинской помощи, применению средств индивидуальной защиты, обращению с оружием.

Адресат программы: Программа «Военно-спортивное многоборье» адресована учащимся МБОУ «СОШ № 14 пос. Подъяпольское» в возрасте 11 - 17 лет (мальчики и девочки), проявляющих интерес к данному виду спорта. Наличие базовых знаний и специальной подготовки не требуется. Занятия по образовательной программе не рекомендуются детям, имеющим медицинские противопоказания.

Организации образовательного процесса

В секцию принимаются дети, пришедшие по желанию, интересу, без конкурсного отбора, не имеющие специальных навыков. Набор и зачисление в группу осуществляется через портал Персонафицированного дополнительного образования <https://25.pfdo.ru/app> на основании личного заявления

обучающегося или родителя (законного представителя) обучающегося, не достигшего возраста 14 лет без предварительного отбора и требований к уровню подготовки.

Форма обучения: очная.

Формы проведения занятий: групповые, индивидуальные.

Режим занятий: 2 раза в неделю.

Время проведения занятий: 1 час.

Срок реализации программы: 2 года (36 недель).

Срок освоения программы: 72 часов.

Наполняемость группы: 10 - 15 человек.

Возрастная категория: 11 -17 лет.

1.2 Цель и задачи программы

Цель Программы – создание системы педагогической работы, направленной на всестороннее физическое развитие учеников МБОУ «СОШ №14 пос.Подъяпольское» в возрасте 11-17 лет, по средством начальной военно-спортивной подготовки.

Задачи Программы

В ходе реализации Программы будут решены следующие задачи:

обучающие:

- ознакомить со структурой и составом ВС РФ, порядком прохождения военной службы;
- ознакомить с общими обязанностями военнослужащих, с порядком выполнения приказа, с требованиями воинской дисциплины, с правилами воинской вежливости и воинского приветствия
- изучить боевые свойства и материальную часть стрелкового оружия, правила его хранения, меры безопасности при обращении с оружием и проведении стрельб;
- обучить применению средств индивидуальной защиты (далее - СИЗ) при радиоактивном, химическом и биологическом заражении;
- обучить навыкам оказания первой доврачебной помощи при различных травмах и ранениях;

развивающие:

- развить морально-волевые и физические качества: координацию, гибкость, общефизическую выносливость;
- стимулировать проявление активности, инициативы, самостоятельности и творчества;
- развить лидерские качества, умение работать в группе, коллективе;

воспитательные:

- воспитать у подростков чувства патриотизма, любви к Родине, гражданского долга;
- воспитать у обучающихся чувства товарищества и взаимовыручки, высокие нравственно-волевые качества, активную гражданскую позицию;
- воспитать у обучающихся дисциплинированность, силу воли, умение концентрироваться на выполнение поставленной цели.

1.3 Содержание программы Учебный план 1-го года обучения

| № | Названия раздела/темы | Количество часов | | | Формы аттестации и контроля |
|-----------|---|------------------|------------|------------|-----------------------------------|
| | | Всего | Теория | Практика | |
| 1. | Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. Необходимые качества и физическая подготовка для участников объединения | 1 | 1 | 0 | Первичная диагностика. |
| 2. | Военно-теоретическая подготовка | 4 | 2,5 | 1,5 | Текущий контроль. Тестирование |
| 2.1. | Страницы воинской славы России | 1 | 1 | 0 | |
| 2.2. | Состав военнослужащих и воинские звания | 1 | 0,5 | 0,5 | |
| 2.3. | Общие обязанности военнослужащих | 1 | 0,5 | 0,5 | |
| 2.4. | Внутренний наряд. | 1 | 0,5 | 0,5 | |

| | | | | | |
|------|---|-----------|------------|------------|--|
| | Организация и несение караульной службы | | | | |
| 3. | Физическая подготовка | 10 | 2 | 8 | Текущий контроль. Выполнение нормативов |
| 3.1. | Общая физическая подготовка | 3 | 0,5 | 2,5 | |
| 3.2. | Комплексы упражнений на развитие скоростно-силовых качеств | 3 | 0,5 | 2,5 | |
| 3.3. | Преодоление полосы препятствий | 2 | 0,5 | 1,5 | |
| 3.4. | Рукопашный бой | 2 | 0,5 | 1,5 | |
| 4. | Тактическая подготовка | 6 | 4,5 | 1,5 | Промежуточная аттестация. Тестирование |
| 4.1. | Общее понятие о тактике общевойсковых подразделений. Боевая задача, оценка обстановки | 1 | 1 | 0 | |
| 4.2. | Местность как элемент боевой обстановки | 1 | 1 | 0 | |
| 4.3. | Ориентирование на местности без карты и по карте | 1 | 1 | 0 | |
| 4.4. | Правила выбора места для бивака. Способы оборудования ночлега | 1 | 0,5 | 0,5 | |
| 4.5. | Способы разведения костра. Способы приготовления пищи на костре | 1 | 0,5 | 0,5 | |
| 4.6. | Радиационная, химическая и биологическая защита (РХБЗ) | 1 | 0,5 | 0,5 | |
| 5. | Строевая подготовка | 3 | 1 | 2 | Текущий контроль. Зачет |
| 5.1. | Обязанности командиров и военнослужащих перед | 1 | 0,5 | 0,5 | |

| | | | | | |
|-----------|--|----------|------------|------------|--|
| | построением и в строю | | | | |
| 5.2. | Строевая стойка. Военское приветствие. Порядок выхода и возвращения в строй | 2 | 0,5 | 1,5 | |
| 6. | Огневая подготовка | 5 | 2,5 | 2,5 | Текущий контроль. Выполнение нормативов |
| 6.1. | Приемы и способы стрельбы. Техника безопасности при обращении со стрелковым оружием | 1 | 1 | 0 | |
| 6.2. | Пневматическая винтовка (ПВ): тактико-технические характеристики, разборка, сборка, стрельба | 1 | 0,5 | 0,5 | |
| 6.3. | Пистолет Макарова (ПМ): тактико-технические характеристики, разборка, сборка, стрельба | 1 | 0,5 | 0,5 | |
| 6.4. | Автомат Калашникова АК-74: тактико-технические характеристики, разборка, сборка, стрельба | 2 | 0,5 | 1,5 | |
| 7. | Военно-медицинская подготовка. Первая помощь (ПП) | 5 | 3 | 2 | Текущий контроль. Зачет |
| 7.1. | Раны и кровотечения. Оказание ПП | 1 | 0,5 | 0,5 | |
| 7.2. | Травмы при ударах и падениях: вывихи, растяжения, переломы. Оказание ПП | 1 | 0,5 | 0,5 | |
| 7.3. | Ожоги. Оказание ПП | 1 | 0,5 | 0,5 | |
| 7.4. | Отравления. Оказание ПП | 1 | 0,5 | 0,5 | |
| 7.5. | Клиническая и биологическая смерть | 1 | 1 | 0 | |
| 8. | Участие в соревнованиях по военно-спортивному многоборью | 2 | 0 | 2 | Соревнования |

| | | | | |
|---------------|-----------|-------------|-------------|--|
| ИТОГО: | 36 | 16,5 | 19,5 | |
|---------------|-----------|-------------|-------------|--|

Содержание учебного плана 1 года обучения

Раздел 1. Вводное занятие. Инструктаж

Теория. Знакомство с деятельностью объединения, с его целями и задачами, с порядком и планом работы на учебный год. Инструктаж по технике безопасности. Необходимые качества и физическая подготовка для участников объединения.

Практика. Тестирование обучающихся, мониторинг уровня физического развития.

Раздел 2. Военно-теоретическая подготовка

Тема 2.1. Страницы воинской славы России

Теория. Страницы воинской славы: ратная слава русских дружин и ополчений, век русской воинской славы (XVII), армия и флот России в войнах XIX - начала XX вв. А. В. Суворов. Великая Отечественная война 1941-1945 гг. Имена героев на карте Москвы. Сила воинских традиций.

Практика. Изучение военной истории России.

Тема 2.2. Состав военнослужащих и воинские звания

Теория. Воинское звание. Воинская должность. Воинские знаки различия. Воинские подразделения: отделение, взвод, рота, батальон, полк, бригада, дивизия и т.д.

Практика. Изучение воинских знаков различия, званий должностей.

Тема 2.3. Общие обязанности военнослужащих

Теория. Общевоинские уставы ВС РФ: Устав внутренней службы, Дисциплинарный устав, Устав гарнизонной и караульной служб, строевой устав. Общие обязанности военнослужащих, закрепленные Уставом. Порядок отдачи и выполнения приказаний.

Практика. Изучение Уставов.

Тема 2.4. Внутренний наряд. Организация и несение караульной

Теория. Особенности внутреннего наряда при расположении лагеря: состав наряда, обязанности дежурного и дневального, внутренний порядок в лагере, особенности внутреннего порядка в лагере, вызов дежурных на линию. Состав караула, обязанности часового, разводящего, начальника караула и его помощника, развод и смена караулов, порядок смены часовых.⁹

Практика. Развод и смена караулов, смена часовых поясов.

Раздел 3. Физическая подготовка

Тема 3.1. Общая физическая подготовка

Теория. Значение физической подготовки. Виды общеразвивающих упражнений на развития гибкости, ловкости, равновесия, координации.

Практика. Выполнение физических упражнений.

Тема 3.2. Комплексы упражнений на развитие скоростно-силовых качеств

Теория. Техника выполнения комплексов упражнений на развитие силы, комплексов упражнений для развития быстроты и т.д.

Практика. Выполнение силовых упражнений на гимнастических снарядах (подтягивание, подъем переворотом, поднимание ног к перекладине, сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях), в прыжках (прыжок через козла, в длину), на силовых тренажерах и с тяжестями. Тренировки в беге на дистанции: 100 м и 1 км.

Тема 3.3. Преодоление полосы препятствий

Теория. Изучение общего контрольного упражнения на единой полосе препятствий по элементам. Изучение техники метания гранат с места и в движении.

Практика. Выполнение общего контрольного упражнения на единой полосе препятствий. Выполнение метания гранат на точность и дальность.

Тема 3.4. Рукопашный бой

Теория. Приемы самостраховки. Изготовка к бою без оружия. Передвижения в боевой стойке. Приемы нападения и защиты без оружия

(начальный комплекс приемов рукопашного боя РБ-Н). Приемы нападения и защиты с оружием (автомат, нож), (начальный комплекс приемов рукопашного боя РБ-Н).

Практика. Отработка приемов начального комплекса приемов рукопашного боя РБ-Н.

Раздел 4. Тактическая подготовка

Тема 4.1. Общее понятие о тактике общевойсковых подразделений.

Боевая задача, оценка обстановки.

Теория. Знакомство с понятиями: бой, наступательный бой, атака, встречный бой, оборона. Отход, маневр, охват, обход, маневр огнем, взаимодействие войск. Особенности общевойсковых подразделений. Управление подразделениями. Боевая задача. Уяснение боевой задачи. Оценка обстановки.

Практика. Техничко-тактическая игра «Пейнтбол».10

Тема 4.2. Местность как элемент боевой обстановки

Теория. Рельеф местности и боевые действия. Маскирующие свойстваместности. Измерение местности. Способы определения расстояния, высоты, площади.

Практика. Построение на местности линий заданной длины, круговой кривой данного радиуса. Отбивка на местности площади определенной величины и формы и т.д.

Тема 4.3. Ориентирование на местности без карты и по карте

Теория. Способы ориентирования на местности. Природные ориентиры: рельеф, линия горизонта, солнце, растения и т.д. Точечные площадные ориентиры. Топографическая карта. Условные обозначения. Масштаб. Обозначение координат. Приборы для измерения расстояния по карте.

Практика. Ориентация на местности без карты и по карте.

Тема 4.4. Правила выбора места для бивака. Способы оборудования ночлега

Теория. Правила выбора места для бивака. Использование рельефа местности при разбивке бивака. Маскировка бивака. Охрана и оборона в случае внезапного нападения. Пути отхода. Ночлег. Способы оборудования ночлега. Установка палатки. Оборудование спального места с помощью спального мешка и подручных средств. Режим тишины.

Практика. Выбор места для бивака. Оборудование ночлега.

Тема 4.5. Способы разведения костра. Способы приготовления пищи на костре

Теория. Способы разведения костра. Выбор места для костра. Выбор топлива. Способы укладки дров. Размещение котелка над огнем. Особенности приготовления пищи на костре. Набор посуды и продуктов. Вода для приготовления пищи.

Практика. Разведение костров различными способами. Подготовка воды и продуктов к приготовлению. Приготовление пищи на костре.

Тема 4.6. Радиационная, химическая и биологическая защита (РХБЗ)

Теория. Современные средства поражения: ядерное, химическое, биологическое оружие, его поражающие факторы. Виды защитных сооружений. Приборы радиационной и химической разведки, правила пользования. Средства индивидуальной защиты кожи (СИЗК). Характеристики, принцип действия, назначение и применение фильтрующего противогаза. Состав, устройство, маркировка общевойскового защитного комплекта (далее - ОЗК). Подготовка ОЗК к пользованию. Правила надевания ОЗК.

Практика. Работа с радиометром-рентгенометром ДП-5. Отработка навыков надевания фильтрующего противогаза. Отработка навыков надевания и снятия ОЗК.

Раздел 5. Строевая подготовка

Тема 5.1. Обязанности командиров и военнослужащих перед построением и в строю

Теория. Обязанности командиров и военнослужащих перед построением

и в строю.

Практика. Построение с выполнением уставных обязанностей.

Тема 5.2. Строевая стойка. Воинское приветствие. Порядок выхода и возвращения в строй

Теория. Строевая стойка. Дисциплина строя. Управление строем. Выполнение воинского приветствия. Выход из строя и возвращение в строй, подход к начальнику и отход от него.

Практика. Построение. Выполнение команды «Выйти из строя!» Выполнение команды «..шаг вперед, шагом марш!» Строевой шаг повороты в движении. Выполнение воинского приветствия.

Раздел 6. Огневая подготовка

Тема 6.1. Приемы и способы стрельбы. Техника безопасности при обращении со стрелковым оружием

Теория. Теория выстрела: устройство патрона, снаряжение магазина, порядок прицеливания и корректировки огня, производство выстрела. Общие правила безопасности при обращении с оружием и боеприпасами, во время следования на транспортных средствах, во время несения боевой службы, на занятиях и стрельбах. Порядок осмотра оружия и патронов перед стрельбами.

Практика. Правила заряжения и разряжения оружия. Выход на огневой рубеж. Изготовка к стрельбе из положения лежа. Отработка практических навыков изготовки к стрельбе из положения лежа.

Тема 6.2. Малокалиберная винтовка (МВ) ТОЗ-8: тактико-технические характеристики, разборка, сборка, стрельба.

Теория. Устройство и основные части МВ ТОЗ-8. Назначение и боевые свойства. Уход. Хранение. Изготовка к стрельбе. Правила прицеливания. Корректировка стрельбы. Стрельба из положения лежа, стоя, с колена. Устранение основных неисправностей.

Практика. Выбор установки прицела и точки прицеливания для стрельбы по неподвижным и появляющимся целям. Определение и учет поправок на отклонение от нормальных (табличных) целей в зависимости от

условий стрельбы.

Тема 6.3. Пневматическая винтовка (ПВ) ИЖ-38: тактико-технические характеристики, разборка, сборка, стрельба.

Теория. Устройство и основные части ПВ ИЖ-38. Назначение и боевые свойства. Уход. Хранение. Изготовка к стрельбе. Правила прицеливания. Корректировка стрельбы. Стрельба из положения лежа, стоя, с колена.

Устранение основных неисправностей.

Практика. Выбор установки прицела и точки прицеливания для стрельбы по неподвижным и появляющимся целям. Определение и учет поправок на отклонение от нормальных (табличных) целей в зависимости от условий стрельбы.

Тема 6.4. Пистолет Макарова (ПМ): тактико-технические характеристики, разборка, сборка, стрельба.

Теория. Назначение и боевые свойства, назначение, тактико-технические характеристики. Принципы работы пистолета. Устранение основных неисправностей. Уход. Хранение. Изготовка к стрельбе. Правила прицеливания. Корректировка стрельбы.

Практика. Выбор установки прицела и точки прицеливания для стрельбы по неподвижным и появляющимся целям. Определение и учет поправок на отклонение от нормальных (табличных) целей в зависимости от условий стрельбы.

Тема 6.5. Автомат Калашникова АК-74: тактико-технические характеристики, разборка, сборка, стрельба.

Теория. История создания, модификации. Назначение, боевые свойства, устройство, основные части, принцип работы. Уход. Хранение. Порядок неполной разборки-сборки. Подготовка к стрельбе. Возможные задержки и неисправности при стрельбе, способы их устранения. снаряжение магазина патронами и зарядание автомата. Правила прицеливания. Корректировка стрельбы. Стрельба из положения лежа короткими очередями.

Практика. Выбор установки прицела и точки прицеливания для стрельбы по неподвижным и появляющимся целям. Определение и учет поправок на отклонение от нормальных (табличных) целей в зависимости от условий стрельбы.

Раздел 9. Военно-медицинская подготовка. Первая помощь (ПП)

Тема 9.1. Раны и кровотечения. Оказание ПП

Теория. Понятие о ране, классификация ран. Общие правила оказания ПП при ранах и кровотечениях. Остановка кровотечений с использованием табельных и подручных средств. Наложение повязок при различных ранениях: в голову, грудную клетку, живот, верхние и нижние конечности.

Практика. Оказание ПП в зависимости от вида раны. Остановка кровотечений: наложение повязок и жгутов.

Тема 9.2. Травмы при ударах и падениях: вывихи, растяжения, переломы. Оказание ПП.

Теория. Вывих. Растяжение. Ушиб. Перелом. Оказание ПП. Использование подручных материалов для иммобилизации переломов костей.

Практика. Оказание ПП при вывихе, при растяжении, ушибе. Оказание ПП при переломах, наложение шин. Способы изготовления носилок из подручных материалов

Тема 9.3. Ожоги. Оказание ПП.

Теория. Виды ожогов: термические, электрические; лучевые, при которых основной повреждающий фактор - излучение (солнечные, радиационные). Тепловые и солнечные удары. Поражение электрическим током или молнией. Оказание ПП. Первая помощь при радиационных поражениях.

Практика. Оказание ПП при различных ожогах, тепловых и солнечных ударах, поражении электрическим током или молнией.

Тема 9.4. Отравления. Оказание ПП.

Теория. Отравления. Виды отравлений. Симптомы. ПП при отравлении. ПП при поражениях отравляющими и сильнодействующими ядовитыми

веществами.

Практика. Оказание ПП при отравлении.

Тема 9.5. Клиническая и биологическая смерть.

Теория. Признаки клинической и биологической смерти. Техника проведения искусственной вентиляции легких и непрямого массажа сердца.

Практика. Сердечно-легочная реанимация.

Раздел 10. Участие в соревнованиях по военно-спортивному многоборью.

Учебный план 2-го года обучения

| № | Названия раздела/темы | Количество часов | | | Формы аттестации и контроля |
|------|---|------------------|------------|------------|--|
| | | Всего | Теория | Практика | |
| 1. | Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. Необходимые качества и физическая подготовка для участников объединения | 1 | 1 | 0 | Первичная диагностика. Тестирование |
| 2. | Военно-теоретическая подготовка | 2 | 2 | 0 | Текущий контроль. Тестирование |
| 2.1. | Страницы воинской славы России | 1 | 1 | 0 | |
| 2.2. | Состав военнослужащих и воинские звания | 1 | 1 | 0 | |
| 3. | Физическая подготовка | 14 | 0 | 14 | Текущий контроль. Выполнение нормативов |
| 3.1. | Общая физическая подготовка | 3 | 0 | 3 | |
| 3.2. | Комплексы упражнений на развитие скоростно-силовых качеств | 3 | 0 | 3 | |
| 3.3. | Преодоление полосы препятствий | 3 | 0 | 3 | |
| 3.4. | Рукопашный бой | 5 | 0 | 5 | |
| 4. | Тактическая подготовка | 4 | 1,5 | 2,5 | Промежуточная |

| | | | | | |
|-----------|--|----------|------------|------------|--|
| | | | | | аттестация. Тестирование |
| 4.1. | Общее понятие о тактике общевойсковых подразделений. Боевая задача, оценка обстановки | 1 | 0,5 | 0,5 | |
| 4.2. | Местность как элемент боевой обстановки | 1 | 0 | 1 | |
| 4.3. | Ориентирование на местности без карты и по карте | 2 | 1 | 1 | |
| 5. | Строевая подготовка | 5 | 0 | 5 | Текущий контроль. Зачет |
| 5.1. | Обязанности командиров и военнослужащих перед построением и в строю | 1 | 0 | 1 | |
| 5.2. | Строевая стойка. Воинское приветствие. Порядок выхода и возвращения в строй | 2 | 0 | 2 | |
| 5.3. | Выполнение строевых приёмов на месте и в движении | 2 | 0 | 2 | |
| 6. | Огневая подготовка | 5 | 0,5 | 4,5 | Текущий контроль. Выполнение нормативов |
| 6.1. | Приемы и способы стрельбы. Техника безопасности при обращении со стрелковым оружием | 2 | 0 | 2 | |
| 6.2. | Малокалиберная винтовка (МВ) ТОЗ-8: тактико-технические характеристики, разборка, сборка, стрельба | 1 | 0 | 1 | |
| 6.3. | Пистолет Макарова (ПМ): тактико-технические характеристики, разборка, сборка, стрельба | 1 | 0,5 | 1,5 | |
| 6.4. | Автомат Калашникова АК-74: тактико-технические | 1 | 0 | 1 | |

| | | | | | |
|-----------|---|-----------|----------|-----------|---------------------------------------|
| | характеристики, разборка, сборка, стрельба | | | | |
| 7. | Военно-медицинская подготовка. Первая помощь (ПП) | 4 | 0 | 4 | Текущий контроль. Зачет |
| 7.1. | Раны и кровотечения. Оказание ПП | 1 | 0 | 1 | |
| 7.2. | Травмы при ударах и падениях: вывихи, растяжения, переломы. Оказание ПП | 1 | 0 | 1 | |
| 7.3. | Ожоги. Оказание ПП | 1 | 0 | 1 | |
| 7.4. | Отравления. Оказание ПП | 1 | 0 | 1 | |
| 8. | Участие в соревнованиях по военно-спортивному многоборью | 1 | 0 | 1 | Итоговая аттестация. Соревнование. |
| | ИТОГО: | 36 | 5 | 31 | |

Содержание учебного плана 2-го года обучения.

Раздел 1. Вводное занятие. Инструктаж

Теория. Знакомство с деятельностью объединения, с его целями и задачами, с порядком и планом работы на учебный год. Инструктаж по технике безопасности. Необходимые качества и физическая подготовка для участников объединения.

Практика. Тестирование обучающихся, мониторинг уровня физического развития.

Раздел 2. Военно-теоретическая подготовка

Тема 2.1. Страницы воинской славы России

Теория. Страницы воинской славы: ратная слава русских дружин и ополчений, век русской воинской славы (XVII), армия и флот России в войнах XIX - начала XX вв. А. В. Суворов. Великая Отечественная война 1941-1945 гг. Имена героев на карте Москвы. Сила воинских традиций.

Практика. Изучение военной истории России.

Тема 2.2. Состав военнослужащих и воинские звания

Теория. Воинское звание. Воинская должность. Воинские знаки различия. Воинские подразделения: отделение, взвод, рота, батальон, полк, бригада, дивизия и т.д.

Практика. Изучение воинских знаков различия, званий должностей.

Тема 2.3. Общие обязанности военнослужащих

Теория. Общевоинские уставы ВС РФ: Устав внутренней службы, Дисциплинарный устав, Устав гарнизонной и караульной служб, строевой устав. Общие обязанности военнослужащих, закрепленные Уставом. Порядок отдачи и выполнения приказаний.

Практика. Изучение Уставов.

Тема 2.4. Внутренний наряд. Организация и несение караульной службы

Теория. Особенности внутреннего наряда при расположении лагеря: состав наряда, обязанности дежурного и дневального, внутренний порядок в лагере, особенности внутреннего порядка в лагере, вызов дежурных на линию. Состав караула, обязанности часового, разводящего, начальника караула и его помощника, развод и смена караулов, порядок смены часовых.⁹

Практика. Развод и смена караулов, смена часовых поясов.

Раздел 3. Физическая подготовка

Тема 3.1. Общая физическая подготовка

Теория. Значение физической подготовки. Виды общеразвивающих упражнений на развития гибкости, ловкости, равновесия, координации.

Практика. Выполнение физических упражнений.

Тема 3.2. Комплексы упражнений на развитие скоростно-силовых качеств

Теория. Техника выполнения комплексов упражнений на развитие силы, комплексов упражнений для развития быстроты и т.д.

Практика. Выполнение силовых упражнений на гимнастических снарядах (подтягивание, подъем переворотом, поднимание ног к перекладине,

сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях), в прыжках (прыжок через козла, в длину), на силовых тренажерах и с тяжестями. Тренировки в беге на дистанции: 100 м и 1 км.

Тема 3.3. Преодоление полосы препятствий

Теория. Изучение общего контрольного упражнения на единой полосе препятствий по элементам. Изучение техники метания гранат с места и в движении.

Практика. Выполнение общего контрольного упражнения на единой полосе препятствий. Выполнение метания гранат на точность и дальность.

Тема 3.4. Рукопашный бой

Теория. Приемы самостраховки. Изготовка к бою без оружия. Передвижения в боевой стойке. Приемы нападения и защиты без оружия (начальный комплекс приемов рукопашного боя РБ-Н). Приемы нападения и защиты с оружием (автомат, нож), (начальный комплекс приемов рукопашного боя РБ-Н).

Практика. Отработка приемов начального комплекса приемов рукопашного боя РБ-Н.

Раздел 4. Тактическая подготовка

Тема 4.1. Общее понятие о тактике общевойсковых подразделений.

Боевая задача, оценка обстановки.

Теория. Знакомство с понятиями: бой, наступательный бой, атака, встречный бой, оборона. Отход, маневр, охват, обход, маневр огнем, взаимодействие войск. Особенности общевойсковых подразделений. Управление подразделениями. Боевая задача. Уяснение боевой задачи. Оценка обстановки.

Практика. Техничко-тактическая игра «Пейнтбол».10

Тема 4.2. Местность как элемент боевой обстановки

Теория. Рельеф местности и боевые действия. Маскирующие свойстваместности. Измерение местности. Способы определения расстояния, высоты,

площади.

Практика. Построение на местности линий заданной длины, круговой кривой данного радиуса. Отбивка на местности площади определенной величины и формы и т.д.

Тема 4.3. Ориентирование на местности без карты и по карте

Теория. Способы ориентирования на местности. Природные ориентиры: рельеф, линия горизонта, солнце, растения и т.д. Точечные площадные ориентиры. Топографическая карта. Условные обозначения. Масштаб. Обозначение координат. Приборы для измерения расстояния по карте.

Практика. Ориентация на местности без карты и по карте.

Тема 4.4. Правила выбора места для бивака. Способы оборудования ночлега

Теория. Правила выбора места для бивака. Использование рельефа местности при разбивке бивака. Маскировка бивака. Охрана и оборона в случае внезапного нападения. Пути отхода. Ночлег. Способы оборудования ночлега. Установка палатки. Оборудование спального места с помощью спального мешка и подручных средств. Режим тишины.

Практика. Выбор места для бивака. Оборудование ночлега.

Тема 4.5. Способы разведения костра. Способы приготовления пищи на костре

Теория. Способы разведения костра. Выбор места для костра. Выбор топлива. Способы укладки дров. Размещение котелка над огнем. Особенности приготовления пищи на костре. Набор посуды и продуктов. Вода для приготовления пищи.

Практика. Разведение костров различными способами. Подготовка воды и продуктов к приготовлению. Приготовление пищи на костре.

Тема 4.6. Радиационная, химическая и биологическая защита (РХБЗ)

Теория. Современные средства поражения: ядерное, химическое, биологическое оружие, его поражающие факторы. Виды защитных сооружений. Приборы радиационной и химической разведки, правила

пользования. Средства индивидуальной защиты кожи (СИЗК).

Характеристики, принцип действия, назначение и применение фильтрующего противогаза. Состав, устройство, маркировка общевойскового защитного комплекта (далее - ОЗК). Подготовка ОЗК к использованию. Правила надевания ОЗК.

Практика. Работа с радиометром-рентгенометром ДП-5. Отработка навыков надевания фильтрующего противогаза. Отработка навыков надевания и снятия ОЗК.

Раздел 5. Строевая подготовка

Тема 5.1. Обязанности командиров и военнослужащих перед построением и в строю

Теория. Обязанности командиров и военнослужащих перед построением и в строю.

Практика. Построение с выполнением уставных обязанностей.

Тема 5.2. Строевая стойка. Воинское приветствие. Порядок выхода и возвращения в строй

Теория. Строевая стойка. Дисциплина строя. Управление строем. Выполнение воинского приветствия. Выход из строя и возвращение в строй, подход к начальнику и отход от него.

Практика. Построение. Выполнение команды «Выйти из строя!» Выполнение команды «..шаг вперед, шагом марш!» Строевой шаг повороты в движении. Выполнение воинского приветствия.

Раздел 6. Огневая подготовка

Тема 6.1. Приемы и способы стрельбы. Техника безопасности при обращении со стрелковым оружием

Теория. Теория выстрела: устройство патрона, снаряжение магазина, порядок прицеливания и корректировки огня, производство выстрела. Общие правила безопасности при обращении с оружием и боеприпасами, во время следования на транспортных средствах, во время несения боевой службы, на

занятиях и стрельбах. Порядок осмотра оружия и патронов перед стрельбами.

Практика. Правила заряжения и разряжения оружия. Выход на огневой рубеж. Изготовка к стрельбе из положения лежа. Отработка практических навыков изготовки к стрельбе из положения лежа.

Тема 6.2. Малокалиберная винтовка (МВ) ТОЗ-8: тактико-технические характеристики, разборка, сборка, стрельба.

Теория. Устройство и основные части МВ ТОЗ-8. Назначение и боевые свойства. Уход. Хранение. Изготовка к стрельбе. Правила прицеливания. Корректировка стрельбы. Стрельба из положения лежа, стоя, с колена. Устранение основных неисправностей.

Практика. Выбор установки прицела и точки прицеливания для стрельбы по неподвижным и появляющимся целям. Определение и учет поправок на отклонение от нормальных (табличных) целей в зависимости от условий стрельбы.

Тема 6.3. Пневматическая винтовка (ПВ) ИЖ-38: тактико-технические характеристики, разборка, сборка, стрельба.

Теория. Устройство и основные части ПВ ИЖ-38. Назначение и боевые свойства. Уход. Хранение. Изготовка к стрельбе. Правила прицеливания. Корректировка стрельбы. Стрельба из положения лежа, стоя, с колена.

Устранение основных неисправностей.

Практика. Выбор установки прицела и точки прицеливания для стрельбы по неподвижным и появляющимся целям. Определение и учет поправок на отклонение от нормальных (табличных) целей в зависимости от условий стрельбы.

Тема 6.4. Пистолет Макарова (ПМ): тактико-технические характеристики, разборка, сборка, стрельба.

Теория. Назначение и боевые свойства, назначение, тактико-технические характеристики. Принципы работы пистолета. Устранение основных

неисправностей. Уход. Хранение. Изготовка к стрельбе. Правила прицеливания. Корректировка стрельбы.

Практика. Выбор установки прицела и точки прицеливания для стрельбы по неподвижным и появляющимся целям. Определение и учет поправок на отклонение от нормальных (табличных) целей в зависимости от условий стрельбы.

Тема 6.5. Автомат Калашникова АК-74: тактико-технические характеристики, разборка, сборка, стрельба.

Теория. История создания, модификации. Назначение, боевые свойства, устройство, основные части, принцип работы. Уход. Хранение. Порядок неполной разборки-сборки. Подготовка к стрельбе. Возможные задержки и неисправности при стрельбе, способы их устранения. Снаряжение магазина патронами и зарядание автомата. Правила прицеливания. Корректировка стрельбы. Стрельба из положения лежа короткими очередями.

Практика. Выбор установки прицела и точки прицеливания для стрельбы по неподвижным и появляющимся целям. Определение и учет поправок на отклонение от нормальных (табличных) целей в зависимости от условий стрельбы.

Раздел 9. Военно-медицинская подготовка. Первая помощь (ПП)

Тема 9.1. Раны и кровотечения. Оказание ПП

Теория. Понятие о ране, классификация ран. Общие правила оказания ПП при ранах и кровотечениях. Остановка кровотечений с использованием табельных и подручных средств. Наложение повязок при различных ранениях: в голову, грудную клетку, живот, верхние и нижние конечности.

Практика. Оказание ПП в зависимости от вида раны. Остановка кровотечений: наложение повязок и жгутов.

Тема 9.2. Травмы при ударах и падениях: вывихи, растяжения, переломы. Оказание ПП.

Теория. Вывих. Растяжение. Ушиб. Перелом. Оказание ПП.

Использование подручных материалов для иммобилизации переломов костей.

Практика. Оказание ПП при вывихе, при растяжении, ушибе. Оказание ПП при переломах, наложение шин. Способы изготовления носилок из подручных материалов

Тема 9.3. Ожоги. Оказание ПП.

Теория. Виды ожогов: термические, электрические; лучевые, при которых основной повреждающий фактор - излучение (солнечные, радиационные). Тепловые и солнечные удары. Поражение электрическим током или молнией. Оказание ПП. Первая помощь при радиационных поражениях.

Практика. Оказание ПП при различных ожогах, тепловых и солнечных ударах, поражении электрическим током или молнией.

Тема 9.4. Отравления. Оказание ПП.

Теория. Отравления. Виды отравлений. Симптомы. ПП при отравлении. ПП при поражениях отравляющими и сильнодействующими ядовитыми веществами.

Практика. Оказание ПП при отравлении.

Раздел 10. Участие в соревнованиях по военно-спортивному многоборью.

1.4. Планируемые результаты

Личностные:

- формирование базовых основ гражданской идентичности, чувства
- гордости за свою Родину, российский народ и историю России;
- усвоение феномена культуры здорового образа жизнедеятельности;
- прохождение дополнительных этапов социализации, социальной
- адаптации через взаимодействие в малых группах;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- развитие навыков прогнозирования, урегулирования и разрешения

- конфликтных ситуаций и конфликтов;
- формирование первоначальной установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, бережному отношению к материальным ценностям.

Метапредметные:

- незначительные качественные изменения, касающиеся уровня физического развития учащихся;
- выработка необходимых механизмов для преодоления коммуникативных барьеров;
- овладение технологиями логического выстраивания собственной осознаваемой деятельности и установления причинно-следственной связи;
- формирование полноценной картины мира;
- появление способности к анализу собственных неудачных действий;
- обучение процессу исправления индивидуальных и коллективных ошибок;
- появление способности к планированию собственных действий;
- формирование базового механизма обработки и фильтрации информационных потоков.

Предметные:

При прохождении программы первого года обучения ожидается получение следующих результатов:

- обучение основам строевой и огневой подготовки;
- изучение базового комплекса упражнений по общей физической подготовке;
- изучение базового комплекса упражнений по специальной физической подготовке;
- получение первичных знаний о правилах техники безопасности на занятиях по строевой, общей, специальной, огневой подготовке, а также при проведении спортивных, подвижных игр, эстафет и соревнований;
- усвоение учащимися элементарных/основных правил подвижных,

- спортивных игр и эстафет;
- изучение базовых элементов строевой подготовки;
 - основы здорового образа жизни;
 - роль профилактики травматизма;
 - изучение теоретических правил оказания первой помощи;
 - устройство автомата, противогаза и пневматической винтовки.

Раздел № 2. Организационно-педагогические условия

2.1 Условия реализации программы

1. Материально-техническое обеспечение:

Для успешного проведения занятий и выполнения программы в полном объеме необходимо следующее:

Технические средства обучения:

- ноутбуки;
- видеопроектор;
- колонка;
- интерактивная доска;

Инфраструктура организации:

- наличие стрелкового тира;
 - наличие тренировочного спортивного зала;
 - наличие тренажерного зала;
 - наличие раздевалок, душевых;
 - наличие спортивной площадки;
 - полоса препятствий с обязательными элементами: «Лабиринт», «Забор с наклонной доской», «Разрушенный мост», «Разрушенная лестница», «Стена с проломами», «Ров», «Одиночный окоп», «Траншея», «Туннель», «Воронка».
- (в/ч 36048).

Медицинские средства и оборудование для оказания первой помощи:

- аптечка индивидуальная (АИ-1, АИ-2);
- индивидуальные противохимические пакеты (ИПП-8, ИПП-0);
- пакет перевязочный медицинский (ППМ)

- перевязочные средства (бинт марлевый медицинский нестерильный, размер 7м x 14см, бинт марлевый медицинский нестерильный, размер 5м x 10см, вата медицинская, компрессная косынка медицинская (перевязочная), повязка медицинская большая стерильная, повязка медицинская малая стерильная);

- лейкопластырь;
- кровоостанавливающие жгуты (2 разновидности);
- охлаждающие пакеты;
- средства иммобилизации (шина проволочная (лестничная) для ног, шина проволочная (лестничная) для рук, шина фанерная длиной 1 м);
- устройство - маска для искусственной вентиляции легких;
- робот - тренажер «Максим Ш-01».

Оборудование для занятий по ориентированию:

- географические карты;
- компас (15 шт.);
- курвиметр (2 шт.).

Оборудование для занятий по гражданской обороне:

- образцы фильтров;
- ватно-марлевые повязки (2 образца);
- противогаз фильтрующий ГП-5, ГП-7, ПДФ-7 - (20 шт.);
- респиратор (2 шт.);
- общевойсковой защитный комплект ОЗК - (10 шт.);
 - войсковой прибор химической разведки (ВПХР): ДП-5А - (2 шт.).
 - Оборудование для занятий по огневой подготовке:
 - учебные ручные осколочные гранаты (Ф-1, РГД-5);
 - магазины АКМ;
 - малая саперная лопата;
 - мина противотанковая учебная;
 - мина противопехотная;

- образцы пуль и патронов;
- автоматы АК-74 (макеты 2 шт.);
- винтовка пневматическая ИЖ (10 шт.);
- пистолет пневматический Макаров (2 шт.);
- пульки (30000 шт.);
- РГ (макет), выстрел к РПГ-7;
- мишени разные (1000 шт.);
- шомпол для пневматической винтовки;

Оборудование для занятий по физической подготовке:

- мяч массой 150 г (20 шт.);
- станок стартовый (10 шт.)
- колодки стартовые (10 пар);
- стойки финишные переносные (2 пары);
- флажки (2 пары);
- лента финишная 400 м;
- зрительная труба (5 шт.);
- нагрудные номера (50 компл.)
- секундомер (5 шт.);
- рулетка (3 шт.);
- гимнастическая стенка (10 пролетов);
- набивные мячи (10 шт.);
- гимнастические скамейки (8 шт.);
- скакалки длинные (50 шт.);
- гантели (10 пар);
- гири (10 шт.);
- штанга (2 шт.);
- брусья;
- козел гимнастический;
- конь гимнастический;
- перекладина универсальная;

- мост гимнастический пружинящий;
- маты гимнастические жесткие;
маты поролоновые в чехлах.

2. Учебно – методическое и информационное обеспечение

1. Федеральный закон от 21 ноября 2011 г. № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации».
2. Приказ Министерства здравоохранения и социального развития РФ от 4 мая 2012 г. № 477н «Об утверждении перечня состояний, при которых оказывается первая помощь, и перечня мероприятий по оказанию первой помощи» с изменениями и дополнениями от 7 ноября 2012 г.
3. Баранов А.Р., МаслакЮ.Г., Ягодинцев В.И. Военная топография в служебно-боевой деятельности оперативных подразделений. - М.: Академический проект, 2021.
4. Буянов В. М., Нестеренко Ю. А. Первая медицинская помощь: Учебник.- М.: Медицина, 2020.
5. Великая Отечественная война. Энциклопедия для школьников. - М.:Олма-пресс, 2021.
6. Видякин М.В. Военно-патриотическое воспитание в школе. - М.: Учитель, 2018.
7. Военная история России. /Под ред. О. Егоршиной, В. Людвинской. - М.: Эксмо, 2012.
8. Вяткин Л. А.,Сидорчук Е. В. Туризм и спортивное ориентирование. М.: Академия, 2009.
9. Дайнес В.О. и др. На службе Отечеству: Об истории Российского государства и его Вооружённых силах, традициях, правовых и морально-психологических основах военной службы: Книга для чтения по общественно-государственной подготовке солдат (матросов), сержантов (старшин) Вооружённых Сил РФ. /В.О. Дайнес, В.А. Авдеев, Н.И. Бородин, А.А. Гуров. /Под ред. Е.В. Савостьянова, В.А. Золотарёва, А.В. Черкасова, А.С. Дудкина. - М.: Русь РКБ, 1998.

10. Ермолаев В.М. Подготовка многоборцев в условиях вуза. Методическое пособие. - Казань: КГТУ, 1983.
11. Ермолаев, В.М. Методика спортивной подготовки студентов в полиатлоне. Методическое пособие. - Казань: КГТУ, 1998.
12. Железняк М. и др. Спортивные игры. / М. Железняк, В. Савин, В. Левин, О. Матыцин, В. Портнов. - М.: Академия, 2004.
13. Ивочкин В.В. и др. Легкая атлетика: бег на средние и длинные дистанции, спортивная ходьба. Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских спортивных школ олимпийского резерва, школ высшего спортивного мастерства. /В.В. Ивочкин, Ю.Г. Травин, Г.Н. Королёв, Г.Н. Семаева. - М.: Советский спорт, 2016.
14. Кучеров А.М. и др. Полководцы Великой Отечественной. / А. Кучеров, В. Жариков, О. Сарин, В. Яровиков, П. Кузнецов, Н. Рязанов, А. Шестернев, А. Пястолов, М. Меньшов, В. Волошин, М. Скоромный. - М.: Просвещение, 1988.
15. Легкая атлетика. Учебник. /В.Г. Никитушкин, Н.Н. Чесноков. - М.: Физическая культура, 2019.
16. Лови А.А., Минин Р. А. Организация занятий по огневой подготовке. -М.: ДОСААФ, 1973.
17. Маслов А. Г. Подготовка и проведение соревнований учащихся «Школа безопасности»: Учебно-методическое пособие. - М.: ВЛАДОС, 2000.Методика строевой подготовки. /Под ред. В. Меримского. - М.: Воениздат, 1980.
18. Муравлев КА. Военно-спортивные состязания. Методическое пособие по организации и проведению военно-спортивных состязаний - М.: Воениздат, 1971.
19. Столов И.И. и др. Лёгкая атлетика. Многоборье. Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских спортивных школ олимпийского

резерва, школ высшего спортивного мастерства. /И.И. Столов, А.А. Ушаков, И.Ю. Радчич, В.Б. Зеличенов. - М.: Советский спорт, 2005.

20. Стрелковый спорт и методика преподавания. /Под ред. А.Я. Корха. - М.: Физкультура и спорт, 1986.

Служат для определения результативности освоения Программы обучающимися. Аттестация проводится 2 раза в год: промежуточная - в декабре по итогам 1 полугодия, итоговая - в мае.

Формы проведения аттестации:

- тестирование;
- зачет;
- выполнение нормативов;
- соревнования.

При оценке достижений обучающихся используются следующие критерии:

Высокий уровень - обучающийся владеет навыками выполнения физических упражнений, разборки и сборки стрелкового оружия. Знает основополагающие моменты уставов ВС РФ, состав военнослужащих, воинские звания и знаки отличия. Владеет основами военной топографии. Умеет самостоятельно оказать первую помощь.

Достаточный уровень - обучающийся знает и выполняет основные виды физических упражнений. Владеет приемами разборки и сборки стрелкового оружия. Знает состав военнослужащих, воинские звания и знаки отличия. Умеет ориентироваться на местности, может оказать первую помощь.

Недостаточный уровень - обучающийся знает, но не выполняет виды физических упражнений и приемы разборки и сборки стрелкового оружия. Знает основы уставов ВС РФ, состав военнослужащих, воинские звания и знаки отличия. Плохо ориентируется на местности. Знает, как оказать первую помощь.

Контрольно-измерительные материалы. (Приложения 1-6)

Способы определения результативности обучения

Для оценки уровня обученности проводится текущий и итоговый контроль обучаемых на зачетах и итоговых занятиях. Результатом совместной деятельности учащихся могут быть выступления на конкурсах и в соревнованиях.

Реализация программы может считаться успешной в случае положительной динамики итогов по результатам контроля.

Критерии оценки результатов обучения

Главным экспертом в оценке личностного и творческого роста обучающихся, конечно, выступает сам руководитель с помощью метода наблюдения и метода включения детей в исполнительскую деятельность.

Механизмом оценки роста и восхождения является: «обратная связь» обучающегося и педагога; уровень задач, которые ставят перед собой обучающийся и коллектив: а также достижения не только творческого характера, но и личностного.

Если «обратная связь» от участника передает готовность продолжать учиться, участвовать и это находит выражение в труде и настойчивости, а при этом уровень притязаний личности растет соответственно достижениям, значит с личностью все в порядке, она растет и развивается.

Одной из «экспертных оценок» являются выступления на концертах, участие в различных конкурсах, соревнованиях.

2.3. Методические материалы

Реализация программы проводится в соответствии с основными педагогическими принципами:

- принцип системности (предполагает преемственность знаний, комплексность в их усвоении)
- принцип дифференциации (предполагает выявление и развитие у обучающихся склонностей и способностей по различным направлениям)
- принцип увлекательности (учитывает возрастные индивидуальные особенности обучающихся)

- принцип коллективизма (способствует развитию разносторонних способностей и потребности отдавать их на общую радость и пользу)
- принцип креативности (предполагает максимальную ориентацию на творчество ребенка, на развитие его психофизических ощущений, раскрепощение личности).

Методические принципы построения программы:

1. Последовательное обучение от базовых навыков до изучения элементов повышенной сложности.

2. Параллельное освоение теории и практики.

Наиболее эффективными педагогическими технологиями в работе с детьми являются следующие:

1. Здоровьесберегающие технологии, направленные на сохранение физического, психического здоровья, нравственного и духовного здоровья.

2. Игровые технологии, способствующие ускорению процесса адаптации, межличностному и территориальному знакомству, выявлению лидеров и аутсайдеров.

3. Информационно-коммуникационные технологии. Процесс обучения одаренных детей должен предусматривать наличие и свободное использование разнообразных источников и способов получения информации, в том числе через компьютерные сети. В той мере, в какой у учащегося есть потребность в быстром получении больших объемов информации и обратной связи о своих действиях, необходимо применение компьютеризованных средств обучения. Полезными могут быть и средства, обеспечивающие богатый зрительный ряд.

2.4 Календарный учебный график

| Этапы образовательного процесса | 1 год | 2 год |
|---|-------|-------|
| Продолжительность учебного года, неделя | 34 | 34 |

| | | | |
|------------------------------------|-------------|---------------------------------|-----------------------|
| Продолжительность учебных периодов | 1 полугодие | 04.09-2023 г.- 31.12 2023 г. | 02.09.2024-28.12.2024 |
| | 2 полугодие | 09.01.2024 г.- 31.05 2024 г. | 13.01.2025-31.05.2025 |
| Возраст детей, лет | | 11-17 | 11-17 |
| Продолжительность занятия, час | | 2 часа | 2 часа |
| Режим занятия | | 2 раза в неделю | 2 раза в неделю |
| Годовая учебная нагрузка, час | | 72 часов | 72 часов |

2.5. Календарный план воспитательной работы

| № п/п | Мероприятие | Форма проведения | Срок (Дата проведения) |
|-------|---|---------------------------------|------------------------|
| 1 | «День здоровья» | соревнования | сентябрь |
| 2 | Подготовка к ГТО | Сдача норм ГТО | сентябрь |
| 3 | «Разборка/сборка АК-47» | соревнования | октябрь |
| 4 | «Спортивные игры между 5-7 классами» | соревнования | октябрь |
| 5 | «Зарница – 72» | соревнования | октябрь |
| 6 | «Зарядка чемпионов» | здоровьесберегающее мероприятие | октябрь |
| 7 | «Спорт в нашей жизни» | беседа | февраль |
| 8 | «Героями не рождаются!» | Военно-спортивная игра | февраль |
| 8 | «Снаряжение» магазина к автомату АК-74» | соревнования | март |
| 9 | Спартакиада по военно-спортивному многоборью «Призывники: Служу | Соревнования | март |

| | | | |
|----|---|-----------------------|--------|
| | России 2023/2024 | | |
| 9 | «Спорт любить здоровым быть» | беседа | апрель |
| 10 | «Ворошиловский стрелок» соревнования по стрельбе из пневматической винтовки | соревнования | май |
| 11 | «Изучаю топографию» | Топографический квест | май |

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Катуков А.М., Цветаев Е.Н. Военно-патриотическое воспитание учащихся на занятиях по начальной военной подготовке. - М.: Просвещение, 2021.
2. Коробейников Н.К., Михеев А.А., Николенко И.Г. Физическое воспитание. - М.: Высшая школа, 2022.
3. Кудашкин А.В. Военная служба в Российской Федерации. - М.: Юридический центр, 2023.
4. Погадаев Г.И. Настольная книга учителя физической культуры. /Под ред. Кофмана Л.Б. - М.: Физкультура и спорт, 2020.
5. Попов В.Б. 555 специальных упражнений в подготовке легкоатлетов. М.: Человек, 2022.
6. Топография, ориентирование и основы тактики: для изучающих начальную военную подготовку. - М.: Воениздат, 2004. Уваров В.А., Гильмутдинов Т.С. Полиатлон. Учебное пособие. -Йошкар-Ола: МарГУ, 2023.

Интернет-ресурсы

1. <http://www.minsport.gov.ru> - официальный сайт Министерства спорта Российской Федерации.
2. <http://www.ftr.org.ru> - официальный сайт Российской Федерации триатлона.
3. <http://www.sportedu.ru> - официальный сайт Российского

государственного университета физической культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК).

4. <http://www.lesgaft.spb.ru> - официальный сайт Национального государственного университета физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург.

5. <http://www.spbniifk.ru> - официальный сайт Санкт-Петербургского научно-исследовательского института физической культуры.

6. <http://sdo.mgap.su/books/K19/M9/file/1.pdf> - Теория и методика физического воспитания и спорта. Учебник. /Кузнецов Ж.К., Холодов В.С. - М.: Академия, 2013.

7. <http://tst.sportedu.ru> - Технология спортивной тренировки.

8. <http://www.sportmedicine.ru/> - информационный интернет-портал Спортивная медицина.

9. <http://www.sportspravka.com> - информационный портал СПОРТСПРАВКА.

Приложение 1

Контрольно- измерительные материалы раздела «Огневая подготовка».

| Показатель | Критерий | Степень выраженности качества | Возможное кол-во баллов |
|--|---|--|-------------------------|
| Качество освоения теоретических основ огневой подготовки | Количественная оценка теоретических основ огневой подготовки | Знает все понятия и правила, необходимые для занятий по огневой подготовке в пределах предложенных знаний. | 2 |
| | | Знает половину всех понятий и правил, необходимых для занятий по огневой подготовке | 1 |
| | | Не освоил понятия и правила, необходимые для занятий по огневой подготовке, в пределах предложенных знаний. | 0 |
| | Качественная оценка освоения теоретических основ огневой подготовки | Логически правильно воспроизводит алгоритмы действий, необходимых для практических занятий по огневой подготовке в пределах предложенных знаний. | 2 |
| | | Воспроизводит алгоритмы действий, необходимых для практических занятий по огневой подготовке с небольшими неточностями или с подсказками преподавателя в пределах предложенных знаний. | 1 |

| | | | | |
|--|--|---|--|---|
| | | Не воспроизводит алгоритмы действий, необходимых для практических занятий по огневой подготовке в пределах предложенных знаний. | 0 | |
| Степень знания материальной части стрелкового оружия | Количественная оценка знаний материальной части стрелкового оружия | Знает все составные части стрелкового оружия в пределах предложенных знаний и способен их перечислить. | 2 | |
| | | Знает половину составных частей стрелкового оружия в пределах предложенных знаний и способен их перечислить с подсказками преподавателя. | 1 | |
| | | Название и вид составных частей стрелкового оружия в пределах предложенных знаний, не знает | 0 | |
| | Качественная оценка знаний материальной части стрелкового оружия | Идентифицирует составные части изображений стрелкового оружия с их реальными прототипами в пределах предложенных знаний. | 2 | |
| | | Может частично идентифицировать составные части изображений стрелкового оружия с их реальными прототипами в пределах предложенных знаний с подсказками преподавателя. . | 1 | |
| | | Не идентифицирует составные части изображений стрелкового оружия с их реальными прототипами в пределах предложенных знаний. | 0 | |
| | Степень знания основ стрельб. | Оценка теоретических знаний основ стрельб | Знает правила, алгоритмы действий при проведении стрельб в пределах предложенных знаний и умеет их воспроизводить. | 2 |
| | | | Знает правила, алгоритмы действий при проведении стрельб в пределах предложенных знаний, но не умеет их воспроизводить или воспроизводит только с подсказкой преподавателя | 1 |
| | | | Не знает правила, алгоритмы действий при проведении стрельб в пределах предложенных знаний и не умеет их воспроизводить. | 0 |
| Оценка практических | | Способен применять теоретические знания об основах стрельб на практике, пределах требуемых умений. | 2 | |

| | | | |
|--|---|--|---|
| | владений основами стрельб | В пределах требуемых умений, применяет теоретические знания об основах стрельб на практике только с подсказками преподавателя. | 1 |
| | | Не умеет применять теоретические знания об основах стрельб на практике, в пределах требуемых умений. | 0 |
| Уровень владения практической стрельбой. | Количественная оценка уровня владения стрельбой | Количество попаданий в предложенную мишень или выбивание предложенного количества очков более половины. | |
| | | Количество попаданий в предложенную мишень или выбивание предложенного количества очков менее половины. | |
| | | Попадания в предложенную мишень или выбивание предложенного количества очков отсутствуют. | |
| | Качественная оценка уровня владения стрельбой | Наблюдается стабильная динамика уровня стрельб. | |
| | | Динамика стрельб не стабильна. | |
| | | Динамика стрельб отрицательна или остается на одном уровне. | |

Приложение 2

Контрольно- измерительные материалы раздела «Строевая подготовка».

| Показатель | Критерий | Степень выраженности качества | Возможное кол-во баллов |
|---|--|--|--------------------------------|
| Качество знаний общих положений строевого устава ВСРФ | Количественная оценка знаний общих положений строевого устава ВСРФ | Знает все, предусмотренные программой, общие положения строевого устава ВСРФ | 2 |
| | | Знает половину, предусмотренных программой, общих положений строевого устава ВСРФ | 1 |
| | | Не знает, предусмотренные программой, общие положения строевого устава ВСРФ. | 0 |
| | Качественная оценка знаний общих положений строевого устава ВСРФ | Умело на практике применяет, предусмотренные программой, общие положения строевого устава ВСРФ | 2 |
| | | Частично на практике применяет, предусмотренные программой, общие положения строевого устава ВСРФ или с подсказками преподавателя. | 1 |
| | | Не умеет применять на практике, предусмотренные программой, общие положения строевого устава ВСРФ | 0 |
| | Степень | Оценка | Теоретические основы одиночной |

| | | | |
|--|--|---|---|
| владения одиночной строевой подготовкой | знаний теоретичес ких основ одиночной строевой подготовк и. | строевой подготовки освоены полностью, в пределах предложенного материала. | |
| | | Теоретические основы одиночной строевой подготовки, в пределах предложенного материала, освоены частично. | 1 |
| | | Теоретические основы одиночной строевой подготовки, в пределах предложенного материала, не освоены. | 0 |
| | Оценка практичес ких умений владения одиночной строевой подготовк ой | Выполняет все предложенные, предусмотренные программой, элементы одиночной строевой подготовки. | 2 |
| | | В рамках реализации программы выполняет частично предложенные элементы одиночной строевой подготовки. | 1 |
| | | В рамках реализации программы не выполняет предложенные элементы одиночной строевой подготовки. | 0 |
| | Степень подготовки слаживания воинских формирова ний | Количеств енная оценка знаний и умений по слаживани ю воинского формирова ния. | В составе воинского формирования знает и выполняет все команды одиночной строевой подготовки, в рамках содержания программы. |
| Частично знает и выполняет команды одиночной строевой подготовки в составе воинского формирования, в рамках содержания программы. | | | 1 |
| Не знает и не выполняет команды одиночной строевой подготовки в составе воинского формирования, в рамках содержания программы. | | | 0 |
| Качествен ная оценка знаний и умений по слаживани ю воинского формирова ния. | | Все команды, в рамках содержания программы, одиночной строевой подготовки в составе воинского формирования выполняет без замечаний. | 2 |
| | | Команды, в рамках содержания программы, одиночной строевой подготовки в составе воинского формирования выполняет с замечаниями или подсказками преподавателя. | 1 |
| | | Команды, в рамках содержания программы, одиночной строевой подготовки в составе воинского формирования не выполняет или | 0 |

| | | | |
|--|---|---|---|
| | | выполняет не правильно. | |
| Степень освоения знаний и умений по теме «Строй подразделений» | Оценка знаний теоретических основ по теме «Строй подразделений» | Теоретические основы по теме «Строй подразделений» освоены полностью, в пределах предложенного материала. | 2 |
| | | Теоретические основы по теме «Строй подразделений» освоены частично, в пределах предложенного материала. | 1 |
| | | Теоретические основы по теме «Строй подразделений», в пределах предложенного материала, не освоены. | 0 |
| | Оценка знаний практических умений по теме «Строй подразделений» | Умело на практике применяет умения действовать в строю, в пределах изученного материала. | 2 |
| | | Правильные действия в строю, в пределах изученного материала, применяет редко, с подсказками преподавателя. | 1 |
| | | Действия в строю, в пределах изученного материала, не освоил. | 0 |

Приложение 3

Контрольно- измерительные материалы раздела «Физическая подготовка».

| Показатель | Критерий | Степень выраженности качества | Возможное кол-во баллов |
|---|--|---|-------------------------|
| Степень владения техникой выполнения упражнений на развитие скоростно-силовых качеств | Оценка знаний теоретических основ выполнения упражнений | Знает технику выполнения упражнений. | 2 |
| | | Частично знает технику выполнения упражнений. | 1 |
| | | Не знает технику выполнения упражнений. | 0 |
| | Оценка практических умений выполнения силовых упражнений | Умело выполняет предложенные упражнения. | 2 |
| | | Предложенные упражнения выполняет частично. | 1 |
| | | Отказывается выполнять предложенные упражнения. | 0 |
| Степень владения | Оценка знаний | Знает технику преодоления полосы препятствий | 2 |

| | | | | |
|--|--|--|--|---|
| техникой выполнения препятствий и инженерных сооружений полосы препятствий | теоретических основ выполнения упражнений | Частично знает технику преодоления полосы препятствий | 1 | |
| | | Не знает технику преодоления полосы препятствий | 0 | |
| | Оценка практических умений выполнения упражнений | Умело преодолевает полосу препятствий | 2 | |
| | | Преодоление полосы препятствий выполняет частично. | 1 | |
| | | Отказывается от преодоления полосы препятствий | 0 | |
| | Степень владения техникой выполнения упражнений по тренировке выносливости | Оценка знаний теоретических основ выполнения упражнений на выносливость | Знает технику выполнения упражнений на по тренировке выносливости. | 2 |
| Частично знает технику выполнения упражнений по тренировке выносливости. | | | 1 | |
| Не знает технику выполнения упражнений по тренировке выносливости. | | | 0 | |
| Оценка практических умений выполнения упражнений на выносливость | | Умело выполняет предложенные упражнения по тренировке выносливости. | 2 | |
| | | Предложенные упражнения по тренировке выносливости выполняет частично. | 1 | |
| | | Отказывается выполнять предложенные упражнения по тренировке выносливости. | 0 | |
| Степень владения техникой выполнения упражнений на точность. | | Оценка знаний теоретических основ выполнения упражнений на точность. | Знает технику выполнения упражнений на точность. | 2 |
| | | | Частично знает технику выполнения упражнений на точность. | 1 |
| | | | Не знает технику выполнения упражнений на точность. | 0 |
| | Оценка практических умений выполнения упражнений на точность. | Умело выполняет предложенные упражнения на точность. | 2 | |
| | | Предложенные упражнения на точность выполняет частично. | 1 | |
| | | Отказывается выполнять предложенные упражнения на точность. | 0 | |
| Степень владения техникой по | Оценка знаний теоретическ | Знает правила выполнения приемов | 2 | |
| | | Правила выполнения приемов знает частично. | 1 | |

| | | | |
|-------------------------|----------------------------|---|---|
| приемам рукопашного боя | их основ | Правила выполнения приемов не знает. | 0 |
| | Оценка практических умений | Играет в предложенные игры с соблюдением правил. | 2 |
| | | Играет в предложенные игры и частично соблюдает правила. | 1 |
| | | В спортивных играх не участвует или не соблюдает правила. | 0 |

Приложение 4

Контрольно- измерительные материалы раздела «Тактическая подготовка. Военно-медицинская подготовка»

| Показатель | Критерий | Степень выраженности качества | Возможное количество баллов |
|--|---|---|-----------------------------|
| Качество знаний и умений по основам военно-медицинской подготовки. | Оценка знаний по основам военно-медицинской подготовки. | Освоил предложенные знания в полном объеме. | 2 |
| | | Предложенные знания освоил частично. | 1 |
| | | Предложенные знания не освоил. | 0 |
| | Оценка умений по основам военно-медицинской подготовки. | Участвует в предложенных ситуациях и использует полученные знания. | 2 |
| | | В половине случаев участвует в предложенных ситуациях и использует полученные знания. | 1 |
| | | Не участвует в предложенных ситуациях и играх. | 0 |
| Качество | Оценка | В полном объеме освоил знания по | 2 |

| | | | |
|--|---|---|---|
| знаний и умений по основам тактической подготовки | знаний по основам тактической подготовке | тактической подготовке | |
| | | Знания по тактической подготовке освоил на половину. | 1 |
| | | Знания по тактической подготовке не освоил. | 0 |
| | Оценка умений по основам тактической подготовке. | Всегда применяет полученные знания на практике. | 2 |
| | | Полученные знания применяет частично. | 1 |
| | | Не участвует в предложенных заданиях. | 0 |
| Качество знаний и умений по основам действий в чрезвычайных ситуациях. | Оценка знаний по основам действий в чрезвычайных ситуациях. | Освоил предложенные знания в полном объеме. | 2 |
| | | Предложенные знания освоил частично. | 1 |
| | | Предложенные знания не освоил. | 0 |
| | Оценка умений по основам действий в чрезвычайных ситуациях. | Участвует в предложенных ситуациях и использует полученные знания. | 2 |
| | | В половине случаев участвует в предложенных ситуациях и использует полученные знания. | 1 |
| | | Не участвует в предложенных ситуациях и играх. | 0 |

Приложение 5

Контрольно- измерительные материалы раздела «Военно-теоретическая подготовка»

| Показатель | Критерий | Степень выраженности качества | Возможное кол-во баллов |
|--|---|--|-------------------------|
| <p>Качество знаний геральдик и РФ, государственных праздников, дней воинской славы и памятных дат РФ</p> | <p>Количественная оценка знаний символов РФ.</p> | <p>Знает все символы РФ, в рамках предложенных сведений.</p> | 2 |
| | | <p>Знает более половины символов РФ, в рамках предложенных сведений.</p> | 1 |
| | | <p>Символы РФ, в рамках предложенных сведений, не знает.</p> | 0 |
| | <p>Количественная оценка знаний государственных праздников, дней воинской славы и памятных дат РФ</p> | <p>Знает все государственные праздники, дни воинской славы и памятные даты РФ, в рамках предложенных сведений.</p> | 2 |
| | | <p>Знает более половины государственных праздников, дней воинской славы и памятных дат РФ, в рамках предложенных сведений.</p> | 1 |
| | | <p>Государственные праздники, дни воинской славы и памятные даты РФ, в рамках предложенных сведений, не знает.</p> | 0 |

| | | | |
|--|--|--|---|
| | дат РФ. | | |
| Степень освоения материала по составу военнослужащих и воинские звания | Количественная оценка основных сведений по составу военнослужащих и воинские звания | Знает все сведения по составу военнослужащих и воинские звания, в рамках предложенной информации. | 2 |
| | | Знает более половины сведений по составу военнослужащих и воинские звания, в рамках предложенной информации. | 1 |
| | | Не знает сведений по составу военнослужащих и воинские звания, в рамках предложенной информации. | 0 |
| | Качественная оценка знаний основных сведений по составу военнослужащих и воинские звания | Смело ориентируется в предложенном материале, грамотно им пользуется. | 2 |
| | | Ориентируется в предложенном материале, пользуется им только с помощью педагога. | 1 |
| | | В предложенном материале не ориентируется и не применяет его на практике. | 0 |

Первичный, промежуточный и итоговый контроль оформляется в таблицу.

Ф.И. _____

| | Первичный контроль (баллы) | Промежуточный контроль (баллы) | Итоговый контроль (баллы) |
|---|---|---|---|
| Мониторинг освоения раздела «Огневая подготовка». | 0 - 0,6 – низкий уровень 0,7 -1,3 – средний уровень 1,4 - 2 – высокий уровень | 0 - 0,6 – низкий уровень 0,7 -1,3 – средний уровень 1,4 - 2 – высокий уровень | 0 - 0,6 – низкий уровень 0,7 -1,3 – средний уровень 1,4 - 2 – высокий уровень |
| Мониторинг освоения раздела «Строевая подготовка» | 0 - 0,6 – низкий уровень 0,7 -1,3 – средний уровень 1,4 - 2 – высокий уровень | 0 - 0,6 – низкий уровень 0,7 -1,3 – средний уровень 1,4 - 2 – высокий уровень | 0 - 0,6 – низкий уровень 0,7 -1,3 – средний уровень 1,4 - 2 – высокий уровень |
| Мониторинг освоения раздела «Физическая подготовка» | 0 - 0,6 – низкий уровень 0,7 -1,3 – средний уровень 1,4 - 2 – высокий уровень | 0 - 0,6 – низкий уровень 0,7 -1,3 – средний уровень 1,4 - 2 – высокий уровень | 0 - 0,6 – низкий уровень 0,7 -1,3 – средний уровень 1,4 - 2 – высокий уровень |

| | | | |
|---|--|--|--|
| | уровень | уровень | уровень |
| Мониторинг раздела «Тактическая подготовка» | 0 - 0,6 – низкий уровень 0,7 -1,3 – средний уровень 1,4 - 2 – высокий уровень | 0 - 0,6 – низкий уровень 0,7 -1,3 – средний уровень 1,4 - 2 – высокий уровень | 0 - 0,6 – низкий уровень 0,7 -1,3 – средний уровень 1,4 - 2 – высокий уровень |
| Мониторинг раздела «Военно- теоретическая подготовка» | 0 - 0,6 – низкий уровень 0,7 -1,3 – средний уровень 1,4 - 2 – высокий уровень | 0 - 0,6 – низкий уровень 0,7 -1,3 – средний уровень 1,4 - 2 – высокий уровень | 0 - 0,6 – низкий уровень 0,7 -1,3 – средний уровень 1,4 - 2 – высокий уровень |