

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ САМАРСКОЙ ОБЛАСТИ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
САМАРСКОЙ ОБЛАСТИ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА С. КОШКИ
МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА КОШКИНСКИЙ САМАРСКОЙ ОБЛАСТИ
СТРУКТУРНОЕ ПОДРАЗДЕЛЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ДЕТЕЙ
ДОМ ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА «СОЗВЕЗДИЕ»

Принята на заседании
педагогического совета
Протокол № 10 от 17.06.2023г.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор ГБОУ СОШ с.Кошки

Л.И. Панжинская
Приказ № 01/49 от 17.06.2023г.

**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
социально-гуманитарной направленности
ВПК «Надежда»**

Возраст детей 10-17 лет

Срок обучения 1 год

Разработчики:
Гайфулин Руслан Ринатович
педагог дополнительного образования
Рахматулина Светлана Наильевна
старший методист

**с. Кошки
2023г**

Сохранение памяти, передача ее
из поколения в поколение – одна из
важнейших задач.
В.В. Путин

Краткая аннотация

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа ВПК «Надежда» социально-гуманитарной направленности рассчитана на 1 год обучения. Программа имеет предпрофессиональный характер, нацелена на подготовку подростков и юношей в службе в рядах вооружённых сил Российской Федерации, направлена на овладение знаниями и навыками в области основ военного дела, начальной военной подготовки и военно-прикладных видов спорта, навыками действий в чрезвычайных ситуациях, а также навыками спортивно-оздоровительной, проектной, патриотической работы.

Данная программа разработана с учётом интересов конкретной целевой аудитории, предназначена для обучающихся среднего и старшего школьного возраста, желающих познакомиться с основами военного дела и военно-прикладных видов спорта, а также подготовиться к службе в армии. Программа представляет собой набор учебных тем, постепенно вводящих в мир военно-прикладных видов спорта и начальной военной подготовки, а также знакомит с профессиями военного, командира, спасателя, педагога по начальной военной подготовке.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Патриотическое воспитание, являясь основополагающей и неотъемлемой частью общего воспитательного процесса, представляет собой систему совместной целенаправленной деятельности органов государственной власти, образовательных учреждений, спортивных и общественных организаций по формированию у подрастающего поколения высокого патриотического сознания, чувства верности своему Отечеству, готовности к выполнению гражданского долга и конституционных обязанностей по защите интересов Родины и рассматривается как самая главная составляющая в воспитании и формировании личности человека.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа ВПК «Надежда» разработана в соответствии с основными нормативными и программными документами в области образования Российской Федерации, Самарской области и образовательной организации:

- Федеральный проект «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации» национального проекта «Образование» на 2021-2024 гг.;
 - Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
 - Указ Президента Российской Федерации «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года»;
 - Концепция развития дополнительного образования до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р);
- ИЗМЕНЕНИЯ, которые вносятся в распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 №678-р (утверждены распоряжением Правительства РФ от 15.05.2023 №1230-р);
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996-р);
 - План мероприятий по реализации в 2021 - 2025 годах Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утвержден распоряжением Правительства Российской Федерации от 12.11.2020 № 2945-р);
 - Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
 - Приказ Министерства просвещения России от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
 - Приказ Министерства просвещения РФ от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
 - Приказ Министерства Просвещения Российской Федерации от 30.09.2020 № 533 «О внесении изменений в порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом Министерства Просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 № 196»;
 - Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
 - Стратегия социально-экономического развития Самарской области на период до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства Самарской области от 12.07.2017 № 441);

- Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы));
- Письмо министерства образования и науки Самарской области от 30.03.2020 № МО-16-09-01/434-ТУ (с «Методическими рекомендациями по подготовке дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ к прохождению процедуры экспертизы (добровольной сертификации) для последующего включения в реестр образовательных программ, включенных в систему ПФДО»).
- Устав ГБОУ СОШ с. Кошки.

Актуальность программы состоит в том, что она отражает острую потребность государства в решении вопросов патриотического и нравственного воспитания подрастающего поколения в современных условиях. Программа нацелена на решение задач, определенных в Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года от 29 мая 2015 г. № 996-р г., направленных на формирование гармоничной личности, ответственного человека, в котором сочетается любовь к большой и малой родине, общенациональная и этническая идентичности, уважение к культуре, традициям людей, которые живут рядом. Занятия в клубе помогают детям приобрести уверенность в решении любых даже самых сложных задач, некоторые находят своё призвание в служении Отечеству и поступают в высшие учебные заведения Министерства обороны РФ, тем самым укрепляя обороноспособность нашей страны, чтобы в дальнейшем своими достижениями прославлять свою малую родину Самарскую область.

Программа ориентирована на социальный заказ обучающихся и родителей с. Надеждино к подготовке будущих защитников Отечества, у детей формируются личностные качества, знания, умения и навыки необходимые на службе в Вооруженных Силах Российской Федерации, способствует личностному развитию подростка, укреплению его физического здоровья, профессиональному самоопределению детей, их адаптации к жизни в обществе.

Гражданско-патриотическое направление, в котором реализуется программа, является одним из приоритетных направлений образовательной деятельности СП ДОД ДДТ «Созвездие» ГБОУ СОШ с. Кошки.

Новизна данной дополнительной образовательной программы заключается в том, что по форме организации образовательного процесса она является модульной. Модули разработаны с учётом личноно - ориентированного подхода и составлены так, чтобы каждый ребёнок имел возможность свободно составить свой личный учебный план, выбрать конкретный объект работы, наиболее интересный и приемлемый для него.

Обучающийся может участвовать в конкурсах и соревнованиях для начинающих заниматься начальной военной подготовкой, самостоятельно готовить проекты и презентовать их.

Дополнительная общеобразовательная программа базового уровня ВПК «Надежда» состоит из 3 модулей: «Военная подготовка», «Общезащитная подготовка», «Основы выживания».

Специфика данной программы в том, что она предполагает, кроме изучения основных тем, еженедельную физическую подготовку и освоение основ военно-прикладных видов спорта, а также проектную деятельность и участие в различных соревнованиях. Исходя из этого, большинство занятий по программе построены по комбинированному типу и предполагают, кроме теории и практики по теме занятия, наличие физической разминки, физических упражнений и спортивных игр, релаксации и диагностики.

Отличительной особенностью данной программы является применение конвергентного подхода, позволяющего выстраивать обучение, включающее в себя элементы нескольких направленностей. Программа имеет комплексный характер: она представляет собой интегрированный курс, включающий знания по начальной военной подготовке, истории, краеведению, медицине, литературе, информатике; на занятиях обучающиеся обращаются к некоторым разделам социологии, педагогики, статистики, библиотечного дела и ряда других научных дисциплин, приобретая опыт исследовательской и творческой деятельности, а также коммуникативный опыт. Важный принцип военно-патриотического воспитания - наставничество, которое является одним из самых результативных способов работы с детьми. Это не только передача опыта, но и постоянное взаимодействие, участие в жизни подростка, которое позволяет ему раскрыться, реализовать свой творческий и интеллектуальный потенциал, найти себя и определиться с будущей профессией. Поэтому особенно важно создать условия, организовать правильную среду, способствующую максимальному раскрытию их потенциала. Так же отличительной особенностью программы является взаимодействие и слаженная работа с областными, военными, муниципальными, общественными организациями, что позволяет выстраивать обучение с максимальным привлечением средств и материально-технической базой.

Педагогическая целесообразность. Программа предусматривает сочетание тренировочных занятий, различных соревновательных и познавательных мероприятий, в содержание которых включаются упражнения из разных видов спорта и знания из различных областей наук. Тренировочные занятия проводятся в соответствии с календарно-тематическим планом. Особое место отведено циклу мероприятий,

посвященных формированию у подростков основы для их подготовки к достойному служению Отечеству на гражданском или военном поприще, выработки потребности у ребенка в здоровом образе жизни.

Содержание программы направлено на развитие личности подростка и включение его в разнообразие человеческих отношений и межличностное общение со сверстниками. Погружая ребенка в атмосферу патриотического движения, мы даем ему возможность открыть в себе положительные качества личности, попробовать себя в роли военнослужащего, ощутить дух коллективизма, взаимопомощи, чувство социальной ответственности; осознать себя личностью, повысить самооценку за счет приобретения новых знаний, умений, навыков и профессиональных компетенций.

Целью воспитательной работы в рамках программы ВПК «Надежда» является формирование личности юного гражданина. Для достижения поставленной цели, необходимо выполнить следующие задачи:

- воспитание чувства патриотизма;
- уважение к культуре спорта;
- развитие волевых и силовых качеств;
- воспитание чувства ответственности при тренировках.

Для решения поставленных воспитательных задач и достижения цели программы обучающиеся привлекаются к участию в мероприятиях района, учреждения, объединения: семинарах, сборах, соревнованиях. В рамках программы широко используются многообразные воспитательные средства:

- личный пример и педагогическое мастерство педагога;
- высокая организованность тренировочной деятельности;
- дружный коллектив, сплоченный единством цели;
- бережное, вдумчивое отношение к традициям;
- система морального стимулирования.

Часто применяются следующие формы воспитательной работы:

- активное привлечение учащихся к общественной работе;
- трудовые сборы и субботники;
- систематическое освещение событий в стране и мире;
- беседы на общественно-политические, нравственные темы;
- регулярное подведение итогов учебной и спортивной деятельности занимающихся;
- торжественное чествование победителей соревнований и отличников учебы;
- просмотр соревнований;
- посещение исторических мест (экскурсии в районе и на выезде);

- проведение тематических бесед и диспутов, праздников, вечеров отдыха;
 - оформление стендов, стенгазет, молний с поздравлениями победителей.
- Предполагается, что в результате проведения воспитательных мероприятий будет возможность достичь высокого уровня сплоченности коллектива, повышения интереса к занятиям спортом, повышения патриотического потенциала и уровня личностных достижений учащихся (победы в соревнованиях), привлечения родителей к активному участию в работе объединения.

В рамках программы приоритетными направлениями в воспитательной работе являются:

- Общекультурное направление: (гражданско-патриотическое воспитание, приобщение детей к культурному наследию);
- Духовно-нравственное направление: (нравственно-эстетическое воспитание, семейное воспитание);
- Здоровьесберегающее направление: (физическое воспитание и формирование культуры здоровья, безопасность жизнедеятельности);
- Общеинтеллектуальное направление: (популяризация научных знаний, проектная деятельность);
- Социальное направление: (трудовое).

Адресат программы

Программа рассчитана на обучающихся в возрасте от 10 до 17 лет. Принцип набора в объединение свободный. Программа не предъявляет требований к содержанию и объему стартовых знаний. Группы формируются с учетом интересов и потребностей детей, что выявляется в ходе проведения предварительного собеседования. В процессе реализации программы учитываются возрастные особенности детей.

Младший и средний подростковый возраст (10-14 лет).

Этот возрастной период характеризуется бурным ростом ребенка и физиологической перестройкой всего организма. У подростка возникает чувство тревоги, повышенная возбудимость, резкая смена настроения, быстрая утомляемость. Педагогу нужно быть осторожным и деликатным в своих высказываниях, не подчеркивать значение результата и не сомневаться в возможностях ребенка. Большое значение приобретает индивидуальный подход.

Старший подростковый возраст (14-17) лет.

Это период завершения физического созревания, когда организм достигает биологической зрелости, поэтому стремление выделиться, обратить на себя внимание, интерес к противоположному полу становится особенно значительными. В этот период многие старшие школьники сталкиваются с переживаниями одиночества. Тогда они

тянутся к педагогу, если чувствуют в нем друга, понимающего собеседника, советчика. Бывают проблемы, которые лучше решить с педагогом, чем с родителями. Физически подростки готовы к большой нагрузке. Они сами уже осознают уровень своей подготовки и начинают стремиться к лучшему. Занятия по всем модулям подходят детям с ОВЗ, так как развивают координацию, корректируют слуховое восприятие и сенсорную интеграцию. Дети – инвалиды и дети с ОВЗ, не имеющие медицинских противопоказаний для занятий физической нагрузкой, могут проходить обучение по программе. К таким детям не применяется оценивание результативности освоения образовательной программы.

Для развития личности подростка необходимы разнообразные ситуации, проявляющие негативные и позитивные черты личности, воспитывающие волевые качества и позволяющие максимально раскрыть физический потенциал человека, помогающие человеку развить способность ориентироваться и принимать решения в сложных ситуациях.

Уровневость программы. Программа базового уровня, который предполагает использование и реализацию таких форм организации материала, которые допускают освоение специализированных знаний, гарантированно обеспечивают трансляцию общей и целостной картины в рамках содержательно-тематического направления общеразвивающей программы.

Сроки реализации. Программа рассчитана на 1 год.

Формы организации деятельности: групповая (весь коллектив), малыми группами по уровням освоения программы, индивидуальная (работа учащегося с педагогом или сверстником-наставником).

Режим занятий: занятия проводятся 2 раза в неделю по 1,5 академических часа. Всего 108 часов в год.

Наполняемость учебных групп 12-15 человек. В объединение принимаются физически здоровые дети. Набор детей в объединение осуществляется по принципу добровольности, без подбора и предъявлений требований к наличию у них специальных умений и их социального положения.

Формы проведения занятий.

Программа предусматривает проведение теоретических и практических учебно-тренировочных занятий. При проведении практических занятий педагог учитывает индивидуальные особенности подростков.

В учебно-воспитательном процессе используются различные формы обучения:

- тренировки;

- лекции, объяснения, беседы;
- просмотр учебных видеофильмов;
- выполнения упражнений, выполнение контрольных упражнений;
- сдачи нормативов, зачеты, экзамены;
- учебно-тренировочные сборы;
- тактические игры на местности;
- спортивные праздники;
- вечера, день рождения коллектива, календарные праздники;
- походы выходного дня и полевые выходы;
- участие и проведение соревнований различного уровня.

Цель программы - создание условий для военно-патриотического и нравственного воспитания подрастающего поколения, объединение подростков в единую неполитическую общественную организацию, пропагандирующую патриотизм и здоровый образ жизни, воспитание патриотов своего Отечества.

В процессе достижения поставленной цели необходимо решить **следующие задачи:**

Образовательные:

- сформировать систему базовых знаний, умений и навыков в области НВП и военно-спортивного многоборья, позволяющих выполнять тактические задания и создавать проекты по образцу;
- обучить основам рационального использования учебного оборудования, материалов и инструментов;
- овладеть базовыми навыками подготовки патриотических проектов, акций, музейных экспозиций.

Воспитательные:

- воспитывать чувство гордости и глубокого уважения к государственным символам и Законам РФ;
- формировать чувство ответственности;
- заложить основы коллективных взаимоотношений, личного общения и совместной деятельности в объединении;
- способствовать пропаганде здорового и безопасного образа жизни;
- способствовать воспитанию патриотизма, активной гражданской позиции

Развивающие:

- развивать интерес к военной и государственной службе, к социально-значимой деятельности;
- развивать познавательные интересы;
- развивать и поддерживать хорошую физическую форму;
- развивать позитивные личностные качества: организаторские способности, ответственность, смелость, коммуникативность.

Реализация данной программы предполагает формирование у обучающегося устойчивой мотивации самостоятельного изучения основ военного дела, повышение уровня самооценки и осознания своей значимости в окружающем мире, развитие положительного эмоционального восприятия жизни. В процессе обучения формируется устойчивый интерес к учебной деятельности. Отношения в учебных группах основываются на уважении и доверии друг к другу и к окружающим людям. Таким образом, создается благоприятный психологический климат в коллективе. Изменения в отношениях между детьми, между педагогом и обучающимся, педагогом и детским коллективом, социальная адаптация воспитанников отслеживаются путем проведения вводного, текущего и итогового контроля и зачётных занятий на основе использования диагностических методик, таких как:

- Методика для изучения социализированности личности учащегося (разработана Профессором М.И. Рожковым)
- Методика «Атмосфера в коллективе» по Л.Г. Жедуновой
- Методика КОС
- Опросник «Личностный рост»

Вводный (предварительный) контроль – для определения начальной подготовленности учащегося, который проводится на первых занятиях. Данный контроль проводится в форме анкетирования детей и родителей и сдачи нормативов по общей физической подготовке.

Текущий контроль проводится для определения уровня усвоения содержания программы после изучения каждого раздела. Формы контроля: наблюдение, индивидуальные задания, участие в соревнованиях.

Итоговый контроль – диагностирование уровня качества образованности и развития, обучающихся в соответствии с поставленной целью, т.е. анализ знаний, умений, навыков на итоговом занятии. Итоговое занятие проводится после окончания каждого года обучения в форме зачета, сдачи нормативов, участие в соревнованиях различного уровня.

На протяжении всего учебного года в клубе проводятся контрольные тренировки и занятия. Они являются частью учебного процесса и служат для определения степени физического развития учащихся и уровня усвоения ими специальных навыков и знаний.

Кроме того, по окончании учебного года проводится аттестация воспитанников. По результатам итоговой аттестации учащиеся переводятся на следующий год обучения или остаются на повторный год обучения.

УЧЕБНО - ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ДООП ВПК «НАДЕЖДА»

№ п./п.	Темы занятий	Часы		
		Теория	Практика	Всего
I.	Военная подготовка	9	40	49
II	Общефизическая подготовка	3	27	30
III.	Основы выживания	9	20	29
	Итого:	21	87	108

Модуль 1. Военная подготовка

Цель – познакомить с сущностью и содержанием воинской деятельности, с основными задачами Вооружённых Сил Российской Федерации, предназначением видов и родов войск.

Задачи:

- обучение и приобретение учащимися знаний, умений и навыков, необходимых для изучения начального этапа военной подготовки;
- формирование у учащихся чувства ответственности за защиту Отечества, смелости и решительности, способности переносить физические нагрузки.

Учебно-тематический план модуля

№ п/п	Темы занятий	Часы			Формы обучения/аттестации /контроля
		Теория	Практика	Всего	
1	Вводное занятие	1	-	1	Групповая беседа, опрос
2	Уставы	3	1	4	Групповая беседа, наблюдение, зачет
4	Строевая подготовка	1	10	11	Групповая беседа, наблюдение, зачет
5	Огневая подготовка	1	10	11	Групповая беседа,

					наблюдение, зачет
6	Тактическая подготовка	-	3	3	Групповая беседа, наблюдение, зачет
7	Медико-санитарная подготовка	2	4	6	Групповая беседа, наблюдение, зачет
8	Инженерная подготовка	1	11	12	Групповая беседа, наблюдение, зачет
9.	Итоговое занятие	-	1	1	Групповая беседа, наблюдение, зачет
	Итого:	9	40	49	

Содержание модуля

1. Вводное занятие

Теория: Инструктаж по техника безопасности.

2. Воспитательно-патриотическая работа

Теория: Защита Отечества, служба в вооруженных силах России – высокая и почетная обязанность каждого гражданина России. Военная присяга-клятва на верность Родине. Командные и инженерно-технические кадры Вооруженных Сил России.

Практические занятия: Просмотр художественных и учебных фильмов.

3. Уставы

Теория: Дисциплинарный устав ВС. Значение и сущность воинской дисциплины. Обязанности военнослужащих по укреплению воинской дисциплины. Поощрения и воинские взыскания.

4. Строевая подготовка

Теория: Строй и его элементы. Понятия: строй, шеренга, фланг, фронт, тыльная сторона строя, интервал, дистанция, ширина и глубина строя. Виды строя, движение в строю, перестроение из одношереножного строя в двухшереножный строй, смыкание и размыкание в одношереножном строю. Строевые приемы: «направо», «налево», «кругом» индивидуально и в строю. Команды: «равняйся», «смирно», «равнение на середину» в строю. Движение в составе знаменной группы.

Практические занятия. Отработка строевой подготовки подразделения. Отработка строевых приемов: «направо», «налево», «кругом» индивидуально и в строю. Команды: «равняйся», «смирно», «равнение на середину» в строю

5. Огневая подготовка

Теория: Малокалиберная винтовка. Назначение и боевые устройства малокалиберной винтовки. Назначение и устройство частей и механизмов винтовки. Принцип работы частей винтовки. Сборка и разборка винтовки.

Приемы стрельбы из малокалиберной винтовки. Изготовка к стрельбе. Производство стрельбы. Прекращение стрельбы.

Автомат Калашникова. История создания автомата Калашникова. Назначение, боевые свойства и устройство автомата Калашникова. Устройство и работа автомата. Назначение, устройство частей и механизмов автомата, принадлежности и патронов.

Работа частей и механизмов автомата. Осмотр автомата, боеприпасов и подготовка их к стрельбе.

Пулемет Калашникова. Назначение и боевые свойства ручного пулемета Калашникова. Назначение и особенности устройства частей и механизмов пулемета.

Уход за оружием, его хранение и бережение. Общие положения. Особенности чистки и смазка автомата (пулемета). Хранение и бережение оружия.

Практические занятия. Стрельба из пневматической и малокалиберной винтовки. Сборка и разборка АК.

6.Тактическая подготовка

Теория: Основы общевойскового боя. Действия солдата в бою. Наступление в глубине обороны противника. Продвижение в глубину обороны противника с применением различных способов передвижения. Осуществление маневра, обеспечение атаки огнем и атака объекта во фланг или тыл. Расположение на месте. Организация охранения и отдыха личного состава, устройство укрытий, самостоятельное приготовление пищи из рационов питания. Действия в сторожевом охранении, патруле и секрете.

Практические занятия. Организация быта в полевых условиях. Полевой выход с отработкой элементов наблюдения, маскировки.

7.Медико-санитарная подготовка

Теория: Изучение медицинских терминов: виды травм, ранений, кровотечений, утоплений, степени тяжести ожогов, обморожений. Знакомство с терминами: ранение, травма, рана, кровотечение, ушиб, перелом, шок, ожог, обморок, отморожение, охлаждение. Знакомство с понятиями: антисептик, асептик, давящая повязка, иммобилизация, шина.

Знакомство с алгоритмом оказания доврачебной помощи при механических травмах, ранениях, ожогах, тепловом и солнечном ударе, ударе электрическим током.

Практические занятия: Правила наложения давящей повязки. Правила наложения жгута при открытом переломе. Правила наложения шины. Отработка алгоритма оказания доврачебной помощи. Оценка ситуации. Обеспечение безопасности на месте происшествия. Оценка состояния пострадавшего.

8. Инженерная подготовка

Теория: Средства индивидуальной защиты. Применение средств индивидуальной защиты в чрезвычайных ситуациях. Отрывка одиночного окопа. Противопехотные мины. Назначение и общее устройство ППМ. Способы ведения разведки. Действия подразделений в разведке

Практические занятия: Правила пользования средствами индивидуальной и коллективной защиты (противогаз, респиратор и общевойсковой защитный костюм ОЗК). Тренировка в выполнении нормативов: надевание противогаза, надевание респиратора, изготовление и надевание ватно-марлевой повязки, надевание ОЗК. Отрывка одиночного окопа. Полевой выход с отработкой элементов наблюдения, подслушивание, поиск, налет, засада, разведка боем.

9. Итоговое занятие

Контрольные занятия, зачеты по пройденным темам.

Модуль 2. Общефизическая подготовка

Цель модуля: развитие мотивации к систематическим занятиям физической культурой; оздоровление обучающихся путём повышения их физической подготовленности.

Задачи:

- овладение комплексом физических упражнений с оздоровительной направленностью,
- совершенствование прикладных жизненно важных навыков и умений в ходьбе, прыжках, лазании, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями;
- формирование навыков дисциплины и самоорганизации;
- развитие двигательных качеств (быстроту, выносливость, гибкость, силу);
- совершенствование личностных качеств: психологическая устойчивость, физическая сила, выносливость, быстрота принятия решений.

Результатом прохождения данного модуля является:

Учащиеся должны знать:

- основные требования к занятиям по ОФП;
- историю развития некоторых видов спорта;
- гигиенические требования к занимающимся и местам проведения занятий и соревнований;
- влияние физических упражнений на функциональные возможности организма;

Учащиеся должны уметь:

- усваивать программный материал;
- выполнять зачетные требования по ОФП;
- владеть основными навыками восстановительных мероприятий;
- принимать участие в соревнованиях;
- использовать знания, умения, навыки на практике.

Учебно-тематический план модуля

№ п/п	Темы занятий	Часы			Формы обучения/аттестации /контроля
		Теория	Практика	Всего	
1	Легкая атлетика Вводное занятие (техника безопасности на занятиях по ОФП)	1	10	11	Групповая. Беседа. Опрос.
2	Плавание	1	8	9	Групповая беседа, наблюдение, зачет
3	Лыжная подготовка	1	8	9	Групповая беседа, зачет
4	Итоговое занятие	-	1	1	Групповая беседа, наблюдение, зачет
	Итого:	3	27	30	Групповая беседа, наблюдение, зачет

Содержание тем модуля

1. Вводное занятие. Легкая атлетика.

Теория: Техника безопасности при проведении занятий по общефизической подготовке (легкой атлетике, плавание, лыжной подготовке), знакомство с условиями проведения соревнований и довожу нормативы ГТО.

Практические занятия: Разминка. Специальные упражнения на развитие скоростных умений бег с поднятием бедра, бег прыжками, бег на прямых ногах, наклоны вперед, выпады, махи руками. Выполнение техники бега на 60 метров, стартовый этап (низкий старт), момент разгона, основной этап бега, финишный этап.

2. Плавание.

Теория: Дыхание во время плавания.

Практические занятия: «Сухое плавание» работа в спортзале на мышцы спины, плеч, ног. Работа на воде постановка дыхания, упражнение «звездочка», «поплавок», «перебирание ногами», постановка техники движения рук.

3. Лыжная подготовка.

Теория: Техника безопасности в передвижении на лыжах, правила подгонки снаряжения (лыжи, палки, смазка), отработку строевых приёмов на месте и в движении, профилактика обморожений.

Практические занятия: Разминка. Работа в спортзале на «резине» для тренировки рук, мышц груди, ног и плечевого пояса. Подгонка снаряжения, ходьба на лыжах с палками и без палок. Отработка техники двухшажного и четырехшажного попеременного хода, одношажного одновременного хода, лыжного спуска, перехода с попеременного хода на одновременный, конькового хода, подъема.

4 . Итоговое занятие.

Контрольные занятия, зачеты по пройденным темам.

Модуль 3. Основы выживания

Цель модуля: создание целостной среды для становления и развития социально активной личности, обладающей рядом умений и навыков, необходимых для автономного существования при возникновении чрезвычайных ситуаций, культурой поведения в природе, ответственным отношением к окружающей среде и, как следствие, к своему здоровью.

Задачи:

- научить детей ориентироваться на местности, опираясь на наблюдательность, логику и элементарные знания о законах выживания;
- научить детей основам медицинских и гигиенических знаний, обеспечивающих безопасное поведение;
- научить оказывать доврачебную помощь;
- дать представление о законах и правилах безопасного взаимодействия с людьми и предметами, формировать навыки безопасной коммуникации;
- научить детей действовать в различных экстремальных ситуациях, опираясь на правило и на самостоятельную оценку ситуации.

Результатом прохождения данного модуля является:

- формирование у воспитанников устойчивых навыков по действиям в различных условиях обстановки;
- воспитание высоких морально-деловых качеств;
- уверенности в своих силах, надежности спасательного оборудования и снаряжения, эффективности поисково-спасательного обеспечения;

- привлечение детей к туризму, приобретение опыта прохождения спортивно-туристической полосы;
- приобретение специальных знаний и навыков по вопросам туризма и спортивного ориентирования.

Учебно-тематический план модуля

№ п/п	Темы занятий	Часы			Формы обучения/аттестации /контроля
		Теория	Практика	Всего	
1	Вводное занятие	2	-	2	Групповая. Беседа. Опрос.
2	Общие правила выживания в экстренных ситуациях.	3	-	3	Групповая беседа, наблюдение, зачет
3	Спортивно-туристическая полоса препятствия	2	9	11	Групповая беседа, зачет
4	Спортивное ориентирование	2	8	10	Групповая беседа, наблюдение, зачет
5	Итоговое занятие Военно-спортивная игра «Лазертаг»	-	3	3	Групповая беседа, наблюдение, зачет
	Итого:	9	20	29	

Содержание тем модуля

1. Вводное занятие.

Теория: Техника безопасности и содержание тем модуля «Основы выживания».

Практические занятия: Показ видеоматериала по данным темам.

2. Общие правила выживания в экстренных ситуациях.

Теория: Беседа о правилах выживания в дикой природе, разведении огня, приготовление пищи на костре, очистка питьевой воды, съедобные растения, если заблудился. Определение расстояний без специальных средств, на глаз, при помощи линейки и подручных предметов, по звуку. Определяем стороны света по восходу и закату солнца, Определяем стороны света по длине тени, с помощью иголки, по Полярной звезде.

Практические занятия: Применение полученных навыков в походах, военно-полевых сборах, лагерях.

3. Спортивно-туристическая полоса препятствий

Теория: Объяснение, что такое спортивно-туристическая полоса препятствий, этапы, правила прохождения и техника безопасности, форма одежды, снаряжение.

Практические занятия: Разогрев, освоение и отработка прохождения элементов спортивно-туристической полосы препятствия.

4. Спортивное ориентирование.

Теория: Объяснение: что это за вид спорта, история, виды, дисциплины, экипировка, компас и карта для спортивного ориентирования.

Практические занятия: Освоение и отработка прохождения спортивного ориентирования на местности.

5. Итоговое занятие.

Практические занятия: Контрольные занятия, выполнение нормативов и принятие зачетов по темам модуля «Основы выживания».

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

№ п/п	Наименование разделов	Формы занятий	Форма организации деятельности	Дидактический материал
1.	Вводное занятие	беседа	коллективная	проектор, ноутбук
2.	Воспитательно-патриотическая работа	Беседа, круглый стол, сообщения, встречи с ветеранами, героями.	коллективная	проектор, ноутбук литература
3.	Техника безопасности при обращении с оружием. Огневая подготовка	беседы, сообщения, практические занятия, зачеты викторины.	групповая, индивидуальная	проектор, ноутбук, схемы, плакаты, раздаточный материал, литература
4.	Строевая подготовка	практические занятия	групповая, индивидуальная	стенды, плакаты
5.	Уставы Вооруженных Сил РФ, структура ВС РФ и прохождение службы в ВС РФ	беседы, сообщения, викторины	групповая, индивидуальная	проектор, ноутбук, схемы, плакаты, раздаточный материал, литература
6.	Медицинская подготовка	беседы, сообщения, практические занятия, зачеты викторины.	групповая, индивидуальная	проектор, ноутбук, схемы, плакаты, раздаточный материал, литература
7.	Инженерная подготовка	беседы, практические занятия	групповая, индивидуальная	схемы, плакаты, раздаточный материал, литература

8.	Средства индивидуальной защиты	беседы, сообщения, практические занятия, зачеты.	групповая, индивидуальная	проектор, ноутбук, схемы, плакаты, раздаточный материал, литература
9.	Физическая подготовка	Практические занятия, зачеты	коллективная групповая индивидуальная	проектор, ноутбук, схемы, плакаты, раздаточный материал, литература
10.	Спортивное ориентирование	Практические занятия, зачеты	коллективная групповая индивидуальная	проектор, ноутбук, схемы, плакаты, раздаточный материал, литература

Учебные пособия:

- «Сборник нормативов по боевой подготовке для сухопутных войск» книга 1 (для мотострелковых, танковых и разведывательных подразделений) 1990года (СНБП-90);
- Курс стрельбы из стрелкового оружия, танков и боевых машин КС-2000;
- Наставления по физической подготовке и спорту в Вооруженных Силах Российской Федерации НФП-2001.
- Выписка из Курса стрельб из стрелкового оружия, боевых машин и танков Сухопутных войск
- Сборник требований по пожаро-, электро- и взрывобезопасности
- Пособия и сборники по безопасности при проведении занятий по физической подготовке, при организации купания и занятий на воде, при проведении учебных сборов и военно-спортивных игр, стрельб.

Контрольно-измерительные материалы

Оценочные материалы

В ходе реализации программы ВПК «Надежда» возникает необходимость определения степени усвоения детьми разделов программы, которая определяется следующими критериями:

- Строевая подготовка:

* учащийся владеет основными терминами и определениями Строевого устава ВС РФ, знает и правильно практически выполняет основные строевые приемы, воинские ритуалы.

- Огневая подготовка:

* учащийся знает технику безопасности при обращении с оружием и боеприпасами, материальную часть стрелкового оружия ВС РФ, умеет им пользоваться, правильно

осуществляет разборку и сборку. Способен самостоятельно осуществить уход за оружием (чистку и смазку оружия). При стрельбе из пневматической винтовки показывает результат на оценку не ниже «удовлетворительно».

Результаты:

«отлично» - выбивает 40 и более очков из 50;

«хорошо» - от 25 до 40 очков из 50;

«удовлетворительно» - от 15 до 25 очков из 50.

- Действия в чрезвычайных ситуациях:

* учащийся умеет правильно действовать в различных чрезвычайных ситуациях, способен обезопасить себя в случае нахождения на местности, зараженной отравляющими веществами, имеет навыки одевания противогаза и общевойскового защитного комплекта, знает основные гражданские сооружения для укрытия в случае возникновения опасности.

- История России, ее Вооруженных сил и тактики:

* учащийся знает основные воинские памятные даты, имеет представление о современных видах вооружения и военной техники, знает организационно-штатную структуру современных ВС РФ.

- Медицинская подготовка:

* учащийся имеет навыки в оказании первой медицинской помощи при отравлениях, переохлаждениях, травмах, ранениях, умеет накладывать бинтовые повязки, способен оказать первую помощь пострадавшему.

Материально-техническое обеспечение программы

Для обеспечения выполнения программы требуется наличие:

- спортивного зала (для занятий физической и строевой подготовкой в холодное время года, отработки нормативов);
- места для стрельбы из пневматического оружия (длиной не менее 12 м шириной не менее 3 м, может быть совмещено со спортивным залом);
- площадки для занятий на улице (должна содержать дистанцию для бега на 100, 1000 и 3000 м; спортивные снаряды (турник, брусья); размеченную строевую площадку; желательно наличие площадки для выполнения приемов передвижения на поле боя, метания гранат и полосы препятствий (ее элементов);
- форменная одежда для членов клуба;
- противогазы и респираторы;
- средства оказания первой медицинской помощи: жгуты кровоостанавливающие, перевязочный материал, аптечки индивидуальные;

- компас, учебные топографические карты, офицерские линейки и транспортиры;
- рюкзаки, фляги, котелки, кружки, плащ-накидки;
- палатки, спальные мешки, теплоизолирующие коврики;
- спортивный инвентарь: маты и мешки боксерские, гири 16 и 24 кг, лыжи и палки;
- уставы, учебники по НВП и учебники сержантов, учебные пособия, руководства и наставления, плакаты по различным предметам боевой подготовки.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Апакидзе В.В., Дуков Р.Г.: Строевая подготовка: Воениздат., Обнов. 245 с.
2. Боевой устав по организации и ведению общевойскового боя, часть III.: М.: Воениздат., 2013. 245 с.
3. Бызов Б.Е., Коваленко А.Н. Военная топография: . М.: Воениздат., Обнов. 145 с.
4. Маркин А.В. Основы тактической подготовки современного солдата: . : Электронное издание.
5. Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации. М. :Воениздат, 2015.
6. Подготовка войскового разведчика. М.: Воениздат, 2014.
7. Подготовка подразделений к защите от ядерного, химического, биологического и зажигательного оружия противника. Электронное издание.
8. Правила стрельбы из стрелкового оружия и боевых машин. М.: Воениздат. Обновленное издание в ред. 2012.
9. Руководство по автомату АК74 (АКС74, АК74Н, АКС74Н) и ручному пулемету РПК74(РПКС74, РПК74Н, РПКС74Н). М.: Воениздат. Обновленное издание в ред. 2014.
10. Сборник нормативов по боевой подготовке сухопутных войск, книга 1. М.: Воениздат, 2011.
11. Физическая подготовка, часть II. Основы методики физической подготовки. Обновленное издание в ред. 2013.
12. Шелест О.В. Первая помощь в экстремальных ситуациях. Электронное издание.

Электронные ресурсы.

1. Министерство образования и науки РФ <http://mon.gov.ru/>
2. Министерство внутренних дел РФ <http://www.mvd.ru>
3. МЧС России <http://www.emercom.gov.ru>
4. Министерство здравоохранения РФ <http://www.minzdrav-rf.ru>
5. Министерство обороны РФ <http://www.mil.ru>
6. Федеральный российский общеобразовательный портал <http://www.school.edu.ru>
7. Федеральный портал «Российское образование» <http://www.edu.ru>
8. Портал компании «Кирилл и Мефодий» <http://www.km.ru>
9. Образовательный портал «Учеба» <http://www.uroki.ru>
10. Журнал «Вестник образования» <http://www.vestnik.edu.ru>

11. Энциклопедия безопасности <http://www.opasno.net>
12. Личная безопасность <http://personal-safety.redut-7.ru>
13. Образовательные ресурсы Интернета Безопасность жизнедеятельности <http://www.alleng.ru>
14. «Мой компас» (безопасность ребёнка) http://moikompas.ru/compas/bezopasnost_det
15. Официальный сайт Российского движения школьников <https://рдш.рф/>
16. Информационно методическое издание для преподавателей ОБЖ-МЧС России <http://www.school-obz.org/topics/bzd/bzd.html>
17. Образовательные ресурсы Интернета – Безопасность жизнедеятельности <http://www.alleng.ru/edu/saf.htm>
18. Безопасность. Образование. Человек. Информационный портал ОБЖ и БЖД: Всё о Безопасности Жизнедеятельности <http://www.bezopasnost.edu66.ru>
19. Безопасность и выживание в экстремальных ситуациях <http://www.hardtime.ru>

МЕТОДИКА ДЛЯ ИЗУЧЕНИЯ СОЦИАЛИЗИРОВАННОСТИ ЛИЧНОСТИ УЧАЩЕГОСЯ

Методика М.И. Рожкова предназначена для выявления уровня социальной адаптированности, активности, автономности и нравственной воспитанности учащихся. Основопологающим методом исследования является тестирование. Методика предназначена для подростков и юношей 14-17 лет. Исследование проводит педагог-психолог 2 раза в год с учащимися групп и классов нового набора школ, ПТУЗ, ССУЗ. Результаты исследования предназначены для преподавателей, воспитателей, кураторов учебных групп, мастеров производственного обучения, социального педагога, классных руководителей. Методика проводится в стандартных условиях учебных заведений (возможны групповая и индивидуальная формы тестирования). Интерпретация результатов проводится в соответствии с ключом оценки и обработки данных исследования

Цель: выявить уровень социальной адаптированности, активности, автономности и нравственной воспитанности учащихся.

Ход проведения. Учащимся предлагается прочитать (прослушать) 20 суждений и оценить степень своего согласия с их содержанием по следующей шкале:

- 4 — всегда;
- 3 — почти всегда;
- 2 — иногда;
- 1 — очень редко;
- 0 — никогда.

1. Стараюсь слушаться во всем своих учителей и родителей.
2. Считаю, что всегда надо чем-то отличаться от других.
3. За что бы я ни взялся — добиваюсь успеха.
4. Я умею прощать людей.
5. Я стремлюсь поступать так же, как и все мои товарищи.
6. Мне хочется быть впереди других в любом деле.
7. Я становлюсь упрямым, когда уверен, что я прав.
8. Считаю, что делать людям добро — это главное в жизни.
9. Стараюсь поступать так, чтобы меня хвалили окружающие.
10. Общаюсь с товарищами, отстаиваю свое мнение.
11. Если я что-то задумал, то обязательно сделаю.
12. Мне нравится помогать другим.
13. Мне хочется, чтобы со мной все дружили.
14. Если мне не нравятся люди, то я не буду с ними общаться.
15. Стремлюсь всегда побеждать и выигрывать.
16. Переживаю неприятности других, как свои.
17. Стремлюсь не ссориться с товарищами.
18. Стараюсь доказать свою правоту, даже если с моим мнением не согласны окружающие.
19. Если я берусь за дело, то обязательно доведу его до конца.
20. Стараюсь защищать тех, кого обижают.

Чтобы быстрее и легче проводить обработку результатов, необходимо изготовить для каждого учащегося бланк, в котором против номера суждения ставится оценка.

1	5	9	13	17
2	6	10	14	18
3	7	11	15	19
4	8	12	16	20

Обработка полученных данных. Среднюю оценку социальной адаптированности учащихся получают при сложении всех оценок первой строчки и делении этой суммы на пять. Оценка автономности высчитывается на основе аналогичных операций со второй строчкой. Оценка социальной активности — с третьей строчкой. Оценка приверженности детей гуманистическим нормам жизнедеятельности (нравственности) — с четвертой строчкой. Если получаемый коэффициент больше трех, то можно констатировать высокую степень социализированности ребенка; если же он больше двух, но меньше трех, то это свидетельствует о средней степени развития социальных качеств. Если коэффициент окажется меньше двух баллов, то можно предположить, что отдельный учащийся (или группа учеников) имеет низкий уровень социальной адаптированности.

МЕТОДИКА
«ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ АТМОСФЕРА В КОЛЛЕКТИВЕ»
(подготовлена Л. Г. Жедуновой)

Цель: изучить психологическую атмосферу в коллективе,

Ход проведения. Каждому школьнику предлагается оценить состояние психологической атмосферы в коллективе по девятибалльной системе. Оцениваются полярные качества:

1. Дружелюбие	9 8 7 6 5 4 3 2 1	Враждебность
2. Согласие	9 8 7 6 5 4 3 2 1	Несогласие
3. Удовлетворенность	9 8 7 6 5 4 3 2 1	Неудовлетворенность
4. Увлеченность	9 8 7 6 5 4 3 2 1	Равнодушие
5. Результативность	9 8 7 6 5 4 3 2 1	Нерезультативность
6. Теплота взаимоотношений	9 8 7 6 5 4 3 2 1	Холодность
7. Сотрудничество	9 8 7 6 5 4 3 2 1	Отсутствие
8. Взаимная поддержка	9 8 7 6 5 4 3 2 1	Недоброжелательность
9. Занимательность	9 8 7 6 5 4 3 2 1	Скука
10. Успешность	9 8 7 6 5 4 3 2 1	Неуспешность

Чем выше балл, тем выше оценка психологического климата, и наоборот. Анализ результатов предполагает субъективные оценки состояния психологического климата и их сравнение между собой, а также вычисление средней для коллектива оценки атмосферы.

МЕТОДИКА
«ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ АТМОСФЕРА В КОЛЛЕКТИВЕ»
(подготовлена Л. Г. Жедуновой)
Образец отчёта

	Средний балл	
1. Дружелюбие		Враждебность
2. Согласие		Несогласие
3. Удовлетворенность		Неудовлетворенность
4. Увлеченность		Равнодушие
5. Результативность		Нерезультативность

6. Теплота взаимоотношений		Холодность взаимоотношений
7. Сотрудничество		Отсутствие сотрудничества
8. Взаимная поддержка		Недоброжелательность
9. Занимательность		Скука
10. Успешность		Неуспешность

ВЫВОД:

УТВЕРЖДАЮ
Заведующая
СП ДОД ДДТ «Созвездие»
ГБОУ СОШ с.Кошки
Е.И.Родомакина
2023г.

Календарно – тематический план
объединения «ВПК Надежда» на 2023– 2024 уч. год.
группа №1.

Занятия: четверг

Дата	№ п/п	Название темы	Количество часов		
			Всего	Теория	Практика
Сентябрь					
Модуль 1. Военная подготовка			49	9	40
21.09	1	Вводное занятие	1	1	0
		Устав внутренней службы ВС. Общие обязанности военнослужащих. Воинские звания, знаки различия и форма одежды.(4/3/1)	2	2	0
28.09	2	Устав внутренней службы ВС. Общие обязанности военнослужащих. Воинские звания, знаки различия и форма одежды.	2	1	1
	3	Строевая подготовка. Строй и его элементы. Понятие: строй, шеренга, фланг, фронт, тыльная сторона строя и т.д. (11/1/10)	1	1	0
Итого за сентябрь			6	5	1
Октябрь					
05.10	4	Суточный наряд роты и его обязанности. Размещение военнослужащих и внутренний порядок. Строевая стойка и выполнение команд. Повороты на месте	3	0	3
12.10	5	Распределение времени и внутренний распорядок. Повороты в движении. Выход из строя и возвращение в строй.	3	0	3
19.10	6	Общие положения. Строй и управление им. Развернутый и походный строй. Строевые приемы и движение без оружия.	3	0	3
26.10	7	Отработка строевых приемов: «направо», «налево», «кругом» индивидуально и в строю. Команды: «равняйся», «смирно», «равнение на середину» в строю	1	0	1
		Огневая подготовка. (11/1/10) Основы и правила стрельбы.	2	1	1
Итого за октябрь			12	1	11
Ноябрь					
02.11	8	Устройство и работа пневматической винтовки	3	0	3
09.11	9	Приемы стрельбы из пневматической винтовки. Стрельба из пневматической винтовки	3	0	3
16.11	10	Основы боевых действий подразделений	3	0	3

		сухопутных войск. Стрельба из пневматической винтовки.			
23.11	11	Тактическая подготовка. (3/0/3) Характеристика современного боя. Сигналы управления в бою.	3	0	3
30.11	12	Медико- санитарная подготовка (6/2/4) Понятие о ране. Простые случаи травм и заболеваний Отработка приемов оказания первой доврачебной помощи и транспортировка пострадавшего.	3	1	2
Итого за ноябрь			15	1	14
Декабрь					
07.12	13	Общее правило наложения повязок. Кровотечение, виды кровотечения, остановка кровотечений, наложение повязок. Оказание первой помощи. Отработка приемов оказания первой доврачебной помощи и транспортировка пострадавшего.	3	1	2
14.12	14	Инженерная подготовка (12/1/11) Средства индивидуальной защиты. Средства защиты органов дыхания. Отравляющие вещества Отработка навыков надевания противогаза и пользование поврежденным противогазом.	3	1	2
21.12	15	Предназначение и боевые свойства ОВ. Признаки применения ОВ. Способы защиты от ОВ. Отработка навыков надевания противогаза и пользование поврежденным противогазом.	3	0	3
28.12	16	Полевой выход с отработкой элементов наблюдение, подслушивания, поиск, налет, засада	3	0	3
Итого за декабрь			12	2	10
Январь					
04.01	17	Отрывка одиночного окопа	3	0	3
11.01	18	Итоговое занятие	1	0	1
Модуль 2. Общефизическая подготовка			30	3	27
11.01	19	Легкая атлетика (11/1/10). Вводное занятие (техника безопасности на занятиях по ОФП)	2	1	1
18.01	20	Разминка. Специальные упражнения на развитие скоростных умений бег с поднятием бедра, бег прыжками, бег на прямых ногах, наклоны вперед, выпады, махи руками.	3	0	3
25.01	21	Выполнение техники бега на 60 метров, стартовый этап (низкий старт), момент разгона, основной этап бега, финишный этап.	3	0	3
Итого за январь			12	1	11
Февраль					
01.02	22	Выполнение техники бега на 60 метров, стартовый этап (низкий старт), момент разгона, основной этап бега, финишный этап.	3	0	3
08.02	23	Плавание (9/1/8) Дыхание во время плавания.	3	1	2
15.02	24	Сухое плавание» работа в спортзале на мышцы спины, плеч, ног.	3	0	3

22.02	25	Работа на воде постановка дыхания, упражнение «звездочка», «поплавок», «перебирание ногами», постановка техники движения рук.	3	0	3
29.02	26	Лыжная подготовка (9/1/8) Техника безопасности в передвижении на лыжах, правила подгонки снаряжения (лыжи, палки, смазка), отработку строевых приёмов на месте и в движении, профилактика обморожений.	3	1	2
Итого за февраль			15	2	13
Март					
07.03	27	Разминка. Работа в спортзале на «резине» для тренировки рук, мышц груди, ног и плечевого пояса. Подгонка снаряжения, ходьба на лыжах с палками и без палок.	3	0	3
14.03	28	Отработка техники двухшажного и четырехшажного попеременного хода, одношажного одновременного хода, лыжного спуска, перехода с попеременного хода на одновременный, конькового хода, подъема.	3	0	3
21.03	29	Итоговое занятие (1/0/1)	1	0	1
Модуль3.Основы выживания			29	9	20
21.03		Вводное занятие (2/2/0)	2	2	0
28.03	30	Общие правила выживания в экстренных ситуациях (3/3/0)	3	3	0
Итого за март			12	5	7
Апрель					
04.04	31	Спортивно-туристическая полоса препятствий (11/2/9)	3	2	1
11.04	32	Разогрев, освоение и отработка прохождения элементов спортивно-туристической полосы препятствия.	3	0	3
18.04	33	Разогрев, освоение и отработка прохождения элементов спортивно-туристической полосы препятствия.	3	0	3
25.04	34	Разогрев, освоение и отработка прохождения элементов спортивно-туристической полосы препятствия.	2	0	2
		Спортивное ориентирование (10/2/8)	1	1	0
Итого за апрель			12	3	9
Май					
02.05	35	Освоение и отработка прохождения спортивного ориентирования на местности.	3	1	2
16.05	36	Освоение и отработка прохождения спортивного ориентирования на местности.	3	0	3
23.05	37	отработка прохождения спортивного ориентирования на местности.	3	0	3
30.05	38	Итоговое занятие. Контрольные занятия, выполнение нормативов и принятие зачетов по темам модуля «Основы выживания».	3	0	3

Итого за май	12	1	11
ИТОГО ЗА ГОД	108	21	87

Педагог дополнительного образования

Гайфулин Р.Р.