

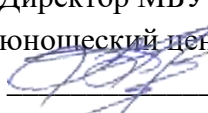


Муниципальное казенное учреждение  
«Управление образованием Междуреченского городского округа»  
Муниципальное бюджетное учреждение  
дополнительного образования  
«Детско-юношеский центр»



Принята на заседании  
педагогического совета  
МБУ ДО «Детско-юношеский центр»

Протокол от 18.05.2021 №3

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МБУ ДО «Детско-  
юношеский центр»  
 Хацанович П.Н.  
Приказ №206/1 от 18.05.2021г.

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
социально-гуманитарной направленности  
«Патриот»**

Возраст учащихся: 11-13 лет  
Срок реализации: 3 года

Разработчик программы:  
Карпенко Анна Владимировна,  
педагог дополнительного образования

Междуреченский городской округ, 2016г.

## Оглавление

Паспорт программы.....	3
Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы.....	7
1.1. Пояснительная записка.....	7
Направленность программы.....	7
Актуальность программы.....	7
Отличительные особенности программы.....	7
Адресат программы.....	8
Объём программы.....	8
Формы обучения и виды занятий по программе.....	8
Срок освоения программы.....	9
Режим занятия.....	9
1.2. Цель и задачи программы.....	10
1.3. Содержание программы.....	12
Учебный план 1 года обучения.....	13
Содержание учебного плана 1 года обучения.....	13
Учебный план 2 года обучения.....	18
Содержание 2 года обучения.....	18
Учебный план 3 года обучения.....	24
Содержание 3 года обучения.....	25
1.4. Планируемые результаты освоения программы.....	31
Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий.....	36
Календарный учебный график.....	36
Условия реализации программы.....	36
Этапы и формы аттестации.....	38
Оценочные материалы.....	48
Методические материалы.....	48
Список литературы.....	62
Оценочные материалы.....	62
Приложение №1.....	65
Приложение №2.....	66
Приложение №3.....	69
Приложение №4.....	72
Приложение №5.....	74
Приложение №6.....	75
Приложение №7.....	76

## Паспорт программы

<b>Наименование программы:</b>
Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Патриот»
<b>Разработчик программы:</b>
Карпенко Анна Владимировна, педагог дополнительного образования
<b>Ответственный за реализацию программы:</b>
Карпенко Анна Владимировна, педагог дополнительного образования
<b>Образовательная направленность:</b>
социально-гуманитарная
<b>Цель программы:</b>
Формирование у учащихся базовых знаний, умений, навыков по начальной военной подготовке, культуре пластического движения, развитие логического мышления.
<b>Задачи программы:</b>
<b>Обучающие:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• познакомить учащихся с содержанием Общевоинских уставов РФ, и Федеральных Законов, регламентирующих военную службу, получение образования в военных ВУЗах.</li><li>• изучить с учащимися боевые свойства и материальную часть автомата Калашникова (ММГ АК-74), правила его сбережения и хранения, меры безопасности при обращении с оружием;</li><li>• формировать и совершенствовать у учащихся умения и навыки стрельбы из пневматической винтовки МР-512, пневматического пистолета Макарова из различных положений, метания учебных муляжей гранат на дальность и в цель из различных положений;</li><li>• формировать и совершенствовать у учащихся умения и навыки общей физической подготовки;</li><li>• формировать и совершенствовать у учащихся базовые умения передвижения на лыжах коньковым и классическим ходом;</li><li>• формировать у учащихся базовые умения плавания в бассейне;</li><li>• формировать у учащихся умения выполнять ритмопластические движения под музыку;</li><li>• формировать у учащихся умения и навыки подчинять движения ритму и музыке;</li><li>• формировать и совершенствовать у учащихся умения выполнять строевые приемы без оружия и с оружием;</li><li>• изучить с учащимися основы Гражданской обороны, мер и способов защиты и оповещения населения при угрозе применения оружия массового поражения;</li><li>• формировать у учащихся умения решать логические задачи;</li><li>• формировать у учащихся умение игры в шахматы;</li><li>• формировать у учащихся базовые теоретические знания и практические умения по основам туристской подготовки;</li><li>• познакомить учащихся с основами военной тактики</li></ul>
<b>Воспитательные:</b>

- способствовать гражданско-патриотическому воспитанию учащихся;
- воспитывать у учащихся целеустремленность в работе и умение самостоятельно принимать решения;
- воспитывать у учащихся выдержку и самоконтроль;
- воспитывать аккуратность и опрятность внешнего вида;
- воспитывать у учащихся сознательное и уважительное отношение к правилам безопасности;
- воспитывать у учащихся культуру движения, жеста, мимики;

***Развивающие:***

- развивать у учащихся умение работать в коллективе и взаимодействовать в команде;
- развивать у учащихся тактическое и стратегическое мышление;
- развивать у учащихся интерес к военной истории России;
- развивать физической культуру учащихся посредством освоения навыков общей физической подготовки;
- формировать у учащихся правильную осанку;
- формировать у учащихся необходимые знания, умения, навыки ведения здорового образа жизни;
- развивать у учащихся физическую выносливость и координацию движений, скоростные, силовые качества, концентрацию внимания, способность к быстрому ориентированию в пространстве;
- развивать у учащихся гибкость тела;
- развивать у учащихся логическое мышление;
- развивать у учащихся чувство ритма и темпо-ритма.

***Возраст учащихся:***

от 11 до 13 лет

***Год разработки программы:***

2016, внесены изменения: 2021

***Сроки реализации программы:***

3 года (всего 432 часа, по 144 часа в год)

***Нормативно-правовое обеспечение программы:***

1. Конвенция о правах ребенка (принята резолюцией 44/25 Генеральной Ассамблеи от 20 ноября 1989 г.)
2. Федеральный Закон Российской Федерации от 29.12.2012 №273 «Об образовании в Российской Федерации»
3. Государственная программа РФ «Развитие образования» на 2018 - 2025 гг. (постановление Правительства РФ от 26.12.2017 №1642);
4. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 N 996-р);
5. Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России;

6. «Концепция развития дополнительного образования детей» - Распоряжение Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 №1726-р;
7. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
8. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
9. Приказ Министерства Просвещения Российской Федерации от 30.09.2020 №533 «О внесении изменений в порядок организации и осуществлении образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утверждённый приказом Министерства Просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. №196»;
10. Профессиональный стандарт «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» (Приказ Минтруда и соц. защиты РФ от 05.05.2018 №298н);
11. Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11.2015 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных программ» (включая разноуровневые программы);
12. Указ Президиума РФ от 7 мая 2012 г. №599 «О мерах по реализации государственной политики в области образования и науки»;
13. Закон «Об образовании в Кемеровской области» редакция от 03.07.2013 №86-ОЗ;
14. Государственная программа Кемеровской области «Развитие системы образования Кузбасса» на 2014 - 2025 годы. Утверждена постановлением Коллегии Администрации Кемеровской области от 4 сентября 2013 г. N 367
15. Распоряжение Коллегии Администрации Кемеровской области от 03.04.2019 №212-р «О внедрении системы персонифицированного финансирования дополнительного образования детей на территории Кемеровской области»;
16. Приказ Департамента образования и науки Кемеровской области от 05.04.2019 №740 «Об утверждении Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей»;
17. Нормативно-правовые документы учреждения:
  - Требования к содержанию и оформлению образовательных программ дополнительного образования детей;

- Устав Муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Детско-юношески центр»;
- Учебный план Муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Детско-юношеский центр»

***Методическое обеспечение программы:***

Военная литература (Уставы и законы).

Литература по физическому воспитанию учащихся.

Методические материалы по огневой подготовке и гражданско-патриотическому воспитанию.

***Рецензенты:***

***Внутренняя рецензия:*** Шарабарина Валентина Валерьевна старший методист.

## **Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы**

### **1.1. Пояснительная записка**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Патриот» соответствует требованиям нормативно-правовых документов Российской Федерации и Кемеровской области - Кузбасса, регламентирующих образовательную деятельность учреждений дополнительного образования.

Программа разрабатывалась в соответствии с методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ Министерства образования и науки РФ и включает результаты осмысления собственного педагогического опыта.

В период школьного обучения идет процесс формирования морально-нравственных ценностей активного физического развития у детей среднего школьного возраста. Практическая работа по организации и проведению городских военно-спортивных игр, а также участие и подготовка команд для областных соревнований по военно-спортивному многоборью показала, что у школьников есть высокий интерес к военной тематике практического направления, некоторые школьники серьезно интересуются вопросом поступления в военные ВУЗы и работой в силовых структурах. Школа накопила большой опыт подготовки учащихся к поступлению в гражданские ВУЗы. Но вопрос помощи в подготовке ВУЗы военного направления очень актуален для подростков. Поэтому так важно вести целенаправленную образовательную деятельность в рамках дополнительного образования, учитывая возрастные особенности подростков, у которых в данной возрастной категории очень развита потребность в двигательной активности.

Реализация дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Патриот» осуществляется на русском языке – государственном языке РФ.

### **Направленность программы**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Патриот» (далее ДООП) имеет социально-гуманитарную направленность.

Реализация программы ориентирована на удовлетворение потребностей, учащихся в интеллектуальном, нравственном и физическом совершенствовании, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья за рамками основного образования.

Реализация ДООП не нацелена на достижение предметных результатов освоения основной образовательной программы начального, основного и среднего общего образования, предусмотренных федеральными государственными образовательными стандартами основного общего образования.

### **Актуальность программы**

Актуальность ДООП «Патриот» обусловлена Федеральным проектом «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации» (2021-2024 гг), Стратегией развития воспитания в Российской Федерации (2021-2025 гг) и вступлением учащихся во Всероссийское детско-юношеское, военно-патриотическое движение «Юнармия», Устав которого указывает на необходимость обучения юнармейцев по дополнительным образовательным программам военно-патриотического характера.

### **Отличительные особенности программы**

Отличительной особенностью ДООП «Патриот» является комплексная тематическая взаимосвязь всех учебных разделов.

Программа Патриот - это программа реализующая обучение по начальной военной подготовке. Она тесно связана с такими дисциплинами как география, биология, физическая культура, туризм.

Уровень программы: 1 год - стартовый; 2-3 год – базовый.

Новизна данной программы заключается в том, что обучение и воспитание реализуется в коллективе, посредством уставного взаимодействия учащихся между собой, вырабатываются такие умения как работа в группе, команде, в отделении.

#### **Адресат программы**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Патриот» разработана для учащихся 11-13 лет. Форма обучения – очная, групповая:

Количество учащихся в группе- 15 человек

Данная программа реализуется на базе МБУ ДО «Детско-юношеский центр».

#### **Объём программы**

Общий объём дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Патриот» составляет 432 часа: по 144 часа в год.

#### **Формы обучения и виды занятий по программе**

Формы и виды обучения, используемые при реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Патриот»:

- Групповая работа
- Мини-лекции
- Игра
- Конкурс
- Дистанционная форма
- Экскурсии
- Встреча с интересными людьми
- Поход
- Соревнование

#### **Типы занятий:**

- **Комбинированные** – изложение материала, проверка домашнего задания и пройденного материала, закрепление полученных знаний;
- **Изучение нового материала;**
- **Повторение и усвоение пройденного материала**– мониторинг и проверочные работы, анализ полученных результатов;
- **Закрепление знаний, умений и навыков**– постановка задачи и самостоятельная работа учащегося под руководством педагога;
- **Применение полученных знаний и навыков**– прикладная работа учащегося, использующего на практике приобретенных знаний

#### **Методы, в основе которых лежит способ организации занятия:**

- словесный (устное изложение, беседа, рассказ и т.д.)
- наглядный (демонстрация педагогом, работа по образцу и др.)
- практический (выполнение работ по инструкционным картам, схемам и др.)

#### **Методы, в основе которых лежит уровень деятельности учащихся:**

- объяснительно-иллюстративный – учащиеся воспринимают и усваивают готовую информацию;
- репродуктивный – учащиеся воспроизводят полученные знания и освоенные способы деятельности;
- частично-поисковый – участие учащихся в коллективном поиске, решение поставленной задачи совместно с педагогом;

#### **Методы, в основе которых лежит форма организации деятельности учащихся на занятиях:**

- фронтальный – одновременная работа со всеми учащимися;
- индивидуально-фронтальный – чередование индивидуальных и фронтальных форм работы;
- групповой – организация работы в группах;



- индивидуальный – индивидуальное выполнение заданий, решение проблем.

### **Срок освоения программы**

Срок освоения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Патриот» составляет 3 года.

### **Режим занятий**

Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 академических часа, продолжительностью 45 минут каждое. При проведении 2-х часовых занятий обязательны перемены продолжительностью не менее 10 минут. Во время занятий предусмотрены динамические паузы, физминутки.

В дистанционном режиме проводятся занятия во время карантина, морозов, при отсутствии учащегося на занятии (по причине болезни, отъезда и др.), при подготовке учащихся к различным конкурсам, а также для углубленного изучения тем программы.

С данной целью применяется открытая группа «Юнармеец» ВКонтакте <https://vk.com/club193994744>.

Допуск к занятиям производится только после обязательного проведения и закрепления инструктажа по технике безопасности по соответствующим инструктажам.

Программа составлена с учетом санитарно-гигиенических правил, возрастных особенностей учащихся и порядка проведения занятий.

Зачисление учащихся в МБУ ДО «Детско-юношеский центр» осуществляется на основании заявления родителей и при наличии справки от педиатра об основной группе здоровья. К обучению по данной программе на 1 год допускаются учащиеся, прошедшие медицинское обследование, подтвержденное справкой от врача и имеющие 1 или 2 группу здоровья. При условии, если ребенок хочет поступить на обучение по данной программе не с 1 года, а со 2 года, то ему кроме предъявления справки, подтверждающей наличие 1 или 2 группы здоровья необходимо сдать все зачеты и нормативы за 1 год обучения.

Организация обучения по программе осуществляется на базе МБУ ДО «Детско-юношеский центр».

Учащиеся, освоившие в МБУ ДО «Детско-юношеский центр» дополнительную общеобразовательную общеразвивающую программу «Патриот», при желании могут продолжить обучение по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Честь имею».

## 1.2. Цель и задачи программы

**Цель-** формирование у учащихся базовых знаний, умений, навыков по начальной военной подготовке, культуре пластического движения, развитие логического мышления.

### **Задачи**

#### **Обучающие:**

- познакомить учащихся с содержанием Общевоинских уставов РФ, и Федеральных Законов, регламентирующих военную службу, получение образования в военных ВУЗах.
- изучить с учащимися боевые свойства и материальную часть автомата Калашникова (ММГ АК-74), правила его сбережения и хранения, меры безопасности при обращении с оружием;
- формировать и совершенствовать у учащихся умения и навыки стрельбы из пневматической винтовки МР-512, пневматического пистолета Макарова из различных положений, метания учебных муляжей гранат на дальность и в цель из различных положений;
- формировать и совершенствовать у учащихся умения и навыки общей физической подготовки;
- формировать и совершенствовать у учащихся базовые умения передвижения на лыжах коньковым и классическим ходом;
- формировать у учащихся базовые умения плавания в бассейне;
- формировать у учащихся умения выполнять ритмопластические движения под музыку;
- формировать у учащихся умения и навыки подчинять движения ритму и музыке;
- формировать и совершенствовать у учащихся умения выполнять строевые приемы без оружия и с оружием;
- изучить с учащимися основы Гражданской обороны, мер и способов защиты и оповещения населения при угрозе применения оружия массового поражения;
- формировать у учащихся умения решать логические задачи;
- формировать у учащихся умение игры в шахматы;
- формировать у учащихся базовые теоретические знания и практические умения по основам туристской подготовки;
- познакомить учащихся с основами военной тактики

#### **Воспитательные:**

- способствовать гражданско-патриотическому воспитанию учащихся;
- воспитывать у учащихся целеустремленность в работе и умение самостоятельно принимать решения;
- воспитывать у учащихся выдержку и самоконтроль;
- воспитывать аккуратность и опрятность внешнего вида;
- воспитывать у учащихся сознательное и уважительное отношение к правилам безопасности;
- воспитывать у учащихся культуру движения, жеста, мимики;

#### **Развивающие:**

- развивать у учащихся умение работать в коллективе и взаимодействовать в команде;
- развивать у учащихся тактическое и стратегическое мышление;
- развивать у учащихся интерес к военной истории России;
- развивать физической культуру учащихся посредством освоения навыков общей физической подготовки;
- формировать у учащихся правильную осанку;
- формировать у учащихся необходимые знания, умения, навыки ведения здорового образа жизни;

- развивать у учащихся физическую выносливость и координацию движений, скоростные, силовые качества, концентрацию внимания, способность к быстрому ориентированию в пространстве;
- развивать у учащихся гибкость тела;
- развивать у учащихся логическое мышление;
- развивать у учащихся чувство ритма и темпо-ритма.

### 1.3. Содержание программы

#### Учебный план 1 года обучения (стартовый уровень)

№	Название раздела/темы	Количество часов			Формы аттестации*
		Всего	Теория	Практика	
1.	Введение в дополнительную общеобразовательную общеразвивающую программу. Инструктаж по ТБ.	2	1	1	Опрос
2.	«От древнего копья до боевого самолета»	12	6	6	Игра Итоговая викторина
3.	Общая физическая подготовка (ОФП)	16	4	12	Тестирование
4.	Лыжная подготовка	16	6	10	Педагогическое наблюдение Соревнования Зачет-практика
5.	Строевая подготовка	14	6	8	Строевой смотр
6.	Огневая подготовка	14	2	12	Тестирование Педагогическое наблюдение
7.	Основы тактики	8	2	6	Игра Педагогическое наблюдение
8.	Основы туристской подготовки	12	8	4	Тестирование
9.	Ритмопластика	12	4	8	Устный опрос Педагогическое наблюдение
10.	Гражданская оборона	8	4	4	Устный опрос Зачет-практика Тестирование
11.	Логические задачи, шахматы	12	6	6	Устный опрос Педагогическое наблюдение Игра
12.	Уставы и законы для военнослужащего	8	6	2	Устный опрос, педагогическое наблюдение
13.	Плавание	10	4	6	Устный опрос, педагогическое наблюдение
	Итого:	144	60	84	

## Содержание учебного плана 1 года обучения (стартовый уровень)

**Цель 1 года обучения:** формирование базовых знаний, умений, навыков по начальной военной подготовке

**Задачи 1 года обучения:**

**Обучающие:**

- познакомить учащихся с основными положениями Конституции РФ и Общевоинских уставов ВС РФ;
- дать учащимся начальные знания о внутренней баллистике, боевых свойствах и материальной части АК-74, правилах его сбережения и хранения, мерах безопасности при обращении с оружием;
- формировать и совершенствовать у учащихся умения и навыки стрельбы из пневматической винтовки МР-512, пневматического пистолета Макарова из различных положений, метания учебных муляжей гранат на дальность и в цель из различных положений;
- формировать у учащихся представление о роли и значении физических упражнений в формировании, развитии и укреплении здоровья человека;
- формировать и совершенствовать у учащихся умения и навыки общей физической подготовки;
- формировать у учащихся базовые умения передвижения на лыжах коньковым и совершенствовать навыки передвижения классическим ходом;
- формировать у учащихся базовые умения плавания в бассейне;
- формировать у учащихся представления о понятиях «ритм», «темп», «акцент», «сильная доля», «слабая доля»;
- познакомить учащихся с Комплексом упражнений № 1 партерной гимнастики;
- формировать у учащихся знания о правилах применения Строевого устава при изучении и освоении выполнения строевых приемов;
- формировать у учащихся умения выполнения строевых приемов без оружия в составе отделения и индивидуальной строевой подготовки;
- познакомить учащихся с целями и задачами Гражданской обороны и основными угрозами безопасности для населения;
- формировать у учащихся умения решать логические задачи;
- познакомить учащихся с историей возникновения игры в шахматы и основными терминами и понятиями этой игры;
- познакомить учащихся с историей туризма в России;
- формировать у учащихся представление о понятиях: «маршрут», «азимут», «виды карт», «измерение расстояний на местности»;
- познакомить учащихся с положениями для изготовления к бою и основными командами для принятия изготовления к бою;

**Воспитательные:**

- способствовать гражданско-патриотическому воспитанию учащихся;
- воспитывать у учащихся целеустремленность в работе и умение самостоятельно принимать решения;
- воспитывать у учащихся выдержку и самоконтроль;
- воспитывать у учащихся волевые качества;
- воспитывать аккуратность и опрятность внешнего вида;
- воспитывать у учащихся сознательное и уважительное отношение к правилам безопасности;
- воспитывать у учащихся культуру движения, жеста, мимики;

### ***Развивающие:***

- развивать у учащихся умение работать в коллективе и взаимодействовать в команде;
- развивать у учащихся тактическое и стратегическое мышление;
- развивать у учащихся интерес к военной истории России;
- развивать физической культуру учащихся посредством освоения навыков общей физической подготовки;
- формировать у учащихся правильную осанку;
- формировать у учащихся необходимые знания, умения, навыки ведения здорового образа жизни;
- развивать у учащихся физическую выносливость и координацию движений, скоростные, силовые качества, концентрацию внимания, способность к быстрому ориентированию в пространстве;
- развивать у учащихся гибкость тела;
- развивать у учащихся логическое мышление;
- развивать у учащихся чувство ритма и темпо-ритма;

### **Раздел 1. Введение в дополнительную общеобразовательную общеразвивающую программу. Инструктаж по ТБ. (2ч.)**

#### Теория.

Рассказ о деятельности объединения. Правила поведения в МБУ ДО «Детско-юношеский центр». Правила безопасности на занятиях.

Форма контроля. Опрос «Знание правил безопасного поведения в учреждении и на улице»; «Специфика работы объединения «Ратная дружина»

### **Раздел 2. «От древнего копья до боевого самолета» (12 ч.)**

#### Теория

Пушки, пищали. Русская артиллерия. Танки, САУ, самолеты. «От древнего копья до боевого самолета». Нарезное стрелковое оружие. Автомат. Пулемет.

#### Практика

Игра «Умники и умницы». Интеллектуальные викторины.

Форма контроля. Игра, игровая викторина.

### **Раздел 3. Общая физическая подготовка (ОФП) (16 ч.)**

#### Теория

Инструктаж по безопасности. Роль и значение физических упражнений в формировании, развитии и укреплении здоровья человека. Правила выполнения упражнений. Значение и правила закаливания. Правила и техника выполнения челночного бега.

#### Практика

Закрепление навыка выполнения пульсового замера.

Выполнение входных нормативов: бег 100 м, 1000 м, прыжки в длину с места, подтягивание на перекладине (мальчики), КСУ (девочки).

Челночный бег, эстафета, отжимания, пресс. Бег 1 км в составе группы: головной дозор, ядро, тыловой дозор. Силовая подготовка. Прямой кувырок через голову, малая полоса препятствий. Комплекс с гантелями в 3 подхода. Перетягивание каната. Комплекс: перекладина, брус, наклонная доска, скакалка.

Выполнение итоговых нормативов: бег 100 м, 1000 м (девочки), 3000 м (мальчики), прыжки в длину с места. Выполнение входных нормативов: бег 100 м, прыжки в длину с места.

Выполнение входных нормативов: бег 1000 м, подтягивание на перекладине (мальчики), КСУ (девочки).

Форма контроля – тестирование.

#### **Раздел 4. Лыжная подготовка (16 ч.)**

Теория

Инструктаж по безопасности. Подбор палок, лаж, ботинок. Личная гигиена учащегося, одежда, температурный режим. Отличительная особенность классического и конькового ходов при передвижении на лыжах. Краткая характеристика техники конькового хода.

Практика

Подготовительные упражнения в зале. Прохождение дистанции 1000 м классическим ходом. Обучение технике конькового хода. Лыжные гонки 3000 м (мальчики), 1000 м (девочки).

Форма контроля

#### **Раздел 5. Строевая подготовка (14 ч.)**

Теория

Инструктаж по безопасности. Основные термины Строевого устава ВС РФ (пункты 1-16, 25, 26)

Практика

Строевые приемы на месте. Строевые приемы в движении в колонну по два. Строевые приемы индивидуальной строевой подготовки. Солдатский быт (подшивка подворотничков). Строевой смотр: прохождение с песней. Тренировка ног при формировании строевого шага. Приветствие на месте и в движении. Изменение направления движения в колонне по два.

Форма контроля – строевой смотр.

#### **Раздел 6. Огневая подготовка (14 ч.)**

Теория

Инструктаж по безопасности. Устройство и назначение АК-74. Сведения из внутренней баллистики. Начальная скорость пули. Правила подачи команды «Стоя к бою!». Правила подачи команды «С колена к бою!»

Практика

Выполнение входных нормативов:

- по стрельбе из пневматической винтовки МР-512 (мишень № 8);
- метание учебных муляжей гранат в цель и на дальность из различных положений.

Неполная разборка-сборка ММГ АК-74 с отсечкой по времени. Стрельба из пневматической винтовки МР-512 (мишень № 8).

Выполнение итоговых нормативов:

- по стрельбе из пневматической винтовки МР-512 (мишень № 8);
- метание учебных муляжей гранат в цель и на дальность из различных положений;
- неполная разборка-сборка ММГ АК-74

Форма контроля – тестирование, педагогическое наблюдение.

#### **Раздел 7. Основы тактики (8 ч.)**

Теория

Инструктаж по безопасности. Правила подачи и использования команд «Стоя к бою!», «С колена к бою!», «Лежа к бою!»

#### Практика

Изготовка оружия к бою для стрельбы по команде «Стоя к бою!». Изготовка оружия для стрельбы по команде «С колена к бою!». Изготовка оружия по команде «Лежа к бою!». Игра «Юный следопыт».

Форма контроля – игра, педагогическое наблюдение.

### **Раздел 8. Основы туристской подготовки (12 ч.)**

#### Теория

Инструктаж по безопасности. Из истории туризма в России. Знакомство с понятиями: «маршрут», «азимут», «виды карт», «измерение расстояний на местности». Правила вязания туристических узлов: «булинь», «простой проводник», «удавка». Оказание первой помощи: асептики, антисептики.

#### Практика

Выполнение входного норматива: вязание 5 основных туристских узлов.

Построение маршрута на карте. Определение азимута на карте и на местности. Дидактическая игры: «Идем в поход», «Какие продукты нужны в походе?».

Выполнение итогового норматива: вязание 5 основных туристических узлов с отсечкой времени.

Форма контроля – тестирование.

### **Раздел 9. Ритмопластика (12 ч.)**

#### Теория

Инструктаж по безопасности. Приветствие в танце. Хореографическое искусство.

#### Практика

Партерная гимнастика: комплекс № 1, № 2. Ритмопластические движения по кругу под музыку. Ритмическая игра «Веселый барабанщик». Упражнения у станка. Танцевально-ритмическая композиция для Новогоднего бала. Новогодний бал.

Форма контроля – устный опрос «Музыкальный ритм», педагогическое наблюдение

### **Раздел 10. Гражданская оборона (8 ч.)**

#### Теория

Инструктаж по безопасности. Понятие «гражданская оборона». Цели, задачи Гражданской обороны. Защита органов дыхания: респиратор, маска, противогаз. Правила надевания и использования средств защиты органов дыхания. Комплекс мероприятий по защите населения и экономики. Угрозы населению и экономике, которые относятся к сфере деятельности Гражданской обороны. Войска гражданской обороны.

#### Практика

Выполнение алгоритма действий по надеванию респиратора, маски, противогаза. Разбор ошибок по надеванию средств защиты органов дыхания.

Выполнение входного норматива: надевание противогаза с отсечкой времени.

Внутрисекционные соревнования по Гражданской обороне «Щит».

Выполнение итогового норматива: надевание противогаза с отсечкой времени.



Форма контроля – устный опрос по темам: «Цели, задачи Гражданской обороны», «Комплекс мероприятий по защите населения и экономики», «Войска РХБЗ»; зачет практика; тестирование

### **Раздел 11. Логические задачи, шахматы (12 ч.)**

#### Теория

Инструктаж по безопасности. Шахматы как вид спорта и развитие логического мышления. Поля на шахматной доске, горизонталь, вертикаль, диагональ. Тяжелые и легкие шахматные фигуры. Скрытые возможности пешки. Шах королю. Мат королю.

#### Практика

Логические задачи с числами 2 уровень. Логические задачи на ассоциации 2 уровень. Сюжетные логические задачи 2 уровень. Задачи на сравнение элементов 2 уровень. Дебют. Занимательные задачи. Игра «Юный гений».

Форма контроля- устный опрос «Шахматная терминология»; педагогическое наблюдение, игра.

### **Раздел 12. Уставы и законы для военнослужащего (8 ч.)**

#### Теория

Инструктаж по безопасности. Строевой устав, Конституция РФ. Дисциплинарный устав. ФЗ «О воинской обязанности и военной службе». Устав караульной и гарнизонной службы. Устав внутренней службы.

#### Практика

Викторина «Военные уставы и законы».

Итоговый тест «Законы и уставы для военнослужащих»

Форма контроля – устный опрос «Уставы и законы для военнослужащего», педагогическое наблюдение

### **Раздел 13. Плавание (10 ч.)**

#### Теория

Инструктаж по безопасности. Как подобрать снаряжение для бассейна. Из истории плавания.

#### Практика

Подготовительные упражнения «Сухое плавание». Подготовительные упражнения на дыхание, координацию, баланс. Работа рук и ног при плавании кролем, отталкивание от бортика.

Форма контроля – устный опрос: «Правила безопасности в бассейне»; «Дыхание, координация, баланс» «Сухое плавание»; педагогическое наблюдение.

**Учебный план 2 года обучения**  
(базовый уровень)

№	Название раздела/темы	Количество часов			Формы аттестации*
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ.	2	1	1	Опрос
2.	Военные истории	8	4	4	Игра Итоговая викторина
3.	Общая физическая подготовка (ОФП)	12	2	10	Тестирование Педагогическое наблюдение Учебно-полевые сборы
4.	Лыжная подготовка	16	4	12	Педагогическое наблюдение Зачет-практика Соревнования
5.	Строевая подготовка	14	6	8	Строевой смотр
6.	Огневая подготовка	12	2	10	Тестирование Учебно-полевые сборы
7.	Основы тактики	10	6	4	Педагогическое наблюдение Учебно-полевые сборы
8.	Основы туристской подготовки	8	4	4	Тестирование Педагогическое наблюдение Учебно-полевые сборы
9.	Ритмопластика	12	4	8	Устный опрос Педагогическое наблюдение
10.	Гражданская оборона	10	4	6	Устный опрос Зачет-практика Тестирование Соревнования Учебно-полевые сборы
11.	Логические задачи, шахматы	10	4	6	Устный опрос Педагогическое наблюдение Игра
12.	Уставы и законы для военнослужащего	4	2	2	Устный опрос Педагогическое наблюдение Учебно-полевые сборы
13.	Плавание	8	4	4	Устный опрос Педагогическое наблюдение Учебно-полевые сборы
14.	Учебно-полевые сборы	18	-	18	Учебно-полевые сборы
	Итого:	144	48	96	

## Содержание учебного плана 2 года обучения

(базовый уровень)

**Цель 2 года обучения:** расширение базовых знаний, формирование умений и навыков по начальной военной подготовке

**Задачи 2 года обучения:**

### **Обучающие:**

- познакомить учащихся с терминами «приказ», «единоначалие», «поощрение», «наказание»;
- расширить у учащихся начальные знания о боевых свойствах и материальной части стрелкового оружия, правилах его сбережения и хранения, мерах безопасности при обращении с оружием при проведении стрельб;
- совершенствовать у учащихся умения и навыки стрельбы из пневматической винтовки МР-512, пневматического пистолета Макарова из различных положений, метания учебных муляжей гранат на дальность и в цель из различных положений;
- совершенствовать у учащихся умения и навыки общей физической подготовки;
- совершенствовать у учащихся базовые навыки передвижения на лыжах коньковым и классическим ходом;
- совершенствовать у учащихся базовые умения и навыки плавания в бассейне;
- формировать и развивать у учащихся умения выполнять основные ритмопластические и танцевальные движения под музыку;
- познакомить учащихся с Комплексом упражнений № 2 партерной гимнастики;
- формировать и совершенствовать у учащихся умения и навыки выполнения строевых приемов без оружия и с оружием;
- познакомить учащихся с правилами и основными командами для организации и управления строем;
- познакомить учащихся с индивидуальными средствами защиты населения;
- формировать у учащихся базовые знания и умения оказания первой помощи при ушибах и порезах;
- познакомить учащихся с правилами транспортировки пострадавших;
- формировать и совершенствовать у учащихся умения и навыки решения логических задач;
- развивать у учащихся умения и навыки игры в шахматы;
- расширять у учащихся знания и умения чтения карт местности и работы с туристическим снаряжением;
- познакомить учащихся с правилами основ тактической подготовки по индивидуальной подгонке снаряжения, правилами деления и распределения обязанностей в малой группе;

### **Воспитательные:**

- способствовать гражданско-патриотическому воспитанию учащихся;
- воспитывать у учащихся целеустремленность в работе и умение самостоятельно принимать решения;
- воспитывать у учащихся выдержку и самоконтроль;
- воспитывать у учащихся волевые качества;
- воспитывать аккуратность и опрятность внешнего вида;
- воспитывать у учащихся сознательное и уважительное отношение к правилам безопасности;
- воспитывать у учащихся культуру движения, жеста, мимики;

### **Развивающие:**

- развивать у учащихся умение работать в коллективе и взаимодействовать в команде;
- развивать у учащихся тактическое и стратегическое мышление;

- развивать у учащихся интерес к военной истории России;
- развивать физической культуру учащихся посредством освоения навыков общей физической подготовки;
- формировать у учащихся правильную осанку;
- формировать у учащихся необходимые знания, умения, навыки ведения здорового образа жизни;
- развивать у учащихся физическую выносливость и координацию движений, скоростные, силовые качества, концентрацию внимания, способность к быстрому ориентированию в пространстве;
- развивать у учащихся гибкость тела;
- развивать у учащихся логическое мышление;
- развивать у учащихся чувство ритма и темпо-ритма;

### **Раздел 1. Вводное занятие. Инструктаж по Т.Б.(2ч.)**

#### Теория.

Правила поведения в МБУ ДО «Детско-юношеский центр». Правила поведения и обучения в ВПК «Ратная дружина». Правила безопасности на занятиях.

Форма контроля –опрос «Техника безопасности на занятиях», «Особенности объединения «Ратная дружина».

### **Раздел 2. Военные истории (8 ч.)**

#### Теория

Биографии русских полководцев: Александр Невский, Дмитрий Донской, Александр Суворов, Михаил Кутузов.

#### Практика

Игра «Умники и умницы». Интеллектуальные викторины.

Форма контроля –игра, игровая викторина.

### **Раздел 3. Общая физическая подготовка (ОФП) (12 ч.)**

#### Теория

Инструктаж по безопасности. Правила челночного бега. Правила передачи эстафетной палочки. Правила лазания по вертикальному канату.

#### Практика

Выполнение входных нормативов: бег 100 м, 1000 м, прыжки в длину с места, подтягивание на перекладине (мальчики), КСУ (девочки).

Челночный бег, эстафета, отжимания, пресс. Элементы полосы препятствий: «лабиринт», «Стена». Комплекс с гантелями в 3 подхода. Перетягивание каната: подводящие упражнения. Комплекс: перекладина, брусья, наклонная доска, скакалка. Лазанье по вертикальному канату.

Выполнение итоговых нормативов: бег 100 м, 1000 м (девочки), 3000 м (мальчики), прыжки в длину с места. Выполнение итоговых нормативов: бег 100 м, прыжки в длину с места.

Выполнение итоговых нормативов: бег 1000 м, подтягивание на перекладине (мальчики), КСУ (девочки).

Форма контроля –Тестирование, педагогическое наблюдение; полевые сборы.

### **Раздел 4. Лыжная подготовка (16 ч.)**

#### Теория

Инструктаж по безопасности. Подбор палок, лаж, ботинок. Одежда, температурный режим. Просмотр учебного фильма «Коньковые лыжные ходы»

#### Практика

Подготовительные упражнения в зале. Прохождение поворотов «плугом», параллельно, переступанием. Коньковый ход в подъем. Лыжные гонки 3 км (мальчики), 1 км (девочки). коньковые ходы, подготовительные упражнения. Лыжные гонки 5 км (мальчики), 3 км (девочки). Совершенствование одношажного конькового хода.

Форма контроля – педагогическое наблюдение, зачет практика, соревнование.

### **Раздел 5. Строевая подготовка (14 ч.)**

#### Теория

Инструктаж по безопасности. Правила построения в одну шеренгу в любой точке строевого плаца. Правила перестроения из одношереножного строя в двушереножный с оружием. Правила выполнения смыкания и размыкания одношереножного строя в составе отделения без оружия. Правила выхода Знаменной группы с музыкальным сопровождением. Знаки отличия на форме. Правила выполнения изменения направления движения в составе отделения.

#### Практика

Перестроение в две шеренги с оружием. Повороты направо, налево, кругом с оружием. Строевой шаг при выносе и вносе Знамени с музыкальным сопровождением. Движение в колонне по одному. Выполнение изменения направления движения в колонне по два. Приветствие в движении (на параде), приветствие начальника. Прохождение со строевой песней. Подгонка и проверка обмундирования, уход за берцами. Строевой смотр.

Форма контроля – строевой смотр.

### **Раздел 6. Огневая подготовка (12 ч.)**

#### Теория

Инструктаж по безопасности. Положение для стрельбы «Стоя»: стойка, хват, особенности прицеливания, точки опоры. Положения для метания учебных муляжей гранат «стоя», «лежа»: разбор техники по элементам. Отличие в техниках при метании в цель и на дальность. Неполная разборка-сборка ММГ АК-74, снаряжение магазина к АК-74 – особенности техники работы рук.

#### Практика

Выполнение входных нормативов:

- по стрельбе из пневматической винтовки МР-512 из положения «сидя с упора» (мишень № 8);
- метание учебных муляжей гранат в цель и на дальность из различных положений.
- неполная разборка-сборка ММГ АК-74 с отсечкой по времени.

Стрельба из пневматического пистолета Макарова из положения «стоя», подготовительные упражнения: стойка, хват, прицеливание. Стрельба по мишени № 4.

Техника метания учебных муляжей гранат из положения «стоя» на дальность, «лежа» в цель. Тренировка техники для выполнения неполной разборки-сборки ММГ АК-74.

Выполнение итоговых нормативов:

- по стрельбе из пневматической винтовки МР-512 (мишень № 8);
- метание учебных муляжей гранат в цель и на дальность из различных положений;
- неполная разборка-сборка ММГ АК-74

Форма контроля – тестирование; учебно-полевые сборы.

## **Раздел 7. Основы тактики (8 ч.)**

### Теория

Инструктаж по безопасности. Правильная подготовка вещмешка (рюкзака). Подгонка снаряжения. Структура Вооруженных сил Российской Федерации». Деление и распределение обязанностей в малой группе. Структура Сухопутных войск ВС РФ. Характеристика Сухопутных войск.

### Практика

Действия по команде «Снаряжение к осмотру!» Передвижение малой группой. Передвижение двойками, тройками. Тактические приемы по маскировке.  
Форма контроля – педагогическое наблюдение, учебно-полевые сборы.

## **Раздел 8. Основы туристской подготовки (8 ч.)**

### Теория

Инструктаж по безопасности. Виды туризма. Правила подбора рюкзака, одежды, обуви для похода. Распределение обязанностей в туристической группе.

### Практика

Выполнение входного норматива: вязание 5 основных туристских узлов. Определение расстояния на карте. Узел саморазвязывающийся. Личное и групповое туристическое снаряжение. Подъем и спуск спортивным способом. Узел «восьмерка». Чтение топографической карты по квадратам и маршрутам. Выполнение итогового норматива: вязание 5 основных туристических узлов с отсечкой времени.

Форма контроля – тестирование; педагогическое наблюдение, учебно-полевые сборы.

## **Раздел 9. Ритмопластика (12 ч.)**

### Теория

Инструктаж по безопасности. Основные позиции рук, ног. Музыка, темп, ритм.

### Практика

Партерная гимнастика: комплекс № 1, № 2. Основные танцевальные шаги. Новогодний бал. Элементы вальса – квадрат, квадрат с поворотом.

Форма контроля – устный опрос «основные позиции в ритмопластике»; педагогическое наблюдение

## **Раздел 10. Гражданская оборона (10 ч.)**

### Теория

Инструктаж по безопасности. Индивидуальные средства защиты. Правила надевания ОЗК? Оказание первой помощи: обработка и перевязка резаной раны, правила наложения шины. Помощь при ушибе – правила применения льда.

### Практика

Выполнение входного норматива: надевание противогаза с отсечкой времени. Выполнение алгоритма действий по оказанию первой помощи при резаной ране. Выполнение алгоритма действий наложения шины. Внутрисекционные соревнования по Гражданской обороне «Щит».

Выполнение итогового норматива: надевание противогаза с отсечкой времени.

Форма контроля – устный опрос, зачет-практика, тестирование; соревнование, учебно-полевые сборы.

## **Раздел 11. Логические задачи, шахматы (10 ч.)**

### Теория

Инструктаж по безопасности. Задачи на исключение лишнего 2 уровень. Задачи на упорядочивание 2 уровень. Задачи-ребусы. Ценность фигур в шахматной игре.

### Практика

Анаграммы. Решение задач 2 уровня: на исключение лишнего, на упорядочивание. Решение ребусов.

Ничья в шахматах, пат. Рокировка в длинную сторону. Короткая рокировка. Игра «Юный гений».

Форма контроля - педагогическое наблюдение, устный опрос, игра.

## **Раздел 12. Уставы и законы для военнослужащего (4 ч.)**

### Теория

Инструктаж по безопасности. Принцип единоначалия. Приказ. Поощрения, взыскания.

### Практика

Викторина «Уставные взаимоотношения военнослужащих». Итоговый тест «Единоначалие – принцип руководства в Вооруженных Силах».

Форма контроля - педагогическое наблюдение; учебно-полевые сборы; устный опрос.

## **Раздел 13. Плавание (8 ч.)**

### Теория

Инструктаж по безопасности. Подводящие упражнения на суше.

### Практика

Подготовительные упражнения: «подуй на шарик», «я пускаю пузыри», «моторчик». упражнение на 4 счета работа рук кролем, упражнения «звезда» на спине, «звезда» на животе, «стрела».

Форма контроля - педагогическое наблюдение; учебно-полевые сборы; устный опрос.

## **Раздел 14. Учебно-полевые сборы (18 ч.)**

### Теория

Инструктаж по безопасности.

### Практика

ОФП: бег 100 м. 1000 м (девушки), 3000 м (юноши), подтягивание на перекладине (юноши), КСУ (девушки), тест Купера;

Огневая подготовка: стрельба из пневматической винтовки МР-512, мишень № 8, разборка-сборка ММГ АК-74, снаряжение магазина к АК-74;

Основы тактики;

Плавание;

Основы туристской подготовки;

Гражданская оборона;

Уставы и законы для военнослужащего;

Общее построение.

Форма контроля - учебно-полевые сборы.

**Учебный план 3 года обучения**  
(базовый уровень)

№	Название раздела/темы	Количество часов			Формы аттестации*
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие	2	2	-	Опрос
2.	Военные истории	8	4	4	Игра Итоговая викторина
3.	Общая физическая подготовка (ОФП)	12	-	12	Тестирование Учебно-полевые сборы
4.	Лыжная подготовка	16	6	10	Педагогическое наблюдение Зачет-практика Соревнования
5.	Строевая подготовка	14	6	8	Строевой смотр
6.	Огневая подготовка	12	6	6	Тестирование Учебно-полевые сборы
7.	Основы тактики	10	6	4	Педагогическое наблюдение Игра Учебно-полевые сборы
8.	Основы туристской подготовки	8	2	6	Тестирование Педагогическое наблюдение Соревнования Учебно-полевые сборы
9.	Ритмопластика	12	4	8	Устный опрос Педагогическое наблюдение
10.	Гражданская оборона	10	4	6	Устный опрос Зачет-практика Тестирование Соревнования Учебно-полевые сборы
11.	Логические задачи, шахматы	10	4	6	Устный опрос Педагогическое наблюдение Игра
12.	Уставы и законы для военнослужащего	4	4	-	Устный опрос Педагогическое наблюдение Учебно-полевые сборы
13.	Плавание	8	4	4	Устный опрос Педагогическое наблюдение Учебно-полевые сборы
14.	Учебно-полевые сборы	18	-	18	Учебно-полевые сборы
	Итого:	144	52	92	



## Содержание учебного плана 3 года обучения (базовый уровень)

**Цель 3 года обучения:** расширение у учащихся базовых знаний, совершенствование умений и навыков по начальной военной подготовке

**Задачи 3 года обучения:**

### ***Обучающие:***

- расширять знания учащихся по военной истории России;
- познакомить учащихся с организацией воинского учета и основными понятиями о воинской обязанности;
- расширять у учащихся знания о боевых свойствах и материальной части стрелкового оружия, правилах его сбережения и хранения, мерах безопасности при обращении с оружием при проведении стрельб;
- совершенствовать у учащихся умения и навыки стрельбы из пневматической винтовки МР-512, пневматического пистолета Макарова из различных положений, метания учебных муляжей гранат на дальность и в цель из различных положений;
- совершенствовать у учащихся умения и навыки общей физической подготовки;
- совершенствовать у учащихся базовые умения и навыки передвижения на лыжах коньковым и классическим ходом;
- совершенствовать у учащихся базовые умения и навыки плавания в бассейне;
- познакомить учащихся с понятием «музыкальный размер»;
- познакомить учащихся с Комплексом упражнений № 3 партерной гимнастики;
- формировать у учащихся знания и умения по выполнению строевых приемов с оружием;
- познакомить учащихся с массовыми средствами защиты населения и правилами поведения в них;
- формировать у учащихся базовые умения и навыки оказания первой помощи при утоплении и обморожении;
- формировать у учащихся умения и навыки транспортировки пострадавших;
- совершенствовать у учащихся умения и навыки решения логических задач;
- познакомить учащихся с понятием «стратегия в шахматах»;
- расширять у учащихся знания и умения чтения карт местности и работы с туристическим снаряжением;
- познакомить учащихся с понятием «военная радиосвязь»;

### ***Воспитательные:***

- способствовать гражданско-патриотическому воспитанию учащихся;
- воспитывать у учащихся целеустремленность в работе и умение самостоятельно принимать решения;
- воспитывать у учащихся выдержку и самоконтроль;
- воспитывать у учащихся волевые качества;
- воспитывать аккуратность и опрятность внешнего вида;
- воспитывать у учащихся сознательное и уважительное отношение к правилам безопасности;
- воспитывать у учащихся культуру движения, жеста, мимики;

### ***Развивающие:***

- развивать у учащихся умение работать в коллективе и взаимодействовать в команде;
- развивать у учащихся тактическое и стратегическое мышление;
- развивать у учащихся интерес к военной истории России;
- развивать физической культуру учащихся посредством освоения навыков общей физической подготовки;

- формировать у учащихся правильную осанку;
- формировать у учащихся необходимые знания, умения, навыки ведения здорового образа жизни;
- развивать у учащихся физическую выносливость и координацию движений, скоростные, силовые качества, концентрацию внимания, способность к быстрому ориентированию в пространстве;
- развивать у учащихся гибкость тела;
- развивать у учащихся логическое мышление;
- развивать у учащихся чувство ритма и темпо-ритма;

## **Раздел 1. Вводное занятие (2ч.)**

### Теория.

Правила поведения в МБУ ДО «Детско-юношеский центр». Правила поведения и обучения в ВПК «Ратная дружина». Правила безопасности на занятиях.

Форма контроля - опрос «Правила поведения и обучения в ВПК «Ратная дружина». «Правила безопасности на занятиях».

## **Раздел 2. Военные истории (8 ч.)**

### Теория

Русские и российские корабли. Российские подводные лодки.

### Практика

Игра «Умники и умницы». Итоговая викторина.

Форма контроля – игра; игровая викторина.

## **Раздел 3. Общая физическая подготовка (ОФП) (12 ч.)**

### Теория

Инструктаж по безопасности.

### Практика

Выполнение входных нормативов: бег 100 м, 1000 м (девушки), 3000 м (юноши), прыжки в длину с места, подтягивание на перекладине (мальчики), КСУ (девочки), челночный бег 4x100.

Техника прохождения элементов полосы препятствий «разрушенный мост», «разрушенная лестница». Упражнение 60 (НФП). Перетягивание каната: хват, летняя стойка, техника первого рывка. Марш-бросок 10 км. Лазанье по вертикальному канату.

Выполнение итоговых нормативов: бег 100 м, прыжки в длину с места. Выполнение итоговых нормативов: бег 1000 м, подтягивание на перекладине (мальчики), КСУ (девочки), челночный бег 4x100.

Форма контроля – тестирование, учебно-полевые сборы.

## **Раздел 4. Лыжная подготовка (16 ч.)**

### Теория

Инструктаж по безопасности. Подбор палок, лаж, ботинок.

### Практика

Выполнение входных нормативов: бег на лыжах 3000 м (юноши), 1000 м (девушки) с отсечкой времени.

Подготовительные упражнения в зале. Толчок на старте, разгон. Совершенствование конькового хода, разбор ошибок. Лыжные гонки 3 км (мальчики), 1 км (девочки).

коньковые ходы, подготовительные упражнения. Лыжные гонки 5 км (мальчики), 3 км (девочки). Правила использования парафина для лыж.

Выполнение итоговых нормативов: бег на лыжах 3000 м (юноши), 1000 м (девушки) с отсечкой времени.

Форма контроля – педагогическое наблюдение, зачет практика, соревнование.

## **Раздел 5. Строевая подготовка (14 ч.)**

### Теория

Инструктаж по безопасности. Строевой устав ВС РФ: строевые приемы с оружием.

### Практика

Строевые приемы с оружием № 43, 44, 45, 46, 47. Строевой смотр.

Форма контроля – строевой смотр.

## **Раздел 6. Огневая подготовка (12 ч.)**

### Теория

Инструктаж по безопасности. Сведения из внешней и внутренней баллистики. Изучение упражнений по стрельбе из пневматического пистолета: № 42а «Принятие низкой позиции при стрельбе из пистолета Макарова», № 42 «Принятие низкой позиции с производством выстрела», № 43а «Имитация выстрела из-за укрытия, алгоритм действий».

### Практика

Выполнение входных нормативов:

- по стрельбе из пневматической винтовки МР-512 из положения «сидя с упора» (мишень № 8);
- метание учебных муляжей гранат в цель и на дальность из различных положений.
- неполная разборка-сборка ММГ АК-74 с отсечкой по времени.
- стрельба из пневматического пистолета Макарова из положения «стоя»;
- неполная разборка-сборка ММГ АК-74 с отсечкой времени;
- снаряжение магазина к АК-74 с отсечкой времени

Выполнение упражнений по стрельбе из пневматического пистолета: № 42а «Принятие низкой позиции при стрельбе из пистолета Макарова», № 42 «Принятие низкой позиции с производством выстрела».

Применение техники метания учебных муляжей гранат из положения «стоя», «лежа» в цель.

Использование особенностей техники работы рук при выполнении неполной разборки-сборки ММГ АК-74, снаряжения магазина к АК-74.

Выполнение итоговых нормативов:

- по стрельбе из пневматической винтовки МР-512 (мишень № 8);
- метание учебных муляжей гранат в цель и на дальность из различных положений;
- по неполной разборке-сборке ММГ АК-74 с отсечкой времени;
- по снаряжению магазина к АК-74 с отсечкой времени;
- по стрельбе из пневматического пистолета Макарова из положения «стоя».

Форма контроля - тестирование, учебно-полевые сборы.

## **Раздел 7. Основы тактики (8 ч.)**

### Теория

Инструктаж по безопасности. Правила и техника пересечения местности перебежками, переползаниями по одному и в группе. Военная радиосвязь: позывные, «морзянка»,

радиосигналы. Изучение правил передвижения в группе: головной дозор, ядро, тыловой дозор. Виды беззвучных и звуковых сигналов и правила их подачи.

#### Практика

Перестроение из походной колонны в боевой порядок. Применение техники перебежек и переползаний по одному и в группе на практике. Внутрисекционная игра «Зашифрованное письмо». Внутрисекционная радиоигра «Охотники и лисы».

Форма контроля – педагогическое наблюдении; игра; учебно-полевые сборы.

### **Раздел 8. Основы туристской подготовки (8 ч.)**

#### Теория

Инструктаж по безопасности. Знакомство с топографическими знаками, с понятием «координатная сетка». Организация и правила переправы по бревну;

#### Практика

Выполнение входного норматива: вязание 8 основных туристских узлов.

Вязание узла «Прямой узел». Топографический диктант. Внутрисекционные соревнования «Верный ориентир».

Выполнение итогового норматива: вязание 8 основных туристических узлов с отсечкой времени.

Форма контроля: тестирование; педагогическое наблюдении; соревнования; учебно-полевые сборы.

### **Раздел 9. Ритмопластика (12 ч.)**

#### Теория

Инструктаж по безопасности. Приветствие словесное и при помощи жестов. Позиции рук и ног в танце. Ритм в музыке и в танце: доля сильная и слабая. Музыкальный размер. Изучение движений и элементов танцевально-ритмической композиции. Изучение комплекса упражнений № 2 партерной гимнастики.

#### Практика

Выполнение комплекса упражнений № 1 партерной гимнастики. Упражнение «Веселый барабанщик». Исполнение танцевально-ритмической композиции. Новогодний бал. Выполнение упражнений у станка.

Форма контроля: устный опрос «Позиции рук и ног»; педагогическое наблюдение.

### **Раздел 10. Гражданская оборона (10 ч.)**

#### Теория

Инструктаж по безопасности. Массовые средства защиты населения. Правила поведения в массовых защитных сооружениях. Оснащение массовых защитных сооружений. Знакомство с алгоритмом действий по экстренной реанимационной помощи.

#### Практика

Выполнение входных нормативов:

- надевание противогаза с отсечкой времени;
- надевание ОЗК с отсечкой по времени

Выполнение алгоритма действий по оказанию первой помощи при ожогах, тепловых и солнечных ударах. Выполнение алгоритма действий по оказанию первой помощи при утоплении, при обморожении с использованием тренажера «Максим». Применение

алгоритма действий по экстренной реанимационной практики с использованием тренажера «Максим». Проведение внутрисекционных соревнований «Щит».

Выполнение итоговых нормативов:

- надевание противогаза с отсечкой времени;
- надевание ОЗК с отсечкой по времени.

Форма контроля - соревнования; тестирование; учебно-полевые сборы; устный опрос: «Массовые средства защиты населения. Правила поведения в массовых защитных сооружениях». «Оснащение массовых защитных сооружений». «Алгоритм действий по экстренной реанимационной помощи»; зачет-практика.

## **Раздел 11. Логические задачи, шахматы (10 ч.)**

### Теория

Инструктаж по безопасности. Знакомство с логическими задачами на ассоциации 3 уровня. Знакомство с сюжетными логическими задачами 3 уровня. Знакомство с логическими задачами на сравнение 3 уровня.

### Практика

Применение 3-х правил дебюта в шахматах. Практический разбор комбинации «Детский мат» в шахматной партии. Игра «Юный гений».

Форма контроля: устный опрос «3 правила дебюта в шахматах»; педагогическое наблюдение; игра.

## **Раздел 12. Уставы и законы для военнослужащего (4 ч.)**

### Теория

Инструктаж по безопасности. Основные понятия о воинской обязанности. Структура воинской обязанности. Исполнение военной службы гражданами РФ. Организация воинского учета.

### Практика

Тестирование.

Форма контроля: устный опрос «Основные понятия о воинской обязанности»; педагогическое наблюдение; учебно-полевые сборы.

## **Раздел 13. Плавание (8 ч.)**

### Теория

Инструктаж по безопасности. Правила использования дыхания с задержкой на вдохе. Теория плавания при помощи движений рук кролем с доской между ногами и с выдохом в воду

### Практика

Подготовительные упражнения «Сухое плавание». Плавание кролем на спине с задержкой дыхания на вдохе. Практика плавания при помощи движений рук кролем с доской между ногами и с выдохом в воду.

Форма контроля: устный опрос «Практика плавания»; педагогическое наблюдение.

## **Раздел 14. Учебно-полевые сборы (18 ч.)**

### Теория

Инструктаж по безопасности.

### Практика

ОФП: бег 100 м. 1000 м (девушки), 3000 м (юноши), челночный бег 4x100, подтягивание на перекладине (юноши), КСУ (девушки), тест Купера;

Огневая подготовка: стрельба из пневматической винтовки МР-512, мишень № 8, неполная разборка-сборка ММГ АК-74, снаряжение магазина к АК-74;

Основы тактики;

Плавание;

Основы туристской подготовки;

Гражданская оборона;

Уставы и законы для военнослужащего;

Общее построение.

Форма контроля – учебно-полевые сборы.

## 1.4. Планируемые результаты освоения программы

К концу 1 года обучения учащиеся достигнут следующих результатов:

### Предметные (образовательные):

- учащиеся будут знать основные положения Конституции РФ и Общевоинских уставов ВС РФ;
- учащиеся будут владеть начальными знаниями о внутренней баллистике, боевых свойствах и материальной части АК-74, правилах его сбережения и хранения, мерах безопасности при обращении с оружием;
- у учащихся будут сформированы и развиты умения и навыки стрельбы из пневматической винтовки МР-512, пневматического пистолета Макарова из различных положений, метания учебных муляжей гранат на дальность и в цель из различных положений в соответствии с учебным разделом программы и возрастным понятийным уровнем учащихся;
- у учащихся будет сформировано представление о роли и значении физических упражнений в формировании, развитии и укреплении здоровья человека;
- у учащихся будут сформированы и развиты умения и навыки общей физической подготовки в соответствии с учебным разделом программы и возрастным понятийным уровнем учащихся;
- у учащихся будут сформированы базовые умения передвижения на лыжах коньковым и развиты навыки передвижения классическим ходом в соответствии с учебным разделом программы и возрастным понятийным уровнем учащихся;
- у учащихся будут сформированы базовые умения плавания в бассейне в соответствии с учебным разделом программы и возрастным понятийным уровнем учащихся;
- у учащихся будет сформировано представление о понятиях «ритм», «темп», «акцент», «сильная доля», «слабая доля» в соответствии с возрастным понятийным уровнем учащихся;
- учащиеся будут знать Комплекс упражнений № 1 партерной гимнастики;
- учащиеся будут знать правила применения Строевого устава при изучении и освоении выполнения строевых приемов;
- у учащихся будут сформированы умения выполнения строевых приемов без оружия в составе отделения и индивидуальной строевой подготовки в соответствии с учебным разделом программы и возрастным понятийным уровнем учащихся;
- учащиеся будут знать цели и задачи Гражданской обороны и основные угрозы безопасности для населения в соответствии с учебным разделом программы;
- у учащихся будут сформированы умения решать логические задачи в соответствии с учебным разделом программы и возрастным понятийным уровнем учащихся;
- учащиеся будут знать историю возникновения игры в шахматы и иметь представление об основных терминах понятиях этой игры в соответствии с учебным разделом программы;
- учащиеся будут знать историю туризма в России в соответствии с учебным разделом программы;
- у учащихся будет сформировано представление о понятиях: «маршрут», «азимут», «виды карт», «измерение расстояний на местности»;
- учащиеся будут знать положения для изготовления к бою и основные команды для принятия изготовления к бою;

### Метапредметные:

- у учащихся будет развит интерес к военной истории России;
- у учащихся будет сформировано сознательное отношение к соблюдению личной аккуратности и опрятности внешнего вида;

- у учащихся будет сформировано сознательное и уважительное отношение к правилам безопасности;
- у учащихся будет сформирована потребность соблюдать правила, способствующие формированию правильной осанки;
- у учащихся будет сформирована культура движения, жеста, мимики в соответствии с возрастными особенностями и понятийным уровнем учащихся;
- у учащихся будет развито чувство ритма и темпо-ритма в соответствии с возрастными особенностями и понятийным уровнем учащихся;
- у учащихся будут сформированы необходимые знания, умения, навыки ведения здорового образа жизни;

#### **Личностные:**

- у учащихся будут сформированы гражданско-патриотические ценностные ориентиры, в соответствии с возрастным понятийным уровнем учащихся;
- у учащихся будут сформированы волевые качества в соответствии с возрастными особенностями и понятийным уровнем учащихся;
- у учащихся будут сформированы целеустремленность в работе и умение самостоятельно принимать решения в соответствии с возрастным понятийным уровнем учащихся;
- у учащихся будут сформированы выдержка и самоконтроль в соответствии с возрастным понятийным уровнем учащихся;
- у учащихся будут развиты умения работать в коллективе и взаимодействовать в команде;
- у учащихся будет развито тактическое и стратегическое мышление в соответствии с возрастным понятийным уровнем учащихся;
- у учащихся будет развита физическая культура посредством освоения навыков общей физической подготовки в соответствии с учебным разделом программы и возрастным понятийным уровнем учащихся;
- у учащихся будут развиты физическую выносливость, координация движений, скоростные, силовые качества, концентрацию внимания, способность к быстрому ориентированию в пространстве в соответствии с возрастными особенностями учащихся;
- у учащихся будет развито логическое мышление в соответствии с возрастными особенностями и понятийным уровнем учащихся

**К концу 2 года обучения учащиеся достигнут следующих результатов:**

#### **Предметные (образовательные):**

- учащиеся будут знать термины «приказ», «единоначалие», «поощрение», «наказание»;
- у учащихся будут расширены начальные знания о боевых свойствах и материальной части стрелкового оружия, правилах его сбережения и хранения, мерах безопасности при обращении с оружием при проведении стрельб;
- у учащихся будут развиты умения и навыки стрельбы из пневматической винтовки МР-512, пневматического пистолета Макарова из различных положений, метания учебных муляжей гранат на дальность и в цель из различных положений в соответствии с учебным разделом программы и возрастными особенностями учащихся;
- у учащихся будут развиты умения и навыки общей физической подготовки в соответствии с учебным разделом программы и возрастными особенностями учащихся;
- у учащихся будут развиты базовые навыки передвижения на лыжах коньковым и классическим ходом в соответствии с учебным разделом программы и возрастными особенностями учащихся;
- у учащихся будут развиты базовые умения и навыки плавания в бассейне в соответствии с учебным разделом программы и возрастными особенностями учащихся;



- у учащихся будут сформированы и развиты умения выполнять основные ритмопластические и танцевальные движения под музыку в соответствии с учебным разделом программы и возрастными особенностями учащихся;
- познакомить учащихся с Комплексом упражнений № 2 партерной гимнастики;
- у учащихся будут сформированы и развиты умения и навыки выполнения строевых приемов без оружия и с оружием в соответствии с учебным разделом программы и возрастными особенностями учащихся;
- учащиеся будут знать правила и основные команды для организации и управления строем;
- учащиеся будут знать индивидуальные средства защиты населения;
- у учащихся будут сформированы базовые знания и умения оказания первой помощи при ушибах и порезах в соответствии с учебным разделом программы;
- учащиеся будут знать правила транспортировки пострадавших;
- у учащихся будут сформированы и развиты умения и навыки решения логических задач в соответствии учебным разделом программы, возрастными особенностями и понятийным уровнем учащихся;
- у учащихся будут развиты умения и навыки игры в шахматы в соответствии учебным разделом программы и понятийным уровнем учащихся;
- у учащихся будут расширены знания и умения чтения карт местности и работы с туристическим снаряжением в соответствии учебным разделом программы;
- учащиеся будут знать правила тактической подготовки по индивидуальной подгонке снаряжения, правилами деления и распределения обязанностей в малой группе в соответствии учебным разделом программы;

#### **Метапредметные:**

- у учащихся будет развит интерес к военной истории России;
- у учащихся будет сформировано сознательное отношение к соблюдению личной аккуратности и опрятности внешнего вида;
- у учащихся будет сформировано сознательное и уважительное отношение к правилам безопасности;
- у учащихся будет сформирована потребность соблюдать правила, способствующие формированию правильной осанки;
- у учащихся будет сформирована культура движения, жеста, мимики в соответствии с возрастными особенностями и понятийным уровнем учащихся;
- у учащихся будет развито чувство ритма и темпо-ритма в соответствии с возрастными особенностями и понятийным уровнем учащихся;
- у учащихся будут сформированы необходимые знания, умения, навыки ведения здорового образа жизни;

#### **Личностные:**

- у учащихся будут сформированы гражданско-патриотические ценностные ориентиры, в соответствии с возрастным понятийным уровнем учащихся;
- у учащихся будут сформированы волевые качества в соответствии с возрастными особенностями и понятийным уровнем учащихся;
- у учащихся будут сформированы целеустремленность в работе и умение самостоятельно принимать решения в соответствии с возрастным понятийным уровнем учащихся;
- у учащихся будут сформированы выдержка и самоконтроль в соответствии с возрастным понятийным уровнем учащихся;
- у учащихся будет развиты умения работать в коллективе и взаимодействовать в команде;

- у учащихся будет развито тактическое и стратегическое мышление в соответствии с возрастным понятийным уровнем учащихся;
- у учащихся будет развита физическая культура посредством освоения навыков общей физической подготовки в соответствии с учебным разделом программы и возрастным понятийным уровнем учащихся;
- у учащихся будут развиты физическую выносливость, координация движений, скоростные, силовые качества, концентрацию внимания, способность к быстрому ориентированию в пространстве соответствии с возрастными особенностями учащихся;
- у учащихся будет развито логическое мышление в соответствии с возрастными особенностями и понятийным уровнем учащихся;

**К концу 3 года обучения учащиеся достигнут следующих результатов**

**Предметные:**

- учащиеся будут знать военную историю России в соответствии с учебным разделом программы и понятийным уровнем учащихся;
- учащиеся будут знать организацию воинского учета и основные понятия о воинской обязанности в соответствии с учебным разделом программы;
- у учащихся будут расширены знания о боевых свойствах и материальной части стрелкового оружия, правилах его сбережения и хранения, мерах безопасности при обращении с оружием при проведении стрельб в соответствии с учебным разделом программы;
- у учащихся будут развиты умения и навыки стрельбы из пневматической винтовки МР-512, пневматического пистолета Макарова из различных положений, метания учебных муляжей гранат на дальность и в цель из различных положений в соответствии с учебным разделом программы и возрастными особенностями учащихся;
- у учащихся будут развиты умения и навыки общей физической подготовки в соответствии с учебным разделом программы и возрастными особенностями учащихся;
- у учащихся будут развиты базовые умения и навыки передвижения на лыжах коньковым и классическим ходом в соответствии с учебным разделом программы и возрастными особенностями учащихся;
- у учащихся будут развиты базовые умения и навыки плавания в бассейне в соответствии с учебным разделом программы и возрастными особенностями учащихся;
- учащиеся будут владеть понятием «музыкальный размер»;
- учащиеся будут знать Комплекс упражнений № 3 партерной гимнастики;
- у учащихся будут сформированы знания и умения по выполнению строевых приемов с оружием;
- учащиеся будут знать массовые средства защиты населения и правила поведения в них;
- у учащихся будут сформированы базовые умения и навыки оказания первой помощи при утоплении и обморожении в соответствии с учебным разделом программы;
- у учащихся будут сформированы умения и навыки транспортировки пострадавших в соответствии с учебным разделом программы;
- у учащихся будут развиты умения и навыки решения логических задач в соответствии с учебным разделом программы и понятийным уровнем учащихся;
- учащиеся будут владеть понятием «стратегия в шахматах» в соответствии с учебным разделом программы и понятийным уровнем учащихся;
- у учащихся будут развиты знания и умения чтения карт местности и работы с туристическим снаряжением в соответствии с учебным разделом программы и понятийным уровнем учащихся;
- учащиеся будут владеть понятием «военная радиосвязь»;

**Метапредметные:**

- у учащихся будет развит интерес к военной истории России;
- у учащихся будет сформировано сознательное отношение к соблюдению личной аккуратности и опрятности внешнего вида;
- у учащихся будет сформировано сознательное и уважительное отношение к правилам безопасности;
- у учащихся будет сформирована потребность соблюдать правила, способствующие формированию правильной осанки;
- у учащихся будет сформирована культура движения, жеста, мимики в соответствии с возрастными особенностями и понятийным уровнем учащихся;
- у учащихся будет развито чувство ритма и темпо-ритма в соответствии с возрастными особенностями и понятийным уровнем учащихся;
- у учащихся будут сформированы необходимые знания, умения, навыки ведения здорового образа жизни;

**Личностные:**

- у учащихся будут сформированы гражданско-патриотические ценностные ориентиры, в соответствии с возрастным понятийным уровнем учащихся;
- у учащихся будут сформированы волевые качества в соответствии с возрастными особенностями и понятийным уровнем учащихся;
- у учащихся будут сформированы целеустремленность в работе и умение самостоятельно принимать решения в соответствии с возрастным понятийным уровнем учащихся;
- у учащихся будут сформированы выдержка и самоконтроль в соответствии с возрастным понятийным уровнем учащихся;
- у учащихся будут развиты умения работать в коллективе и взаимодействовать в команде;
- у учащихся будет развито тактическое и стратегическое мышление в соответствии с возрастным понятийным уровнем учащихся;
- у учащихся будет развита физическая культура посредством освоения навыков общей физической подготовки в соответствии с учебным разделом программы и возрастным понятийным уровнем учащихся;
- у учащихся будут развиты физическую выносливость, координация движений, скоростные, силовые качества, концентрацию внимания, способность к быстрому ориентированию в пространстве в соответствии с возрастными особенностями учащихся;
- у учащихся будет развито логическое мышление в соответствии с возрастными особенностями и понятийным уровнем учащихся

## **Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий**

### **Календарный учебный график**

Режим организации занятий по данной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе определяется Календарным учебным графиком, который является приложением к программе и разрабатывается до начала каждого учебного года, согласовывается с заведующим отделом и утверждается заместителем директора МБУ ДО «Детско-юношеский центр» по УВР.

Календарный учебный график соответствует санитарно-эпидемиологическим правилам и нормам, утвержденных Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

Начало учебного года - 1 сентября, окончание учебного года – 31 мая.

№	Год обучения	Объем учебных часов	Всего учебных недель	Режим работы	Количество учебных дней
1	1 год обучения	144	36	2 раза в неделю по 2 часа	72
2	2 год обучения	144	36	2 раза в неделю по 2 часа	72
3	3 год обучения	144	36	2 раза в неделю по 2 часа	72

### **Условия реализации программы**

#### **Материально-техническое обеспечение:**

- оборудованный учебный кабинет (стол для педагога, столы для учащихся, стулья);
- оборудованный стрелковый тир;
- спортивная площадка;
- технические средства обучения (мультимедийный проектор, тренажер сердечно-легочной реанимации «Максим», электронный тир)
- стрелковое оружие (пневматические винтовки МР-512);
- пневматический пистолет Макарова;
- учебные макеты (ММГ АК-74);
- противогазы ГП-5, ГП-7;
- ОЗК

#### **Информационное и учебно-методическое обеспечение:**

- учебно-методическое обеспечение (дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа, пособия, учебно-методический комплекс: дидактические материалы, плакаты, видеотека, методические рекомендации, сборники материалов и задач, мониторинг по ДООП).

#### **Кадровое обеспечение:**

Согласно Профессиональному стандарту «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» по данной программе может работать педагог дополнительного образования с уровнем образования и квалификации, соответствующим обозначениям таблицы пункта 2 Профессионального стандарта (Описание трудовых функций, входящих

в профессиональный стандарт) код А и В с уровнями квалификации 6, обладающий профессиональными компетенциями в предметной области.

### Этапы и формы аттестации

Вид контроля	Раздел и контрольные измерители аттестации	Форма аттестации
<b>I год обучения</b>		
<b>Входной</b>	Раздел 1. Введение в дополнительную общеобразовательную общеразвивающую программу. Инструктаж по ТБ. - знание плана работы на год; - знание правил безопасного поведения в учреждении и на улице. - знание специфики работы объединения «Ратная дружина»	опрос
	Раздел 3. Общая физическая подготовка (ОФП) - оценка развития физических качеств; - оценка скоростных качеств	Тестирование
	Раздел 6. Огневая подготовка - оценка результативности учащихся по огневой подготовке	Тестирование
	Раздел 8. Основы туристской подготовки - оценка сформированности у учащихся навыка вязания 5 базовых туристических узлов без учета времени	Тестирование
	Раздел 10. Гражданская оборона - оценка сформированности у учащихся навыка надевания противогаза	Тестирование
<b>Промежуточный</b>	Раздел 2. «От древнего копья до боевого самолета» - оценка уровня знаний названий русских и советских артиллерийских орудий; - оценка уровня знаний названий советских самолетов и танков	Игра
	Раздел 3. Общая физическая подготовка (ОФП) - оценка уровня владения техникой челночного бега; - умение выполнять пульсовой замер	Педагогическое наблюдение
	Раздел 4. Лыжная подготовка - оценка уровня владения техникой конькового хода; - оценка скоростных качеств	Педагогическое наблюдение Соревнования
	Раздел 5. Строевая подготовка - оценка сформированности навыков выполнения строевых приемов с оружием на месте в составе отделения; - оценка качества строевого шага; - оценка сформированности навыков выполнения строевых приемов в движении без оружия в составе отделения;	Строевой смотр

	- умение отдавать команды при управлении строем в соответствии со Строевым уставом ВС РФ	
	Раздел 6. Огневая подготовка - оценка результативности учащихся по стрельбе из пневматической винтовки МР-512; - оценка результативности учащихся по метанию учебных муляжей гранат в цель и на дальность из положения «стоя» и «лежа»	Педагогическое наблюдение
	Раздел 7. Основы тактики - умение самостоятельно принимать решения; - умение управлять командой (капитан команды); - выносливость; - умение работать в команде; - умение выполнять правила прохождения этапов эстафеты	Соревнования
	Раздел 8. Основы туристской подготовки - оценка уровня освоения теоретического материала по теме «Асептики и антисептики»; - оценка уровня освоения теоретического материала по теме «Продукты для туристического похода»	Игра Устный опрос Педагогическое наблюдение
	Раздел 9. Ритмопластика - оценка уровня освоения навыка выполнения комплекса упражнений № 1 партерной гимнастики; - оценка ритмического слуха; - оценка качества выполнения ритмопластических движений под музыку в составе группы; - оценка уровня освоения теоретического материала по теме «Музыкальный ритм»	Устный опрос Педагогическое наблюдение
	Раздел 10. Гражданская оборона - оценка уровня освоения теоретического материала по темам «Цели, задачи Гражданской обороны», «Комплекс мероприятий по защите населения и экономики», «Войска РХБЗ»; - выявление уровня практического усвоения учащимися навыка надевания противогаза с отсечкой времени	Устный опрос Зачет-практика
	Раздел 11. Логические задачи, шахматы - оценка уровня освоения теоретического материала по теме «История возникновения игры в шахматы»; - оценка уровня сформированности навыков решения логических задач 1 уровня; - знание и понимание терминов игры в шахматы: «шах», «мат», «дебют»; - оценка результативности учащихся в игре в шахматы (уровень для начинающих)	Устный опрос Педагогическое наблюдение
	Раздел 12. Уставы и законы для военнослужащего	Устный опрос

	<p>- оценка уровня освоения теоретического материала по темам:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• «Конституция РФ»</li> <li>• «Федеральный закон «О воинской обязанности и военной службе»</li> <li>• «Строевой устав ВС РФ»</li> </ul>	
	<p>Раздел 13. Плавание</p> <p>- оценка уровня освоения теоретического материала по темам:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• «Правила безопасности в бассейне»</li> <li>• «Дыхание, координация, баланс»</li> <li>• «Сухое плавание»</li> </ul>	Устный опрос
<b>Итоговый</b>	<p>Раздел 2. «От древнего копья до боевого самолета»</p> <p>- оценка уровня знаний названий русских и советских артиллерийских орудий;</p> <p>- оценка уровня знаний названий советских самолетов и танков;</p> <p>- оценка уровня знаний нарезного стрелкового оружия;</p>	Итоговая викторина
	<p>Раздел 3. Общая физическая подготовка (ОФП)</p> <p>- оценка физических качеств;</p> <p>- оценка скоростных качеств</p>	Тестирование
	<p>Раздел 4. Лыжная подготовка</p> <p>- выявление уровня практического усвоения учащимися навыков перемещения на беговых лыжах, используя классические ходы.</p>	Зачет-практика
	<p>Раздел 5. Строевая подготовка</p> <p>- оценка сформированности навыков выполнения строевых приемов с оружием на месте в составе отделения;</p> <p>- оценка качества строевого шага;</p> <p>- оценка сформированности навыков выполнения строевых приемов в движении без оружия в составе отделения;</p> <p>- умение отдавать команды при управлении строем в соответствии со Строевым уставом ВС РФ;</p> <p>- оценка сформированности навыков строевого и походного шага прохождения со строевой песней</p>	Строевой смотр
	<p>Раздел 6. Огневая подготовка</p> <p>- оценка результативности учащихся по огневой подготовке</p>	Тестирование
	<p>Раздел 7. Основы тактики</p> <p>- оценка сформированности навыков выполнения приемов с оружием при действии команд «С колена к бою!», «Лежа к бою!», «Стоя к бою!»</p>	Педагогическое наблюдение
	<p>Раздел 8. Основы туристской подготовки</p> <p>- оценка сформированности у учащихся навыка вязания 5 базовых туристических узлов с отсечкой времени</p>	Тестирование



	Раздел 9. Ритмопластика - оценка качества выполнения ритмопластических движений под музыку в составе группы	Педагогическое наблюдение
	Раздел 10. Гражданская оборона - выявление уровня практического усвоения учащимися навыка надевания противогаза с отсечкой времени	Тестирование
	Раздел 11. Логические задачи, шахматы - оценка результативности учащихся в решении логических задач 1 уровня; - оценка результативности учащихся в игре в шахматы (уровень для начинающих)	Игра
	Раздел 12. Уставы и законы для военнослужащего - оценка уровня освоения программного теоретического материала по учебному разделу за полугодие	Педагогическое наблюдение
	Раздел 13. Плавание - оценка сформированности навыка плавания в бассейне любым стилем при преодолении дистанции 25 м без учета времени	Педагогическое наблюдение
<b>II год обучения</b>		
<b>Входной</b>	Раздел 1. Вводное занятие знание плана работы на год; - знание правил безопасного поведения в учреждении и на улице. - знание специфики работы объединения «Ратная дружина»	Устный опрос
	Раздел 3. Общая физическая подготовка (ОФП) - оценка развития физических качеств; - оценка скоростных качеств	Тестирование
	Раздел 6. Огневая подготовка - оценка результативности учащихся по огневой подготовке	Тестирование
	Раздел 8. Основы туристской подготовки - оценка сформированности у учащихся навыка вязания 5 базовых туристических узлов с отсечкой времени	Тестирование
	Раздел 10. Гражданская оборона - оценка сформированности у учащихся навыка надевания противогаза с отсечкой времени	Тестирование
<b>Промежуточный</b>	Раздел 2. «От древнего копья до боевого самолета» - оценка уровня знаний биографий известных русских полководцев	Игра
	Раздел 3. Общая физическая подготовка (ОФП) - оценка сформированности навыков и владения техникой преодоления элементов полосы препятствий «лабиринт», «стена»;	Педагогическое наблюдение

	- оценка сформированности навыка и владение техникой лазания по вертикальному канату	
	Раздел 4. Лыжная подготовка - оценка сформированности навыков выполнения подводящих упражнений в спортивном зале; - оценка сформированности навыков выполнения поворотов при движении на лыжах способами: «плугом», параллельно, переступанием; - оценка скоростных качеств	Педагогическое наблюдение Соревнования
	Раздел 5. Строевая подготовка - оценка сформированности навыков выполнения строевых приемов на месте и в движении без оружия в составе отделения; - оценка сформированности навыков выполнения строевых приемов одиночной строевой подготовки; - оценка выполнения воинского приветствия на месте и в движении в составе отделения	Строевой смотр
	Раздел 6. Огневая подготовка - оценка результативности учащихся по огневой подготовке	Тестирование
	Раздел 7. Основы тактики - оценка уровня освоения учебного материала по разделу; - оценка умения производить подгонку снаряжения; - оценка сформированности навыков передвижения в составе малой группы	Педагогическое наблюдение
	Раздел 8. Основы туристской подготовки - оценка освоения теоретического материала по темам: • «Определение расстояния по карте»; • «Личное и общественное туристическое снаряжение» - оценка сформированности навыка вязания узлов «Саморазвязывающийся», «Восьмерка»	Педагогическое наблюдение
	Раздел 9. Ритмопластика - оценка уровня освоения теоретического материала по программному учебному разделу; - оценка качества выполнения ритмопластических движений под музыку в составе группы;	Устный опрос Педагогическое наблюдение
	Раздел 10. Гражданская оборона - оценка уровня освоения теоретического материала по темам: • «Индивидуальные средства защиты» • «Оказание первой помощи»; - оценка сформированности практических навыков оказания первой помощи; - оценка уровня сформированности навыка надевания ОЗК без учета времени	Устный опрос Зачет-практика Соревнования

	<p>Раздел 11. Логические задачи, шахматы</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- оценка уровня освоения теоретического материала по программному учебному разделу;</li> <li>- оценка уровня сформированности навыков решения логических задач 2 уровня;</li> <li>- оценка результативности учащихся в игре в шахматы (уровень для начинающих)</li> </ul>	<p>Устный опрос Педагогическое наблюдение</p>
	<p>Раздел 12. Уставы и законы для военнослужащего</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- оценка уровня освоения теоретического материала по программному учебному разделу;</li> </ul>	<p>Устный опрос Педагогическое наблюдение</p>
	<p>Раздел 13. Плавание</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- оценка уровня освоения теоретического материала по программному учебному разделу;</li> <li>- оценка сформированности навыка плавания в бассейне любым стилем при преодолении дистанции с отсечкой времени</li> </ul>	<p>Устный опрос Педагогическое наблюдение</p>
<b>Итоговый</b>	<p>Раздел 2. «От древнего копья до боевого самолета»</p> <p>оценка уровня освоения теоретического материала по программному учебному разделу;</p>	<p>Итоговая викторина</p>
	<p>Раздел 4. Лыжная подготовка</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- оценка сформированности навыков выполнения подводящих упражнений в спортивном зале;</li> <li>- оценка сформированности навыков выполнения поворотов при движении на лыжах способами: «плугом», параллельно, переступанием;</li> <li>- оценка скоростных качеств;</li> <li>- оценка сформированности навыка подъема на лыжах коньковым ходом</li> </ul>	<p>Зачет-практика</p>
	<p>Раздел 5. Строевая подготовка</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- оценка сформированности навыков выполнения строевых приемов на месте и в движении без оружия в составе отделения;</li> <li>- оценка сформированности навыков выполнения строевых приемов одиночной строевой подготовки;</li> <li>- оценка выполнения воинского приветствия на месте и в движении в составе отделения;</li> <li>- оценка действий командира отделения</li> </ul>	<p>Строевой смотр</p>
	<p>Раздел 9. Ритмопластика</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- оценка качества выполнения ритмопластических движений под музыку в составе группы;</li> </ul>	<p>Педагогическое наблюдение</p>
	<p>Раздел 11. Логические задачи, шахматы</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- оценка результативности учащихся в решении логических задач 2 уровня;</li> <li>- оценка результативности учащихся в игре в шахматы (уровень для начинающих)</li> </ul>	<p>Игра</p>
	<p>Раздел 14. Учебно-полевые сборы:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- оценка развития физических качеств;</li> <li>- оценка скоростных качеств;</li> </ul>	<p>Тестирование</p>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- оценка результативности учащихся по огневой подготовке;</li> <li>- оценка уровня теоретического и практического освоения программного материала учебного раздела «Основы тактики»;</li> <li>- оценка сформированности навыка плавания в бассейне любым стилем при преодолении дистанции с отсечкой времени;</li> <li>- оценка сформированности у учащихся навыка вязания 5 базовых туристических узлов с отсечкой времени;</li> <li>- оценка сформированности у учащихся навыка надевания противогаза и ОЗК с отсечкой времени;</li> <li>- оценка уровня освоения теоретического материала по программному учебному разделу «Уставы и законы для военнослужащего»;</li> </ul>	
<b>III год обучения</b>		
<b>Входной</b>	<p>Раздел 1. Вводное занятие</p> <p>знание плана работы на год;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- знание правил безопасного поведения в учреждении и на улице.</li> <li>- знание специфики работы объединения «Ратная дружина»</li> </ul>	Устный опрос
	<p>Раздел 3. Общая физическая подготовка (ОФП)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- оценка развития физических качеств;</li> <li>- оценка скоростных качеств</li> </ul>	Тестирование
	<p>Раздел 4. Лыжная подготовка</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- оценка скоростных качеств;</li> <li>- оценка владения техникой конькового хода</li> </ul>	Тестирование
	<p>Раздел 6. Огневая подготовка</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- оценка результативности учащихся по огневой подготовке</li> </ul>	Тестирование
	<p>Раздел 8. Основы туристской подготовки</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- оценка сформированности у учащихся навыка вязания 8 базовых туристических узлов с отсечкой времени</li> </ul>	Тестирование
	<p>Раздел 10. Гражданская оборона</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- оценка сформированности у учащихся навыка надевания противогаза с отсечкой времени;</li> <li>- оценка сформированности у учащихся навыка надевания ОЗК с отсечкой времени;</li> </ul>	Тестирование
<b>Промежуточный</b>	<p>Раздел 2. «От древнего копья до боевого самолета»</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- оценка уровня освоения программного теоретического материала по учебному разделу за полугодие</li> </ul>	Игра
	<p>Раздел 3. Общая физическая подготовка (ОФП)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- оценка сформированности навыков и владения техникой преодоления элементов полосы</li> </ul>	Педагогическое наблюдение

	<p>препятствий «разрушенный мост», «разрушенная лестница»;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- оценка сформированности навыка и владение техникой лазания по вертикальному канату</li> <li>- оценка уровня выносливости при беге на длинные дистанции</li> </ul>	
	<p>Раздел 4. Лыжная подготовка</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- оценка уровня владения техникой конькового хода;</li> <li>- оценка результативности учащихся по лыжной подготовке</li> </ul>	<p>Педагогическое наблюдение Соревнования</p>
	<p>Раздел 5. Строевая подготовка</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- оценка сформированности навыков выполнения строевых приемов на месте с оружием</li> </ul>	<p>Строевой смотр</p>
	<p>Раздел 6. Огневая подготовка</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- оценка уровня освоения программного теоретического материала по учебному разделу за полугодие;</li> <li>- оценка сформированности навыков стрельбы из пневматического пистолета из различных положений</li> </ul>	<p>Педагогическое наблюдение</p>
	<p>Раздел 7. Основы тактики</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- оценка уровня освоения программного теоретического материала по учебному разделу за полугодие;</li> <li>- оценка уровня владения техникой перебежек по одному и в составе группы;</li> <li>- оценка уровня владения техникой переползания;</li> <li>- оценка результативности учащихся по основам тактики</li> </ul>	<p>Педагогическое наблюдение Игра</p>
	<p>Раздел 8. Основы туристской подготовки</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- оценка уровня освоения программного теоретического материала по учебному разделу за полугодие;</li> <li>- оценка результативности учащихся по основам туристской подготовки</li> </ul>	<p>Педагогическое наблюдение Соревнования</p>
	<p>Раздел 9. Ритмопластика</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- оценка уровня освоения теоретического материала по программному учебному разделу за полугодие;</li> <li>- оценка качества выполнения ритмопластических движений под музыку в составе группы;</li> </ul>	<p>Устный опрос Педагогическое наблюдение</p>
	<p>Раздел 10. Гражданская оборона</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- оценка уровня освоения теоретического материала по программному учебному разделу за полугодие;</li> <li>- оценка сформированности у учащихся навыка надевания противогаза с отсечкой времени;</li> <li>- оценка сформированности у учащихся навыка надевания ОЗК с отсечкой времени;</li> </ul>	<p>Устный опрос Зачет-практика Соревнования</p>

	- оценка результативности учащихся по Гражданской обороне	
	Раздел 11. Логические задачи, шахматы - оценка уровня освоения теоретического материала по программному учебному разделу; - оценка уровня сформированности навыков решения логических задач 3 уровня; - оценка результативности учащихся в игре в шахматы (уровень для начинающих)	Устный опрос Педагогическое наблюдение
	Раздел 12. Уставы и законы для военнослужащего - оценка уровня освоения теоретического материала по программному учебному разделу за полугодие;	Устный опрос Педагогическое наблюдение
	Раздел 13. Плавание - оценка уровня освоения теоретического материала по программному учебному разделу; - оценка сформированности навыка плавания в бассейне любым стилем при преодолении дистанции 25 м с отсечкой времени	Устный опрос Педагогическое наблюдение
<b>Итоговый</b>	Раздел 2. «От древнего копья до боевого самолета» - оценка уровня освоения программного теоретического материала по учебному разделу	Итоговая викторина
	Раздел 4. Лыжная подготовка - оценка скоростных качеств;	Тестирование
	Раздел 5. Строевая подготовка - оценка сформированности навыков выполнения строевых приемов на месте и в движении без оружия в составе отделения; - оценка сформированности навыков выполнения строевых приемов одиночной строевой подготовки; - оценка выполнения воинского приветствия на месте и в движении в составе отделения; - оценка действий командира отделения;	Строевой смотр
	Раздел 9. Ритмопластика - оценка качества выполнения ритмопластических движений под музыку в составе группы;	Педагогическое наблюдение
	Раздел 11. Логические задачи, шахматы - оценка результативности учащихся в решении логических задач 3 уровня; - оценка результативности учащихся в игре в шахматы (уровень для начинающих)	Игра
	Раздел 14. Учебно-полевые сборы: - оценка развития физических качеств; - оценка скоростных качеств; - оценка результативности учащихся по огневой подготовке; - оценка уровня теоретического и практического освоения программного материала учебного раздела «Основы тактики»;	Тестирование

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- оценка сформированности навыка плавания в бассейне любым стилем при преодолении дистанции с отсечкой времени;</li> <li>- оценка сформированности у учащихся навыка вязания 8 базовых туристических узлов с отсечкой времени;</li> <li>- оценка сформированности у учащихся навыка надевания противогаза и ОЗК с отсечкой времени;</li> <li>- оценка уровня освоения теоретического материала по программному учебному разделу «Уставы и законы для военнослужащего»;</li> </ul>	
--	--	--

### **Оценочные материалы**

Диагностика результативности достижений учащихся по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «**Патриот**» осуществляется посредством следующих разработок (критерии и показатели в Приложении №2):

- Опрос: «Цели, задачи Гражданской обороны»; «Комплекс мероприятий по защите населения и экономики»; «Войска РХБЗ»; «Шахматная терминология»; Уставы и законы для военнослужащего»; «Уставы и законы для военнослужащего»; «Правила безопасности в бассейне»; «Дыхание, координация, баланс» «Сухое плавание».
- Нормативы по ОФП, огневой подготовке и гражданской обороне.
- Зачеты по лыжной подготовке, гражданской обороне.

### **Методические материалы**

Учебно-методический комплекс к программе «**Патриот**» включает:

Военная литература. Уставы и законы. Строевой устав ВС РФ [ Электронный ресурс].- Режим доступа: <http://militera.lib.ru/regulations/russr/su1993/index.html>, свободный.- Загл. с экрана.- Яз. рус.

Издательский дом 1 сентября. Журнал «Здоровье детей» № 10/2006, Валентина Зайцева «Как оценить физические качества детей» [ Электронный ресурс].-Режим доступа: <http://zdd.1september.ru/article.php?ID=200601004>, свободный.- Загл. с экрана.- Яз. рус.

ИНФОУРОК, Халилов Араз Камирович «Виды и формы организации контроля в физическом воспитании» [ Электронный ресурс].- Режим доступа: <https://infourok.ru/vidi-i-formi-organizacii-kontrolya-v-fizicheskom-vospitanii-767510.html>, свободный.- Загл. с экрана.- Яз. рус.

Наставления по стрелковому делу. [ Электронный ресурс].- Режим доступа: <http://www.nastavleniya.ru>, свободный.- Загл. с эрана.- Яз. рус.

Начинаем бегать. YouTube. [Электронный ресурс].- Режим доступа: <https://www.youtube.com/watch?v=AuElfmLRecE>, свободный.- Загл. с экрана.- Яз. рус.

Пистолет Макарова 1 ч. YouTube. [Электронный ресурс].- Режим доступа: <https://www.youtube.com/watch?v=rwKbgzbPP1I>, свободный.- Загл. с экрана.- Яз. рус.

Пистолет Макарова 2 ч. YouTube. [Электронный ресурс].- Режим доступа: <https://www.youtube.com/watch?v=OdC-cl5rwKA>, свободный.- Загл. с экрана.- Яз. рус.

Сайт о лыжном спорте. Основная стойка. [ Электронный ресурс].- Режим доступа: <http://fizsport.ru/spuski-na-lyzhakh/osnovnaya-stoika>, свободный.- Загл. с экрана.- Яз. рус.

Стрельба из ПМ. YouTube. [Электронный ресурс].- Режим доступа: <https://www.youtube.com/watch?v=ussD6tpN9MI>, свободный.- Загл. с экрана.- Яз. рус.

Судебные и нормативные акты РФ. Конституция РФ. [ Электронный ресурс].- Режим доступа: <http://sudact.ru/law/konstitutsiia/>, свободный.- Загл. с экрана.- Яз. рус.

**Учебно-методическое и информационное обеспечение программы  
1 год обучения**

<b>№</b>	<b>Раздел программы</b>	<b>Формы занятий</b>	<b>Приёмы и методы организации воспитательно-образовательного процесса (в рамках занятия)</b>	<b>Дидактический материал</b>	<b>Материально-техническое оснащение занятий</b>	<b>Формы подведения итогов</b>
<b>1</b>	<b>Военные истории</b>	Групповые практические и теоретические занятия в учебном классе, экскурсии в музей	Объяснительно-иллюстративный метод, индивидуальная работа, работа в группах	Задания к игре «Умники и умницы»	тетради, ручки, видеопроектор, компьютер	Игра «Умники и умницы», наличие конспектов у учащихся, устный опрос
<b>2</b>	<b>Общая физическая подготовка (ОФП)</b>	Групповые практические и теоретические занятия на спортивной площадке, в учебном классе, в спортивном зале, на городской дамбе	Объяснительно-иллюстративный метод, индивидуальная работа, работа в группах	Таблицы нормативов по физической подготовке, Наставление по физической подготовке	учебный класс на 15 учащихся, спортивный зал, спортивная площадка, полоса препятствий, тетради, ручки, видеопроектор, компьютер, скакалки по количеству учащихся,	Входные нормативы: бег 100 м, прыжки в длину с места, тест Купера, подтягивания на перекладине, КСУ, бег 3000 м и 1000 м, выполнение итоговых нормативов, соревнования, командные спортивные игры
<b>3</b>	<b>Лыжная подготовка</b>	Групповые практические и теоретические занятия в учебном классе, в спортивном зале, на лыже-роллерной трассе	Объяснительно-иллюстративный метод, индивидуальная работа, работа в группах	Положения о соревнованиях, экзаменационные задания	тетради, ручки, видеопроектор, компьютер, беговые лыжи, палки ботинки, секундомер, станок для подготовки лыж, учебный класс на 15 учащихся, спортивный зал, парафин, щетки, скребки, лыжный утюжок	устный опрос, соревнования, экзамен
<b>4</b>	<b>Строевая подготовка</b>	Групповые практические и теоретические занятия на строевом плацу, в учебном классе, в спортивном зале	Объяснительно-иллюстративный метод индивидуальная работа, работа в группах	Строевой устав ВС РФ, Устав внутренней службы ВС РФ, Положение о строевом смотре, экзаменационные задания	учебный класс на 15 учащихся, строевой плац, тетради, ручки, видеопроектор, компьютер, мед. аптечка, гладильная доска, утюг, швейные ремонтные наборы, форма «пиксель»,	устный опрос, строевой смотр, экзамен



					ремень, ботинки с высоким берцем, кепка, парадная форма «камуфляж», красный (или черный) берет, аксельбант, белые перчатки юнармейская летняя форма, юнармейская демисезонная форма, зимняя парадная форма, зимние уставные белые перчатки	
5	<b>Огневая подготовка</b>	Групповые практические и теоретические занятия в учебном классе, в стрелковом тире	Объяснительно-иллюстративный метод, индивидуальная работа, работа в группах	Наставление по стрелковому делу, таблицы нормативов, Плакаты «Огневая подготовка»	учебный класс на 15 учащихся, учебная доска, тетради, ручки, видеопроектор, компьютер, стрелковый тир, электронный тир, ММГ АК-74, пневматические винтовки МР-512, пневматический пистолет Макарова, мишени № 4, мишени № 8, пули «Бета», пули для пневматического ПМ, учебные муляжи гранат, плащ палатки, огневой рубеж на спортивной площадке, туристические пенки	входные нормативы, устный опрос, соревнования, спортивные игры, выполнение итоговых нормативов
6	<b>Основы тактики</b>	Групповые практические и теоретические занятия в учебном классе	Объяснительно-иллюстративный метод, индивидуальная работа, работа в группах	Тактическая подготовка под ред. Генерал-полковника Ю.Б. Торгованова, задания для зачета, Положение о соревнованиях, видеопрезентации	учебный класс на 15 учащихся, учебная доска, проектор, компьютер, тетради, ручки, под сумки, ММГ АК-74, учебные муляжи гранат, маскировочные костюмы, плащ палатки, вещмешки, саперные лопатки, рации	игра «Юный следопыт», зачет, соревнования

7	<b>Основы туристской подготовки</b>	Групповые практические и теоретические занятия в учебном классе	Объяснительно-иллюстративный метод, индивидуальная работа, работа в группах	Программа дополнительного образования по туризму, таблицы нормативов, зачетные задания, Положения о соревнованиях	класс на 15 учащихся, проектор, учебная доска, компьютер, веревки туристические, палатки туристические, пенки туристические, тренажер «Максим для реанимационных мероприятий, тетради, ручки, линейки, карандаши	выполнение входных нормативов, зачет, соревнования
8	<b>Ритмопластика</b>	Групповые практические и теоретические занятия в учебном классе	Объяснительно-иллюстративный метод, индивидуальная работа, работа в группах	К. Мацкевич «Партерная гимнастика», А. Я. Ваганова «Методика классического танца», А.И. Буренина «Ритмическая мозаика», тесты на растяжку, пластичность, чувство ритма, координацию, зачетные задания, экзаменационные задания	учебный класс на 15 учащихся, учебная доска, проектор, компьютер, аудио-система, станки хореографические и зеркала передвижные	входные тесты на растяжку, пластичность, чувство ритма, координацию, Новогодний бал (зачет), экзамен
9	<b>Гражданская оборона</b>	Групповые практические и теоретические занятия в учебном классе	Объяснительно-иллюстративный метод, индивидуальная работа, работа в группах	Гражданская оборона под ред. В.А. Пучкова, таблицы нормативов, задания для зачета, Положение о соревнованиях, видео презентации	учебный класс на 15 учащихся, учебная доска, проектор, компьютер,	выполнение входных нормативов, зачет, соревнования
10	<b>Логические задачи, шахматы</b>	Групповые практические и теоретические занятия в учебном классе	Объяснительно-иллюстративный метод, индивидуальная работа, работа в группах	М.Ю. Булдакова Развитие логического мышления учащихся, Д.А. Коробицын Кружок логических задач, С. Алексеев Шахматы для начинающих, Положение об игре «Юный гений»	учебный класс на 15 учащихся, учебная доска, проектор, компьютер, шахматные доски и шахматы, тетради, ручки	игры, соревнования, игра «Юный гений», практические задания
11	<b>Уставы и законы для военнослужащего</b>	Групповые практические и теоретические занятия в учебном классе	Объяснительно-иллюстративный метод, индивидуальная работа, работа в группах	Общевойсковые уставы ВС РФ, Конституция РФ <a href="http://www.constitution.ru">http://www.constitution.ru</a> ФЗ «О воинской обязанности и	учебный класс на 15 учащихся, учебная доска, проектор, компьютер, тетради, ручки	зачет

		занятия в учебном классе		военной службе» <a href="http://base.garant.ru/178405/">http://base.garant.ru/178405/</a> ФЗ «Об обороне» <a href="http://docs.cntd.ru/document/9020348">http://docs.cntd.ru/document/9020348</a> ФЗ « О статусе военнослужащих» <a href="http://base.garant.ru/178792/">http://base.garant.ru/178792/</a> , зачетные вопросы		
<b>12</b>	<b>Плавание</b>	Групповые практические и теоретические занятия в учебном классе, в спортивном классе, в плавательном бассейне	Объяснительно-иллюстративный метод, индивидуальная работа, работа в группах	Н.Ж. Булгакова Познакомьтесь – плавание (первые шаги в спорте), Н.В. Чертов Плавание	учебный класс на 15 учащихся, учебная доска, проектор, компьютер, очки и шапочки для плавания, мыло, полотенца, тапочки пластиковые, белье и купальники для плавания, плавательные доски, круги, нарукавники надувные	зачет «Сухое плавание», итоговый зачет

**Учебно-методическое и информационное обеспечение программы  
2 год обучения**

№	Раздел программы	Формы занятий	Приёмы и методы организации воспитательно-образовательного процесса (в рамках занятия)	Дидактический материал	Материально-техническое оснащение занятий	Формы подведения итогов
1	<b>Военные истории</b>	Групповые практические и теоретические занятия в учебном классе, экскурсии в музей	Объяснительно-иллюстративный метод, индивидуальная работа, работа в группах	Задания к игре «Умники и умницы», электронные карты по истории, электронные портреты полководцев, видео презентации	учебный класс на 15 учащихся, учебная доска, тетради, ручки, видеопроектор, компьютер	Игра «Умники и умницы», наличие конспектов у учащихся, устный опрос
2	<b>Общая физическая подготовка (ОФП)</b>	Групповые практические и теоретические занятия на спортивной площадке, в учебном классе, в спортивном зале, на городской дамбе	Объяснительно-иллюстративный метод, индивидуальная работа, работа в группах	Таблицы нормативов по физической подготовке, Наставление по физической подготовке, тест Купера, Правила и техника прохождения полосы препятствий	учебный класс на 15 учащихся, спортивный зал, спортивная площадка, полоса препятствий, тетради, ручки, видеопроектор, компьютер, скакалки по количеству учащихся, канат вертикальный и для перетягивания	Входные нормативы: бег 100 м, прыжки в длину с места, тест Купера, подтягивания на перекладине, КСУ, бег 3000 м и 1000 м, выполнение итоговых нормативов, соревнования, командные спортивные игры
3	<b>Лыжная подготовка</b>	Групповые практические и теоретические занятия в учебном классе, в спортивном зале, на лыже-роллерной трассе	Объяснительно-иллюстративный метод, индивидуальная работа, работа в группах	Положения о соревнованиях, экзаменационные задания, учебный фильм «Коньковые лыжные ходы», задания для зачета	тетради, ручки, видеопроектор, компьютер, беговые лыжи, палки ботинки, секундомер, станок для подготовки лыж, учебный класс на 15 учащихся, спортивный зал, парафин, щетки, скребки, лыжный утюжок, ремонтный набор, мед. аптечка	устный опрос, соревнования «Лыжные гонки», зачет по подготовительным упражнениям в зале, экзамен
4	<b>Строевая подготовка</b>	Групповые практические и теоретические	Объяснительно-иллюстративный метод индивидуальная работа, работа в группах	Строевой устав ВС РФ, Устав внутренней службы ВС РФ, Положение о строевом смотре,	учебный класс на 15 учащихся, строевой плац, тетради, ручки, видеопроектор, компьютер, мед.	устный опрос, практические задания, строевой смотр, экзамен

		занятия на строевом плацу, в учебном классе, в спортивном зале		экзаменационные задания	аптечка, гладильная доска, утюг, швейные ремонтные наборы, форма «пиксель», ремень, ботинки с высоким берцем, кепка, парадная форма «камуфляж», красный (или черный) берет, аксельбант, белые перчатки юнармейская летняя форма, юнармейская демисезонная форма, зимняя парадная форма, зимние уставные белые перчатки	
<b>5</b>	<b>Огневая подготовка</b>	Групповые практические и теоретические занятия в учебном классе, в стрелковом тире	Объяснительно-иллюстративный метод, индивидуальная работа, работа в группах	Наставление по стрелковому делу, таблицы нормативов, Плакаты «Огневая подготовка», задания для зачета	учебный класс на 15 учащихся, учебная доска, тетради, ручки, видеопроектор, компьютер, стрелковый тир, площадка для метания учебных муляжей гранат, электронный тир, ММГ АК-74, пневматические винтовки МР-512, пневматический пистолет Макарова, мишени № 4, мишени № 8, пули «Бета», пули для пневматического ПМ, учебные муляжи гранат, плащ палатки, огневой рубеж на спортивной площадке, туристические пенки, кольшки и цветная лента для ограждения территории	входные нормативы, устный опрос, соревнования, спортивные игры, выполнение итоговых нормативов, зачет
<b>6</b>	<b>Основы тактики</b>	Групповые практические и	Объяснительно-иллюстративный метод,	Тактическая подготовка под ред. Генерал-полковника	учебный класс на 15 учащихся, учебная доска,	игра «Юный следопыт», зачет,

		теоретическое занятия в учебном классе	индивидуальная работа, работа в группах	Ю.Б. Торгованова, задания для зачета, Положение о соревнованиях, видео презентации	проектор, компьютер, тетради, ручки, подсумки, ММГ АК-74, учебные муляжи гранат, маскировочные костюмы, плащ палатки, вещмешки, саперные лопатки, рации, форма «пиксель», ботинки с высоким берцем, спортивная форма длинная, зимняя спортивная форма	соревнования
7	<b>Основы туристской подготовки</b>	Групповые практические и теоретическое занятия в учебном классе	Объяснительно- иллюстративный метод, индивидуальная работа, работа в группах	Программа дополнительного образования по туризму, таблицы нормативов, зачетные задания, Положение о соревнованиях, видео презентации, электронные географические карты, карты Кемеровской области, карты Кузнецкого Алатау, топографические карты, видео презентации	класс на 15 учащихся, проектор, учебная доска, компьютер, веревки туристические, палатки туристические, пенки туристические, тренажер «Максим для реанимационных мероприятий, тетради, ручки, линейки, карандаши	выполнение входных нормативов, зачет, соревнования
8	<b>Ритмопластика</b>	Групповые практические и теоретическое занятия в учебном классе	Объяснительно- иллюстративный метод, индивидуальная работа, работа в группах	К. Мацкевич «Партерная гимнастика», А. Я. Ваганова «Методика классического танца», А.И. Буренина «Ритмическая мозаика», тесты на растяжку, пластичность, чувство ритма, координацию, зачетные задания, экзаменационные задания, комплексы партерной гимнастики, комплексы упражнений у станка, видео презентации	учебный класс на 15 учащихся, учебная доска, проектор, компьютер, аудио-система, станки хореографически е и зеркала передвижные, туристические коврики	входные тесты на растяжку, пластичность, чувство ритма, координацию, Новогодний бал (зачет), экзамен

9	<b>Гражданская оборона</b>	Групповые практические и теоретические занятия в учебном классе	Объяснительно-иллюстративный метод, индивидуальная работа, работа в группах	Гражданская оборона под ред. В.А. Пучкова, таблицы нормативов, видео презентации, задания для зачета, Положение о соревнованиях	учебный класс на 15 учащихся, учебная доска, проектор, компьютер, противогазы, ОЗК, бинты, медицинские шины, медицинские носилки	выполнение входных нормативов, зачет, соревнования
10	<b>Логические задачи, шахматы</b>	Групповые практические и теоретические занятия в учебном классе	Объяснительно-иллюстративный метод, индивидуальная работа, работа в группах	М.Ю. Булдакова Развитие логического мышления учащихся, Д.А. Коробицын Кружок логических задач, С. Алексеев Шахматы для начинающих, Положение об игре «Юный гений», задачи на логику 1 и 2 уровня, видео презентации	учебный класс на 15 учащихся, учебная доска, проектор, компьютер, шахматные доски и шахматы, тетради, ручки	игры, соревнования, игра «Юный гений», практические задания
11	<b>Уставы и законы для военнослужащего</b>	Групповые практические и теоретические занятия в учебном классе	Объяснительно-иллюстративный метод, индивидуальная работа, работа в группах	Общевойские уставы ВС РФ, Конституция РФ <a href="http://www.constitution.ru">http://www.constitution.ru</a> ФЗ «О воинской обязанности и военной службе» <a href="http://base.garant.ru/178405/">http://base.garant.ru/178405/</a> ФЗ «Об обороне» <a href="http://docs.cntd.ru/document/9020348">http://docs.cntd.ru/document/9020348</a> ФЗ «О статусе военнослужащих» <a href="http://base.garant.ru/178792/">http://base.garant.ru/178792/</a> , зачетные вопросы, видео презентации	учебный класс на 15 учащихся, учебная доска, проектор, компьютер, тетради, ручки	зачет
12	<b>Плавание</b>	Групповые практические и теоретические занятия в учебном классе, в спортивном классе плавательном бассейне	Объяснительно-иллюстративный метод, индивидуальная работа, работа в группах	Н.Ж. Булгакова Познакомьтесь – плавание (первые шаги в спорте), Н.В. Чертов Плавание, задания для зачета «Сухое плавание», задания для итогового зачета	учебный класс на 15 учащихся, учебная доска, проектор, компьютер, очки и шапочки для плавания, мыло, полотенца, тапочки пластиковые, белье и купальники для плавания, плавательные доски, круги, нарукавники надувные	зачет «Сухое плавание», практические задания, итоговый зачет

13	Учебно-полевые сборы	<p>групповые зачеты и экзамены по учебным разделам в учебном классе, в спортивном зале, на спортивной площадке, на строевом плацу, в стрелковом тире, в плавательном бассейне</p>		<p>экзаменационные таблицы нормативов по ОФП, экзаменационные таблицы нормативов по огневой подготовке, экзаменационные задания по основам тактики, экзаменационные задания по основам туристской подготовки, задания для зачета по плаванию, экзаменационные задания по гражданской обороне, задания для зачета по Уставам и законам для военнослужащего</p>	<p>учебный класс на 15 учащихся, строевой плац, спортивный зал, спортивная площадка, учебная доска, тетради, ручки, проектор, компьютер, оборудование и снаряжение по спискам каждого учебного раздела</p>	<p>тестирование по ОФП: бег 100 м, прыжки с места, тест Купера, бег 3000 м (мальчики), 1000 м (девочки), подтягивания на перекладине (мальчики), КСУ (девочки); экзамен по огневой подготовке: стрельба из пневматической винтовки МР-512, мишень № 8, разборка-сборка ММГ АК-74, снаряжение магазина к АК-74; экзамен по основам тактики; зачет по плаванию; экзамен по основам туристской подготовки; экзамен по гражданской обороне; зачет по Уставам и законам для военнослужащего</p>
----	----------------------	---	--	---	--	--



**Учебно-методическое и информационное обеспечение программы  
3 год обучения**

№	Раздел программы	Формы занятий	Приёмы и методы организации воспитательно-образовательного процесса (в рамках занятия)	Дидактический материал	Материально-техническое оснащение занятий	Формы подведения итогов
1	<b>Военные истории</b>	Групповые практические и теоретические занятия в учебном классе, экскурсии в музей	Объяснительно-иллюстративный метод, индивидуальная работа, работа в группах	Задания к игре «Умники и умницы», видео презентации	учебный класс на 15 учащихся, учебная доска, тетради, ручки, видеопроектор, компьютер	Игра «Умники и умницы», наличие конспектов у учащихся, устный опрос
2	<b>Общая физическая подготовка (ОФП)</b>	Групповые практические и теоретические занятия на спортивной площадке, в учебном классе, в спортивном зале, на городской дамбе	Объяснительно-иллюстративный метод, индивидуальная работа, работа в группах	Таблицы нормативов по физической подготовке, Наставление по физической подготовке, видео презентации, Положение о соревнованиях	учебный класс на 15 учащихся, спортивный зал, спортивная площадка, полоса препятствий, тетради, ручки, видеопроектор, компьютер, скакалки по количеству учащихся, канат вертикальный и для перетягивания, набивные мячи, мед. аптечка	Входные нормативы: бег 100 м, прыжки в длину с места, тест Купера, подтягивания на перекладине, КСУ, бег 3000 м и 1000 м, выполнение итоговых нормативов, соревнования, командные спортивные игры
3	<b>Лыжная подготовка</b>	Групповые практические и теоретические занятия в учебном классе, в спортивном зале, на лыже-роллерной трассе	Объяснительно-иллюстративный метод, индивидуальная работа, работа в группах	Положения о соревнованиях «Лыжные гонки», экзаменационные задания, видео презентации, подготовительные упражнения в зале	тетради, ручки, видеопроектор, компьютер, беговые лыжи, палки ботинки, секундомер, станок для подготовки лыж, учебный класс на 15 учащихся, спортивный зал, парафин, щетки, скребки, лыжный утюжок, мед. аптечка	устный опрос, соревнования «Лыжные гонки», практические задания, экзамен
4	<b>Строевая подготовка</b>	Групповые практические и теоретические занятия на строевом	Объяснительно-иллюстративный метод индивидуальная работа, работа в группах	Строевой устав ВС РФ, Устав внутренней службы ВС РФ, Положение о строевом смотре, экзаменационные	учебный класс на 15 учащихся, строевой плац, тетради, ручки, видеопроектор, компьютер, мед. аптечка,	устный опрос, строевой смотр, экзамен

		<p>плацу, в учебном классе, в спортивном зале</p>		<p>задания, видео презентации</p>	<p>гладильная доска, утюг, швейные ремонтные наборы, форма «пиксель», ремень, ботинки с высоким берцем, кепка, парадная форма «камуфляж», красный (или черный) берет, аксельбант, белые перчатки юнармейская летняя форма, юнармейская демисезонная форма, зимняя парадная форма, зимние уставные белые перчатки</p>	
5	<p><b>Огневая подготовка</b></p>	<p>Групповые практические и теоретические занятия в учебном классе, в стрелковом тире</p>	<p>Объяснительно-иллюстративный метод, индивидуальная работа, работа в группах</p>	<p>Наставление по стрелковому делу, таблицы нормативов, Плакаты «Огневая подготовка», видео презентации</p>	<p>учебный класс на 15 учащихся, учебная доска, тетради, ручки, видеопроектор, компьютер, стрелковый тир, площадка для метания учебных муляжей гранат, электронный тир, ММГ АК-74, пневматические винтовки МР-512, пневматический пистолет Макарова, мишени № 4, мишени № 8, пули «Бета», пули для пневматического ПМ, учебные муляжи гранат, плащ палатки, огневой рубеж на спортивной площадке, туристические пенки, мед. Аптечка, колышки, цветная лента для ограждения территории огневого рубежа,</p>	<p>входные нормативы, устный опрос, соревнования, спортивные игры, выполнение итоговых нормативов</p>

					модули для укрытия	
6	<b>Основы тактики</b>	Групповые практические и теоретические занятия в учебном классе	Объяснительно-иллюстративный метод, индивидуальная работа, работа в группах	Тактическая подготовка под ред. Генерал-полковника Ю.Б. Торгованова, видео презентации, Положение об игре «Юный следопыт», задания для зачета, Положение о соревнованиях, Положение об игре «Зашифрованное письмо», Положение об игре «Охотники и лисы»	учебный класс на 15 учащихся, учебная доска, проектор, компьютер, тетради, ручки, под сумки, ММГ АК-74, учебные муляжи гранат, маскировочные костюмы, плащ палатки, вещмешки, саперные лопатки, рации	игра «Юный следопыт», зачет, соревнования, игра «Зашифрованное письмо», радиоигра «Охотники и лисы»
7	<b>Основы туристской подготовки</b>	Групповые практические и теоретические занятия в учебном классе	Объяснительно-иллюстративный метод, индивидуальная работа, работа в группах	Программа дополнительного образования по туризму, таблицы нормативов, зачетные задания, Положение о соревнованиях, топографические карточки, электронные географические карты, карты Кемеровской области, карты «Кузнецкого Алатау»	класс на 15 учащихся, проектор, учебная доска, компьютер, веревки туристические, палатки туристические, пенки туристические, тренажер «Максим для реанимационных мероприятий, тетради, ручки, линейки, карандаши, компас	выполнение входных нормативов, зачет, соревнования
8	<b>Ритмопластика</b>	Групповые практические и теоретические занятия в учебном классе	Объяснительно-иллюстративный метод, индивидуальная работа, работа в группах	К. Мацкевич «Партерная гимнастика», А. Я. Ваганова «Методика классического танца», А.И. Буренина «Ритмическая мозаика», тесты на растяжку, пластичность, чувство ритма, координацию, зачетные задания, экзаменационные задания, упражнения для партерной гимнастики, упражнения для станка, упражнения «Веселый барабанщик», видео презентации	учебный класс на 15 учащихся, учебная доска, проектор, компьютер, аудио-система, станки хореографические и зеркала передвижные, мед. аптечка	входные тесты на растяжку, пластичность, чувство ритма, координацию, Новогодний бал (зачет), экзамен

9	<b>Гражданская оборона</b>	Групповые практические и теоретические занятия в учебном классе	Объяснительно-иллюстративный метод, индивидуальная работа, работа в группах	Гражданская оборона под ред. В.А. Пучкова, таблицы нормативов, видео презентации, плакаты «Гражданская оборона», плакаты «Первая помощь»	учебный класс на 15 учащихся, учебная доска, проектор, компьютер, противогазы, ОЗК, мед. аптечка, секундомер, тренажер «Максим» для тренировки мероприятий по сердечно-легочной реанимации	выполнение входных нормативов, зачет, соревнования
10	<b>Логические задачи, шахматы</b>	Групповые практические и теоретические занятия в учебном классе	Объяснительно-иллюстративный метод, индивидуальная работа, работа в группах	М.Ю. Булдакова Развитие логического мышления учащихся, Д.А. Коробицын Кружок логических задач, С. Алексеев Шахматы для начинающих, Положение об игре «Юный гений», логические задачи 2 и 3 уровня	учебный класс на 15 учащихся, учебная доска, проектор, компьютер, учебная доска, шахматные доски и шахматы, тетради, ручки	игры, соревнования, игра «Юный гений», практические задания
11	<b>Уставы и законы для военнослужащего</b>	Групповые практические и теоретические занятия в учебном классе	Объяснительно-иллюстративный метод, индивидуальная работа, работа в группах	Общевойские уставы ВС РФ, Конституция РФ <a href="http://www.constitution.ru">http://www.constitution.ru</a> ФЗ «О воинской обязанности и военной службе» <a href="http://base.garant.ru/178405/">http://base.garant.ru/178405/</a> ФЗ «Об обороне» <a href="http://docs.cntd.ru/document/9020348">http://docs.cntd.ru/document/9020348</a> ФЗ «О статусе военнослужащих» <a href="http://base.garant.ru/178792/">http://base.garant.ru/178792/</a> , зачетные вопросы	учебный класс на 15 учащихся, учебная доска, проектор, компьютер, тетради, ручки	зачет
12	<b>Плавание</b>	Групповые практические и теоретические занятия в учебном классе, в спортивном зале, в плавательном бассейне	Объяснительно-иллюстративный метод, индивидуальная работа, работа в группах	Н.Ж. Булгакова Познакомьтесь – плавание (первые шаги в спорте), Н.В. Чертов Плавание, видео презентации, задания для зачета «Сухое плавание», задания для итогового зачета	учебный класс на 15 учащихся, учебная доска, проектор, компьютер, очки и шапочки для плавания, мыло, полотенца, тапочки пластиковые, белье и купальники для плавания, плавательные доски, круги,	зачет «Сухое плавание», итоговый зачет

					нарукавники надувные	
13	<b>Учебно-полевые сборы</b>	групповые зачеты и экзамены по учебным разделам в учебном классе, в спортивном зале, на спортивной площадке, на строевом плацу, в стрелковом тире, в плавательном бассейне		экзаменационные таблицы нормативов по ОФП, экзаменационные таблицы нормативов по огневой подготовке, экзаменационные задания по основам тактики, экзаменационные задания по основам туристской подготовки, задания для зачета по плаванию, экзаменационные задания по гражданской обороне, задания для зачета по Уставам и законам для военнослужащего	учебный класс на 15 учащихся, строевой плац, спортивный зал, спортивная площадка, учебная доска, тетради, ручки, проектор, компьютер, оборудование и снаряжение по спискам каждого учебного раздела	экзамен по ОФП: бег 100 м, прыжки с места, тест Купера, бег 3000 м (мальчики), 1000 м (девочки), подтягивания на перекладине (мальчики), КСУ (девочки); экзамен по огневой подготовке: стрельба из пневматической винтовки МР-512, мишень № 8, разборка-сборка ММГ АК-74, снаряжение магазина к АК-74; экзамен по основам тактики; зачет по плаванию; экзамен по основам туристской подготовки; экзамен по гражданской обороне; зачет по Уставам и законам для военнослужащего



14. Пистолет Макарова 2 ч. YouTube. [ Электронный ресурс].- Режим доступа: <https://www.youtube.com/watch?v=OdC-cl5rwKA>, свободный.- Загл. с экрана.- Яз. рус.
15. Сайт о лыжном спорте. Основная стойка. [ Электронный ресурс].- Режим доступа: <http://fizsport.ru/spuski-na-lyzhakh/osnovnaya-stoika>, свободный.- Загл. с экрана.- Яз. рус.
16. Стрельба из ПМ. YouTube. [ Электронный ресурс].- Режим доступа: <https://www.youtube.com/watch?v=ussD6tpN9MI>, свободный.- Загл. с экрана.- Яз. рус.
17. HELPIKS.ORG. Требования НОП. [ Электронный ресурс].- Режим доступа: <http://helpiks.org/6-31246.html>, свободный.- Загл. с экрана.- Яз. рус., англ.
18. Школа беговых лыж. Урок № 6. YouTube [ Электронный ресурс].- Режим доступа: <https://www.youtube.com/watch?v=MPwX526fRN8>, свободный.- Загл. с экрана.- Яз. рус.
19. Элементы техники бега. Часть 1. YouTube. [ Электронный ресурс].- Режим доступа: <https://www.youtube.com/watch?v=F73sEnenT4M>, свободный.- Загл. с экрана.- Яз. рус.
20. Роль ритмики в образовательном процессе. Журнал «Нореограф». [Электронный ресурс].- Режим доступа: [Роль ритмики в образовательном процессе | horeograf.COM](http://horeograf.com), свободный. – Загл. с экрана. – Яз. рус.
21. Энциклопедия. Плавание. Стили. YouTube. [ Электронный ресурс].- Режим доступа: [Энциклопедия. Плавание. Стили - YouTube](http://www.youtube.com/watch?v=MPwX526fRN8), свободный. – Загл. с экрана. – Яз. рус.
22. Уроки плавания. YouTube. [Электронный ресурс]. - Режим доступа: [Swim Rocket - Школа плавания - YouTube](http://www.youtube.com/watch?v=MPwX526fRN8), свободный. – Загл. с экрана. – Яз. рус.

### Список литературы

Для педагога

1. Алексеев М. Военная разведка России. От Рюрика до Николая II. В 2-х книгах. М.: Русская разведка, 1998.-86 с.
2. Богданова И.А. Как оценить двигательные способности? Тесты для детей школьного возраста. - М.: Скиф,2016 – 92 с.
3. Егоров В.В. Классическая ходьба на лыжах. – М.: Просвещение, 1996. – 112 с.
4. Зайцева В.В. Как оценить физические качества детей. - М.: Сфера, 2014. - 68 с.
5. Морозов В.В. Метание мяча. - М.: Просвещение, 1999. – 95 с.
6. Николаев В.А. Наставления по стрелковому делу. - М.: Сфера, 2015. -106 с
7. Разин Е.А. История военного искусства. VI-XVI вв. - С.-Пб.:1999. - 92с.
8. Халилов А.К. Виды и формы организации контроля в физическом воспитании. - М.: Просвещение, 1998. -86 с.
9. Щербаков А.Н. Школа беговых лыж. - М.: Сфера, 2015. -98 с.

Для учащихся

1. Воронцов К.П. Элементы техники бега. – М.: Просвещение, 1996. – 82 с
2. Морозов В.В. Метание мяча. - М.: Просвещение, 1999. – 95 с.
- 3.Щербаков А.Н. Школа беговых лыж. - М.: Сфера, 2015.-98 с.

### **Ресурсы удаленного доступа:**

1. YouTube, Битва при Гангуте. [Электронный ресурс].- Режим доступа: <https://www.youtube.com/watch?v=06gt1vtQ8OI>, свободный.- Загл. с экрана.- Яз. рус.
2. YouTube, Куликовская битва. [Электронный ресурс].- Режим доступа: <https://www.youtube.com/watch?v=O08ktPJy8A>, свободный.- Загл. с экрана.- Яз. рус.
3. YouTube, Ледовое побоище, анимация. [Электронный ресурс].- Режим доступа: <https://www.youtube.com/watch?v=-LIt8rmyU1A>, свободный.- Загл. с экрана.- Яз. рус.
4. YouTube, Лесная. [Электронный ресурс].- Режим доступа: <https://www.youtube.com/watch?v=82YVC3sZTg8>, свободный.- Загл. с экрана.- Яз. рус.
5. YouTube, Монгольское нашествие на Древнюю Русь. [Электронный ресурс].- Режим доступа: [https://www.youtube.com/watch?v=EEhH\\_IYV2DU](https://www.youtube.com/watch?v=EEhH_IYV2DU), свободный.- Загл. с экрана.- Яз. рус.
6. YouTube, Пистолет Макарова 1 ч. [Электронный ресурс].- Режим доступа: <https://www.youtube.com/watch?v=rwKbgzbPPII>, свободный.- Загл. с экрана.- Яз. рус.
7. YouTube, Пистолет Макарова 2 ч. [Электронный ресурс].- Режим доступа: <https://www.youtube.com/watch?v=OdC-cl5rwKA>, свободный.- Загл. с экрана.- Яз. рус.
8. YouTube, Полтавская битва. [Электронный ресурс].- Режим доступа: <https://www.YouTube.com/watch?v=JjE5W-Rq5Yo>, свободный.- Загл. с экрана.- Яз. Рус.
9. YouTube, Прицеливание, спуск, стрельба, оценка. . [Электронный ресурс].- Режим доступа: <https://www.youtube.com/watch?v=92ECq3AcE0o>, свободный.- Загл. с экрана.- Яз. рус.
10. YouTube, Стрельба из ПМ. [Электронный ресурс].- Режим доступа: <https://www.youtube.com/watch?v=ussD6tpN9MI>, свободный.- Загл. с экрана.- Яз. рус.
11. YouTube, Стрельба из пневматической винтовки. [Электронный ресурс].- Режим доступа: <https://www.youtube.com/watch?v=9uV-Kn1kGsI>, свободный.- Загл. с экрана.- Яз. рус.
12. YouTube, Уроки Цуранова. [Электронный ресурс].- Режим доступа: <https://www.youtube.com/watch?v=q2xDZgYvZM4>, свободный.- Загл. с экрана.- Яз. рус.



## Список терминов:

**Начальная военная подготовка (НВП)** или **допризывная подготовка** — в СССР и в некоторых постсоветских государствах составная часть подготовки молодёжи к военной службе.

Цель НВП заключается в том, чтобы молодёжь получила знания о военной службе и военном деле, обрела практические навыки обращения с оружием, средствами индивидуальной защиты (противогаз, респиратор), медицинскими перевязочными материалами и так далее, что является одной из составляющих мобилизационных возможностей государства

**Воинский устав** — нормативно-правовой акт, регламентирующий функционирование вооружённых сил (ВС).

Уставы регламентируют повседневную деятельность военнослужащего и формирования, в различных сферах военного дела, и делятся на общевойсковые и боевые. Дела о серьёзных нарушениях статей уставов, например, о дезертирстве, предательстве, тяжких уголовных преступлениях, иных правонарушениях, совершённых военнослужащими, рассматриваются специальным юридическим органом, носящим название военный суд.

Боевые уставы родов войск — официальные документы, определяющие цели, задачи, способы и принципы применения военнослужащего, подразделений, частей, соединений и объединений различных видов ВС, родов войск (сил) видов вооружённых сил, спецвойск при ведении самостоятельных и совместных боевых действий.

**Патриотизм** (греч. πατριότης — «соотечественник», πατρίς — «отечество») — политический принцип, социальное чувство, содержанием которого является любовь, привязанность к Родине, преданность ей и готовность к любым жертвам ради неё.

Патриотизм предполагает гордость<sup>[2]</sup> достижениями и культурой своей родины, желание сохранять её характер и культурные особенности и идентификацию себя (*особое эмоциональное переживание своей принадлежности к стране и своему гражданству, языку, традициям*) с другими представителями своего народа, стремление защищать интересы Родины и своего народа

**Гражданственность** – одно из ведущих идейно-нравственных свойств личности. Гражданственность «подпитывается» патриотизмом, своей интеллектуальной ментальной российской спецификой. Гражданин обладает совокупностью прав и обязанностей. Патриот чувствует любовь к своей Родине, а гражданин знает свои обязанности перед ней. Согласно этому гражданственность можно определить как качество нравственнополитическое, важной составляющей частью которого является патриотизм. В такой трактовке гражданственность интегрирует общечеловеческие духовные ценности: высокий строй души и чувств, социальную направленность мыслей.

**Таблица  
входных нормативов ОФП для дополнительной общеобразовательной  
общеразвивающей программы «Патриот»  
1 год обучения**

юноши			Упражнение	девушки		
«5» «отлично»	«4» «хорошо»	«3» «удовлетворительно»		«5» «отлично»	«4» «хорошо»	«3» «удовлетворительно»
15.1	15.6	16.2	Бег на 100 м (сек)	17.5	18.5	19.5
4.16	4.30	4.45	Бег на 1000 м (мин)	4.58	5.10	5.50
-	-	-	Бег на 2000 м (мин)	-	-	-
-	-	-	Бег на 3000 м (мин)	-	-	-
8.2	8.8	9.0	Челночный бег 3x10 м (сек)	8.6	9.4	9.7
5.45	6.15	6.45	Бег на лыжах 1000 м (мин)	6.15	6.45	7.30
-	-	-	Бег на лыжах 3000 м (мин)	-	-	-
-	-	-	Бег на лыжах 5000 м (мин)	-	-	-
-	-	-	Бег на лыжах 10000 м (мин)	-	-	-
180	170	150	Прыжок в длину с места (м)	170	160	145
9	7	5	Подтягивание на перекладине (раз) (юноши), КСУ (раз) девушки)	14/20	13/17	12/15
-	-	-	Тест Купера (мин)	-	-	-
-	-	-	Лазание по канату (сек)	-	-	-

**Таблица  
итоговых нормативов ОФП для дополнительной общеобразовательной  
общеразвивающей программы «Патриот»  
1 год обучения**

юноши			Упражнение	девушки		
«5» «отлично»	«4» «хорошо»	«3» «удовлетворительно»		«5» «отлично»	«4» «хорошо»	«3» «удовлетворительно»
14.7	15.3	15.8	Бег на 100 метров (сек)	17.2	18.2	19.0
4.10	4.20	4.30	<u>Бег на 1000 метров</u> (мин)	4.48	5.00	5.30
9.00	9.45	10.30	Бег на 2000 метров (мин)	10.50	12.30	13.20
-	-	-	<u>Бег на 3000 метров</u> (мин)	-	-	-
8.0	8.6	8.8	<u>Челночный бег 3x10 м</u> (сек)	8.5	9.3	9.6
5.30	6.00	6.30	Бег на лыжах 1000 метров (мин, сек)	6.00	6.30	7.00
без учета времени			Бег на лыжах 3000 метров (мин, сек)	без учета времени		
-	-	-	Бег на лыжах 5000 метров (мин, сек)	-	-	-
-	-	-	Бег на лыжах 10000 метров (мин, сек)	-	-	-
190	180	165	Прыжки в длину с места, см	175	165	156
10	8	6	Подтягивание на перекладине (юноши), комплексное силовое упражнение (девушки)	17/25	14/20	13/17
4	4.30	5	Тест Купера (мин.)	5	5.30	6
10	15	20	Лазание по канату (сек)	без учета времени		

**Таблица  
входных нормативов ОФП для дополнительной общеобразовательной  
общеразвивающей программы «Патриот»  
2 год обучения**

юноши			Упражнение	девушки		
«5» «отлично»	«4» «хорошо»	«3» «удовлетворительно»		«5» «отлично»	«4» «хорошо»	«3» «удовлетворительно»
14.7	15.3	15.8	Бег на 100 м (сек)	17.5	18.5	19.5

4.10	4.20	4.30	Бег на 1000 м (мин)	4.58	5.10	5.50
9.00	9.45	10.30	Бег на 2000 м (мин)	10.50	12.30	13.20
-	-	-	Бег на 3000 м (мин)	-	-	-
8.0	8.6	8.8	Челночный бег 3x10 м (сек)	8.5	9.3	9.6
5.30	6.00	6.30	Бег на лыжах 1000 м (мин)	6.00	6.30	7.00
без учета времени			Бег на лыжах 3000 м (мин)	без учета времени		
-	-	-	Бег на лыжах 5000 м (мин)	-	-	-
-	-	-	Бег на лыжах 10000 м (мин)	-	-	-
190	180	165	Прыжок в длину с места (м)	175	165	156
10	8	6	Подтягивание на перекладине (раз) (юноши), КСУ (раз) девушки)	17/25	14/20	13/17
4	4.30	5	Тест Купера	5	5.30	6
10	15	20	Лазание по канату	без учета времени		

**Таблица  
итоговых нормативов ОФП для дополнительной общеобразовательной  
общеразвивающей программы «Патриот»  
2 год обучения**

юноши			Упражнение	девушки		
«5» «отлично»	«4» «хорошо»	«3» «удовлетво рительно»		«5» «отлично»	«4» «хорошо»	«3» «удовлетво рительно»
14.5	15.0	15.5	Бег на 100 метров (сек)	16.8	17.8	18.2
3.57	4.10	4.25	<u>Бег на 1000 метров</u> (мин)	4.39	4.54	5.15
7.9	8.5	8.7	<u>Челночный бег 3x10 м</u> (сек)	8.4	9.2	9.5
15.00	16.00	17.00	Бег 3.000 метров, мин	16.00	17.00	18.00
5.30	6.00	7.00	Бег на лыжах 1000 м (мин, сек)	6.00	6.30	7.30
17,00	18,00	19,00	Бег на лыжах 3000 м (мин, сек)	19,30	20,30	22,30
без учета времени			Бег на лыжах 5000 м (мин, сек)	без учета времени		
-	-	-	Бег на лыжах 10000 м (мин, сек)	-	-	-
190	180	165	Прыжки в длину с места, см	175	165	156
10	8	5	Подтягивание на перекладине (юноши), комплексное силовое упражнение (девушки)	20/27	16/23	15/20
3.30	4	4.30	Тест Купера (мин)	4.30	5	5.30
8	12	17	Лазание по канату (сек)	без учета времени		

**Таблица  
входных нормативов ОФП для дополнительной общеобразовательной  
общеразвивающей программы «Патриот»  
3 год обучения**

юноши			Упражнение	девушки		
«5» «отлично»	«4» «хорошо»	«3» «удовлетво рительно»		«5» «отлично»	«4» «хорошо»	«3» «удовлетво рительно»
14.5	15.0	15.5	Бег на 100 м (сек)	16.8	17.8	18.2
3.57	4.10	4.25	Бег на 1000 м (мин)	4.39	4.54	5.15
15.00	16.00	17.00	Бег на 3000 м (мин)	16.00	17.00	18.00
7.9	8.5	8.7	Челночный бег 3x10 м (сек)	8.4	9.2	9.5
5.30	6.00	6.30	Бег на лыжах 1000 м (мин)	6.00	6.30	7.00
17.00	18.00	19.00	Бег на лыжах 3000 м (мин)	19.30	20.30	22.30
-	-	-	Бег на лыжах 5000 м (мин)	-	-	-
-	-	-	Бег на лыжах 10000 м (мин)	-	-	-
190	180	165	Прыжок в длину с места (м)	175	165	156
10	8	6	Подтягивание на перекладине (раз) (юноши), КСУ (раз) девушки)	20/27	16/23	15/20
3.30	4	4.30	Тест Купера (мин)	4.30	5	5.30

8	12	17	Лазание по канату (сек)	без учета времени
---	----	----	-------------------------	-------------------

**Таблица  
итоговых нормативов ОФП для дополнительной общеобразовательной  
общеразвивающей программы «Патриот»  
3 год обучения**

юноши			Упражнение	девушки		
«5» «отлично»	«4» «хорошо»	«3» «удовлетво рительно»		«5» «отлично»	«4» «хорошо»	«3» «удовлетво рительно»
13.8	14.2	15.0	Бег на 100 метров (сек)	16.2	17.0	18.0
3.40	4.0	4.10	<u>Бег на 1000 метров</u> (мин)	4.20	4.30	5.0
7.5	8.0	8.5	<u>Челночный бег 3x10 м</u> (сек)	8.0	8.7	9.0
12.20	13.00	14.00	Бег 3.000 метров, мин	14.00	15.00	16.00
3.30	4.00	4.30	Бег на лыжах 1000 м (мин, сек)	5.00	6.0	6.30
14,30	15,00	15,30	Бег на лыжах 3000 м (мин, сек)	16,0	17,0	17,30
25.0	26.0	28.0	Бег на лыжах 5000 м (мин, сек)	27.0	28.0	30.0
без учета времени			Бег на лыжах 10000 м (мин, сек)	без учета времени		
220	210	190	Прыжки в длину с места, см	185	170	160
12	10	8	Подтягивание на перекладине (юноши), комплексное силовое упражнение (девушки)	30/35	26/30	22/25
3.0	3.30	4.0	Тест Купера (мин)	4.0	4.30	5.0
6	8	12	Лазание по канату (сек)	без учета времени		

**Таблица**  
**входных нормативов по огневой подготовке для дополнительной**  
**общеобразовательной общеразвивающей программы «Патриот»**  
**1 год обучения**

юноши			Упражнение	девушки		
«5» «отлично»	«4» «хорошо»	«3» «удовлетворительно»		«5» «отлично»	«4» «хорошо»	«3» «удовлетворительно»
15	12	8	ВП-1 (по условиям стрельбы ГТО) (очки)	12	9	7
10	8	6	ПП -1 (упрощенный вариант 5 м) (очки)	8	6	4
40	45	50	неполная разборка-сборка автомата Калашникова (сек)	45	50	55
20	25	30	неполная разборка-сборка пистолета Макарова (сек)	25	30	35
45	50	55	снаряжение магазина к АК-74 (сек)	45	50	55
25	20	15	метание учебных муляжей гранат с положения «стоя» на дальность	20	15	10
-	-	-	метание учебных муляжей гранат с положения «лежа» на дальность	-	-	-
-	-	-	метание учебных муляжей гранат с положения «с колена» на дальность	-	-	-
-	-	-	метание учебных муляжей гранат из окопа на дальность	-	-	-

**Таблица**  
**итоговых нормативов по огневой подготовке для дополнительной**  
**общеобразовательной общеразвивающей программы «Патриот»**  
**1 год обучения**

юноши			Упражнение	девушки		
«5» «отлично»	«4» «хорошо»	«3» «удовлетворительно»		«5» «отлично»	«4» «хорошо»	«3» «удовлетворительно»
25	20	15	ВП-1 (по условиям стрельбы ГТО) (очки)	25	20	15
10	8	6	ПП-1 упрощенный вариант (очки), расстояние 10 метров	8	6	4
30	35	40	Неполная разборка (сборка) автомата Калашникова (сек.)	40	45	53
15	18	23	Неполная разборка (сборка) пистолета Макарова (сек.)	20	25	30
30	35	40	Снаряжение магазина к АК-74 (сек.)	30	35	40
30	25	20	Метание учебных муляжей гранат с положения «стоя» на дальность (метры)	22	18	15
10	8	5	Метание учебных муляжей гранат с положения «лежа» на дальность (метры)	10	8	5
15	13	10	Метание учебных муляжей гранат с положения «с колена» на дальность (метры)	12	10	8
15	12	10	Метание учебных муляжей гранат с положения «из окопа» на дальность (метры)	12	10	8

**Таблица**  
**входных нормативов по огневой подготовке для дополнительной**  
**общеобразовательной общеразвивающей программы «Патриот»**  
**2 год обучения**

юноши			Упражнение	девушки		
«5» «отлично»	«4» «хорошо»	«3» «удовлетворительно»		«5» «отлично»	«4» «хорошо»	«3» «удовлетворительно»
25	20	15	ВП-1 (по условиям стрельбы ГТО) (очки)	25	20	15

10	8	6	ПП -1 (упрощенный вариант 10 м) (очки)	8	6	4
30	35	40	неполная разборка-сборка автомата Калашникова (сек)	40	45	53
15	18	23	неполная разборка-сборка пистолета Макарова (сек)	20	25	30
30	35	40	снаряжение магазина к АК-74 (сек)	30	35	40
30	25	20	метание учебных муляжей гранат с положения «стоя» на дальность	22	18	15
10	8	5	метание учебных муляжей гранат с положения «лежа» на дальность	10	8	5
15	13	10	метание учебных муляжей гранат с положения «с колена» на дальность	12	10	8
15	12	10	метание учебных муляжей гранат из окопа на дальность	12	10	8

**Таблица  
итоговых нормативов по огневой подготовке для дополнительной  
общеобразовательной общеразвивающей программы «Патриот»  
2 год обучения**

юноши			Упражнение	девушки		
«5» «отлично»	«4» «хорошо»	«3» «удовлетворительно»		«5» «отлично»	«4» «хорошо»	«3» «удовлетворительно»
110	105	100	ВП-2 из положения «сидя» (очки)	105	100	95
360	355	350	ВП-4 из положения «сидя» (очки)	350	345	340
3	2	1	ВП (стрельба по биатлонным мишеням) (кол-во выбитых мишеней)	3	2	1
150	145	140	ПП-1 (очки)	150	145	140
362	350	345	ПП-2 (очки)	358	343	335
25	30	35	Неполная разборка (сборка) автомата Калашникова (сек.)	25	30	35
10	13	17	Неполная разборка (сборка) пистолета Макарова (сек.)	10	13	17
27	30	35	Снаряжение магазина к АК-74 (сек.)	27	30	35
35	30	25	Метание учебных муляжей гранат с положения «стоя» на дальность	25	22	18
13	11	9	Метание учебных муляжей гранат с положения «лежа» на дальность	11	9	7

**Таблица  
входных нормативов по огневой подготовке для дополнительной  
общеобразовательной общеразвивающей программы «Патриот»  
3 год обучения**

юноши			Упражнение	девушки		
«5» «отлично»	«4» «хорошо»	«3» «удовлетворительно»		«5» «отлично»	«4» «хорошо»	«3» «удовлетворительно»
110	105	100	ВП-2 (из положения «сидя») (очки)	105	100	95
360	355	350	ВП-4 (из положения «сидя») (очки)	350	345	340
3	2	1	ВП (по биатлонным мишеням) (количество выбитых мишеней)	3	2	1
150	145	140	ПП-1	150	145	140
362	350	345	ПП-2	358	343	335
25	30	35	неполная разборка-сборка автомата Калашникова (сек)	25	30	35
10	13	17	неполная разборка-сборка пистолета Макарова (сек)	10	13	17
27	30	35	снаряжение магазина к АК-74 (сек)	27	30	35
35	30	25	метание учебных муляжей гранат с положения «стоя» на дальность	25	22	18

13	11	9	метание учебных муляжей гранат с положения «лежа» на дальность	11	9	7
16	14	11	метание учебных муляжей гранат с положения «с колена» на дальность	13	11	9
17	14	12	метание учебных муляжей гранат из окопа на дальность	14	12	10

**Таблица  
итоговых нормативов по огневой подготовке для дополнительной  
общеобразовательной общеразвивающей программы «Патриот»  
3 год обучения**

юноши			Упражнение	девушки		
«5» «отлично»	«4» «хорошо»	«3» «удовлетво рительно»		«5» «отлично»	«4» «хорошо»	«3» «удовлетво рительно»
110	105	100	ВП-2 из положения «стоя» (очки)	105	100	95
360	355	350	ВП-4 из положения «стоя» (очки)	350	345	340
5	4	3	ВП (стрельба по биатлонным мишеням) (кол-во выбитых мишеней)	5	4	3
155	150	145	ПП-1 (очки)	155	150	145
367	355	350	ПП-2 (очки)	363	348	340
20	25	30	Неполная разборка (сборка) автомата Калашникова (сек.)	20	25	30
9	11	15	Неполная разборка (сборка) пистолета Макарова (сек.)	9	11	15
25	27	30	Снаряжение магазина к АК-74 (сек.)	25	27	30
40	35	30	Метание учебных муляжей гранат с положения «стоя» на дальность	30	25	22
14	12	10	Метание учебных муляжей гранат с положения «лежа» на дальность	12	10	8
17	15	12	Метание учебных муляжей гранат с положения «с колена» на дальность	14	12	10
18	15	13	Метание учебных муляжей гранат с положения «из окопа» на дальность	15	13	11

**Таблица  
входных нормативов по Гражданской обороне для дополнительной  
общеобразовательной общеразвивающей программы «Патриот»  
1 год обучения**

юноши			Упражнение	девушки		
«5» «отлично»	«4» «хорошо»	«3» «удовлетво рительно»		«5» «отлично»	«4» «хорошо»	«3» «удовлетво рительно»
10	12	14	Норматив № 1 «Надевание противогаза» (сек)	12	14	16
-	-	-	Норматив № 3А «Надевание общевойскового защитного комплекта в виде плаща и противогаза» (мин., сек.)	-	-	-

**Таблица  
итоговых нормативов по Гражданской обороне для дополнительной  
общеобразовательной общеразвивающей программы «Патриот»  
1 год обучения**

юноши			Упражнение	девушки		
«5» «отлично»	«4» «хорошо»	«3» «удовлетво рительно»		«5» «отлично»	«4» «хорошо»	«3» «удовлетво рительно»
9	11	13	Норматив № 1 «Надевание противогаза» (сек)	11	13	15
7.00	8.20	9.10	Норматив № 3А «Надевание общевойскового защитного комплекта в виде плаща и противогаза» (мин., сек.)	7.00	8.20	9.10
7.35	9.00	11.00	Норматив № 3Б «Надевание общевойскового защитного комплекта в виде комбинезона и противогаза» (мин., сек.)	7.35	9.00	11.00

**Таблица  
входных нормативов по Гражданской обороне для дополнительной  
общеобразовательной общеразвивающей программы «Патриот»  
2 год обучения**

юноши			Упражнение	девушки		
«5» «отлично»	«4» «хорошо»	«3» «удовлетво рительно»		«5» «отлично»	«4» «хорошо»	«3» «удовлетво рительно»
9	11	13	Норматив № 1 «Надевание противогаза» (сек)	11	13	15
7.00	8.20	9.10	Норматив № 3А «Надевание общевойскового защитного комплекта в виде плаща и противогаза» (мин., сек.)	7.00	8.20	9.10
7.35	9.00	11.00	Норматив № 3Б «Надевание общевойскового защитного комплекта в виде комбинезона и противогаза» (мин., сек.)	7.35	9.00	11.00

**Таблица  
итоговых нормативов по Гражданской обороне для дополнительной  
общеобразовательной общеразвивающей программы «Патриот»  
2 год обучения**

юноши			Упражнение	девушки		
«5» «отлично»	«4» «хорошо»	«3» «удовлетво рительно»		«5» «отлично»	«4» «хорошо»	«3» «удовлетво рительно»



8	10	12	Норматив № 1 «Надевание противогаза» (сек)	8	10	12
6.00	7.20	8.10	Норматив № 3А «Надевание общевойскового защитного комплекта в виде плаща и противогаза» (мин., сек.)	6.00	7.20	8.10
6.35	8.00	9.00	Норматив № 3Б «Надевание общевойскового защитного комплекта в виде комбинезона и противогаза» (мин., сек.)	6.35	8.00	9.00

**Таблица  
входных нормативов по Гражданской обороне для дополнительной  
общеобразовательной общеразвивающей программы «Патриот»  
3 год обучения**

юноши			Упражнение	девушки		
«5» «отлично»	«4» «хорошо»	«3» «удовлетворительно»		«5» «отлично»	«4» «хорошо»	«3» «удовлетворительно»
8	10	12	Норматив № 1 «Надевание противогаза» (сек)	8	10	12
6.00	7.20	8.10	Норматив № 3А «Надевание общевойскового защитного комплекта в виде плаща и противогаза» (мин., сек.)	6.00	7.20	8.10
6.35	8.00	9.00	Норматив № 3Б «Надевание общевойскового защитного комплекта в виде комбинезона и противогаза» (мин., сек.)	6.35	8.00	9.00

**Таблица  
итоговых нормативов по Гражданской обороне для дополнительной  
общеобразовательной общеразвивающей программы «Патриот»  
3 год обучения**

юноши			Упражнение	девушки		
«5» «отлично»	«4» «хорошо»	«3» «удовлетворительно»		«5» «отлично»	«4» «хорошо»	«3» «удовлетворительно»
7	8	10	Норматив № 1 «Надевание противогаза» (сек)	7	8	10
4.00	4.20	5.10	Норматив № 3А «Надевание общевойскового защитного комплекта в виде плаща и противогаза» (мин., сек.)	7.00	8.20	9.10
4.35	5.00	6.00	Норматив № 3Б «Надевание общевойскового защитного комплекта в виде комбинезона и противогаза» (мин., сек.)	7.35	9.00	11.00

**Зачет-практика по разделу «Лыжная подготовка»  
1 год обучения**

**Место проведения:** лыже-роллерная трасса

**Цель:** выявление уровня практического усвоения учащимися навыков перемещения на беговых лыжах, используя классические ходы.

**Снаряжение:** лыжи беговые, лыжные палки, лыжные ботинки

**Общая зачетная дистанция:** 3 км

**Время:** 1 ч 35 мин (2 занятия по 45 мин, перемена 10 мин)

**Условия выполнения зачетных заданий:**

1. Инструктаж по ТБ;
2. Разминка (комплекс ОРУ);
3. Проверка надежности крепления ботинок к лыжам;
4. 1 круг (1 км) пробежать с применением одновременного одношажного хода (без учета времени);
5. 2 круг (1 км) пробежать с применением одновременного двухшажного хода (без учета времени);
6. 3 круг (1 км) пробежать с применением попеременного четырехшажного хода (без учета времени)
7. Пульсовой замер (выполняется самими учащимися)
8. Восстановительные упражнения

**Критерии оценки выполнения зачетных заданий:**

- «5» («отлично») – пройдены все круги, нет нарушений в технике передвижения;
- «4» («хорошо») – пройдены все круги, выявлены небольшие ошибки в технике передвижения;
- «3» («удовлетворительно») – пройдены 2 круга, выявлены значительные ошибки в технике передвижения
- «2» («неудовлетворительно») – пройден 1 круг, выявлена слабая техническая подготовка и слабое знание классических ходов, заявленных для выполнения зачетных заданий

Результаты зачета-практики заносятся в зачетную ведомость

(3-й час зачета-практики – анализ результатов и разбор ошибок)

**Зачет по разделу «Огневая подготовка»  
1 год обучения  
(занятие 53)**

**Место проведения:** стрелковый тир, спортивная площадка

**Цель:** выявление уровня практического усвоения учащимися навыка неполной разборки-сборки автомата Калашникова и метания учебных муляжей гранат из различных положений в цель и на дальность

**Снаряжение:** ММГ АК-74, каска армейская, плащ палатка, секундомер, лента цветная для ограждения огневого рубежа, рулетка, цветные конусы, учебные муляжи гранат (600-700 гр)

**Условия выполнения зачетных заданий:**

1. Инструктаж по ТБ;
2. Выполнение неполной разборки-сборки автомата Калашникова (с отсечкой по времени);
3. Разминка (комплекс ОРУ);
4. Выполнение броска учебного муляжа гранаты в 3 попытки:
  - из положения «стоя» на дальность»;
  - из положения «лежа» в цель (квадрат 2х2 на расстоянии 10 м)
  - из положения «с колена» в цель (квадрат 2х2 на расстоянии 10 м)

(На голове у учащегося должна быть надета армейская каска, в левой руке – ММГ АК-74 удобным хватом за цевье)

Огневой рубеж на спортивной площадке должен быть огражден цветной лентой. На огневом рубеже может находиться только 1 учащийся. Остальные должны стоять за пределами ограждения на указанном педагогом месте.

**Критерии оценки выполнения зачетных заданий:**

Результат «зачтено» по неполной разборке-сборке автомата Калашникова ставится учащемуся, если общее время выполнения задания не превысило 40 секунд. Результат «не зачтено», если время выполнения задания составило более 40 секунд.

Результат «зачтено» ставится учащемуся, если бросок на дальность из положения «стоя» был не менее 21 м (юноши), 18 м (девушки) и было попадание в цель при броске из положения «лежа» или из положения «с колена». Результат «не зачтено», если результат броска на дальность составил менее 21 м (юноши), 18 м (девушки), не было попадания в цель ни из одного из указанных в задании положений.

**Зачет-практика по разделу «Гражданская оборона»  
1 год обучения**

**Место проведения:** спортивная площадка или учебный класс

**Цель:** выявление уровня практического усвоения учащимися навыка надевания противогаза с отсечкой времени

**Снаряжение:** противогазы ГП-5, противогазные сумки, секундомер

**Условия выполнения зачетных заданий:**

1. Инструктаж по ТБ;
2. Проверить целостность и размер противогаза, сложить его в противогазную сумку, сумку перевести в походное положение;
3. Выполнение надевания противогаза по команде педагога: «Газы!» (с отсечкой по времени):
  - задержать дыхание;
  - закрыть глаза;
  - расстегнуть сумку;
  - взять противогаз за шлем;
  - надеть противогаз,
  - выдохнуть;
  - открыть глаза;
  - проверить плотность прилегания противогаза

**Критерии оценки выполнения зачетных заданий:**

Результат «зачтено» по надеванию противогаза ставится учащемуся, если общее время выполнения задания не превысило 12 секунд. Задание выполнено полностью, или с незначительными ошибками:

- противогаз не осмотрен;
- противогаз уложен неправильно;
- сумка не приведена в походное положение.

Результат «не зачтено», если время выполнения задания составило более 12 секунд. Задание выполнено не полностью, либо допущены грубые ошибки:

- не были закрыты глаза;
- не было задержано дыхание;
- учащийся не дождался команды педагога;
- не был сделан выдох после надевания противогаза;
- не проверена плотность прилегания противогаза;
- либо учащийся не смог надеть противогаз

Результаты выполнения зачетных заданий заносятся педагогом в зачетную ведомость.