

ГАОУ ПО «Многопрофильная гимназия №13»

СОГЛАСОВАНО

Педагогическим советом ГАОУ ПО  
"Многопрофильная гимназия №13"

Протокол № 12 от «29» августа 2025 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор ГАОУ ПО

"Многопрофильная гимназия №13"

Паньженский Е.В.

Приказ №158 от «1» сентября 2025 г.



**Дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа  
«Юнармия»**

Возраст обучающихся: 14-17 лет  
Срок реализации: 1 год

Автор-составитель: Шустов Валерий Иванович  
педагог дополнительного образования

Пенза, 2025 г.

## КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ

### Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа является физкультурно-спортивной направленности «Юнармия»

- по содержанию является *физкультурно-спортивной*
- по уровню освоения – *базовой*,
- по форме организации - *очной, групповой*,
- по степени авторства – *модифицированной*.

Программа разработана в соответствии со следующими нормативными документами:

- Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. 273-ФЗ Об образовании в Российской Федерации;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. №996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;
- Федеральный проект «Успех каждого ребенка» (утвержден протоколом заседания комитета по национальному проекту «Образование» от 07.12.2018 г. №3;
- Письмо Министерства образования и науки РФ №09-3242 от 18.11.2015 г. «Методические рекомендации (включая разноуровневые программы);
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23 августа 2017 г. №816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная Распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 г. №678-р;
- Устав Всероссийского детско-юношеского военно-патриотического
- общественного движения «Юнармия» (утвержден Учредительным собранием

- 28.05.2016 г.);
- Устав ГАОУ ПО «Многопрофильная гимназия №13»;
- «Положение о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе ГАОУ ПО «Многопрофильная гимназия №13»».

Проблема патриотического воспитания подрастающего поколения всегда стояла в центре внимания педагогической науки, всего общества, так как любовь к Родине, стремление к ее процветанию является основой могущества государства.

Содержание данной Программы воспитывает у подростков уважение и любовь к Родине, ее героическому прошлому, к традициям Вооруженных сил, способствует формированию знаний умений и навыков, необходимых для подготовки будущих защитников Отечества, сохранению и укреплению здоровья, развитию социальной активности обучающихся, решению проблемы расширения образовательного пространства.

**Актуальность программы** - сокращение срока военной службы по призыву в Вооруженных Силах Российской Федерации, предопределило возрастание значения военно-профессиональной ориентации и военно-профессионального воспитания допризывников в системе дополнительного образования. Также выполнение социального заказа в воспитании гражданина и патриота, ответственного за судьбу страны, её развитие и защиту достижений, в удовлетворении потребности учащихся и их родителей в начальной подготовке и укреплении физического развития.

**Новизна** данной программы заключается в том, что в программу включен материал по краеведению, что делает программу более содержательной и дает возможность учащимся расширить свои знания о родном крае, его культурно-исторических ценностях.

**Педагогическая целесообразность программы** в том, что она способствует духовно-нравственному воспитанию, формированию гражданской ответственности и любви к большой и малой Родине, дает практические знания и навыки, необходимые в любой жизненной ситуации.

#### **Отличительные особенности программы**

При составлении программы были взяты педагогические идеи педагогов, В.В.Мартынова, А.В.Беляева, которые определяют патриотизм как одно из нравственных качеств личности и технологии: технология проблемного обучения (авторы А. М. Матюшкин, И. Я. Ленер, М. И. Махмутов); технология поэтапного формирования знаний (автор П. Я. Гальперин).

#### **Принципы программы:**

**Принцип сознательности и активности** подразумевает взаимосвязь педагогического руководства с сознательной, активной творческой деятельностью учащихся.

**Принцип наглядности обучения** - опора на реальные представления учащихся.

**Принцип систематичности и последовательности обучения** - получение знаний в системе, последовательное усвоение знаний.

**Принцип доступности обучения** - это соответствие учебного материала возрасту, индивидуальным особенностям, уровню подготовленности учащихся: от известного к неизвестному, от простого к сложному.

**Принцип гуманизации** - использование индивидуального подхода

**Содержание** программы «Юнармия» тесно связано с такими дисциплинами, как история, обществознание, ОБЖ, география, физическая культура, краеведение и состоит из четырех разделов: «Первая помощь», «Туризм», «Общая физическая подготовка и строевая подготовка», «Огневая подготовка».

**Раздел «Первая помощь»** включает изучение материала о оказание первой помощи, предотвращение травматизма.

**Раздел «Туризм»** содержит сведения о изучении направления на стороны горизонта. Измерение расстояний. Обучает чтению топографических знаков.

**Раздел «Общая физическая подготовка и Строевая подготовка»** содержит сведения об основах службы в Вооруженных Силах РФ. Формирует у учащихся морально-психологические качества, уважительное отношение к Вооружённым Силам Российской Федерации и военной профессии.

**Раздел «Огневая подготовка»** включает сведения об разборке и сборке автомата. Основам и правилам стрельбы.

**Воспитательный** аспект программы связан с формированием у учащихся патриотизма, основанного на ценностно-смысловой деятельности в отношении себя и своего Отечества. Патриотическое воспитание призвано приобщить к культурно-историческому наследию России и ответственности за настоящее и будущее своей страны.

**Цель программы:** формирование и развитие личности, посредством объединения учащихся в единую общественную организацию, воспитанники которой стремятся обладать качествами гражданина, ведущего здоровый образ жизни, патриота своей Родины.

**Задачи:**

- познакомить с элементами начальной военной подготовки;
- развивать ответственность, смелость, коммуникабельность;
- воспитать у учащихся патриотизм, гражданское сознание, уважительное отношение к героической истории государства.

**Адресат программы:**

Образовательная программа рассчитана на детей в возрасте от 14 лет до 17 лет, девочек и мальчиков. Дети в этом возрасте любознательны, эмоциональны, находчивы и способны к серьёзным трудовым усилиям, но зачастую не могут достаточно полно проанализировать свои поступки и поэтому не редко склонны

переоценивать свои возможности, а иногда переживать чувство неуверенности в себе. Поэтому обучение по данной программе будет актуальным для данной возрастной категории.

Программа предусматривает вариативность образовательного процесса: в соответствии со степенью развития навыков, возрастными особенностями и личными предпочтениями.

Учитывая сложности обучения, для эффективности выполнения программы состав группы постоянный, комплектуется обучающихся разных возрастных категорий с учетом желания и способностей детей.

Программа рассчитана на 1 год обучения для обучающихся 11-17 лет.

Каждый ребёнок может найти свою нишу в объединении и реализовать свои способности.

**Форма обучения-** очная

**Формы организации:** групповая.

**Срок освоения программы** – 1 год.

**Общее количество часов по программе** – 102.

**Режим занятий:**

занятия проводятся 3 раза в неделю по 1 часу (1 учебный час - 45 мин).

Количество учащихся в группе: от 15 до 25 человек.

**Планируемые результаты по годам обучения обучающихся знают:**

**Общая физическая подготовка.**

- Правила выполнения самостоятельных занятий ОФП. Предупреждение травматизма. Подбор заданий для самостоятельных занятий. Гигиена и закаливание.

- Упражнения и игры на развитие быстроты и выносливости.
- Упражнения и игры на развитие скоростно-силовых качеств.
- Упражнения и игры на развитие ловкости и силы.
- Командные игры.

**Строевая подготовка.**

- Обязанности командиров отрядов в организации и управлении строем.

- Строевая выучка. Построение в одну, в две шеренги по звеньям.
- Сигналы управления строем.
- Движение строем, поворот в движении, размыкание и смыкание строя.

- Исполнение песни в строю, отдавание воинской чести во время движения отряда.

- Выход из строя и подход к начальнику, возврат в строй.

**Туризм.**

- Ориентирование на местности без карты. Определение направления на стороны горизонта. Измерение расстояний.
- Чтение топографических знаков. Изображение местных предметов и рельефа.
- Измерение расстояния различными способами.

#### **Первая помощь.**

- Личная и общественная гигиена.
- ПМП при травмах и несчастных случаях.
- Понятие раны. Виды ран.
- Кровотечения. Виды и признаки, способы временной остановки кровотечения.
- Перевязочный материал. Повязки: основные виды, правила.
- Ушибы, растяжения связок и ПМП при них. Закрытые и открытые переломы костей, их признаки. ПМП при переломах.
- Понятие о шинах. Правила переноса пострадавших на руках, на носилках, с помощью подручных средств.
- Понятие об ожогах и обморожениях, ПМП при них.
- ПМП при тепловом и солнечном ударах, поражение электрическим током.
- Первая помощь утопающему, способы искусственного дыхания.
- ПМП при инфекционных заболеваниях, меры их предупреждения.
- Пищевые отравления, ПМП при них.
- Профилактика травматизма. Основные правила техники безопасности.

#### **Огневая подготовка.**

- Основы и правила стрельбы.

#### **Учащийся будет уметь:**

- руководствоваться правилами и заветами юнармейцев;
- выполнять простейшие приёмы строевой подготовки;
- реагировать на возникающие ситуации, несущие потенциальную угрозу безопасности;
- неполная разборка и сборка автомата Калашникова;
- снаряжение магазина.

#### **Метапредметные результаты**

##### **Учащийся будет уметь:**

- работать с информацией;
- проявлять инициативность;
- проявлять самостоятельность.

### **Регулятивные универсальные учебные действия:**

- сформируются умения ставить цель, планировать достижение этой цели;
- осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату;
- осваивать способы решения проблем творческого характера;

### **Коммуникативные универсальные учебные действия:**

- уметь выражать свои мысли;
- работать в группе
- устанавливать рабочие отношения и эффективно сотрудничать;
- взаимодействовать со сверстниками и взрослыми;
- выслушивать собеседника и вести диалог.

### **Личностные результаты:**

- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимание и сопереживание чувствам других людей.

### **Формы и методы контроля, система отслеживания результатов освоения программы**

Педагогический контроль знаний, умений и навыков, учащихся осуществляется в несколько этапов и предусматривает промежуточный и итоговый контроль. Одна из форм оценки результатов – коллективный смотр отрядов юнармии, их обсуждение.

### **Вводный контроль:**

- наблюдение за учащимися в процессе работы (в течение года);
- коллективные творческие дела, ролевые игры (в течение года).

### **Текущий контроль:**

- проверка репродуктивного уровня усвоения теоретических знаний с использованием карточек – заданий по темам изученного курса (в конце

каждого изученного курса)

- участие в фестивалях и конкурсах патриотического воспитания разного уровня (в течение года).

### **Промежуточная аттестация:**

Конечным результатом выполнения программы предполагается участие в смотрах строевой песни, конкурсах различного уровня.

Уровень знаний, умений и навыков юнармейцев определяется два раза в год (в конце каждого полугодия) - май и декабрь.

Для выявления **результативности работы можно применять следующие формы деятельности:**

- наблюдение в ходе обучения с фиксацией результата;
- анализ, обобщение и обсуждение результатов обучения;
- проведение открытых занятий с их последующим обсуждением;
- участие в фестивалях, конкурсах по патриотическому воспитанию различных уровней.

### **Критерии и способы оценки качества реализации программы.**

Основными показателями результативности программы являются активное участие юнармейцев в конкурсно-соревновательных мероприятиях, которые позволяют им продемонстрировать свои знания, умения и навыки, полученные в результате освоения программы. Для определения качества реализации программы предусмотрены контрольные испытания, проводимые в ходе реализации программы.

Результаты испытаний позволяют оценить степень усвоения материала и систематизируются в форме рейтинга.

**Учебно-тематический план**

| №                                                              | Название темы                                                                                                                                     | Количество часов. |        |          | Формы аттестации/ контроля               |
|----------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|--------|----------|------------------------------------------|
|                                                                |                                                                                                                                                   | Всего             | Теория | Практика |                                          |
| I. Первая помощь (24 ч).                                       |                                                                                                                                                   |                   |        |          |                                          |
| 1.                                                             | Личная и общественная гигиена.                                                                                                                    | 3                 | 3      | 0        | Визуальный контроль                      |
| 2.                                                             | Первая помощь при травмах и несчастных случаях.                                                                                                   | 6                 | 3      | 3        | Визуальный контроль                      |
| 3.                                                             | Перевязочный материал. Повязки: основные виды, правила.                                                                                           | 3                 | 1,5    | 1,5      | Выполнение контрольных упражнений        |
| 4.                                                             | Ушибы, растяжения связок и Первая помощь при них.                                                                                                 | 6                 | 3      | 3        | Визуальный контроль                      |
| 5.                                                             | Закрытые и открытые переломы костей, их признаки. Первая помощь при переломах.                                                                    | 6                 | 0      | 6        | Выполнение контрольных упражнений        |
| II. Туризм (24 ч).                                             |                                                                                                                                                   |                   |        |          |                                          |
| 6.                                                             | Ориентирование на местности без карты.                                                                                                            | 3                 | 1,5    | 1,5      | Визуальный контроль<br>Контрольные тесты |
| 7.                                                             | Составление схемы местности и нанесение цели на схему.                                                                                            | 6                 | 1,5    | 4,5      | Выполнение контрольных упражнений        |
| 8.                                                             | Чтение топографических знаков. Изображение местных предметов и рельефа.                                                                           | 3                 | 3      | 0        | Тест                                     |
| 9.                                                             | Измерение расстояния различными способами.                                                                                                        | 6                 | 1,5    | 4,5      | Контрольные упражнения                   |
| 10.                                                            | Организация движения по азимуту.                                                                                                                  | 6                 | 1,5    | 4,5      | Тест                                     |
| III. Общая физическая подготовка и строевая подготовка (51 ч). |                                                                                                                                                   |                   |        |          |                                          |
| 11.                                                            | Строевая подготовка: обязанности командиров отрядов в организации и управлении строем, строевая выучка. Развитие прыгучести: эстафеты с прыжками. | 6                 | 0      | 6        | Выполнение контрольных упражнений        |
| 12.                                                            | Строевая подготовка: строевая выучка. Бег по пересечённой местности. Провести учёт по прыжкам в длину с места.                                    | 3                 | 0      | 3        | Тест                                     |
| 13.                                                            | Строевая подготовка: действие в составе отряда на месте. Развитие координационных                                                                 | 3                 | 0      | 3        | Визуальный контроль                      |

|                                      |                                                                                                                         |     |      |      |                                   |
|--------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|------|------|-----------------------------------|
|                                      | способностей: челночный бег 3х10 м. Игра на местности.                                                                  |     |      |      |                                   |
| 14.                                  | Строевая подготовка: действие в составе отряда на месте. Общая физическая подготовка. Эстафеты.                         | 6   | 0    | 3    | Выполнение контрольных упражнений |
| 15.                                  | Строевая подготовка: действие в составе отряда на месте. Обучение метанию гранаты в цель.                               | 3   | 0    | 3    | Визуальный контроль               |
| 16.                                  | Строевая подготовка: действие в составе отряда на месте. Развитие скоростной выносливости. Подвижные игры на местности. | 3   | 0    | 3    | Викторина                         |
| 17.                                  | Строевая подготовка: действие в составе отряда в движении. Простейший комплекс силовой подготовки. Бег с заданиями.     | 3   | 0    | 3    | Визуальный контроль               |
| 18.                                  | Строевая подготовка: действие в составе отряда в движении. Полоса препятствий.                                          | 6   | 0    | 6    | Выполнение контрольных упражнений |
| 19.                                  | Строевая подготовка: одиночная строевая выучка. Эстафеты с преодолением вертикальных препятствий.                       | 3   | 0    | 3    | Визуальный контроль               |
| 20.                                  | Строевая подготовка: одиночная строевая выучка. Подвижные игры с элементами лазания, и с прыжками через препятствия.    | 3   | 0    | 3    | Визуальный контроль               |
| 21.                                  | Строевая подготовка: строевые приёмы со знаменем. Подвижная игра на местности. ОФП.                                     | 6   | 0    | 6    | Тест                              |
| 22.                                  | Строевая подготовка: исполнение военной песни в составе отряда в движении. Бег по пересечённой местности с заданиями.   | 6   | 0    | 6    | Смотр песни                       |
| <b>IV. Огневая подготовка (9 ч).</b> |                                                                                                                         |     |      |      |                                   |
| 23.                                  | Неполная разборка и сборка автомата Калашникова.                                                                        | 3   | 0    | 3    | Выполнение контрольных упражнений |
| 24.                                  | Снаряжение магазина. Основы и правила стрельбы.                                                                         | 6   | 0    | 6    | Тест                              |
|                                      |                                                                                                                         | 102 | 19,5 | 82,5 |                                   |

## Содержание

### Раздел I. Первая помощь

#### Тема I. Личная и общественная гигиена

Теория: Уход за своим телом, гигиена спортивной обуви и одежды. Общественная гигиена, с другой стороны, фокусируется на здоровье и благополучии общества в целом. Она включает в себя меры по обеспечению

чистоты и безопасности окружающей среды, а также контроль за распространением инфекционных заболеваний.

**Практика:** Регулярное мытьё: ежедневно принимайте душ или ванну, чтобы удалить грязь, пот и бактерии с поверхности кожи. Используйте мягкие очищающие средства, подходящие для вашего типа кожи.

**Уход за ногтями:** регулярно подстригайте ногти на руках и ногах, чтобы предотвратить их врастание и инфицирование. Следите за чистотой под ногтями.

**Контроль:** Проверка знаний правил, которые направлены на сохранение здоровья человека. Она включает в себя уход за кожей, волосами, полостью рта, а также соблюдение режима дня, закаливание организма и отказ от вредных привычек. Контроль знаний и навыков обучающихся осуществляется с помощью тестов, ситуационных задач, практических заданий и других методов.

## **Тема 2. Первая помощь при травмах и несчастных случаях.**

**Теория:** Правильность последовательности действий до прибытия врачей скорой помощи. Виды травм и несчастных случаев, при которых требуется оказание первой помощи: кровотечения (артериальные, венозные, капиллярные); переломы (открытые и закрытые); вывихи; растяжения и разрывы связок; ушибы; раны (резаные, колотые, рубленые, рваные, укушенные); ожоги (термические, химические, электрические, солнечные)

**Практика:** Устранения факторов, которые угрожают жизни и здоровью травмированного, на избежание нежелательных осложнений, на снижение болевого синдрома и помощь травмированному человеку до прибытия врачей скорой помощи.

**Контроль:** Проверка правильности последовательности действий до прибытия врачей скорой помощи. Контроль знаний и навыков обучающихся осуществляется с помощью тестов, ситуационных задач, практических заданий и других методов

## **Тема 3. перевязочный материал. Повязки: основные виды, правила.**

**Теория:** Виды перевязочного материала. Перевязочный материал — это специальные средства, которые используются для наложения повязок и защиты ран от внешних воздействий. Существует несколько видов перевязочного материала: вата, бинт, салфетка, жгут.

**Практика:** Наложения повязок на голову. Отработка навыков на манекенах. Участие в симуляционных тренингах. Работа с партнёром. После отработки навыков на манекене можно перейти к практике на живых людях.

**Контроль:** Проверка правильности выбора перевязочного материала и наложение его при травме головы.

## **Тема 4. Ушибы, растяжения связок и Первая помощь при них.**

**Теория:** Ушибы, растяжения связок. Ушиб — это закрытое механическое повреждение тканей без значительного нарушения их структуры. При ушибе обычно повреждаются мелкие кровеносные сосуды, что приводит к образованию кровоподтёка и отёка.

**Практика:** Наложения повязок при растяжении. Для отработки навыков оказания первой помощи при ушибах необходимо проводить практические занятия на манекенах, тренажёрах и с использованием специального оборудования. Также можно использовать видеоматериалы, демонстрирующие

приёмы оказания первой помощи, и ситуационные задачи для закрепления знаний и умений.

Контроль: Проверка правильности наложения повязки, при ушибах и растяжениях. Контроль знаний и навыков оказания первой помощи при ушибах осуществляется с помощью тестов, ситуационных задач, практических заданий и других методов. Важно убедиться, что человек, оказывающий первую помощь, знает основные принципы и может применить их на практике.

### **Тема 5. Закрытые и открытые переломы костей, их признаки. Первая помощь при переломах.**

Теория: Виды переломов костей. Признаки перелома. Основы первой помощи при обнаружении перелома. Средства, которые можно использовать при первой помощи при переломе.

Практика: Наложение шины. Для отработки навыков оказания первой помощи при переломах необходимо проводить практические занятия на манекенах, тренажёрах и с использованием специального оборудования. Также полезно изучать видеоматериалы, демонстрирующие приёмы оказания первой помощи, и решать ситуационные задачи для закрепления знаний и умений.

Контроль: Проверка определения вида перелома и наложение шины.

Теория: Профилактика травматизма в походе. Основные правила техники безопасности.

Практика: Основные правила техники безопасности при разведении костра.

Контроль: Проверка техники безопасности при разведении костра. Обучение и тренировка. Для отработки навыков безопасного обращения с огнём и разведения костров необходимо проводить практические занятия и тренировки. Это поможет лучше понять и запомнить правила техники безопасности.

### **Тема 6. Ориентирование на местности без карты.**

Теория: Ориентирование в лесу. Стороны горизонта — четыре основных направления (север, юг, восток, запад), которые используются для определения положения объектов на местности. Компас — прибор для определения направления магнитного севера и ориентации по нему. Азимут — угол между направлением на север и направлением на объект, отсчитываемый по часовой стрелке. Ориентир — заметный объект на местности, который используется для определения местоположения и направления движения. Горизонт — видимая линия, где небо кажется соприкасающимся с поверхностью земли или воды.

Практика: Найти КП. Отработка следования маршруту. При движении по маршруту необходимо постоянно проверять своё местоположение и направление движения. Это поможет избежать отклонений от маршрута и потери ориентации.

Контроль: Проверка последовательности прохождения КП. тестирование, определение расстояния по карте.

### **Тема 7. Составление схемы местности и нанесение цели на схему.**

Теория: Составление схемы местности. Выбор масштаба. Масштаб определяет степень уменьшения размеров объектов на схеме по сравнению с их реальными размерами. Он выбирается в зависимости от размера участка местности и требуемой детализации.

Измерение расстояний. Для определения расстояний на местности используются различные методы, такие как измерение шагами, глазомер, использование специальных приборов (дальномеров).

Практика: Нанесение цели на схему. Процесс составления схемы включает следующие шаги: Выбор масштаба и определение границ участка местности.

Измерение расстояний между основными ориентирами с помощью линейки или глазомера. Нанесение на схему основных ориентиров и деталей рельефа. Оформление схемы в соответствии с условными обозначениями.

Контроль: Правильность составления карты. Контроль знаний и навыков по составлению схем местности осуществляется с помощью тестов, ситуационных задач, практических заданий и других методов. Важно убедиться, что человек, составляющий схему, знает основные принципы и может применить их на практике.

## **Тема 8. Чтение топографических знаков. Изображение местных предметов и рельефа.**

Теория: Изучение условных обозначений рельефа. Условные обозначения рельефа — это специальные символы и знаки, которые используются для представления различных форм земной поверхности на картах и планах. Они помогают понять, как выглядит местность в реальности, даже если вы её не видите.

Практика: Отработка навыков черчения: горизонтали, высоты, бергштрихи, дополнительные навыки.

Контроль: Проверка знаний условных обозначений рельефа.

## **Тема 9. Измерение расстояния различными способами.**

Теория: Измерение расстояния различными способами. Использование карты и масштаба: это наиболее точный способ определения расстояния на местности. Зная масштаб карты, можно легко вычислить реальное расстояние между двумя точками.

Глазомерное определение расстояния: этот метод основан на опыте и способности оценивать расстояние на глаз. Он может быть полезен в условиях, когда нет доступа к картам или измерительным приборам.

Шагомер: подсчёт количества шагов, сделанных при прохождении определённого расстояния, позволяет оценить длину пути. Этот метод требует предварительной калибровки шагомера для учёта индивидуальных особенностей шага.

Практика: Работа с картами. На практике работа с картами предполагает выполнение следующих действий:

Определение масштаба карты: понимание, какое реальное расстояние соответствует одному сантиметру на карте.

Чтение картографических символов: умение распознавать и интерпретировать условные обозначения, такие как дороги, реки, леса и т.д.

Контроль: Правильность работы с масштабами.

## **Тема 10. Организация движения по азимуту.**

Теория: Определение азимута по компасу. Разместить компас на ровной поверхности или держать его в руке, обеспечив горизонтальное положение.

Отпустить тормоз магнитной стрелки и дождаться её полной остановки.

Совместить конец стрелки, указывающий на север, с буквой «N» на шкале компаса. Определить направление на искомый объект.

Практика: Движения по азимуту. Перемещение на местности, сохраняя ориентир направления на объект. Регулярную проверку соответствия курса с использованием компаса для корректировки движения при необходимости.

Контроль: Правильность движения. Регулярный контроль и анализ результатов позволяют выявить и исправить ошибки, улучшить навыки движения по азимуту и повысить точность следования выбранному курсу.

**Тема 11. Строевая подготовка: обязанности командиров отрядов в организации и управлении строем, строевая выучка. Развитие прыгучести: эстафеты с прыжками.**

Теория: Строевая подготовка — это система обучения военнослужащих и других групп людей (например, школьников или участников военно-патриотических клубов) строевым приёмам. Она включает в себя отработку навыков построения, движения и перестроения в строю, а также выполнение команд и сигналов.

Практика: Строевая выучка, эстафета с прыжками. Подбирать упражнения, соответствующие уровню подготовки участников. Постепенно увеличивать сложность и интенсивность упражнений. Контролировать технику выполнения прыжков. Обеспечивать безопасность участников.

Контроль: Правильность подачи строевых команд.

**Тема 12. Строевая подготовка: строевая выучка. Бег по пересечённой местности. Провести учёт по прыжкам в длину с места.**

Практика: Строевая выучка, бег по пересечённой местности.

Контроль: Проверка по прыжкам в длину с места.

**Тема 13. Строевая подготовка: действие в составе отряда на месте. Развитие координационных способностей: челночный бег 3х10 м. Игра на местности.**

Практика: Действие в составе отряда на месте, повороты (налево, направо, кругом)., челночный бег 3х10 м

Контроль: Правильность выполнения команд (налево, направо, кругом).

**Тема 14. Строевая подготовка: действие в составе отряда на месте. Общая физическая подготовка. Эстафеты.**

Практика: Действие в составе отряда на месте( выход из строя, возвращение в строй).

Контроль: Проверка действий выход из строя, возвращение в строй.

**Тема 15. Строевая подготовка: действие в составе отряда на месте. Обучение метанию гранаты в цель.**

Практика: Действие в составе отряда на месте, метание гранаты в цель.

Контроль: Правильность метание гранаты в цель.

**Тема 16. Строевая подготовка: действие в составе отряда на месте. Развитие скоростной выносливости. Подвижные игры на местности.**

Практика: Действие в составе отряда на месте, развитие скоростной выносливости (челночный бег).

Контроль: Проверка правильности выполнения упражнения (челночный бег).

**Тема 17. Строевая подготовка: действие в составе отряда в движении. Простейший комплекс силовой подготовки. Бег с заданиями.**

Практика: Действие в составе отряда в движении (повороты).

Контроль: Проверка действий в составе отряда в движении.

**Тема 18. Строевая подготовка: действие в составе отряда в движении.**

**Полоса препятствий**

Практика: Действие в составе отряда в движении (строевая ходьба с песней), полоса препятствий(бабочка, параллельные прямые, маятник).

Контроль: Проверка прохождения полосы препятствий.

**Тема 19. Строевая подготовка: одиночная строевая выучка. Эстафеты с преодолением вертикальных препятствий.**

Теория: Строевая подготовка: действие в составе отряда в движении. Развитие координационных способностей. Эстафеты, развивающие ловкость, меткость и быстроту.

Практика: Одиночная строевая выучка, эстафеты с преодолением вертикальных препятствий.

Контроль: Проверка, преодоления шведской стенки

**Тема 20. Строевая подготовка: одиночная строевая выучка. Подвижные игры с элементами лазания, и с прыжками через препятствия.**

Теория: Строевая подготовка: действие в составе отряда в движении. Учёт скоростных качеств в беге на 60 и 100 метров. Подвижная игра.

Практика: Одиночная строевая выучка.

Контроль: Проверка одиночной строевой выучки.

**Тема 21. Строевая подготовка: строевые приёмы со знаменем. Подвижная игра на местности. ОФП.**

Теория: Строевая подготовка: строевые приёмы со знаменем. Бег по пересечённой местности. Безопасное поведение во время прохождения трассы. ОФП.

Практика: Строевые приёмы со знаменем., подвижная игра на местности.

Контроль: Проверка приёмов со знаменем.

**Тема 22. Строевая подготовка: исполнение военной песни в составе отряда в движении. Бег по пересечённой местности с заданиями.**

Практика: Исполнение военной песни в составе отряда в движении.

Контроль: Проверка военной песни в составе отряда в движении.

**Тема 23. Неполная разборка и сборка автомата Калашникова.**

Практика: Неполная разборка и сборка АК-74М

Контроль: Проверка неполной разборки и сборки АК-74М на время.

**Тема 24. Снаряжение магазина. Основы и правила стрельбы.**

Практика: Снаряжение магазина.

Контроль: Проверка снаряжение магазина на время.

### **Общая строевая подготовка**

Теория: Строй и управление ими. Строевые приемы. Движения без оружия. Отдание воинской чести без оружия.

Практика: смотр строя и военной песни. Строевая стойка. Выполнение команд «Смирно», «Вольно». Повороты на месте и в движении. Движение походным и строевым шагом.

Выполнение воинского приветствия на месте и в движении. Выход из строя, подход к начальнику и отход от него. Возвращение в строй. Практическая отработка строевых приёмов. Выполнение команд. Повороты на месте и в движении.

Контроль: Проверка знаний теоретических основ строевой подготовки. Проверка правильного выполнения строевых приемов.

### **Общая физическая подготовка**

Практика. Отработка упражнений комплекса. Разминка. Длительный бег, бег с препятствиями и на месте. Отжимания, подтягивание на перекладине, наклоны туловища, приседания. Метание различных по массе и форме предметов на дальность и на меткость. Подвижные игры, эстафеты, игровые упражнения, футбол.

Контроль: Проверка правильного выполнения комплекса упражнений: разминка, бег, отжимания, метания.

### **Военно-прикладная подготовка**

Теория: инструктаж по технике безопасности.

Практика: участие в военно-полевых сборах, соревнованиях. Экскурсии в музеи воинской славы, посещение выставочных залов в целях ознакомления с различными видами прикладного искусства, посещение воинских частей, вахта памяти; подготовка к общешкольным проектам.

Контроль: Контроль посещения экскурсий. Проверка полученных знаний.

### **Спортивные мероприятия**

Теория: инструктаж по технике безопасности.

Практика: участие в военно-полевых сборах, соревнованиях.

Контроль: Проверка знаний техники безопасности.

### **Аттестация по итогам года**

Тестирование по темам программы с выполнением практических заданий.

Контроль: Проверка знаний обучающихся по итогу всего курса.

### **Итоговое занятие**

Практика: Подведение итогов за 2-ой год обучения. Практикум умений и навыков.

Контроль: Проверка умений и навыков обучающихся, которые они приобрели за 2 года обучения.

## КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

### Календарный учебный график

| Год обучения | Объем учебных часов по годам обучения | Всего учебных недель | Количество учебных дней | Режим работы        |
|--------------|---------------------------------------|----------------------|-------------------------|---------------------|
| 1            | 36                                    | 36                   | 36                      | 1 занятия по 1 часу |

### Формы аттестации и система оценки результативности обучения по программе

Формы аттестации: наблюдение, опрос, тестирование, контрольное задание, выставка, итоговое занятие.

Для оценивания результативности обучения по программе используются следующие показатели: теоретическая подготовка обучающихся, практическая подготовка, общеучебные умения и навыки (метапредметные результаты), личностное развитие обучающихся в процессе освоения дополнительной образовательной программы.

Применяется 10-бальная шкала (низкий уровень: 1 – 3 балла, средний уровень: 4 – 7 баллов, высокий уровень: 8 – 10 баллов).

Оценивание результативности обучения проводится: входная аттестация 1–2 недели учебного года, промежуточная аттестация 15–16 недели и 34–35 недели учебного года. По итогам реализации программы проводится итоговая аттестация.

## Контрольно- измерительные материалы

### Оценочные материалы

#### Оценивание предметных результатов обучения по программе:

| Показатели<br>(оцениваем<br>ые<br>параметры)                              | Критерии                                                                            | Методы<br>диагностик<br>и                                           | Степень выраженности оцениваемого качества                                                                      |                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                |
|---------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                           |                                                                                     |                                                                     | Низкий<br>уровень<br>(1-3 балла)                                                                                | Средний<br>уровень<br>(4-7 баллов)                                                                                                            | Высокий<br>уровень<br>(8-10 баллов)                                                                                                                            |
| Теоретическ<br>ие знания<br>по<br>основным<br>разделам<br>программы       | Соответствие<br>теоретически<br>х знаний<br>учащегося<br>программным<br>требованиям | Наблюдение<br>,<br>тестировани<br>е,<br>контрольны<br>й опрос и др. | Обучающийся<br>овладел менее<br>чем половиной<br>знаний,<br>предусмотренн<br>ых программой                      | Объем<br>усвоений<br>знаний<br>составляет<br>более $1\frac{1}{2}$                                                                             | Обучающийся<br>освоил<br>практически<br>весь объем<br>знаний,<br>предусмотренны<br>й программой за<br>конкретный<br>период                                     |
| Практически<br>е умения и<br>навыки,<br>предусмотре<br>нные<br>программой | Соответствие<br>практических<br>умений и<br>навыков<br>программным<br>требованиям   | Контрольное<br>задание                                              | Практические<br>умения и<br>навыки<br>неустойчивые,<br>требуется<br>постоянная<br>помощь по их<br>использованию | Овладел<br>практическими<br>умениями и<br>навыками,<br>предусмотренн<br>ыми<br>программой,<br>применяет их<br>под<br>руководством<br>педагога | Обучающийся<br>овладел в<br>полном объеме<br>практическими<br>умениями и<br>навыками,<br>практические<br>работы<br>выполняет<br>самостоятельно,<br>качественно |

#### Оценивание метапредметных результатов обучения по программе:

| Показатели<br>(оцениваем<br>ые<br>параметры) | Критерии                                                       | Методы<br>диагностик<br>и | Степень выраженности оцениваемого качества                                                                                          |                                                             |                                                                                                 |
|----------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|---------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                              |                                                                |                           | Низкий<br>уровень<br>(1-3 балла)                                                                                                    | Средний<br>уровень<br>(4-7 баллов)                          | Высокий<br>уровень<br>(8-10 баллов)                                                             |
| Учебно-<br>познаватель<br>ные умения         | Самостоятель<br>ность в<br>решении<br>познавательн<br>ых задач | Наблюдение                | Обучающийся<br>испытывает<br>серьезные<br>затруднения в<br>работе,<br>нуждается в<br>постоянной<br>помощи и<br>контроле<br>педагога | Обучающийся<br>выполняет<br>работу с<br>помощью<br>педагога | Обучающийся<br>выполняет<br>работу<br>самостоятельно,<br>не испытывает<br>особых<br>затруднений |

|                                        |                                                                                                              |            |                                                                                                                                                     |                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                     |
|----------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Учебно-организационные умения и навыки | Умение планировать, контролировать и корректировать учебные действия, осуществлять самоконтроль и самооценку | Наблюдение | Обучающийся испытывает серьезные затруднения в анализе правильности выполнения учебной задачи, собственные возможности оценивает с помощью педагога | Обучающийся испытывает некоторые затруднения в анализе правильности выполнения учебной задачи, не всегда объективно осуществляет самоконтроль | Обучающийся делает осознанный выбор направления учебной деятельности, самостоятельно планирует выполнение учебной задачи и самостоятельно осуществляет самоконтроль |
| Учебно-коммуникативные умения и навыки | Самостоятельность в решении коммуникативных задач                                                            | Наблюдение | Обучающийся испытывает серьезные затруднения в решении коммуникативных задач, нуждается в постоянной помощи и контроле педагога                     | Обучающийся выполняет коммуникативные задачи с помощью педагога и родителей                                                                   | Обучающийся не испытывает трудностей в решении коммуникативных задач, может организовать учебное сотрудничество                                                     |
| Личностные качества                    | Сформированность моральных норм и ценностей, доброжелательное отношение к окружающим, мотивация к обучению   | Наблюдение | Сформировано знание на уровне норм и правил, но не использует на практике                                                                           | Сформирован, но не достаточно актуализирован                                                                                                  | Сформированы в полном объеме                                                                                                                                        |

## Условия реализации программы

### Материально-технические ресурсы:

| №  | Название                                          | Количество |
|----|---------------------------------------------------|------------|
| 1  | Противогазы                                       | 20         |
| 2  | Общевойсковые защитные комплекты                  | 1          |
| 3  | Палатка 2-х местная                               | 2          |
| 4  | ДП-5В                                             | 5          |
| 5  | Компасы                                           | 1          |
| 6  | Макеты ручных гранат                              | 5          |
| 7  | Палатка 4-х местная                               | 1          |
| 8  | Коврики туристические                             | 10         |
| 9  | Спальные мешки                                    | 10         |
| 10 | Рюкзаки туристические                             | 10         |
| 11 | Макет автомата                                    | 2          |
| 12 | Винтовка пневматическая                           | 6          |
| 13 | Мячи футбольный, баскетбольный, волейбольный      | 10         |
| 14 | Игра настольная «Набор знаков дорожного движения» | 1          |
| 15 | Медицинская сумка                                 | 2          |
| 16 | Тренажеры спортивные                              | 5          |

### Информационные ресурсы: оргтехника, интернет-ресурсы.

| № | Название               | Количество |
|---|------------------------|------------|
| 1 | Компьютер (планшетный) | 1 шт.      |
| 2 | Флэш-накопитель (USB)  | 1 шт.      |
| 3 | Интернет-соединение    |            |
| 4 | Проектор               | 1 шт.      |

### Кадровые ресурсы: педагог дополнительного образования.

## **Воспитательная работа**

Приоритетной задачей в сфере воспитания обучающихся является развитие высоконравственной личности, разделяющей традиционные духовные ценности, обладающей актуальными знаниями и умениями, способной реализовать свой потенциал в условиях современного общества, готовой к мирному созиданию и защите Родины.

Общая цель воспитания - личностное развитие обучающихся, проявляющееся:

- 1) в усвоении ими знаний основных норм, которые общество выработало на основе общественных ценностей;
- 2) в развитии их позитивных отношений к этим общественным ценностям;
- 3) в приобретении ими соответствующего этим ценностям опыта поведения, опыта применения сформированных знаний и отношений на практике.

Воспитательная работа в рамках программы реализуется в соответствии с календарным планом воспитательной работы, который разрабатывается на основе рабочей программы и включает следующие направления:

- гражданско-патриотическое и правовое воспитание;
- духовно-нравственное, эстетическое воспитание;
- физическое воспитание и формирование культуры здоровья;
- экологическое воспитание;
- популяризация научных знаний и профессиональное самоопределение;
- культура семейных ценностей.

### **Список литературы:**

#### **Литература для педагога:**

1. Волков А.П. «Знай и умей». М., 1990.
2. Гаткин Е.Я. «Безопасность ребенка». М., 2007.
3. Основы безопасной жизнедеятельности. М., «Просвещение», 2002.
4. Серых В.Д. «Воинские ритуалы» М. Военные издательство 1986г.

#### **Литература для обучающихся и родителей:**

1. Куприн А.М. «Занимательно об ориентировании». М., 1996.
2. Никифоров Ю.Б. «Учись наслаждаться движением». М., 1989.
3. Пчелев Е.В. «Государственные символы России» М. Русское слово 2003г.
4. Сингаевский В.Н. «Военно-государственные символы России» М.:АСТ ; СПб.: Полигон 2008г.