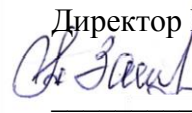


**Муниципальное учреждение дополнительного образования  
«Детский морской центр им. Н.А. Вилкова  
Ворошиловского района Волгограда»**

Рассмотрена на педагогическом совете  
прот. № 12 от 21 мая 2019г.

Введена в действие  
приказом МОУ ДМЦ  
№ 83 от 16 сентября 2019г.  
Директор МОУ ДМЦ

  
А.С. Заневич



**Дополнительная общеразвивающая программа  
«Военно-спортивная подготовка»**

**Направленность: физкультурно-спортивная**

**Возраст: 11- 18 лет**

**Срок реализации – 1 год**

Составитель: **ФРОЛОВ ВАЛЕРИЙ АЛЕКСАНДРОВИЧ**  
педагог дополнительного образования

**Волгоград - 2019 год**

## Содержание

№ п/п	Содержание программы	№ страницы
<b>Раздел 1 «Комплекс основных характеристик образования»</b>		
<b>1</b>	Пояснительная записка	3
<b>2</b>	Направленность дополнительной общеобразовательной программы	<b>3</b>
<b>3</b>	Актуальность	4
<b>4</b>	Педагогическая целесообразность	4
<b>5</b>	Отличительные особенности данной дополнительной общеобразовательной программы от уже существующих программ	4 – 5
<b>6</b>	Адресат программы	5
<b>7</b>	Уровень программы, объем и сроки реализации дополнительной общеобразовательной программы	5
<b>8</b>	Формы обучения	5
<b>9</b>	Режим занятий	6
<b>10</b>	Особенности организации образовательного процесса	6
<b>11</b>	Цель программы	6
<b>12</b>	Задачи программы	6
<b>13</b>	Учебный план	7 – 9
<b>14</b>	Содержание программы	10 – 14
<b>15</b>	Планируемые результаты	15
<b>Раздел 2 «Комплекс организационно-педагогических условий, включающий формы аттестации»</b>		
<b>16</b>	Календарный учебный график программы	16 – 19
<b>17</b>	Условия реализации программы	20
<b>18</b>	Формы аттестации	21 – 22
<b>19</b>	Оценочные материалы	22
<b>20</b>	Методические материалы	22 – 23
<b>21</b>	Список литературы	24

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**  
**к дополнительной общеразвивающей программе**  
**«Военно-спортивная подготовка»**

**Пояснительная записка**

Дополнительная общеразвивающая программа **«Военно-спортивная подготовка»** направлена на формирование у подрастающего поколения гражданственности, патриотизма, готовности к вооруженной защите Отечества.

Программа разработана в соответствии с нормативными документами:

- Закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации»,
- Концепция развития дополнительного образования (Распоряжение Правительства РФ от 4.09.2014 № 1726 – р),
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»,
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 14.07.2014 № 41 «Об утверждении СанПин 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей», Методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015г. № 09-3242),
- Государственная программа «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации на 2011-2015 годы»,
- Приказ Министра обороны и Министерства образования и науки от 24.02.2010г. № 96/134 «Об утверждении Инструкции об организации обучения граждан Российской Федерации начальным знаниям в области обороны и их подготовки по основам военной службы».

**Направленность дополнительной общеразвивающей программы**

Направленность дополнительной общеразвивающей программы «Военно-спортивная подготовка»:

- **по содержанию** является физкультурно-спортивной;
- **по функциональному предназначению** – ознакомительная;
- **по форме организации** – групповой;
- **по времени реализации** – годичной.

Программа разработана с учетом требований государственной программы «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации», утверждённой постановлением правительства Российской Федерации на основании федерального закона «О воинской обязанности и военной службе», федерального закона «О Днях воинской славы (победных днях) России», Общевоинских уставов Вооруженных Сил Российской Федерации.

Дополнительная общеразвивающая программа «Военно-спортивная подготовка», прежде всего, перестраивает сознание подростка, формируя у него необходимые установки на предстоящую службу.

Данная программа позволит учащимся усвоить основы военной службы; получить физическую закалку и психологическую устойчивость; получить знания по основам военной службы.

### **Актуальность дополнительной общеразвивающей программы**

Актуальность дополнительной общеразвивающей программы «Военно-спортивная подготовка» обусловлена потребностями современного общества и образовательным заказом государства в области духовно-нравственного, гражданско-патриотического и военно-патриотического воспитания, основанного на овладении начальными теоретическими знаниями в военной области и гражданской обороне, направленных в основном на личную безопасность, а так же на дальнейшее формирование патриотического сознания учащихся, и являющимися основой их духовно-нравственного развития.

### **Педагогическая целесообразность дополнительной общеразвивающей программы**

Педагогическая целесообразность дополнительной общеразвивающей программы «Военно-спортивная подготовка» заключается в том, что:

1. патриотическое воспитание представляет собой организованный и непрерывный процесс педагогического воздействия на сознание, чувства, волю, психику и физическое развитие учащихся;
2. формирование у них высоконравственных принципов;
3. выработки определенных норм поведения, должной физической и военно-профессиональной готовности к защите Отечества.

Она позволяет усилить профессиональную ориентацию учащихся на развитие их интересов и способностей в выбранной деятельности, приобретение знаний и практических навыков, необходимых при прохождении военной службы, вместе с тем формируется опыт вхождения в коллектив, становление межличностных отношений в общественной деятельности коллектива.

Дополнительная общеразвивающая программа «Военно-спортивная подготовка» ориентирована на обучение, воспитание и развитие каждого учащегося с учетом индивидуальных (возрастных, психологических, интеллектуальных и других) особенностей, личностных склонностей, путем создания максимально благоприятных условий для умственного, нравственного и физического развития личности.

Дополнительная общеразвивающая программа «Военно-спортивная подготовка» дополняет общеобразовательные программы – «Военно-морская подготовка» и «Судовождение», способствует развитию силы и выносливости обучающихся, готовит их к физическим нагрузкам в период проведения шлюпочных походов и поэтому является целесообразной.

Дополнительная общеразвивающая программа «Военно-спортивная подготовка» предполагает использование личностно-ориентированного и дифференцированного методов обучения, а также методов контроля.

Процесс обучения строится на основе следующих методических принципов: принципа сознательности и активности, принципа наглядности, доступности и индивидуализации, систематичности, принципа возрастной адекватности педагогических воздействий.

### **Отличительная особенность дополнительной общеразвивающей программы от уже существующих программ.**

Отличительная особенность данной программы - в первую очередь, ее комплексность, так как в программе совмещается общевоинская и физическая подготовка.

Обучение по данной программе не просто воспитывает патриотизм, но и развивает у учащихся стремление к приобретению знаний, умений, навыков и выносливости, применяемых в экстремальных ситуациях, как в мирное, так и в военное время.

Практические занятия развивают психологическую устойчивость, учат учащихся адаптироваться в стрессовых и экстремальных ситуациях.

Дополнительная общеразвивающая программа «Военно-спортивная подготовка» предполагает реализацию следующих общих принципов:

- принципа всестороннего гармоничного развития человека;
- принципа прикладной направленности и связи с жизнедеятельностью;
- принципа оздоровительной направленности и воспитания личностных качеств.

Данная программа отличается от многих других программ тем, что теоретические знания закрепляются практическими занятиями.

Приоритет программы - не подготовка специалиста в какой-либо из отраслей (военная профессия), а ознакомление подростков с широким кругом знаний, умений, культурных традиций, позволяющее осуществить свободный выбор жизненного пути.

Дополнительная общеразвивающая программа «Военно-спортивная подготовка» в области военно-патриотического и патриотического воспитания оказывает практическую помощь по выполнению задач определенных Государственной программой «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации».

#### **Адресат программы.**

Данная программа предназначена для подростков 12 – 18 лет. В этом возрасте подросток ощущает свою принадлежность и причастность к определенной социальной группе. Он уже не просто подражает в поведении старшим, а анализирует и оценивает историю, сложившиеся традиции, существующую систему ценностей и мораль того общества, которое его воспитывает. Эта сложная работа вызывает у подростка яркий эмоциональный отклик. В этот период особенно часто проявляются патриотические чувства. Педагогам следует учитывать, что именно в подростковом возрасте возникают глубокие, действенные, устойчивые интересы, развивается самостоятельность, исполнительность и дисциплинированность. Также в подростковом возрасте происходят существенные сдвиги в мыслительной деятельности: увеличивается объем внимания, памяти, происходит развитие наблюдательности.

Количество учащихся в группе – 7 - 15 человек.

#### **Уровень программы, объем и сроки реализации дополнительной общеразвивающей программы.**

Уровень программы – ознакомительный.

#### **Сроки реализации программы.**

Программа рассчитана на один год обучения.

Продолжительность обучения - 66 учебных часов.

Дополнительная общеразвивающая программа по ВСП состоит из 7 разделов:

- строевая подготовка
- огневая подготовка
- защита от оружия массового поражения (ОМП);
- медицинская подготовка;
- топография;
- спортивная подготовка;
- общевоинские уставы;
- интегрированный зачет.

#### **Форма обучения.**

Форма обучения – очная.

### **Режим занятий.**

Занятия проводятся по расписанию в соответствии с календарно-тематическим планом на учебный год:

- 66 учебных часов в год;
- 2 часа в неделю;
- продолжительность одного занятия - 35 минут.

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

Особенность настоящей программы заключается в увеличении объема теоретических знаний, не изучаемых в общеобразовательной школе, приоритете практических занятий над теоретическими, рациональном сочетании времени, отведенного на физическую подготовку и на другие разделы программы.

#### Состав группы - постоянный

Занятия - групповые;

Виды занятий по программе:

- лекции,
- практические и семинарские занятия,
- тренировки,
- соревнования

Группы учащихся - разновозрастные.

Занятия по курсу могут проводиться по группам совместно с юношами и девушками.

В целях предупреждения несчастных случаев на всех занятиях, стрельбах, выполнении работ и проведении спортивных мероприятий должны строго соблюдаться правила и меры безопасности. Накануне всех практических занятий должны быть организованы инструктажи по мерам безопасности.

**Цель программы** способствовать формированию и развитию у учащихся патриотического сознания, преданности своему Отечеству и стремление к осознанному выбору профессии для служения Родине через освоение знаний, умений и навыков военно-спортивной подготовки.

#### **Задачи:**

##### **Образовательные:**

- овладение учащимся знаниями по начальной военной подготовке.

##### **Метапредметные:**

- формирование у учащихся четкой потребности в здоровом образе жизни и физическом самосовершенствовании;
- выработка умения выполнять строевые приемы умения и навыки работы с разнообразными историческими источниками;
- выработка умения обращения с оружием;
- формирование навыка чтения топографических карт и ориентирования на местности;
- формированию культуры общения и поведения в коллективе.

##### **Личностные:**

- обеспечение духовно-нравственного, гражданско-патриотического и военно-патриотического воспитания;
- содействие профессиональному самоопределению учащихся.
- содействовать личностному развитию учащихся и их адаптации к жизни в обществе;

**1. УЧЕБНЫЙ ПЛАН**  
по предмету «Военно-спортивная подготовка»

№ п/п	Наименование учебных разделов, № тем и занятий	Количество часов на учебный год			Форма контроля
		всего	в том числе		
			теория	практика	
<b>СТРОЕВАЯ ПОДГОТОВКА</b>					
1	<b>Тема 1. Основные понятия и термины строевого устава.</b>	<b>2</b>			
	Занятие 1.		1	-	Фронтальный опрос
	Занятие 2.		1	-	Фронтальный опрос
2	<b>Тема 2. Строевые приемы и движение без оружия</b>	<b>12</b>			
	Занятие 1.		-	2	Фронтальный опрос
	Занятие 2.		-	2	Наблюдение
	Занятие 3.		-	2	Практическая работа
	Занятие 4.		-	2	Практическая работа
	Занятие 5.		-	2	Практическая работа
	Занятие 6.		-	2	Практическая работа
3	<b>Тема 3. Строи отделения.</b>	<b>6</b>			
	Занятие 1.		-	1	Практическая работа
	Занятие 2.		-	1	Практическая работа
	Занятие 9.		-	2	Практическая работа
	Занятие 10.		-	2	Практическая работа
	Занятие 11.		-	2	Практическая работа
	<b>ИТОГО ЧАСОВ</b>	<b>20</b>	2	18	
<b>ОГНЕВАЯ ПОДГОТОВКА</b>					
1	<b>Тема 1. Вводное занятие.</b>	<b>2</b>	2	-	
2	<b>Тема 2. История создания ручного стрелкового оружия.</b>	<b>2</b>	2	-	Фронтальный опрос
3	<b>Тема 3. Совершенствование</b>	<b>2</b>	2	-	Фронтальный опрос

	<b>ручного огнестрельного оружия</b>				
4	<b>Тема 4. Пневматическое оружие.</b>	2	2	-	Фронтальный опрос
5	<b>Тема 5. Меры безопасности при обращении с оружием и при проведении стрельб.</b>	2	2	-	Фронтальный опрос
6	<b>Тема 7. Приемы и правила стрельбы из стрелкового оружия.</b>	2			
	Занятие 1.		-	2	Фронтальный опрос
7	<b>Тема 11. Практические стрельбы из пневматической винтовки.</b>	6	-	6	Практическая работа
	<b>ИТОГО ЧАСОВ</b>	<b>18</b>	12	6	
<b>ЗАЩИТА ОТ ОМП</b>					
1	<b>Тема 1. Сигналы гражданской обороны и действия населения по сигналам ГО</b>	2	2	-	Практическая работа
2	<b>Тема 2. Индивидуальные средства защиты органов дыхания от ОВ и бактериальных средств.</b>	2			
	Занятие 1.		1	-	Фронтальный опрос
	Занятие 2.		1	-	Фронтальный опрос
3	<b>Тема 3. Организация защиты учащихся от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.</b>	2	2	-	Фронтальный опрос
	<b>ИТОГО ЧАСОВ</b>	<b>6</b>	6	-	
<b>МЕДИЦИНСКАЯ ПОДГОТОВКА</b>					
1	<b>Тема 1. Личная гигиена.</b>	2	2	-	Фронтальный опрос
2	<b>Тема 2. Оказание первой помощи при ранениях.</b>	2			
	Занятие 1.		1	-	Фронтальный опрос
	Занятие 2.		1	-	Фронтальный опрос
3	<b>Тема 7. Первая медицинская помощь при отравлении жидкостями, парами, газами, дымом и тепловых ударах.</b>	2	2	-	Фронтальный опрос



4	Тема 8. Первая помощь при укусах домашних животных.	2	2	-	Фронтальный опрос
	<b>ИТОГО ЧАСОВ</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>-</b>	
<b>ТОПОГРАФИЯ</b>					
1	Тема 1. Ориентирование на местности без карты и движение по азимуту	2			
	Занятие 1		1	-	Фронтальный опрос
	Занятие 2		-	1	Фронтальный опрос
	<b>ИТОГО ЧАСОВ</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	
<b>СПОРТИВНАЯ ПОДГОТОВКА</b>					
1	Тема 1. Техника безопасности при проведении занятий по спортивной подготовке.	2	2		Фронтальный опрос
2	Тема 2. Легкая атлетика.	2			
	Занятие 1.		-	1	Практическая работа
	Занятие 2.		-	1	Практическая работа
3	Тема 3. Гимнастические упражнения. Обще развивающие упражнения (ОРУ).	2			
	Занятие 1.		-	1	Практическая работа
	Занятие 2.		-	1	Практическая работа
4	Тема 6. Подвижные игры.	2	-	2	Практическая работа
	<b>ИТОГО ЧАСОВ</b>	<b>8</b>	<b>2</b>	<b>6</b>	
<b>ОБЩЕВОЙНСКИЕ УСТАВЫ</b>					
	Тема 1. Вооруженные силы РФ - основа обороны России.	2	2	-	Фронтальный опрос
	<b>ИТОГО ЧАСОВ</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>-</b>	
	<b>ИНТЕГРИРОВАННЫЙ ЗАЧЕТ</b>	<b>2</b>	<b>-</b>	<b>2</b>	
	<b>ВСЕГО ЧАСОВ НА ГОД</b>	<b>66</b>	<b>33</b>	<b>33</b>	

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

### Раздел «СТРОЕВАЯ ПОДГОТОВКА»

#### **Тема 1. Основные понятия и термины Строевого устава.**

**Формы занятий:** беседа.

**Формы контроля:** фронтальный опрос, практическая работа.

**Занятие 1.** Строевая подготовка. Одиночная подготовка. Команда разделяется на предварительную и исполнительную, но может быть и только исполнительной. Предварительная команда подается отчетливо, громко и протяжно. Исполнительная команда подается, после паузы, громко, отрывисто и четко.

**Занятие 2.** Строй, шеренга, фланг, фронт, тыльная сторона строя, интервал. Дистанция, ширина строя, глубина строя, двухшереножный строй, ряд, колонна. Походный строй, направляющий, замыкающий, развернутый строй. Обязанности командиров и военнослужащих перед построением и в строю.

#### **Тема 2. Строевые приемы и движение без оружия**

**Формы занятий:** практика.

**Формы контроля:** фронтальный опрос, практическая работа.

**Занятие 1.** Строй. Обязанности военнослужащих перед построением и в строю. Одношереножный строй (шеренга) и его элементы. Двухшереножный строй и его элементы. Походный строй.

**Занятие 2.** Строевая стойка. Выполнение команд: «Становись, или «Смирно», «Вольно», «Заправиться», «Головные уборы – снять», «Надеть».

**Занятие 3.** Повороты на месте. Выполнение команд: «На пра-Во», «На ле-Во», «Пол-оборота на ле-Во, на пра-Во, «Кру-Гом» по разделением на два счета и в целом.

**Занятие 4.** Движение строевым и походным шагом. Изучение и отработка строевого и походного шага. Движение рук, ног. Выполнение команд «Смирно» при движении походным шагом, «Бегом марш».

**Занятие 5.** Повороты в движении . Отработка поворотов в движении по разделениям на два счета и в целом.

**Занятие 6.** Выполнение воинского приветствия вне строя., на месте без головного убора и в головном уборе.

#### **Тема 3. Строй отделения.**

**Формы занятий:** практика.

**Формы контроля:** фронтальный опрос, практическая работа.

**Занятие 1.** Отделение в развернутом строю. Построение отделения в развернутый одно и двухшереножный строй. Развернутый строй отделения. Выполнение команд : «Отделение (взвод) в одну шеренгу становись», «Отделение в две шеренги становись». Размыкание и смыкание отделения вправо (влево, от середины). Перестроение из одной шеренги в две.

**Занятие 2.** Отделение в походном строю. Выполнение команд: «Отделение в колону по два (по три становись». Построение в колону по одному (по два, по три. Отработка четкости и быстроты построения отделения, в две шеренги, одну шеренгу, в колону по два, по три. Выполнение команды «отделение разойдись».

**Занятие 9.** Выход из строя и возвращение в строй. Выполнение команд: «Выйти из строя», «Встать в строй».

**Занятие 10.** Подход к начальнику и отход от него. Выполнение команд: «курсант Иванов ко мне», форма доклада о прибытии, «курсант Иванов встать в строй»

**Занятие 11.** Выполнение воинского приветствия в составе отделения. Выполнение воинского приветствия в строю на месте при подходе начальника. Выполнение команд: «Отделение смирно равнение на право (лево). Выполнение воинского приветствия в движении в составе отделения.

## **Раздел «ОГНЕВАЯ ПОДГОТОВКА»**

### **Тема 1. Вводное занятие.**

**Формы занятий:** беседа.

**Формы контроля:** фронтальный опрос.

Цели и задачи изучения предмета «Огневая подготовка».

### **Тема 2. История создания ручного стрелкового оружия.**

**Формы занятий:** беседа.

**Формы контроля:** фронтальный опрос.

Рождение ручного стрелкового оружия; первые образцы; ручницы, кулеврины, пищали. От пищали до мушкета; кремневые ружья. Совершенствование ручного стрелкового оружия в 16-17 веках; нарезные ружья; штуцеры. Выдающиеся русские оружейники 17-го века. Первые винтовки; появление магазинных винтовок.

### **Тема 3. Совершенствование ручного огнестрельного оружия в России.**

**Формы занятий:** беседа.

**Формы контроля:** фронтальный опрос.

Винтовки Бердана. Винтовки системы С.И. Мосина. Ручное стрелковое оружие периода Великой Отечественной войны

### **Тема 4. Пневматическое оружие.**

**Формы занятий:** беседа.

**Формы контроля:** фронтальный опрос.

Развитие и совершенствование пневматического оружия. История создания пневматического оружия. Меры безопасности при обращении с пневматическим оружием. Пневматическая винтовка МР-512. Назначение, устройство и принцип работы. Разборка и сборка винтовки МР-512; чистка и смазка. Пневматический пистолет МР-53М. Назначение, устройство и принцип работы.

### **Тема 5. Меры безопасности при обращении с оружием и при проведении стрельб.**

**Формы занятий:** беседа.

**Формы контроля:** фронтальный опрос.

Меры безопасности при обращении с оружием и при проведении учебных стрельб.

### **Тема 7. Приемы и правила стрельбы из стрелкового оружия.**

**Формы занятий:** практика.

**Формы контроля:** фронтальный опрос, практическая работа.

**Занятие 1.** Общие положения; способы определения дальности до цели; элементы наводки. Изготовка к стрельбе: принятие положения для стрельбы, зарядание винтовки.

### **Тема 11. Практические стрельбы из пневматической винтовки.**

**Формы занятий:** практика.  
**Формы контроля:** наблюдение.

## **Раздел «ЗАЩИТА ОТ ОМП»**

### **Тема 1. Сигналы гражданской обороны и действия населения по сигналам ГО**

**Формы занятий:** беседа.  
**Формы контроля:** фронтальный опрос.

### **Тема 2. Индивидуальные средства защиты органов дыхания от ОВ и бактериальных средств.**

**Формы занятий:** беседа.  
**Формы контроля:** фронтальный опрос.

**Занятие 1.** Фильтрующие противогазы. Детский противогаз ПДФ-2Ш; назначение, устройство, принцип действия; общевойсковой фильтрующий противогаз; назначение, устройство, принцип действия; подбор шлем-маски; подготовка шлем-маски к использованию; осмотр, сборка и укладка противогаза в противогазовую сумку

**Занятие 2.** Респираторы. Респираторы: ШБ-1 «Лепесток», «Кама», У-2К; назначение, устройство, правила пользования; простейшие средства индивидуальной защиты органов дыхания; изготовление ватно-марлевых повязок.

### **Тема 3. Организация защиты учащихся от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.**

**Формы занятий:** беседа.  
**Формы контроля:** фронтальный опрос.

Система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций в учебном учреждении. Обязанности учащихся в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций.

## **Раздел «Медицинская подготовка»**

### **Тема 1. Личная гигиена.**

**Формы занятий:** беседа.  
**Формы контроля:** фронтальный опрос.

Понятие об инфекционных заболеваниях и их возбудителях. Источники инфекций. Предупреждение инфекционных заболеваний. Пути распространения инфекционных заболеваний. Меры личной профилактики заболеваний.

### **Тема 2. Оказание первой помощи при ранениях.**

**Формы занятий:** практика.  
**Формы контроля:** фронтальный опрос.

**Занятие 1.** Табельные средства индивидуального медицинского оснащения личного состава: Аптечка индивидуальная (АИ), пакет перевязочный индивидуальный, пакет противохимический индивидуальный, индивидуальные средства обеззараживания воды. Предназначение, порядок и правила пользования ими.

**Занятие 2.** Понятие о ране. Понятие о ране, классификация ран и их осложнения. Наложение повязок при различных ранениях и кровотечениях. Правила наложения

стерильных повязок на голову и грудь. Правила наложения стерильных повязок на живот и верхние конечности.

**Тема 7. Первая медицинская помощь при отравлении жидкостями, парами, газами, дымом и тепловых ударах.**

**Формы занятий:** беседа.

**Формы контроля:** фронтальный опрос.

**Тема 8. Первая помощь при укусах домашних животных.**

**Формы занятий:** беседа.

**Формы контроля:** фронтальный опрос.

Первая медицинская помощь при отравлении ядовитыми растениями, укусах ядовитых представителей фауны. Первая помощь пострадавшему на воде

### **Раздел**

#### **«Военная топография»**

**Тема 1. Ориентирование на местности без карты и движение по азимуту**

**Формы занятий:** беседа.

**Формы контроля:** фронтальный опрос.

**Занятие 1** Ориентирование на местности без карты. Определение сторон горизонта по компасу, небесным светилам и местным предметам.

**Занятие 2** Азимут и его определение. Тренировка в определении сторон горизонта и направлений (азимутов) на местные предметы. Движение по азимуту.

### **Раздел**

#### **«Спортивная подготовка»**

**Тема 1. Техника безопасности при проведении занятий по спортивной подготовке.**

**Формы занятий:** беседа.

**Формы контроля:** фронтальный опрос.

Правила поведения в спортивном зале. Меры безопасности. Режим дня юного спортсмена, требования к одежде, обуви, гигиенические требования к местам занятий, инвентарю.

**Тема 2. Легкая атлетика.**

**Формы занятий:** практика.

**Формы контроля:** практическая работа.

**Занятие 1.** Легкоатлетические упражнения на развитие скоростно-силовых качеств, выносливости. Строевые упражнения. Построения и перестроения, ходьба, бег лицом и спиной вперёд, перемещения приставными шагами, спортивная ходьба, переход от одного вида передвижений к другому.

**Занятие 2.** Бег с ускорением 10-15 м, ускорения из различных исходных положений. Эстафеты, бег с преодолением небольших препятствий, кроссы от 1 до 15 минут, от 300м. до 1000м. без учёта времени. Прыжки: в длину с места, с разбега, прыжки в глубину (до 200см). Метания: теннисного мяча, малого мяча в цель, на дальность (с места, с разбега).

**Тема 3. Гимнастические упражнения. Обще развивающие упражнения (ОРУ).**

**Формы занятий:** практика.

**Формы контроля:** практическая работа.

**Занятие 1.** Упражнения для обширных мышечных групп без предметов и с предметами, в различных исходных положениях, в парах и индивидуально.

**Занятие 2.** Упражнения с использованием гимнастических снарядов: стенок, скамеек, наклонных досок.

#### **Тема 6. Подвижные игры.**

**Формы занятий:** практика.

**Формы контроля:** практическая работа.

Гонка мячей», «Салки», «Верёвочка под ногами», «Пятнашки», «Охотники и утки», «Перестрелка», «Мяч капитану», «Третий лишний», эстафеты с предметами.

#### **Раздел**

#### **«Общевоинские уставы»**

#### **Тема 1. Вооруженные силы РФ - основа обороны России.**

**Формы занятий:** беседа.

**Формы контроля:** фронтальный опрос.

**Занятие 1.** Функции и основные задачи современных ВС РФ. Организационная структура ВС РФ.

## Планируемые результаты.

### Результаты освоения программы:

- владеть общими представлениями об организации и структуре Вооруженных Сил Российской Федерации, об армейских уставах, воинских званиях, символах и традициях Вооруженных Сил, основных видах обычного вооружения и оружия массового поражения.

- знать общие характеристики вооружения Российской армии, материальную часть автомата Калашникова, меры безопасности при обращении с оружием и стрельбе, правила стрельбы из стрелкового оружия и способы прицеливания, основные команды по строевой подготовке и порядок их выполнения, основные топографические знаки и способы ориентирования на местности, виды оружия массового поражения, средства и способы защиты от их поражающих факторов.

#### Уметь:

- выполнять строевые приемы без оружия, действовать в строю в составе отделения,  
- в соответствии с правилами стрельбы пользоваться пневматической винтовкой и пневматическим пистолетом, автоматом Калашникова;

- определять азимут и двигаться по азимуту, читать топографическую карту, ориентироваться на местности;

- пользоваться индивидуальными средствами защиты;

- выполнять нормативы по физической подготовке, предусмотренные программой.

### Проверка качества знаний осуществляется в виде:

- текущих проверок (осуществляемых в процессе занятий), стимулирующих систематическую работу учащихся на усвоение и закрепление учебного материала;

- контрольных занятий, демонстрирующих степень освоения учебного материала учащимися в форме контрольных работ, собеседования, тестирования, выполнения нормативов;

- и итоговых занятий по окончании полугодия, учебного года, полного курса обучения.

### По окончании обучения учащиеся должны

#### Знать:

- предназначение закона «О всеобщей воинской обязанности» и общевоинских уставов;

- строи и управление ими, обязанности военнослужащего перед построением и в строю;

- тактико-технические характеристики автомата Калашникова (АК). Основные части и механизмы, и порядок неполной разборки и сборки автомата Калашникова;

- технику безопасности на спортивных снарядах – штурмтрапах, канатах, тренажерах и экспандерах.

- назначение, устройство и правила использования основных средств индивидуальной защиты человека (противогаз, респиратор, ватно-марлевая повязка);

- значение и правила оказания первой медицинской помощи пострадавшим.

#### Уметь:

- выполнять обязанности военнослужащих перед построением и в строю, приемы выхода и возвращения в строй;

- выполнять неполную разборку и сборку после неполной разборки АК-74;

- лазать по штурмтрапу и канату.

- правильно надевать противогаз, респиратор, ватно-марлевую повязку;

- накладывать различные виды повязок.

**Календарный учебный график программы.**

№ п/п	Наименование учебных разделов, № тем и занятий	Количество часов на учебный год			Дата по плану	Дата фактически
		всего	в том числе			
			теория	практика		
<b>Строевая подготовка</b>						
1	Тема 1. Основные понятия и термины строевого устава.	2			октябрь	
	Занятие 1.		1	-		
	Занятие 2.		1	-		
2	Тема 2. Строевые приемы и движение без оружия	6			октябрь	
	Занятие 1.		-	2		
	Занятие 2.		-	2		
	Занятие 3.		-	2		
<b>Огневая подготовка</b>						
3	Тема 1. Вводное занятие.	2	2	-	октябрь	
<b>Огневая подготовка</b>						
4	Тема 2. История создания ручного стрелкового оружия.	2	2	-	ноябрь	
5	Тема 3. Совершенствование ручного огнестрельного оружия	2	2	-	ноябрь	
<b>Защита от ОМП</b>						
6	Тема 1. Сигналы гражданской обороны и действия населения по сигналам ГО	2	2	-	ноябрь	
7	Тема 2. Индивидуальные средства защиты органов дыхания от ОВ и бактериальных средств.	2			ноябрь	
	Занятие 1.		1	-		
	Занятие 2.		1	-		
<b>МЕДИЦИНСКАЯ ПОДГОТОВКА</b>						
8	Тема 1. Личная	2	2	-	декабрь	



	гигиена.					
<b>ТОПОГРАФИЯ</b>						
9	Тема 1. Ориентирование на местности без карты и движение по азимуту	2			декабрь	
	Занятие 1		1	-		
	Занятие 2		-	1		
<b>СПОРТИВНАЯ ПОДГОТОВКА</b>						
10	Тема 1. Техника безопасности при проведении занятий по спортивной подготовке.	2	2		декабрь	
11	Тема 2. Легкая атлетика.	2			декабрь	
	Занятие 1.		-	1		
	Занятие 2.		-	1		
<b>СТРОЕВАЯ ПОДГОТОВКА</b>						
12	Тема 2. Строевые приемы и движение без оружия	6			январь	
	Занятие 4.		-	2		
	Занятие 5.		-	2		
	Занятие 6.		-	2		
<b>ОГНЕВАЯ ПОДГОТОВКА</b>						
13	Тема 3. Совершенствование ручного огнестрельного оружия	2	2	-	февраль	
14	Тема 4. Пневматическое оружие.	2	2	-	февраль	
<b>ЗАЩИТА ОТ ОМП</b>						
15	Тема 3. Организация защиты учащихся от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.	2	2	-	февраль	
<b>МЕДИЦИНСКАЯ ПОДГОТОВКА</b>						
16	Тема 2. Оказание первой помощи при ранениях.	2			февраль	
	Занятие 1.		1	-		

	Занятие 2.		1	-		
<b>СТРОЕВАЯ ПОДГОТОВКА</b>						
17	<b>Тема 3. Строи отделения.</b>	<b>4</b>			<b>март</b>	
	Занятие 1.		-	1		
	Занятие 2.		-	1		
	Занятие 9.		-	2		
<b>ОГНЕВАЯ ПОДГОТОВКА</b>						
18	<b>Тема 5. Меры безопасности при обращении с оружием и при проведении стрельб.</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>-</b>	<b>март</b>	
19	<b>Тема 7. Приемы и правила стрельбы из стрелкового оружия.</b>	<b>2</b>			<b>март</b>	
	Занятие 1.		-	2		
	<b>ОГНЕВАЯ ПОДГОТОВКА</b>					
20	<b>Тема 11. Практические стрельбы из пневматической винтовки.</b>	<b>6</b>			<b>апрель</b>	
	Занятие 1.		-	2		
	Занятие 2.		-	2		
	Занятие 3.		-	2		
<b>МЕДИЦИНСКАЯ ПОДГОТОВКА</b>						
21	<b>Тема 7. Первая медицинская помощь при отравлении жидкостями, парами, газами, дымом и тепловых ударах.</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>-</b>	<b>апрель</b>	
<b>СПОРТИВНАЯ ПОДГОТОВКА</b>						
22	<b>Тема 3. Гимнастические упражнения. Обще развивающие упражнения (ОРУ).</b>	<b>2</b>			<b>апрель</b>	
	Занятие 1.		-	1		
	Занятие 2.		-	1		

<b>ОБЩЕВОИНСКИЕ УСТАВЫ</b>						
<b>23</b>	<b>Тема 1. Вооруженные силы РФ - основа обороны России.</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>-</b>	<b>май</b>	
<b>СТРОЕВАЯ ПОДГОТОВКА</b>						
<b>24</b>	<b>Тема 3. Строи отделения.</b>	<b>4</b>			<b>май</b>	
	Занятие 10.		-	2		
	Занятие 11.		-	2		
<b>МЕДИЦИНСКАЯ ПОДГОТОВКА</b>						
<b>25</b>	<b>Тема 8. Первая помощь при укусах домашних животных.</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>-</b>	<b>май</b>	
<b>СПОРТИВНАЯ ПОДГОТОВКА</b>						
<b>26</b>	<b>Тема 6. Подвижные игры.</b>	<b>2</b>	<b>-</b>	<b>2</b>	<b>май</b>	

**Календарные периоды учебного года:**

Дата начала учебного года: 1 октября 2019 года.

Окончание учебного года: 29 мая 2020 года.

По программе на учебный год обучения выделяется 66 учебных часов с нагрузкой:

- на первое полугодие с 1 октября по 31 декабря 2019 года выделяется 26 учебных часов;

- на второе полугодие с 9 января по 29 мая 2020 года выделяется 46 учебных часов.

Количество учебных недель – 33.

Продолжительность учебной недели – 5 дней.

Каникулы – нет.

Сроки контрольных процедур – по окончании каждого учебного периода.

## Условия реализации программы

### Материально-техническое обеспечение:

1. Учебная аудитория – 1 шт.
2. Спортивный зал – 1 шт.
3. Стрелковый тир – 1 шт.
4. Строчная разметка – 1 шт.
5. Компьютеры – 2 шт.
6. Видеопроекторная аппаратура – 1 шт.
7. Методические разработки проводимых занятий;
8. Учебно-методические разработки, учебная литература;
9. Технологические карты, задания, упражнения, образцы изделий.

### Перечень оборудования, инструментов и материалов:

Мячи:

- футбольный – 3 шт.
- баскетбольный – 3 шт.
- волейбольный – 3 шт.

Пневматические винтовки -5 шт.

Переносные пулеулавливатели для стрельбы из пневматической винтовки. – 2 шт.

Общевойсковой защитный комплект (ОЗК) – 10ком.

Прибор химической разведки ВПХР – 1 шт.

Прибор ДП-5В – 1 шт.

Прибор ДП-22 – 10 шт.

Противогазы – 20 шт.

Аптечка индивидуальная АИ-2. – 10 шт.

Огнетушители:

- 1) ОХП - 10 - 1 шт.
  - 2) углекислотный ОУ-2 - 1 шт.
  - 3) порошковый ОП-5 - 1 шт.
- Флажки сигнальные – 10 пар.  
5,45 мм учебные патроны – 90 шт.

Магазины к АК-74. – 6 шт.

Гранаты учебные Ф-1 – 3 шт.;

РГД-5 – 3 шт.

Мины противопехотные учебные – 3 шт.

Гранаты учебные:

- 500 гр. – 3 шт.
- 70 гр. – 3 шт.

Топографические карты – 10 шт.

Компас Андрианова – 7 шт.

Секундомер – 3 шт.

Рулетка 10 м – 1 шт.

Боксерские перчатки – 10 пар

Комплекты плакатов по общеобразовательной подготовке

Комплекты плакатов по Основам военной службы и военного дела

Комплект плакатов по медицинской подготовке

Комплект плакатов по огневой подготовке.

Компьютеры – 2 шт.

Видеопроекторная аппаратура – 1 шт.

### **Формы аттестации**

В течение освоения программы проводится аттестация, цель которой является определение степени освоения материала учащимися и стимулирует потребность учащихся к совершенствованию своих знаний.

### **Формы контроля.**

Для отслеживания уровня усвоения содержания программы и своевременного внесения коррекции, целесообразно использовать следующие формы контроля:

- *текущий* – оценка качества усвоения учащимися учебного материала, отслеживание активности учащихся (беседа, опрос устный и письменный, тестирование, решение кроссвордов, сдача нормативов);

- *промежуточный* – оценка качества усвоения учащимися учебного материала по итогам полугодия (по окончании первого полугодия сдача зачетов);

- *итоговый* – оценка уровня достижений учащихся по завершении освоения дополнительной общеобразовательной программы с целью определения изменения уровня развития детей (контрольный зачет, сдача контрольных нормативов).

По завершении обучения проводится интегрированный зачет, к которому допускаются обучающиеся, освоившие Программу в полном объеме.

Основным видом интегрированного зачета является комплексный зачет, позволяющий выявить теоретическую и практическую подготовку обучающегося.

В интегрированный зачет включаются вопросы по учебным разделам:

- "Строевая подготовка";
- "Огневая подготовка";
- "Защита от ОМП";
- "Первая медицинская помощь";
- «Военная топография»;
- «Спортивная подготовка»;
- "Общевоинские Уставы".

Интегрированный зачет проводится с использованием тематических тестов

Для определения уровня освоения предметной области и степени сформированности основных общеучебных компетентностей учащихся, проводится **мониторинг результатов обучения**, позволяющий выявить уровень приобретенных знаний, умений и навыков в результате освоения дополнительной образовательной программы. Мониторинг включает в себя два основных блока оцениваемых параметров: теоретическая подготовка и практическая подготовка.

#### Теоретическая подготовка предполагает:

- владение теоретическими знаниями по программе, которые должны соответствовать программным требованиям;

- владение специальной терминологией по тематике программы.

#### Практическая подготовка предполагает:

- владение практическими умениями и навыками, предусмотренными программой.

Кроме того, осуществляется текущее наблюдение за учащимися, которое позволяет изучить особенности их познавательных интересов, выявить факторы, затрудняющие успешное освоение материала, трудности в процессе овладения знаниями, умениями и навыками, что позволяет педагогу внести коррективы в воспитательно-образовательный процесс.

Для оценки качества знаний применяются и традиционные в дополнительном образовании формы, такие как:

- результаты, показанные учащимися в военно-патриотических смотрах, конкурсах, викторинах, соревнованиях.

Результаты реализации воспитательных и развивающих задач программы отслеживаются посредством наблюдения за поведением подростков в различных ситуациях. Проведением диагностических методик на определение сформированности у учащихся чувства патриотизма, активной гражданской позиции, морально-психологических и физических качеств, влияющих на готовность к профессиональной деятельности по защите Отечества.

Дополнительная общеразвивающая программа «Военно-спортивная подготовка» адаптирована к специфике города, учитывает кадровые, организационные и материально-технические возможности МОУ ДМЦ.

#### **Методы педагогического мониторинга:**

- наблюдение;
- анкетирование;
- тестирование;
- опрос.

#### **Формы педагогического мониторинга:**

- занятия контроля знаний (текущая, тематическая, итоговая диагностика знаний, умений и навыков учащихся);
- собеседования;
- соревнования;

#### **Формы подведения итогов реализации программы**

В течение учебного года учащиеся выступают на показательных занятиях, соревнованиях, фестивалях, слетах, принимают участие в конкурсах, викторинах.

В конце полугодия, учебного года учащиеся сдают зачеты, экзамены, нормативы по военной и физической подготовке.

Диагностика проводится в начале, середине и в конце учебного года.

#### **Оценочные материалы.**

Оценка учащихся осуществляется в форме цифрового балла и оценочного суждения, словесная оценка сопровождает любую оценку в качестве заключения по существу работы учащегося, показывая как положительные, так и отрицательные ее стороны, а так же способы устранения недочетов.

Для эффективного отслеживания образовательных и воспитательных результатов учащихся в рамках программы разработан и ведется мониторинг результатов:

- проведение промежуточных и заключительных тестов, викторин;
- ведение учебных журналов учета посещаемости и успеваемости (оценивание уровня усвоения дополнительной общеразвивающей программы учащимися осуществляется по 5-бальной системе).

#### **Методические материалы.**

В ходе реализации программы для достижения планируемых результатов используются следующие

#### **Педагогические технологии:**

- технология личностно-ориентированного взаимодействия педагога и учащегося;
- здоровьесберегающие технологии;
- технология развивающего обучения;
- игровые технологии;

- информационно-коммуникативные технологии.

**Методы:**

- объяснительно-иллюстративный метод;
- метод проблемного изложения;
- метод диалога;
- метод сотрудничества;

**Формы:**

- комбинированная форма занятий;
- занятие по систематизации и обобщению знаний;
- занятие по контролю знаний, умений и навыков.

**Алгоритм учебного занятия.**

Дата «\_\_» \_\_\_\_\_ года

Тема занятия

Цель, задачи занятия

Ход занятия.

*1 этап.*

*Организационный.*

Приветствия и посадка учащихся, настрой их на работу, концентрации внимания.

*2 этап.*

*Повторение пройденного материала.*

Краткий обзор предыдущего занятия: вспомнить тему, основную мысль предыдущей встречи; вывод, сделанный в результате проведенного занятия. Проверка домашнего задания (если такое задание было).

*3 этап.*

*Постановка темы и цели занятия.*

*4 этап.*

*Основной – изучение нового материала.*

Работу по новому материалу эффективно начать с актуализации уже имеющихся у учащихся знаний по данной теме. На фоне собственного опыта изучаемый материал станет для них лично-значимым, а значит, усвоится на более высоком уровне.

Педагог готовит наглядные пособия и материалы, вопросы аналитического содержания.

*5 этап.*

*Закрепление.*

Детям предлагается самим дать оценку информации. Подвести итог. Выделить основную главную мысль, заложенную в материале, информации.

*6 этап.*

*Итоговый.*

Педагог анализирует деятельность учащихся или направляет их на самооценку, дает советы и рекомендации по применению изученного материала. На этом этапе оценивается общая работа группы.

## Литература

### Список рекомендуемой литературы для педагогов по военно-спортивной подготовке

1. Бака М.М. Физическая и военно-прикладная подготовка допризывной молодежи: Учебно-методическое пособие. – М.: Советский спорт, 2004. – 280 с.
2. Боевой устав СВ. – М.: Воениздат (часть II – 2004, часть III, - 2005).
3. Военная топография.- М.: Воениздат, 2010.
4. Военная топография. (Учебник для юнармейцев учебных подразделений). М.: "Военно- топографическое управление генерального штаба", 2015.
5. Грабовой И.Д. Современное оружие и защита от него. М.: ДОСААФ, 2005.
6. Гришина, Ю. И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь / Ю.И. Гришина. - М.: Феникс, 2012. - 256 с.
7. Защита от оружия массового поражения. Справочник; Воениздат - М., 2013. - 398 с.
8. Иванюков М.И., Алексеев В.А. Основы безопасности жизнедеятельности: Учебное пособие - М.: Издательско-торговая корпорация "Дашков и К", 2007;
9. Микрюков, В. Ю. Основы военной службы. Учебник / В.Ю. Микрюков. - М.: Форум, Инфра-М, 2015. - 384 с.
10. Наставления по физической подготовке и спорту в Вооруженных силах Российской Федерации. – М.: Редакционно-издательский центр Генерального штаба ВС РФ, 2001. – 220 с.
11. Наставление по стрелковому делу. М.: "Воениздат", 2011.
12. Наставление по физической подготовке и спорту в Вооруженных Силах Российской Федерации (НФП-2009). – М.: Редакционно-издательский центр ВС РФ, 2009.
13. Начальная военная подготовка (под редакцией Науменко Ю.А.), учебник для средних учебных заведений. М.: "Просвещение", 2012 г
14. ОБЖ: Основы безопасности жизни.2016–2017. № 1-12.
15. Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации. М.: Воениздат,2014.
16. Псарев, А.А. Военная топография / А.А. Псарев. - М.: ЁЁ Медиа, 2011. - 385 с.
17. Руководство по 5,45-мм Автоматам Калашникова. - М.: Воениздат, 2000.
18. Сборник нормативов по боевой подготовке СВ. - М.: Воениздат, 1991.
19. Смолева, Э. В. Терапия с курсом первичной медико-санитарной помощи : учебное пособие / Э. В. Смолева, Е. Л. Аподиакос. – Изд. 12-е. – Ростов-на-Дону : Феникс, 2014. – 652, [1] с. : ил.
20. Справочник по военной топографии.- М.: Воениздат, 1980.
21. Федеральный закон "О воинской обязанности и военной службе", 28 марта 1998 г., № 53 – ФЗ. (с изменениями на 18.07.2011.)

### Список рекомендуемой литературы для учащихся по военно-спортивной подготовке

1. Бака М.М. Физическая и военно-прикладная подготовка допризывной молодежи: Учебно-методическое пособие. – М.: Советский спорт, 2004. – 280 с.
2. Военная топография. (Учебник для юнармейцев учебных подразделений). М.: "Военно- топографическое управление генерального штаба", 2015.
3. Иванюков М.И., Алексеев В.А. Основы безопасности жизнедеятельности: Учебное пособие - М.: Издательско-торговая корпорация "Дашков и К", 2007;