

Комитет по образованию администрации города Новоалтайска  
Муниципальное бюджетное образовательное учреждение  
дополнительного образования  
Детско-юношеский центр города Новоалтайска

РАССМОТРЕНА  
на заседании  
методического совета  
МБОУ ДО ДЮЦ г. Новоалтайска

Протокол № 1  
от «13» августа 2024 г.

УТВЕРЖДАЮ:  
Директор  
МБОУ ДО ДЮЦ г. Новоалтайска



Страшников Т.В.

«13» августа 2024 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
(ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ) ПРОГРАММА  
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

**«Военное дело»**  
**Группа начальной подготовки**  
**Возраст обучающихся 10-13 лет**

Автор – составитель:  
педагог дополнительного образования  
Селина Елена Александровна

Новоалтайск  
2024 г.

## Раздел № 1 «Комплекс основных характеристик программы»

### I. Пояснительная записка.

В Конституции РФ говорится: «Защита Отечества является долгом и обязанностью гражданина «Российской Федерации». Пока существует государство, будет существовать и армия. Отношение к военной службе во все времена и у всех народов было уважительное. Наше время не является исключением.

В связи с отсутствием начальной военной подготовки в общеобразовательных школах и сокращением сроков действительной военной службы по призыву в Вооруженных Силах Российской Федерации, возникает необходимость в военно-профессиональной ориентации и воспитании подростков в системе дополнительного образования до призыва.

Программа имеет **физкультурно-спортивную направленность**. Она способствует воспитанию у обучающихся патриотизма, ответственности за судьбу Отечества, готовности к службе в Вооруженных Силах РФ, к выбору профессии военнослужащего и поступлению в военные учебные заведения.

Дополнительная образовательная программа обучения курсантов военно-патриотического клуба «Русич» «Военное дело» составлена в соответствии с требованиями следующих **нормативных документов**:

- Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р;
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 12 ноября 2020 г. № 2945-р «План мероприятий по реализации в 2021 - 2025 годах Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. N 996-р "Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года";
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказ Минпросвещения России от 30.09.2020 № 533 «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по ДОО»;
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных программ (письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 Н 09-3242);
- Методические рекомендации по реализации образовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий (Письмо Министерства просвещения РФ от 19 марта 2020 г. № ГД-39/04 "О направлении методических рекомендаций");
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 г. Москва «Об утверждении санитарных

правил СП 2.4 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

- Закон Алтайского края от 04.09.2013 № 56-ЗС «Об образовании в Алтайском крае» с дополнениями и изменениями;
- Устав МБОУ ДО ДЮЦ города Новоалтайска.

**Актуальность** данной программы обусловлена ее практической значимостью. Патриотизм – это любовь к большой и малой Родине, готовность выполнить конституционный долг, это социальная толерантность, общественно значимое поведение и деятельность. Патриотизм выступает в единстве духовности, гражданственности и социальной активности личности.

Важную роль в подготовке молодежи к жизни играют готовность к нравственному поведению, идеалы и ценности, в соответствии с которыми они выбирают себе профессию, стиль жизни, строят свое будущее. Военно-патриотическое воспитание является основой для подготовки морально устойчивых, с активной гражданской позицией, физически развитых будущих защитников нашего Отечества.

Программа определяет основные пути развития системы военно-патриотического воспитания обучающихся, ее основные компоненты, позволяющие формировать готовность наших выпускников к служению Отечеству, к выбору профессии военнослужащего. Программа построена на принципах добровольности, равноправия и сотрудничества, гласности и самостоятельности, ответственности и коллективности.

**Новизна программы** заключается в том, чтобы не просто привить подрастающему поколению любовь к Родине, а дать практические навыки для дальнейшей службе в армии, научить отстаивать честь и достоинство, суметь правильно повести себя в нестандартной ситуации, обрести простейшие навыки выживания в экстремальных условиях.

Основная форма работы - деятельность военно-патриотического клуба в рамках настоящей программы.

**Отличительная особенность** образовательной программы состоит в разработке такого содержания учебных дисциплин, направленных на подготовку курсантов к службе в вооружённых силах РФ, которое соответствует требованиям современной Российской армии.

Программа совмещает в себе общевоинскую, физическую и специальную подготовку. Таким образом, реализация программы будет способствовать воспитанию у детей чувства гордости за свою Родину и свой народ, уважения к его свершениям и достойным страницам прошлого через физическую подготовку детей и подростков в военно-прикладных видах спорта, психологических установок сильного, уверенного в себе человека.

Военно-патриотический клуб как форма образовательного объединения учащихся обладает большими возможностями в организации воспитания, обучения, развития и социализации детей. Клуб отличается следующими особенностями: единство цели, добровольность членства, наличие элементов самоуправления, наличие клубной символики, сочетание в ходе образовательного процесса учеб-

ных занятий с практической деятельностью, досугом и общением, объединяет детей разного возраста от 10 до 13 лет. Педагог работает в тесном контакте с родителями, проводит родительские собрания, открытые занятия, консультации, участвует в подготовке и проведении совместных дел.

#### **Основная концепция, заложенная в содержании учебного материала:**

- ознакомление с историей и героическими традициями Российской армии;
- ознакомление с организационной структурой и вооружением ВС;
- ознакомление с особенностями военной службы;
- знание основных положений уставов Вооруженных сил РФ;
- знание основных элементов топографии;
- знание основных видов спортивного и боевого стрелкового оружия;
- умение выполнять основные элементы строевой подготовки;
- умение использовать основные виды стрелкового оружия;
- умения использовать основные средства индивидуальной защиты;
- навыки выполнения основных упражнений по физической подготовке;
- навыки использования основных элементов рукопашного боя;
- навыки использования туристического снаряжения;
- практическое участие в соревнованиях по военно-прикладным видам;
- практическое участие в мероприятиях военно-патриотического характера;
- практическое участие в профильных сменах.

#### **Адресат программы:**

В военно-патриотический клуб «Русич», в группу начальной подготовки принимаются все желающие дети после беседы, а также при наличии определенного уровня развития и интереса, в возрасте 10-13 лет, без медицинских противопоказаний (со справкой-допуском от врача).

Развитие основных психофизических качеств, происходит в тесной связи с формированием двигательных навыков. В возрасте 10-13 лет происходит интенсивный рост мускулатуры, развитие мышечной силы, координации при общем увеличении подвижности. Однако дети не могут продолжительное время выполнять однообразные, даже несложные движения, мускулатура у них еще неокрепшая, а утомляемость высокая. Этот возраст - благоприятный период для развития всех координационных и кондиционных способностей. Можно развивать такие координационные способности как точность воспроизведения и дифференцирования пространственных, временных и силовых параметров движений, равновесие, ритм, быстроту и точность реагирования на сигналы, согласование движений, ориентирование в пространстве и кондиционные (скоростные, скоростно-силовые, выносливость и гибкость).

Возрастными особенностями детей и подростков являются специфические свойства личности (ее психики), закономерно изменяющиеся в процессе возрастных стадий развития под воздействием процессов воспитания и обучения. Каж-

дый возрастной период (этап) развития личности характеризуется определенным уровнем развития ее познавательных способностей, мотивационной, эмоционально-волевой и перцептивной сферы.

### **Объём, срок освоения программы.**

Срок освоения программы 1 год, количество часов-144.

### **Формы и виды организации занятий.**

**Форма обучения** - очная.

**Режим занятий.** Занятия проходят один раз в неделю. Занятия проводятся по расписанию, продолжительность - 45 минут, перемена – 10 минут. Расписание занятий составляется педагогом в целях установления более благоприятного режима обучения с учетом их занятости в общеобразовательных учреждениях.

Виды учебных занятий:

1. Лекция – беседа для всей группы, где даются теоретические знания.
2. Практическое занятие: выполнение определенных действий на практике, индивидуально, или коллективно. На таких занятиях проверяется качество усвоения приемов работы.

### **Формы занятий.**

#### Индивидуальная

Предполагает самостоятельную работу детей, оказание помощи и консультации каждому из них со стороны педагога.

#### Групповая

Группа делится на подгруппы. Число занимающихся может быть разным, в зависимости от возраста и уровня обученности детей. При этом педагогу важно обеспечить взаимодействие детей в процессе обучения.

#### Фронтальная

Работа со всей группой, четкое расписание, единое содержание. При этом содержанием обучения организованной образовательной деятельности может быть деятельность художественного характера. Фронтальная форма способна создать коллектив единомышленников, способных воспринимать информацию и работать творчески вместе.

### **Особенности организации образовательного процесса.**

Набор обучающихся в группы происходит на добровольной основе, в соответствии с заявлениями родителей о приеме детей в военно-патриотический клуб «Русич». Группы сформированы в соответствии с возрастом обучающихся. Состав группы постоянный. Группы разновозрастные. Количество учащихся в группах составляет 10-12 человек. Форма занятий - групповая. Педагог регулярно проводит инструктажи с воспитанниками по технике безопасности, правилам дорожного движения, пожарной безопасности, поведения в случае террористических актов. Педагог несет непосредственную ответственность за жизнь и здоровье ребёнка, организацию рабочего места. Осуществляется индивидуальный и дифференцированный подход к детям с учётом их возрастных и психолого-

педагогических особенностей. Основными принципами деятельности военно-патриотического клуба являются:

- принцип добровольности;
- принцип взаимодействия;
- принцип учета индивидуальных и возрастных особенностей;
- принцип преемственности;
- принцип равноправия и сотрудничества;
- принцип гласности;
- принцип самостоятельности;
- принцип ответственности;
- принцип коллективности;
- принцип ответственности за свое развитие.

## **1.2. Цель и задачи программы.**

**Цель:** развитие у курсантов гражданственности, патриотизма как важнейших духовно-нравственных и социальных ценностей, совершенствование знаний и навыков по основам воинской службы и специальной подготовке, готовности к службе в Вооруженных Силах Российской Федерации.

### **Задачи:**

#### ***Образовательные:***

- дать начальные знания о Вооруженных Силах, представление о требованиях, предъявляемых к военнослужащим, порядке призыва и прохождения военной службы;
- познакомить курсантов со структурой, вооружением и боевыми возможностями вооруженных сил РФ;
- познакомить с теоретическими и практическими основами специальной подготовки к службе в различных родах войск;
- научить преодолевать физические и психологические нагрузки.

#### ***Метапредметные:***

- развивать наблюдательность, память, внимание, мышление, инициативу, исполнительность, дисциплинированность, волевые и морально-психологические качества, смелость и решительность в принятии самостоятельных решений;
- развивать положительную мотивацию к службе в Вооружённых Силах РФ.

#### ***Личностные:***

- помочь приобрести опыт вхождения в коллектив, опыт коллективной деятельности и межличностных отношений;
- воспитывать чувство долга и гордости за свою страну и Вооруженные Силы.

### 1.3. Содержание программы

#### Учебный план обучения на 144 часа в год

| №          | Содержание   | Количество часов |           |           | Формы аттестации, контроля      |
|------------|--|------------------|-----------|-----------|---------------------------------|
|            |  | Теория           | Практика  | Всего     |                                 |
| <b>Р.1</b> | <b>Основы военной службы</b>   | <b>4</b>         | <b>0</b>  | <b>4</b>  |                                 |
| 1          | Государственные символы России.  | 1                | -         | 1         | Опрос                           |
| 2          | Дни боевой славы.  | 1                | -         | 1         | Опрос                           |
| 3          | История создания ВС России.  | 1                | -         | 1         | Опрос                           |
| 4          | Общевоинские Уставы ВС России.   | 1                | -         | 1         | Опрос                           |
| <b>Р.2</b> | <b>Строевая подготовка</b>   | <b>4</b>         | <b>24</b> | <b>28</b> |                                 |
| 5          | Основные элементы строевой подготовки                                      | 2                | 4         | 6         | Выполнение приемов, наблюдение  |
| 6          | Строевая стойка, строевой шаг.   | 2                | 4         | 6         | Выполнение приемов, наблюдение  |
| 7          | Повороты на месте направо, налево, кругом.                                 |                  | 4         | 4         | Выполнение приемов, наблюдение  |
| 8          | Перестроения.  |                  | 4         | 4         | Выполнение приемов, наблюдение  |
| 9          | Строевые приемы на месте одиночно.   |                  | 4         | 4         | Выполнение приемов, наблюдение  |
| 10         | Строевые приемы в движении одиночно.                                       |                  | 4         | 4         | Выполнение приемов, наблюдение  |
| <b>Р.3</b> | <b>Основы медицинских знаний</b>   | <b>10</b>        | <b>10</b> | <b>20</b> |                                 |
| 11         | Общие правила оказания первой доврачебной помощи. Состав санитарной сумки. | 2                | -         | 2         | Устный опрос                    |
| 12         | Виды кровотечений, первая помощь при кровотечениях.                        | 2                | 2         | 4         | Выполнение практических заданий |
| 13         | Виды переломов, первая помощь при переломах.                               | 2                | 2         | 4         | Выполнение практических заданий |
| 14         | Первая помощь при потере сознания и шоке.                                  | 2                | 2         | 4         | Выполнение практических заданий |
| 15         | Способы наложения бинтовых повязок.  | 2                | 2         | 4         | Выполнение практических заданий |
| 16         | Транспортировка пострадавших.  | -                | 2         | 2         | Выполнение практических заданий |
| <b>Р.4</b> | <b>Начальная туристическая подготовка.</b>                                 | <b>8</b>         | <b>8</b>  | <b>16</b> |                                 |
| 17         | Базовые навыки топографии, ориентирования.                                 | 2                | 2         | 4         | Выполнение практических заданий |

|            |  |          |           |           |                                  |
|------------|--|----------|-----------|-----------|----------------------------------|
| 18         | Способы преодоления природных препятствий        | 2        | 2         | 4         | Выполнение практических заданий  |
| 19         | Веревки и узлы                                   | 2        | 2         | 4         | Выполнение практических заданий  |
| 20         | Костры   | 2        | 2         | 4         | Выполнение практических заданий  |
| <b>Р.5</b> | <b>Огневая подготовка</b>                        | <b>8</b> | <b>16</b> | <b>24</b> |                                  |
| 21         | Меры безопасности при обращении с оружием        | 2        | -         | 2         | Опрос                            |
| 22         | Виды, назначение и устройство стрелкового оружия | 2        | 2         | 4         | Опрос                            |
| 23         | Уход за оружием, хранение                        | 2        | -         | 2         | Опрос                            |
| 24         | Разборка-сборка АК-74                            | -        | 4         | 4         | Практическое выполнение          |
| 25         | Снаряжение магазина                              | -        | 2         | 2         | Практическое выполнение          |
| 26         | Выполнение упражнения из пневматической винтовки | 2        | 2         | 4         | Выполнение практических заданий  |
| 27         | Стрельба из положения лежа                       | -        | 2         | 2         | Выполнение практического задания |
| 28         | Стрельба из положения сидя за столом             | -        | 2         | 2         | Выполнение практического задания |
| 29         | Стрельба из положения с колена                   | -        | 2         | 2         | Выполнение практического задания |
| <b>Р.6</b> | <b>Общая физическая подготовка</b>               | <b>6</b> | <b>14</b> | <b>20</b> |                                  |
| 30         | Основы требования НФП                            | 2        | -         | 2         | Опрос                            |
| 31         | Бег на короткие и средние дистанции              | 1        | 3         | 4         | Выполнение практического задания |
| 32         | Отжимания, пресс                                 | 1        | 3         | 4         | Выполнение практического задания |
| 33         | Подтягивание на высокой и низкой перекладине     | 1        | 3         | 4         | Выполнение практического задания |
| 34         | Метание гранаты на дальность и точность          | 1        | 3         | 4         | Выполнение практического задания |
| 35         | Преодоление полосы препятствий                   | -        | 2         | 2         | Практическое выполнение          |
| <b>Р.7</b> | <b>Гражданская оборона</b>                       | <b>4</b> | <b>12</b> | <b>16</b> |                                  |
| 36         | Назначение, устройство и использование ПГ-5      | 1        | 1         | 2         | Выполнение практического задания |
| 37         | Средства индивидуальной защиты (ОЗК)             | 2        | 2         | 4         | Выполнение практического задания |
| 38         | Надевание ПГ                                     | -        | 2         | 4         | Выполнение практического задания |

|            |   |           |           |            |                                  |
|------------|---|-----------|-----------|------------|----------------------------------|
| 39         | Надевание ОЗК плащом  | -         | 4         | 4          | Выполнение практического задания |
| 40         | Действия в зоне заражения                                   | -         | 2         | 2          | Выполнение практического задания |
| <b>Р.8</b> | <b>Основы рукопашного боя</b>                               | <b>4</b>  | <b>12</b> | <b>16</b>  |                                  |
| 41         | Техника выполнения приемов самостраховки                    | 2         | 2         | 4          | Выполнение практического задания |
| 42         | Изготовки к бою с оружием и без, передвижения               | 2         | 2         | 4          | Выполнение практического задания |
| 43         | Комплекс приемов рукопашного боя без оружия (упражнение 32) | -         | 4         | 4          | Выполнение практического задания |
| 44         | Комплекс приемов рукопашного боя с оружием (упражнение 33)  | -         | 4         | 4          | Выполнение практического задания |
|            | <b>Итого</b>  | <b>48</b> | <b>96</b> | <b>144</b> |                                  |

## Содержание учебного плана

### Раздел 1. Основы военной службы:

#### Тема 1. Государственные символы России.

*Теория.* Государственная и военная символика России.

*Практика.* Просмотр учебных фильмов.

#### Тема 2. Дни боевой славы

*Теория.* Дни воинской славы России. Великая Отечественная война 1941-1945 гг. Война в Афганистане. Современные локальные конфликты и войны.

*Практика.* Просмотр учебных фильмов.

#### Тема 3. История создания ВС России

*Теория.* История создания ВС, виды, задачи, рода войск и их назначение, воинская обязанность. Звания, погоны и знаки различия.

*Практика.* Просмотр учебных фильмов.

#### Тема 4. Общевоинские Уставы ВС России.

*Теория.* Общие обязанности военнослужащих. Военная присяга. Обязанности военнослужащего по соблюдению воинской дисциплины. Строевой устав.

*Практика:* Викторина.

### Раздел 2. Строевая подготовка.

#### Тема 5. Основные элементы строевой подготовки

*Теория.* Строй и управление ими. Место в строю, порядок его занятия и действия в движении. Поведение в строю. Передача приказаний и команд.

*Практика:* Игры и упражнения.

#### Тема 6. Строевая стойка, строевой шаг.

*Теория.* Изучение строевой стойки, движение строевым шагом. Отработка выполнения команд. Проверка наличия личного состава, внешнего вида курсантов. Одиночная строевая подготовка.

*Практика:* Игры и упражнения.

**Тема 7.** Повороты на месте направо, налево, кругом.

*Теория.* Выход военнослужащего из строя, возвращение в строй. Повороты на месте. Выполнение команд: «Становись», «Смирно», «Вольно», «Заправиться».

*Практика.* Отработка выполнения команд.

**Тема 8.** Перестроения.

*Теория.* Перестроение взвода из одношереножного в двухшереножный, из развернутого в походный и наоборот. Команды для перестроения и порядок выполнения различных способов и приемов перестроения.

*Практика.* Отработка выполнения команд.

**Тема 9.** Строевые приемы на месте одиночно.

*Теория.* Строевая стойка. Повороты на месте. Одиночная подготовка.

*Практика.* Отработка выполнения команд.

**Тема 10.** Строевые приемы в движении одиночно.

*Теория.* Строевая стойка. Выход из строя, движение строевым шагом. Повороты в движении, выполнение команд.

*Практика.* Отработка выполнения команд.

**Раздел 3. Основы медицинских знаний.**

**Тема 11.** Общие правила оказания первой доврачебной помощи.

*Теория.* Состав санитарной сумки. Правила оказания ПДП. Определение признаков жизни и смерти. Состав санитарной сумки.

*Практика.* Ситуативные игры.

**Тема 12.** Виды кровотечений, первая помощь при кровотечениях.

*Теория.* Виды кровотечений. Остановка кровотечения, последствия кровотечений, первая помощь при кровотечениях.

*Практика.* Ситуативные игры.

**Тема 13.** Виды переломов, первая помощь при переломах.

*Теория.* Виды переломов. Иммобилизация переломов, первая помощь при переломах.

*Практика.* Ситуативные игры.

**Тема 14.** Первая помощь при потере сознания и шоке.

*Теория.* Обморок: симптомы обморока, алгоритм действий. Шок: симптомы обморока, алгоритм действий.

*Практика.* Ситуативные игры.

**Тема 15.** Способы наложения бинтовых повязок.

*Теория.* Правила наложения давящей и стерильной повязки, при кровотечениях, переломах, ранениях, правила наложения жгута.

*Практика.* Ситуативные игры.

**Тема 16.** Транспортировка пострадавших.

*Теория.* Эвакуация раненных людей. Способы переноски. Способы переноски с использованием специальных и вспомогательных средств.

*Практика.* Ситуативные игры.

**Раздел 4. Начальная туристическая подготовка.**

**Тема 17.** Базовые навыки топографии, ориентирования.

*Теория.* Топографическое и тактическое ориентирования. Способы определения сторон горизонта. Движение по азимуту. Приборы для ориентирования, компас.

*Практика:* Игры и упражнения.

**Тема 18.** Способы преодоления природных препятствий

*Теория.* Виды препятствий и способы преодоления.

*Практика:* Игры и упражнения.

**Тема 19.** Верёвки и узлы.

*Теория.* Верёвочная терминология, узлы для связывания, назначение узлов. Узлы: «пустышка», «восьмерка», «прямой», «встречный», «двойной проводник», «стремя»

*Практика.* Отработка выполнения приёмов.

**Тема 20.** Костры.

*Теория.* Треугольник огня: воздух, сухость и топливо. Выбор место для очага. Трут, растопка, топливо. Способы разведения костра, типы костров: «колодец», «конус», «звездный», «таежный», отражатели огня.

*Практика.* Ситуативные игры.

**Раздел 5. Огневая подготовка.**

**Тема 21.** Меры безопасности при обращении с оружием.

*Теория.* Общие положения. Проведение инструктажа.

*Практика:* Игры и упражнения.

**Тема 22.** Виды, назначение и устройство стрелкового оружия.

*Теория.* Определение, виды, предназначение оружия. Гражданское оружие. Служебное оружие. Боевое ручное стрелковое и холодное оружие.

*Практика:* Игры и упражнения.

**Тема 23.** Уход за оружием, хранение

*Теория.* Чистка и смазка оружия, особенности. Правила хранения.

*Практика.* Просмотр учебных фильмов.

**Тема 24.** Разборка-сборка АК-74

*Теория.* Назначение, боевые свойства и устройство автомата Калашникова. Разборка и сборка автомата. Назначение, устройство частей и механизмов автомата, принадлежностей и патронов.

*Практика.* Отработка выполнения приёмов.

**Тема 25.** Снаряжение магазина.

*Теория.* Разборка, смазка магазина, снаряжение, виды патронов.

*Практика:* Игры и упражнения.

**Тема 26.** Выполнение упражнения из пневматической винтовки.

*Теория.* Пневматическая винтовка. Назначение, боевые свойства, устройство и работа пневматической винтовки. Устройство частей и механизмов винтовки и принадлежностей. Работа частей и механизмов винтовки. Осмотр винтовки и подготовка к стрельбе. Правила стрельбы из винтовки.

*Практика.* Стрельба.

**Тема 27.** Стрельба из положения лежа.

*Теория.* Изготовка к стрельбе. Производство стрельбы (выстрел). Прекращение стрельбы.

*Практика.* Стрельба.

**Тема 28.** Стрельба из положения «сидя за столом».

*Теория.* Изготовка к стрельбе. Производство стрельбы (выстрел). Прекращение стрельбы.

*Практика.* Стрельба.

**Тема 29** Стрельба из положения с колена.

*Теория.* Изготовка к стрельбе. Производство стрельбы (выстрел). Прекращение стрельбы.

*Практика.* Стрельба.

**Раздел 6. Общая физическая подготовка.**

**Тема 30.** Основы требования НФП

*Теория.* Занятия и упражнения на развитие ловкости, силы и силовой выносливости, гибкости, устойчивости к укачиванию и перегрузкам, пространственной ориентации, прикладных двигательных навыков. Совершенствование осанки, строевой выправки и подтянутости.

*Практика:* Викторина

**Тема 31.** Бег на короткие и средние дистанции

*Теория.* Бег 30 м, 60 м, 100 м с низкого старта (сек), на средние-с высокого. Проводится на стадионе в спортивной обуви без шипов. После 10-15 мин. разминки дается старт.

*Практика.* Эстафета.

### **Тема 32.** Отжимания, пресс

*Теория.* Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (количество раз). И.П. – упор лежа на горизонтальной поверхности, руки полностью выпрямлены в локтевых суставах, туловище и ноги составляют единую линию. При выполнении упражнения запрещены движения в тазобедренных суставах.

Поднимание туловища из положения «лежа, колени согнуты» (количество раз). И.П. сидя на матах. Руки сцеплены в «замке» за головой. Колени согнуты. Выполнять упражнение следует, опуская спину до касания поверхности мата и вернуться в И.П. Обязательное условие - коснуться грудью колен. При выполнении упражнения запрещено разрывать руки за головой и отрывать ноги от пола.

*Практика:* Игры и упражнения.

### **Тема 33.** Подтягивание на высокой и низкой перекладине

*Теория.* Подтягивание в висе на перекладине (количество раз). Выполняют из положения вис хватом сверху, руки на ширине плеч. Темп выполнения произвольный. Подтягивание считается выполненным, если при сгибании рук подбородок находится выше перекладины. Не засчитываются попытки при вспомогательных движениях ног и туловища.

*Практика:* Игры и упражнения.

### **Тема 34.** Метание гранаты на дальность и точность

*Теория.* Правила метания гранат. Метание гранат из положения стоя, лёжа, с колена, в движении и в пешем порядке. Меры безопасности при обращении с гранатами

*Практика:* Игры и упражнения.

### **Тема 35.** Преодоление полосы препятствий

*Теория.* Передвижение по пересеченной местности, преодоление препятствий. Преодоление единой полосы препятствий в составе подразделения. Выполняется с макетом оружия и противогазом в походном положении.

*Практика:* Игры и упражнения.

## **Раздел 7. Гражданская оборона**

### **Тема 36.** Назначение, устройство и использование ПГ-5

*Теория.* Общая характеристика, назначение, устройство и использование ПГ-5.

*Практика.* Ситуативные игры.

### **Тема 37.** Средства индивидуальной защиты (ОЗК)

*Теория.* Общая характеристика, назначение, устройство и использование индивидуальных средств защиты ОЗК.

*Практика:* Игры и упражнения.

**Тема 38.** Надевание ПГ

*Теория.* Выполнение нормативов

*Практика.* Отработка выполнения приёмов.

**Тема 39.** Надевание ОЗК плащом

*Теория.* Выполнение нормативов

*Практика.* Отработка выполнения приёмов.

**Тема 40.** Действия в зоне заражения

*Теория.* Уметь действовать в зоне заражения, использовать средства индивидуальной защиты, искусственные и естественные укрытия.

*Практика.* Отработка выполнения приёмов.

## **Раздел 8. Основы рукопашного боя**

**Тема 41.** Техника выполнения приемов самостраховки

*Теория.* Приемы самостраховки предохраняют от ушибов, включают группировку, кувырок, падение. Изучение техники выполнения приемов самостраховки вперед, назад, вбок, умение использовать их на занятиях по рукопашному бою и в жизни.

*Практика.* Отработка выполнения приёмов.

**Тема 42.** Изготовки к бою с оружием и без, передвижения

*Теория.* При изготовке к бою с оружием и без оружия используются команды, это наиболее удобные положения для самозащиты. Передвижения включают: шаг, шаг с переменной изготовки к бою, скачок, бег.

*Практика.* Отработка выполнения приёмов.

**Тема 43.** Комплекс приемов рукопашного боя без оружия

*Теория.* Выполнение комплекса приемов рукопашного боя без оружия на 8 счетов.

*Практика.* Отработка выполнения приёмов.

**Тема 44.** Комплекс приемов рукопашного боя с оружием

*Теория.* Выполнение комплекса приемов рукопашного боя с оружием на 8 счетов.

*Практика.* Отработка выполнения приёмов.

## **1.4. Планируемые результаты**

### **1. Основы военной службы**

- ознакомление с общими положениями содержания тем занятий
- знание основных требований Уставов и воинских законов
- умение и навыки исполнения основных требований воинской службы

### **2. Строевая подготовка**

- умение и навыки исполнения уставных команд при отработке строевых приемов на месте и в движении, одиночно, в составе отделения

### **3. Общая медицинская подготовка**

- ознакомление со структурой человека и функциями органов человека  
- знать порядок действий при оказании первой доврачебной помощи, правила обращения с пострадавшим и его транспортировки

- умения определять причины, признаки, тяжесть полученной травмы и возможные последствия

- уметь применять навыки по оказанию первой доврачебной помощи

### **4. Начальная туристическая подготовка**

- ознакомление с основами топографии, способами преодоления природных препятствий

- умение использовать компас, находить азимут, ориентироваться по карте, применять узлы.

### **5. Огневая подготовка.**

- ознакомление с основными видами стрелкового оружия РА  
- знание основных характеристик и устройства стрелкового оружия  
- умение обращаться с видами стрелкового оружия и их использования  
- навыки обращения с оружием при выполнении стрельбы с разных положений

### **6. Общая физическая подготовка**

- должны знать роль и место физической культуры в общей системе воспитания;

- нормативные требования по физической подготовке;

- требования личной и общественной гигиены;

- выполнение установленных нормативов по основным видам

### **7. Гражданская оборона.**

- ознакомление с основными видами ОМП и правилами защиты от него

- применять навыки использования СИЗ.

### **8. Основы рукопашного боя**

- навыки выполнения приемов самостраховки, освобождение от захватов

- навыки выполнения приемов самозащиты и нападения

- выполнение приемов с оружием и без

**2.Комплекс организационно – педагогических условий  
Календарный учебный график**

|   |   |
|---|---|
| <b>Позиции</b>                                | <b>Заполнить с учётом срока реализации ДООП</b> |
|   | 1 год обучения                                  |
| <b>Количество учебных недель.</b>             | 36  |
| <b>Количество учебных дней.</b>               | 72  |
| <b>Даты начала и окончания учебного года.</b> | с 15.09.2021 по 31.05. 2022                     |
| <b>Сроки начального мониторинга</b>           | Первая неделя октября                           |
| <b>Сроки промежуточного мониторинга</b>       | Последняя неделя декабря                        |
| <b>Сроки итогового мониторинга</b>            | Последняя неделя мая                            |

| <b>Аспекты</b>                      | <b>Характеристика</b>   |
|-------------------------------------|---|
| Материально-техническое обеспечение | <p><b>Оборудование:</b><br/> Флаг клуба<br/> Парадная форма<br/> Костюм камуфляжный<br/> Берцы<br/> Береты<br/> Банданы<br/> Компьютер<br/> Цифровой фотоаппарат</p> <p><b>Оборудование для проведения занятий по начальной военной подготовке</b><br/> Уставы<br/> Противогазы<br/> ОЗК<br/> Автомат Калашникова (учебный)<br/> Магазин с патронами (учебный)</p> <p><b>Оборудование для проведения стрельбы из пневматической винтовки</b><br/> Винтовка типа МР – 512<br/> Пистолет пневматический</p> <p><b>Туристское снаряжение:</b><br/> палатки 3-х местные</p> |

|                            |   |
|----------------------------|---|
|                            | <p>Аптечка<br/>         Компас<br/>         Рукавицы (перчатки) брезентовые<br/>         Котелок<br/>         Горелка газовая<br/> <b>Спортивное снаряжение:</b><br/>         Секундомер<br/>         Гири 16 кг<br/>         Гири 8 кг<br/>         Рулетка 5 м<br/>         Свисток<br/>         Мяч футбольный<br/>         Мяч волейбольный<br/>         Мяч баскетбольный<br/>         Мат гимнастический<br/>         Перекладина<br/>         Шведская стенка<br/>         Канат<br/>         Скамья гимнастическая<br/>         Скакалка<br/> <b>Другое оборудование</b><br/>         Учебная граната<br/>         Саперная лопатка</p>   |
| Информационное обеспечение | <p>Нормативная база<br/>         1 Федеральный закон №273-ФЗ (ст.15, ст16, ст.17; ст.75) Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 29 августа 2013 г. № 1008 «Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;<br/>         2.СанПиН 2.4.4.3172-14 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей" (Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 г. №41), изменения от 1 марта 2017 года.<br/>         Для педагога</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Федеральный закон Российской Федерации № 53-ФЗ «О воинской обязанности и военной службе» от 28.03.1998;</li> <li>❖ Федеральный закон РФ № 61-ФЗ «Об обороне» от 31.05.1996;</li> <li>❖ Федеральный закон «О статусе военнослужащих» от 27.05.1998 г., № 76-ФЗ (в редакции ФЗ от 11.11.2003 г., № 141-ФЗ).</li> <li>❖ Федеральный Закон от 09.02.2009 N 1-ФЗ "О Внесении изменений в статью 38 Федерального Закона "О воинской обязанно-</li> </ul> |

|                      |   |
|----------------------|---|
|                      | <p>сти и военной службе" и статьи 23 и 28.5 Федерального Закона "О статусе военнослужащих"</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Постановление Правительства РФ № 1441 «Об утверждении положения о подготовке граждан РФ к военной службе» от 31.12.1999;</li> <li>❖ Приказ Министра обороны РФ № 203, Минобразования РФ № 1936 «Об утверждении инструкции об организации обучения граждан Российской Федерации начальным знаниям в области обороны и их подготовки по основам военной службы» от 03.05.2001;</li> <li>❖ Основы военной службы: Учеб. пособие / А.Т. Смирнов, В.А. Васнев - М.: Дрофа, 2004</li> <li>❖ На службе Отечеству. Об истории Российского государства и его вооруженных сил, традициях, морально-психологических и правовых основах военной службы / Под ред. В.А. Золотарева, В.В. Марущенкова - М., 1999</li> <li>❖ Общевоинские уставы ВС РФ.- Новосибирск, 2005</li> <li>❖ Военный энциклопедический словарь. – М., 1986</li> </ul> <p>Интернет источники</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>1 <a href="https://drofa-ventana.ru/">https://drofa-ventana.ru/</a></li> <li>2 <a href="https://sheba.spb.ru/shkola/nvp-1985.htm">https://sheba.spb.ru/shkola/nvp-1985.htm</a></li> <li>3 <a href="http://gunrf.ru/">http://gunrf.ru/;</a></li> <li>4 <a href="http://fb.ru/article/185848/klassifikatsiya-sredstv-individualnoy-zaschityi-normyi-sredstv-individualnoy-zaschityi">http://fb.ru/article/185848/klassifikatsiya-sredstv-individualnoy-zaschityi-normyi-sredstv-individualnoy-zaschityi</a></li> </ul> |
| Кадровое обеспечение | <p>Программу реализует педагог дополнительного образования, удовлетворяющий квалификационным требованиям: имеющий высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование, соответствующее профилю объединения без предъявления требований к стажу работы.</p>   |

### **Условия реализации программы.**

Программа составлена с расчетом на следующие условия:

1. Группа начальной подготовки обучения по 10-12 человек, программа рассчитана на 1 год обучения, но обучающиеся могут посещать творческое объединение и большее количество лет.
2. Наличие материальной базы;
3. Помещение для занятий должно быть светлым, по объему и по размерам соответствовать числу обучающихся;
4. Освещение соответствовать СанПиН;
5. Соблюдение правил техники безопасности на занятиях.

## Учебно-методическое обеспечение

Методика работы по программе характеризуется общим поиском эффективных технологий, позволяющих конструктивно воздействовать как на развитие физических качеств подростков, на решение их индивидуально личностных проблем, так и на совершенствование среды их жизнедеятельности. Но главным образом, на поддержку подростка, имеющего проблемы психического, социально-бытового или социально-экономического плана.

Важнейшее требование к занятиям:

- дифференцированный подход к обучающимся с учетом их здоровья, физического развития, двигательной подготовленности;
- формирование у подростков навыков для самостоятельных занятий спортом и получения новых знаний.

Нами предполагается использовать методики, основанные на постепенном изучении программного материала.

### Методы, используемые в процессе обучения

Все используемые методы условно можно разделить на группы:

- методы, оценивающие и стимулирующие деятельность личности;
- методы, побуждающие и формирующие определенную деятельность, сознание личности;
- методы самовоспитания, т.е. самоуправляемого воспитания, которое подразумевает систему упражнений и тренировок.

Рассмотрим более подробно используемые методы организации деятельности по программе.

Метод убеждения – разъяснение, эмоционально-словесное воздействие, внушение, просьба.

Словесные методы – рассказ, лекция, беседа, дискуссия, опрос, этическая беседа, диспут, инструкция, объяснение.

Метод показа – демонстрация изучаемых действий, экскурсии, посещение соревнований и т.п. Может сопровождаться показом.

Метод упражнения – систематическое выполнение и повторение изучаемых действий, закрепление полученных умений, знаний и навыков.

Метод состязательности – поддержание у учащихся интереса к изучаемому материалу, проверка на практике действенности полученных знаний и умений, демонстрация достижений обучаемых, определение ошибок и путей их исправления.

Анкетирование, опрос учащихся позволяют выяснить состояние и динамику развития личностных качеств обучающихся и определить направления дальнейшего педагогического воздействия на обучающихся.

Работа с родителями (родительские собрания, родительский комитет, индивидуальная работа) дает возможность для согласованного воздействия на обучаемого, педагогов и родителей.

Основными формами обучения являются:

- теоретические занятия;
- практические занятия;
- военно-спортивные игры, конкурсы, викторины, турниры;

- встречи с ветеранами военной службы, ветеранами боевых действий;
- экскурсии.

### **Формы, способы и средства проверки и оценки результатов обучения.**

#### **Формы обучения:**

- теоретические занятия (лекции, семинары, конкурсы, самоподготовка)
- практические занятия (тренировки, мастер-классы, взаимоподготовка)
- участие в мероприятиях и соревнованиях различного уровня;
- познавательные экскурсии и походы согласно программе подготовки;
- обобщение опыта, встречи с представителями различных направлений деятельности, соответствующих программным целям работы.

**Оценочные материалы** Тесты, викторины, промежуточные и итоговые тесты, карточка учета результатов обучения, участие в соревнованиях, конкурсах.

Основной формой учета и оценки уровня подготовки обучающихся является журнал учета работы объединения в системе дополнительного образования

Включает учет:

- творческих достижений обучающихся в течение учебного года;
- уровня физической подготовки в начале и в конце учебного года;
- уровня огневой подготовки в начале и в конце учебного года;
- выполнение основных нормативов и спортивных разрядов;
- таблицы выполнения нормативов в течение учебного года;
- теоретические вопросы оцениваются по зачетному принципу.

Способы проверки и оценки результатов - зачеты, соревнования, конкурсы.

**КАРТОЧКА УЧЕТА РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ  
ПО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЕ «Военное дело»**

| Ф.И. учащегося,<br>возраст | Теоретическая подготовка |             |                                    |             | Практическая подготовка      |             |   |             |                              |             |  |
|----------------------------|--------------------------|-------------|------------------------------------|-------------|------------------------------|-------------|---|-------------|------------------------------|-------------|--|
|                            | Теоретические знания     |             | Владение специальной терминологией |             | Практические умения и навыки |             | Владение знаниями и навыками военно прикладной подготовки |             | Практические умения и навыки |             |  |
|                            | 1 полугодие              | 2 полугодие | 1 полугодие                        | 2 полугодие | 1 полугодие                  | 2 полугодие | 1 полугодие   | 2 полугодие | 1 полугодие                  | 2 полугодие |  |
|                            |                          |             |                                    |             |                              |             |   |             |                              |             |  |
|                            |                          |             |                                    |             |                              |             |   |             |                              |             |  |
|                            |                          |             |                                    |             |                              |             |   |             |                              |             |  |

***Творческие достижения обучающихся.***

| № | ФИ |  | В каких соревнованиях, смотрах, конкурсах и др. мероприятиях участвовал | Результаты (призовое место, полученный разряд, звание т.д.) | Работа, выполненная объединением по заказам или инициативно |
|---|----|--|---|---|---|
|   |    |  |   |   |   |
|   |    |  |   |   |   |

***Уровень физической подготовки***

| № | ФИ | Подъем переворотом |  | Выход силой |  | Подтягивание |  | Поднос ног |  | Угол в упоре |  | Прыжки на скалке |  | Сгибание рук в упоре |  | Сгибание туловища |  | Приседание на одной ноге |  | Бег 100 м |  | Бег 1000 м |  |
|---|----|--------------------|--|-------------|--|--------------|--|------------|--|--------------|--|------------------|--|----------------------|--|-------------------|--|--------------------------|--|-----------|--|------------|--|
|   |    |                    |  |             |  |              |  |            |  |              |  |                  |  |                      |  |                   |  |                          |  |           |  |            |  |
| 1 |    |                    |  |             |  |              |  |            |  |              |  |                  |  |                      |  |                   |  |                          |  |           |  |            |  |
| 2 |    |                    |  |             |  |              |  |            |  |              |  |                  |  |                      |  |                   |  |                          |  |           |  |            |  |

***Уровень огневой подготовки***

| № | ФИ | Фамилия, имя | Стрельба лежа | Стрельба с колена | Стрельба стоя | Стрельба ВП-1 |
|---|----|--------------|---------------|-------------------|---------------|---------------|
| 1 |    |              |               |                   |               |               |
| 2 |    |              |               |                   |               |               |

***Основные нормативы и спортивные разряды***

| № | ФИ | Фамилия, имя | Разборка-сборка автомата | Снаряжение магазина | Надевание противогаза | Надевание ОЗК | Разряд по Универсальному бою | Разряд по парашютному спорту | Разряд по полиатлону (зимний) | Разряд по стрельбе |
|---|----|--------------|--------------------------|---------------------|-----------------------|---------------|------------------------------|------------------------------|-------------------------------|--------------------|
| 1 |    |              |                          |                     |                       |               |                              |                              |                               |                    |
| 2 |    |              |                          |                     |                       |               |                              |                              |                               |                    |

### **Учебно-методическая и справочная литература**

1. Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации на 2018-21 годы: Федеральная целевая программа.
2. Начальная военная подготовка. - М.: Просвещение, 2009.
3. Никитин А. Ф. Единство нравственного и гражданского воспитания. Педагогика. 2010.
4. Косолапова Н. В., Прокопенко Н. А., Побежимова Е. Л. Безопасность жизнедеятельности. Москва Издательский центр Академия, 2017.
5. Микрюков В. Ю. Безопасность жизнедеятельности. Кнорус. Москва, 2017.
6. Журавлева В. И. Основы педагогической конфликтологии. М.: Российское педагогическое агентство, 2011.