

Муниципальная организация дополнительного образования
«Центр дополнительного образования» с. Койгородок

Рекомендовано

Методическим советом
МОДО «ЦДО» с. Койгородок
Протокол № 5 от 31.05.2024г.

Утверждено

Педагогическим советом
МОДО «ЦДО» с. Койгородок
Протокол № 6 от 31.05.2024г.

Ю.В. Лезликова
Приказ ОД № 31 от 31.05.2024г.

Дополнительная общеобразовательная программа –
дополнительная общеразвивающая программа
социально-гуманитарной направленности

«Защитник Отечества»

Возраст детей: 15-17 лет

Срок реализации: 2 года

Уровень освоения программы: базовый

Составитель:

Матвеев Илья Михайлович,
педагог дополнительного образования

с. Койгородок 2024 г.

Комплекс основных характеристик
дополнительной общеобразовательной программы –
дополнительной общеразвивающей программы:

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная программа – дополнительная общеразвивающая программа «Защитник Отечества» (далее – программа) имеет *социально-гуманитарную направленность*. Программа включает в себя несколько блоков: история, ратные подвиги защитников Отечества, строевая и огневая подготовка, ОФП, основы безопасности и т.д. – все это и многое другое становится формированием у детей осознанного отношения к Родине, ее прошлому и будущему.

Патриотическое воспитание подрастающего поколения всегда являлось одной из важнейших задач, стоящей перед государством и обществом, ведь детство и юность — самая благодатная пора для формирования в личности чувства ответственности за судьбу страны, в которой живешь и общества, которое тебя окружает.

Проблема воспитания молодежи в духе любви к Родине и преданности Отечеству всегда стояла в центре внимания ученых и педагогов на протяжении всей истории развития человечества. Константин Дмитриевич Ушинский отмечал, что как нет человека без самолюбия, так нет человека без любви к Отечеству, и эта любовь дает воспитанию ключ к сердцу человека и опору для борьбы с его дурными природными, личными, семейными и родовыми наклонностями.

Проявляясь в первую очередь как эмоционально-возвышенное отношение к Отечеству, как одно из высших чувств человека, патриотизм выступает в качестве важной составляющей духовного богатства личности, характеризует высокий уровень ее социализации. Истинный патриотизм всегда есть единство духовности, гражданственности и

социальной активности человека, является действенной побудительной силой и реализуется в деятельности личности на благо Отечества.

Патриотическое воспитание и формирование российской идентичности предусматривает:

- формирование у детей патриотизма, чувства гордости за свою Родину, готовности к защите интересов Отечества, ответственности за будущее России на основе развития программ патриотического воспитания детей, в том числе военно - патриотического воспитания;
- развитие у подрастающего поколения уважения к таким символам государства, как герб, флаг, гимн Российской Федерации, к историческим символам и памятникам Отечества.

Актуальность программы. Сегодняшний день, заставляет нас обращать внимание на новую реальность, условия, новую подготовку к реальной жизни, с её благами и опасностями. Данная программа создает условия для развития у детей физической и морально-психологической готовности к защите Отечества.

Отличительные особенности программы. Данная программа не имеет аналогов в Койгородском районе Республики Коми.

Уникальность и принципиальное отличие данной программы - это насыщенность встречами и дискуссиями с ветеранами боевых действий, сотрудниками полиции, интересными людьми села и района. Ключевым является то, что обучение по программе подводит молодых людей к осознанию своей роли в служении Отечеству, к убежденности в необходимости его защиты.

Данная Программа составлена на основе дополнительной образовательной программы патриотического воспитания «Служу Отечеству!», разработанной Автономной некоммерческой организацией «Военно-патриотический центр «Вымпел» (Москва, 2016 г.).

Уровень усвоения Программы – базовый.

Классификация Программы – одноуровневая.

Адресат Программы – набор в группы осуществляется на добровольной основе, могут быть приняты как девочки, так и мальчики. Набор в группы первого года обучения осуществляется на основе заявления родителей (законных представителей). В группу зачисляются обучающиеся 15 - 17 лет. На второй год обучения могут быть зачислены обучающиеся, не занимавшиеся в группе первого года обучения, но успешно прошедшие собеседование.

Объем и срок освоения программы: совокупная продолжительность реализации образовательной программы составляет 288 часов, 2 года.

Год обучения	Количество детей в группе	Продолжительность одного занятия	Всего часов в неделю	Общее количество часов в год
1	10-15	45 минут	5	144
2	10-15	45 минут	5	144

Форма обучения – очная.

Особенности организации образовательного процесса - состав группы – постоянный. Занятия групповые.

Цель программы: создание условий и возможностей для формирования патриотического сознания, социальной активности обучающегося, физически и морально-психологической готовности к защите Отечества на основе знаний и умений по начальной военной подготовки.

Задачи:

Обучающие:

- сформировать знания в области истории Отечества и Вооруженных сил Российской Федерации, а так же знаний и умений в области начальной военной подготовки, физической культуры и спорта, культуры и права; знакомство с основными нормами морали;

- формировать первоначальные знания о традициях, их роли в культуре истории и современности Республики Коми и России;
- сформировать знания и умения в области военного дела и их успешное применение на практике в процессе занятий, сборов;
- расширить знания в проектной деятельности.

Развивающие:

в области информационной компетенции:

- обучить принципам функционирования поисковых систем, топологии информации и способов ее преобразования, типов информационных угроз и способов защиты, социально-правовых аспектов использования информации;
- находить применение обучающимися знаний в решении ситуаций, выбора ими адекватного способа представления информации.

в области критического мышления:

- обучить теоретическим основам критического мышления;
- сформировать практические навыки критического мышления (анализ, оценка, объяснение, постановка гипотез, контроль и др.);

в области креативной компетенции:

- сформировать умения представлять и разрабатывать новые подходы к решению проблем, выражать идеи, применяя, синтезируя и видоизменяя знания;

в области коммуникационной компетенции:

- организовать процесс получения знаний о коммуникации, ее видах и закономерностях;
- сформировать умения выразить и интерпретировать мысли, чувства и факты в устной и письменной речи, а также эффективно коммуницировать в различных социальных контекстах;

в области компетенции сотрудничества:

- обучить правилам и стандартам поведения в совместной деятельности в группе;

- обеспечить приобретения опыта работы в группах в разных ролях, участия в эффективных групповых обсуждениях.

Воспитательные:

- воспитывать гражданско-патриотическую позицию обучающихся в процессе деятельности;
- содействовать воспитанию инициативности у обучающихся;
- воспитывать ответственность за результат собственного труда;
- сформировать утверждение в сознании и чувствах обучающихся патриотических взглядов и убеждений, уважения к культурному и историческому наследию России, повышение престижа государственной и военной службы, защиты Отечества;
- формировать доброжелательное, доверительное отношение к людям.

Учебно-тематический план 1 года обучения

№ п/п	Раздел	Всего	Теория	Практика	Формы аттестации/ контроля
1	Вводное занятие. Входящий контроль.	2	1	1	Собеседование
2	Общественно-государственная подготовка	14	7	7	
3	Ратные подвиги защитников Отечества	20	10	10	
4	Личность и коллектив	14	7	7	
5	Промежуточный контроль.	2	-	2	Защита проекта
6	Основы военной службы	10	5	5	

7	Строевая и огневая подготовка	28	4	24	
8	Общефизическая подготовка	36	2	34	
9	Основы безопасности в различных ситуациях	6	3	3	
10	Воспитательная работа	10	5	5	
11	Промежуточная аттестация	2	-	2	Сдача нормативов
Всего часов:		144	54	126	

Содержание программы

Раздел 1. Вводное занятие

Данный этап начинается со вступительной беседы, в которой раскрываются цели и задачи программы. Выявление уровня развития детей.

Выработка целей и задач на учебный год.

- Беседа на тему: «Соблюдение правил техники безопасности», беседы о терроризме и эвакуации.
- Беседа о правилах поведения на занятиях.
- Беседа о форме одежды на занятиях.

Раздел 2. Общественно-государственная подготовка.

Тема 1. Современное политическое положение в мире.

Теория. Современная геополитическая ситуация в мире. Россия - крупнейшее в мире государство. Географическое и политическое положение России в мире. Внешняя политика России. «Новости политики». Противодействие негативным явлениям в обществе.

Практика. Дискуссия о постиндустриальной стадии общественного развития Отечества. Работа с понятиями

«информационная революция», «информационная война», «глобализация», «интеграция», «многополярный мир» и др. Практическая работа по составлению сравнительно-обобщающей таблицы «Россия XXI вв.: экономика, международная политика, культура и наука».

Тема 2. Я гражданин России. Моя гражданская позиция.

Теория. Достойный образ жизни человека и гражданина. Наша Родина - Российская Федерация. Наша малая Родина – Республика Коми. Правила жизни в стране - законы. Конституция - основной закон Российской Федерации. Понятия «гражданин», «общество». Что значит быть гражданином? Как устроено наше общество? Как мы взаимодействуем в нем? Способы служения Отечеству. Защита Родины через достойный (деятельностный) образ жизни. Деятельностный патриотизм: будущее или традиция. Понятие долга, совести и чести. Проектная деятельность. Структура проекта.

Практика. Интеллектуальная правовая игра «Знатоки Конституции». Работа с социальными и образовательными проектами федеральной платформы «Россия - страна возможностей». Этическая беседа, посвящённая проблемам и возможностям малой Родины. Круглый стол с почётными людьми района. Проект «Улица героев» или «Россия - наш дом».

Тема 3. Государственная символика России

Теория. История государственных символов России. Государственный герб России. Государственный гимн России. Государственный флаг России. Столица России. Президент России. Региональный компонент: столица Республики Коми. Герб, флаг, гимн Республики Коми. Ответственность за нарушение правил использования государственной символики.

Практика. Этическая беседа «Гимн России как отражение суверенитета страны, единство прошлого и настоящего Российской

Федерации». Разработка символики малой родины (герба) села Койгородок. Защита символики.

Тема 4. Национальное самосознание российского народа. Семья-щит России.

Теория. Национальное самосознание, менталитет российского народа, его культурно-историческое наследие. Активная гражданская позиция. Патриотизм - любовь и преданность Отечеству. Проявление патриотизма в повседневной жизни. Моя малая родина. Место, где ты родился. Краткая история города/села. Семья – основа общества и государства. Семья - сила России. Укрепление семейных связей, добросовестный труд, добропорядочность-способы служения Отечеству.

Практика. Трудовые десанты по приведению в порядок памятников воинской славы и обелисков. Разработка интерактивной экскурсии к памятному месту района. Создание семейного древа обучающихся. Мини- проект «Моя семья – моя опора», защита проекта с привлечением родительского сообщества.

Раздел 3. Ратные подвиги защитников Отечества

Тема 1. Воинская слава России.

Теория. Гражданский долг. Духовный долг человека. Понятие «патриот», «патриотизм». Любовь к Отечеству. Значимость знания своей истории.

Практика. Дискуссия «Кто такой герой?», «Что значит быть патриотом?». Практическая работа «Долг и совесть».

Тема 2. Герои Великой Отечественной войны.

Теория. Подвиг народа. Подвиги, которые должен знать каждый: *Александр Матросов, Николай Гастелло, Алексей Маресьев, Виктор Талалихин, Андрей Корзун, Александр Герман, Владислав Хрустицкий, Зоя Космодемьянская и другие.*

Практика. Создание экспозиции «Герои Великой Отечественной войны». Выступление с докладами и героях ВОВ. Работа с платформой «Подвиг народа» с целью систематизации знаний о подвиге семьи в истории страны. Подготовка сообщения об участие членов семьи в ВОВ.

Тема 3. Без срока давности

Теория: Сохранение исторической памяти о трагедии мирного населения СССР – жертв военных преступлений нацистов и их пособников в период Великой Отечественной войны. Формирование чувства неприятия нацизма и устойчивого представления о неотвратимости наказания за преступления против человечества.

Практика: Практикум «Законодательная база РФ по наказанию нацистов». Подготовка к конкурсу сочинений, конкурсу видеосюжетов «Без срока давности». Оформление экспозиции «Без срока давности».

Тема 4. Молодые ветераны.

Теория. Воины-интернационалисты (Герои Афганистана. Герои Чечни).

Практика. Встречи с участниками локальных боевых действий Койгородского района. Создание видеозарисовок о ветеранах боевых действий.

Раздел 4. Личность и коллектив

Тема 1. Ресурсный круг

Теория. Правила поведения в круге. Проведение комплексного занятия, направленного на командообразование. Что такое эффективное общение. Доброжелательность-основа нравственных отношений в коллективе.

Практика. Практические упражнения на командообразование, сплочение коллектива.

Тема 2. Эмоции и поведение

Теория. Страх, природа страха. Страх, обусловленный сверхценностью. Привыкание к страху. Замещение положительными эмоциями. Стресс и его три стадии. Разрушающая и мобилизующая форма стресса. Методы разрушения ценностей в обществе.

Практика. Упражнение «Страх и его преодоление». Практикум «Стресс и его коррекция».

Тема 3. Личность и коллектив

Теория. Неформальные молодежные группы. Криминализация в асоциальных группах. Антисоциальная субкультура. Опасность криминальных групп. Понятия «группа», «коллектив», «компания», «команда» (признаки и назначение). Главные критерии успешной команды (уважение, сплоченность, взаимопонимание, взаимовыручка). Коллектив: стадии развития, ценности, коммуникации. Социальные роли. Типы руководства. Понятие служения. Молодёжные субкультуры - в чём опасность?

Практика. Практическая работа по теме «Человек- личность». Творческая работа «Субкультура будущего».

Тема 4. Проблемы общения

Теория. Основы расположения человека к себе. Пять правил, как говорить добрые слова и как отказывать, не испортив отношений. Структурирование разговора, уход от темы разговора. Язык жестов в невербальном общении. Чистота речи как способ защиты Родины. Нецензурная брань-способ разрушения ценностей, утрата людьми доброго отношения к Отечеству, к предкам, к родителям.

Практика. Мастер - класс «Слово, способное остановить войну». Практические упражнения по технике речи «Управлять, убеждать и побеждать!». Упражнения по избавлению от чувства неловкости при публичном высказывании своего мнения.

Тема 5. Управление собой

Теория. Воспитание силы воли. Воспитание добропорядочности. Проблемы одиночества в экстремальной ситуации. Пути формирования психологической готовности к бою. Правила, обеспечивающие снятие психической напряженности и усталости в боевых условиях. Преодоление психологических последствий после участия в боевых операциях.

Практика. Практикум «Как научиться управлять личными ресурсами?».

Тема 6. Воспитание психологической устойчивости при выполнении учебно-тренировочных задач

Теория. Приемы и методы психологической подготовки разведчиков, способы создания трудностей и напряженности при проведении занятий. Пути формирования на занятиях психологической устойчивости, готовности к преодолению опасностей в боевой обстановке, способности выдерживать психологические и физические нагрузки, напряженность и лишения.

Практика. Тактические упражнения «Быть готовым ко всему».

Тема 7. Морально-психологическая подготовка личного состава разведки

Теория. Опыт морально-психологической подготовки разведчиков в годы Великой Отечественной войны. Противостояние идеологическим диверсиям местного населения. Стихийные процессы передачи информации их виды, процесс возникновения. Толпа и ее психология. Виды и процессы формирования толпы. Факторы, влияющие на поведение человека в толпе. Способы выявления лидеров и их подавление. Индивидуальные и коллективные формы панических реакций в ЧС. Условия их возникновения, методы предупреждения и пресечения. Противодействие слухам.

Практика. Тактические упражнения «Одиночная подготовка разведчиков», «Передвижение разведчиков в тылу противника»,

«Организация передвижения», «Способы движения и преодоления препятствий», «Обеспечение скрытности марша», «Особенности передвижения ночью», «Способы сигнализации на марше».

Методические рекомендации к разделу.

Все занятия имеют практическую направленность, что обуславливает их проведение в обстановке полного контакта с аудиторией в виде дискуссий, практических занятий. Предлагается несколько вариантов решения проблемы, предоставляя выбирать способы решения самим подросткам.

Для организации занятий могут быть приглашены педагог-психолог МБОУ «СОШ» с.Койгородок или врач-психолог ГУЗ РК «Койгородская ЦРБ».

Раздел 5. Промежуточный контроль

Практика: Защита индивидуального проекта, посвященного героям ВОВ или воинам-интернационалистам. Оценка проектной деятельности.

Раздел 6. Основы военной службы

Тема 1. Вооруженные силы России и другие войска - основа военной организации государства

Теория. Военная служба – особый вид государственной службы. Правовое положение военнослужащих. Порядок прохождения военной службы. Символы воинской чести. Воинские звания. Военно-профессиональная деятельность. Военная специальность и группы сходных воинских должностей.

Назначение и боевые возможности видов ВС России, железнодорожных, пограничных войск, войск министерства безопасности и внутренних войск МВД. Рода войск. Их назначение. История

Воздушно-десантных войск России, морской пехоты и пограничных войск. Силы специальных операций (ССО) иностранных государств - общий обзор.

Знамя воинской части и присяга. История и судьбы. (полководцы России).

Практика. Практическая работа по изучению Закона о всеобщей воинской обязанности. Ответственность призывников за уклонение от воинской службы. Встречи – дискуссии с ветеранами Койгородского отделения Всероссийской общественной организации ветеранов «БОЕВОЕ БРАТСТВО», Государственным фондом «Защитники Отечества», демобилизованными воздушно-десантных войск, пограничных войск и т.д. Выездные экскурсии в военный Комиссариат Сысольского, Койгородского и Прилузского районов Республики Коми. Разработка командного проекта «Равнение на Победу!». Защита идеи проекта.

Тема 2. Военнослужащие и взаимоотношения между ними

Теория. Понятие о воинских уставах, история их создания. Положения уставов и нравственные принципы. Общие обязанности военнослужащего. Начальники и подчиненные, старшие и младшие. Права и обязанности прямых и непосредственных начальников.

Практика. Практикум «Воинская этика». Порядок отдачи и выполнения приказаний. Общие права и обязанности командиров и других прямых начальников.

Тема 3. Обязанности лиц суточного наряда

Теория. Караул, его состав форма одежды и вооружение. Часовой и караульный. Подчиненность и обязанности часового и выводного. Внутренний порядок в карауле. Дежурство.

Практика. Имитационная игра «Суточный наряд» с привлечением сотрудников ОП №14 МОМВД России «Сысольский».

Методические указания к разделу.

Необходимые знания и качества у обучающихся вырабатывать в ходе проведения всех занятий по военной подготовке и ходе повседневной деятельности детского объединения.

Необходимо настойчиво использовать активные формы занятий: диспуты, дискуссии, «круглые столы».

Раздел 7. Строевая и огневая подготовка

Тема 1. Строевые приемы и движения без оружия

Теория. Строи и их виды. Обязанности солдат перед построением и в строю. История парадов в мире и России. Знаменитые воинские парады.

Практика. Предварительная и исполнительные команды. Строевая стойка. Выполнение команд: «становись», «равняйся», «смирно», «вольно», «разойдись», «заправиться», «отставить», «головные уборы – снять (надеть)», «по порядку (на первый-второй) рассчитайсь». Движение строевым и походным шагом. Выполнение команд на изменение скорости и темпа движения. Повороты на месте и в движении. Отдание воинского приветствия на месте и в движении, в головном уборе и без него. Выход из строя. Подход к начальнику и возвращение в строй. Движение в составе отделения, взвода строевым и походным шагом. Повороты в движении в составе отделения. Перестроение из колонны по два в колонну по три в движении. Размыкание и смыкание строя. Выполнение команды в одношереножном и двухшереножном строю. Перестроение из одношереножного строя в двухшереножный, трехшереножный и обратно.

Тема 2. Неполная разборка – сборка макета автомата АК-74

Теория. Знакомство обучающихся с назначением, боевыми свойствами АК-74 и устройством его частей и механизмов, автоматические действия автомата АК-74.

Практика: Упражнения по разборке и сборке после разборки автомата АК-74.

Тема 3. Стрельба из пневматической винтовки

Теория. Процессы, происходящие при выстреле, умения грамотно оценить и применить факторы, влияющие на результат стрельбы важно ознакомить стрелка с устройством оружия, взаимодействием частей и механизмов винтовки при зарядании и производстве выстрела. Физике движения пули и поражения мишени. Устройство тела человека и связанных с этим факторов, влияющим на выстрел.

Практика. Упражнения по пулевой стрельбе из пневматической винтовки. Выполнения упражнений по физической подготовки, с целью укрепления мышц рук. Организация соревнований по стрельбе в Центре.

Тема 4. Строевые приемы и движение с оружием (макетами)

Теория. Строевая стойка с оружием. Особенности строевой стойки со стрелковым оружием различного типа.

Практика: Выполнение приемов с оружием на месте. Отдание воинского приветствия с оружием на месте и в движении. Выполнение приемов с оружием на месте и в движении.

Методические рекомендации к разделу

Занятия по строевой подготовке могут проводиться как в виде самостоятельной тренировки, так и в ходе тактико-строевых и тактических занятий, полевых выходов для закрепления и проверки полученных навыков.

Наименование тем и количество учебных часов по огневой подготовке является индивидуальной для каждой группы (связано с наличием материальной базы).

Изучение материальной части оружия и стрельбы из него могут проводиться в иной последовательности, чем указано в плане в виду наличия тех или иных типов вооружения. Например, во время летних учебных сборов на базе Центра.

Особое внимание на любых занятиях, в т.ч. и при изучении учебного оружия и охолощенных боеприпасов, следует уделять соблюдению правил техники безопасности.

Раздел 8. Общефизическая подготовка

Тема 1. Общая физическая подготовка

Теория. Правила проведения спортивных игр. Техника безопасности при проведении спортивных игр.

Общеразвивающие упражнения:

- ходьба по кругу в колонне, ходьба на носках, на пятках, в полуприсяде;
- бег по кругу в колонне, спиной вперед, приставным шагом, бег с ускорением с захлестом голени и высоким подниманием бедра;
- прыжки на одной и двух ногах на месте и с передвижением, с поворотами в разные стороны;
- круговые наклонные движения туловищем и головой, маховые и круговые движения руками и ногами;
- упражнения на развитие силы, скорости, скоростно-силовых качеств, гибкости, выносливости, формирование правильной осанки.

Практика. Специальные упражнения: техника подстраховки и самостраховки при падениях вперед, назад, в стороны, и из положения сидя и лежа, через партнера; переползания разных типов: по-пластунски, крокодил; кувырки вперед, назад, прыжок-кувырок; стойка на руках, ходьба и отжимания на руках.

Техника передвижений: шагом, бегом, приставным шагом, челночное перемещение (влево, вперед, назад, вправо).

Акробатическая подготовка (кувырки, перевороты, прыжки, сальто).

Проведение спортивных игр: командные «выбивалы». Футбол теннисным мячом. Игры, развивающие равновесие, сообразительность,

координацию движения, реакцию, силовую и скоростную выносливость: «пятнашки», «вышибала», «выталкивание из круга», «конный бой», «перетягивание каната».

Тема 2. Общая физическая подготовка со специальной направленностью

Теория. Развитие силы, скорости, скоростно-силовых качеств, гибкости, выносливости. Акробатическая подготовка: кувырки, перевороты, прыжки, сальто. (Кувырок вперёд. Кувырок назад. Кувырок через препятствие в длину и в высоту. Колесо. Ходьба на руках).

Совершенствование страховки и само страховки. Комплекс игр - заданий по совершенствованию противоборства в различных стойках. Общеразвивающие упражнения: перемещения зашагиванием, забеганием, прыжком, передвижение по дуге и зигзагом.

Практика. Специальные упражнения. Бег по кругу в колонне, спиной вперед, приставным шагом, бег с ускорением с захлестом голенью и высоким подниманием бедра; прыжки на скакалке; отжимание от пола, в упоре лежа, подтягивание на перекладине; упражнения на гибкость, растягивание мышц и сухожилий, формирование правильной осанки; прыжки в высоту и длину через «козла», «коня», акробатика.

Тема 3. Общая физическая подготовка со специальной направленностью

Теория. Развитие силы, скорости, скоростно-силовых качеств, гибкости, выносливости. Акробатическая подготовка: кувырки, перевороты, прыжки, сальто. (кувырок прогибом, сальто вперед и назад, рандат, колесо на одной руке). Совершенствование страховки и само страховки. Комплекс игр – заданий по совершенствованию противоборства в различных стойках.

Практика. Бег по кругу в колонне, правым и левым боком, спиной вперед, приставным шагом, бег с ускорением с захлестом голени и высоким подниманием бедра; прыжки на скакалке; отжимание от пола в

упоре лежа, подтягивание на перекладине; упражнения для развития брюшного пресса и спины; упражнения на гибкость, растягивание мышц и сухожилий, формирование правильной осанки; прыжки в высоту и длину, упражнения для укрепления голеностопа.

Тема 4. Общая физическая подготовка со специальной направленностью.

Теория. Развитие силы, скорости, скоростно-силовых качеств, гибкости, выносливости. Акробатическая подготовка: принципы выполнения кувырков и перекатов на жесткой поверхности.

Практика. Развивающие упражнения: переползание боком вперед, ногами вперед, головой вперед; движение «ящерица», червяком (на животе и спине); отжимание с хлопками, стоя на руках; бег в полуприсяде, гусиный шаг, хождение с помощью мышц таза; отжимание от пола в упоре лежа на разных ударных поверхностях, подтягивание на перекладине; упражнения для развития брюшного пресса и спины; упражнения на гибкость и растягивание мышц и сухожилий. Работа с собственным весом. Проведение спортивных игр: Командные «выбивалы». Удержание мяча. Футбол теннисным мячом. Боевые игры: «стенка на стенку», «ручеек».

Тема 5. Общая физическая подготовка со специальной направленностью

Теория. Развитие силы, скорости, скоростно-силовых качеств, гибкости, выносливости.

Практика. Акробатическая подготовка: выполнение кувырков и перекатов на жесткой поверхности. Ускоренное передвижение. Бег 60 м и 100 м. Бег 100 м и челночный бег 10x10 м. Челночный бег 3x10м, 10x10 м., 4x100 м и бег 200 м. Кроссовый бег на 300 м и 500 м.; 1, 2 и . 3 км. Общеразвивающие упражнения, упражнения на гибкость и растягивание мышц и сухожилий. Комплексы упражнений атлетической гимнастики. Упражнения эспандером. Упражнения с амортизатором. Упражнения с

гантелями. Упражнения с гирями. Схема развития силы разных мышечных групп. Двуглавая мышца плеча, мышцы шеи, трапециевидная мышца, дельтовидная мышца, большая грудная мышца, мышцы предплечья, прямая мышца живота, четырехглавая мышца бедра, икроножная мышца, мышцы задней поверхности бедра, наружная косая мышца живота длинные спинные мышцы, широчайшая мышца спины, трехглавая мышца плеча. Проведение спортивных игр: футбол, волейбол, футбол по правилам.

Тема 6. Общая физическая подготовка со специальной направленностью

Теория. Развитие силы, скорости, скоростно-силовых качеств, гибкости, выносливости.

Практика. Акробатическая подготовка. Ускоренное передвижение. Челночный бег 3x10м, 10x10 м., 4x100 м Кроссовый бег на 3, 5, 10 км. Разучивание техники бега по пересеченной местности. Тренировки в совершении марш-броска. Тренировки в совершении марш-броска на 5 км. Тренировки в совершении марш-броска на 5 км в составе объединения. Лыжная подготовка. Лыжная гонка на 5 км. Марш на лыжах в составе объединения 10 км. Общеразвивающие упражнения, упражнения на гибкость и растягивание мышц и сухожилий. Прыжки в длину. Упражнения в лазании по шесту (канату) с помощью ног и на руках. Игры с элементами борьбы, переноска грузов, поднятие гири 16 кг. Тренировка в метании гранат. Проведение соревнований на личное первенство. Проведение спортивных игр: футбол, волейбол, футбол по правилам.

Раздел 9. Основы безопасности в различных ситуациях

Тема 1. Первая помощь при состояниях, угрожающих жизни человека

Теория. Способы определения наличия дыхания и сердцебиения (прием слышу – вижу - чувствую). Способы восстановления проходимости дыхательных путей пострадавшего. Искусственная вентиляция легких (ИВЛ) («изо рта в рот» и «изо рта в нос»). Непрямой массаж сердца. Классификация способов остановки кровотечений. Различие способов остановки кровотечений по механизму их действия. Раневой процесс и его влияние на способы оказания первой помощи. Отек, его развитие и значение отека, возможные осложнения. Понятия асептики и антисептики. Правила обработки ран.

Практика. Упражнения по теме занятия на муляжах.

Тема 2. Травмы и травматический шок. Простейшие способы обезболивания

Теория. Определение травмы и его анализ. Обоснование простейших способов уменьшения боли на этапе первой помощи. Что такое иммобилизация, её значение. Классификации травм.

Практика. Практикум «оказание первой доврачебной помощи».

Тема 3. Личная и общественная гигиена. Предупреждение инфекционных заболеваний

Теория. Ответственное отношение к своему здоровью. Забота о своём здоровье - прямая обязанность гражданина. Требования по соблюдению правил личной и общественной гигиены. Правила ухода за кожей, руками, ногами. Предупреждение гнойничковых заболеваний. Закаливание организма. Значение личной гигиены при пребывании в полевых условиях. Понятие об инфекционных заболеваниях. Условия возникновения инфекционных заболеваний. Пути передачи инфекций. Иммуитет. Мероприятия по предупреждению заболеваний. Целомудрие как способ ведения здорового образа жизни.

Практика. Экскурсия в ГУЗ РК «Койгородская ЦРБ» с целью знакомства правилами обработки ранений и профилактики гнойничковых заболеваний.

Раздел 9. Воспитательная работа

- Церемония «Посвящение в члены объединения».
- Привлечение родительского сообщества к совместной практической деятельности с детьми.
- Встречи с ветеранами Койгородского отделения Всероссийской общественной организации ветеранов «БОЕВОЕ БРАТСТВО», Государственным фондом «Защитники Отечества», Организация ветеранов Койгородского района, сообщество ликвидаторов-чернобыльцев АЭС Койгородского района и др.;
- Посещение памятных исторических мест Койгородского района и Республики Коми, музеев, объектов культурного наследия федерального и республиканского значения;
- Участие в интеллектуальных мероприятиях, посвящённых истории России и Республики Коми. Разработка проектных инициатив для обучающихся Центра.

Возможные темы проектов

1. Я – гражданин:

Темы возможных проектов: «Я - гражданин России», «Россия - наша Родина», «С чего начинается Родина», «Герои России».

2. Мой родной край:

Темы возможных проектов: Межрегиональная конференция «Спиридоновские чтения», республиканская конференции «Я-исследователь, я познаю мир», районная патриотическая конференция «Шутовские чтения», районная научно-практическая конференция «История и современность сел и посёлков Койгородского района».

Учебно-тематический план 2 года обучения

№ п/п	Раздел	Всего	Теория	Практика	Формы аттестации/ контроля
1	Вводное занятие. Входящий контроль.	2	1	1	Собеседован ие, наблюдение
2	Общественно- государственная подготовка	8	4	4	
3	Ратные подвиги защитников Отечества	24	12	12	
4	Выживание в экстремальных ситуациях.	10	5	5	
5	Личность и коллектив.	4	2	2	
6	Промежуточный контроль.	2	-	2	Защита проекта
7	Основы военной службы	10	5	5	
8	Строевая и огневая подготовка	28	3	25	
9	Общефизическая подготовка	36	8	28	
10	Основы безопасности в различных ситуациях.	8	4	4	
11	Воспитательная работа	10	5	5	
12	Итоговый контроль.	2	-	2	Сдача нормативов
Всего часов:		144	49	95	

Содержание программы

Раздел 1. Вводное занятие.

Тема 1. Вводное занятие. Входящий контроль.

Теория. Цели и задачи на учебный год.

Практика. Выполнение входящего контроля.

В рамках входящего контроля наблюдается уровень сформированности мотивационно-личностной готовности по военно-патриотической деятельности.

Раздел 2. Общественно-государственная подготовка

Тема 1. Современное политическое положение в мире

Теория. Антитеррор – как средство противодействия современному терроризму. Терроризм как социальное зло. Преступная сущность и антинародный характер терроризма. История и причины живучести терроризма. Способы вовлечения молодежи в террористическую деятельность. Государство, закон и общество против терроризма.

Практика. Выполнение творческой работы «Антитеррор: безопасность в твоих руках». Участие в региональном молодежном конкурсе проектов «Мы против терроризма». Практикум «Как ведёт себя заложник?»

Тема 2. Информационная безопасность.

Теория: Информация и ее роль сегодня. Особенности тенденциозной подачи информации. Психологическое воздействие информации на человека. Управление личностью через сеть. Виды интернет-мошенничества. Предложения по установке вредоносных устройств. Технологии манипулирования в Интернете. Государственная политика в области кибер-безопасности. Терроризм и интернет.

Практика: Проект по созданию серии выпусков по безопасности в сети Интернет «Мой безопасный Интернет». Практическая работа «Где мои цифровые следы?».

Раздел 3. Ратные подвиги защитников Отечества

Тема 1. Военная слава России.

Теория. Гражданский долг. Духовный долг человека. Любовь к Отечеству. Значимость знания своей истории. Кто такой герой? История военной школы России. Офицерский корпус Вооруженных сил Русского Государства и его роль в Вооруженных Силах. Традиции. Сталинградская битва. Всемирно – историческое значение победы Красной армии в Сталинградской битве. Подвиг народа. Победа советских войск на Курской дуге (23 августа 1943 года) Коренной перелом в Великой Отечественной войне. Блокада Ленинграда и её снятие. Подвиг народа. Дорога жизни.

Практика. Работа с историческими источниками. Оформление экспозиции о переломных событиях в ВОВ, презентации экспозиции обучающимся младшего и среднего школьного возраста.

Тема 2. Герои России.

Теория. Герои Республики Коми – Герои России. Подвиги Гвардии подполковника Поздеева И.В, гвардии капитана Носова В.Н., старшего матроса Шипицина О.А., младшего сержанта Хлобыстова А.М., ефрейтора Власенкова А.А.

Практика. Работа с источниками информации. Разработка мероприятия «Герои Республики Коми- Герои России» для обучающихся иных объединений, проведение мероприятия.

Тема 3. Герои Великой Отечественной войны.

Теория. Дети-герои: Валя Котик - партизан разведчик. Пётр Клыпа – «кулак немцам». Аркадий Каманин – самый молодой лётчик ВОВ. Разведчик Леонид Голиков. Партизан Марат Казей. Каникулы у бабушки Зины Портновой и иные. Молодежная подпольная организация.

Практика. Работа с источниками информации. Дискуссия по теме «Героическая и трагическая история», посвященная судьбам пионеров-героев.

Тема 4. Молодые ветераны.

Теория. Воины-интернационалисты (Герои Афганистана. Герои Чечни).

Практика. Организация вечера встречи «Память огненных лет». Организация и проведение мероприятия «Солдат войны не выбирает».

Тема 5. Выдающиеся военные ученые и конструкторы России.

Теория. Оружия массового поражения и защита от него. Химическая атака.

Практика. Практикум «Действия при химической атаке». Практикум по созданию индивидуального средства защиты.

Раздел 4. Выживание в экстремальных ситуациях.

Тема 1. Личное и групповое турснаряжение.

Теория. Организация туристического быта. Привалы и ночлеги. Развертывание и свертывание лагеря. Типы костров.

Тема 2. Маршрут выживаемости.

Теория. Установка и снятие палатки лагерной. Разжигание костра. Преодоление преград, препятствий с помощью подручных средств. Изучение флажкового семафора. Изучение международной таблицы подачи сигналов бедствия.

Практика: Имитационная игра «В тылу врага».

Тема 3. Экстремальные условия, ситуации.

Теория. Три психотипа в природной ситуации. Выживание в лесу.

Тема 4. Ориентирование на местности.

Теория. Топографические карты. Чтение карты и решение задач по карте. Условные знаки и обозначения. Особенности ориентирования в различных условиях. Ориентирование на местности по компасу.

Практика. Чтение топографической карты и решение задач по карте. Ориентирование на местности по компасу.

Тема 5. Беспилотные летательные аппараты (БПЛА)

Теория. Что мы знаем о БПЛА? Классификация БПЛА по параметрам. Действия при обнаружении БПЛА.

Практика. Упражнения по порядку действий при обнаружении БПЛА.

Раздел 5. Личность и коллектив

Тема 1. Управление собой

Теория. Воспитание силы воли и добропорядочности. Проблемы одиночества в экстремальной ситуации. Пути формирования психологической готовности к бою. Правила, обеспечивающие снятие психической напряженности и усталости в боевых условиях. Преодоление психологических последствий после участия в боевых операциях. Психические состояния, вызванные чрезмерной психофизиологической мобилизацией организма стресс, фрустрация, тревога.

Практика. Приёмы работы над собой при стрессе.

Тема 2. Воспитание психологической устойчивости при выполнении учебно-тренировочных задач

Пути формирования на занятиях психологической устойчивости, готовности к преодолению опасностей в боевой обстановке, способности выдерживать психологические и физические нагрузки, напряженность и лишения. Развитие волевых качеств. Методика тренировки органов чувств. Тренировка слуха, зрения, обоняния, осязания. Значение вестибулярного аппарата. Значение бокового (периферийного) зрения. Тренировка наблюдательности. Подсобные методы повышения восприимчивости органов чувств. Правила психологической защиты. Факторы, определяющие возникновение психических травм и их влияние на личность. Объем первой психологической помощи при стрессе, в зависимости от выраженности психической реакции. Симптомы и

рекомендуемые меры помощи. Нежелательные меры воздействия на пострадавшего.

Практика. Приемы и методы психологической подготовки разведчиков, способы создания трудностей и напряженности при проведении занятий.

Методические рекомендации к разделу.

Все занятия имеют практическую направленность, что обуславливает их проведение в обстановке полного контакта с аудиторией в виде дискуссий, практических занятий. Предлагается несколько вариантов решения проблемы, предоставляя выбирать способы решения самим подросткам.

Для организации занятий могут быть приглашены педагог-психолог МБОУ «СОШ» с.Койгородок или врач-психолог ГУЗ РК «Койгородская ЦРБ».

Раздел 6. Промежуточный контроль

Практика. Разработка индивидуального проекта, направленного на организацию патриотического события для обучающихся МР «Койгородский» в каникулярный период. Защита проекта.

Раздел 7. Основы военной службы

Тема 1. Вооруженные силы России и другие войска - основа военной организации государства

Теория. Военная служба – особый вид государственной службы. Правовое положение военнослужащих. Порядок прохождения военной службы. Символы воинской чести. Воинские звания. Военно-профессиональная деятельность. Военная специальность и группы сходных воинских должностей.

Назначение, состав Вооруженных сил, руководство ВС, командиры и начальники. Их роль и место в обучении и воспитании подчиненных. Военно-учебные заведения МО России. Правила приема в них. Назначение и боевые возможности видов ВС России, железнодорожных, пограничных войск, войск министерства безопасности и внутренних войск МВД. Рода войск. Их назначение. История Воздушно-десантных войск России, морской пехоты и пограничных войск. Силы специальных операций (ССО) иностранных государств - общий обзор.

Практика. Круглый стол. Встречи с демобилизованными с мотострелковых войск, танковых войск, военно-морской флот и т.д. Боевые традиции армии и флота. Знамя воинской части и присяга. Закон о всеобщей воинской обязанности. Ответственность призывников за уклонение от воинской службы.

Тема 2. Военнослужащие и взаимоотношения между ними

Теория. Понятие о воинских уставах, история их создания. Положения уставов и нравственные принципы. Общие обязанности военнослужащего. Начальники и подчиненные, старшие и младшие. Права и обязанности прямых и непосредственных начальников. Порядок отдачи и выполнения приказаний. Неуставные отношения. Как их избежать и ответственность за них. Общие права и обязанности командиров и других прямых начальников. Виды Вооруженных Сил. Рода войск. Эмблемы и нарукавные эмблемы. Расположение знаков, нашивок, эмблем на полевой, повседневной и парадной форме одежды.

Практика. Практикум «Воинская этика».

Тема 3. Обязанности лиц суточного наряда

Теория. Караул, его состав форма одежды и вооружение. Часовой и караульный. Подчиненность и обязанности часового и выводного. Внутренний порядок в карауле. Дежурство.

Практика. Дискуссия: «Что такое права и обязанности гражданина».

Раздел 8. Строевая и огневая подготовка

Тема 1. Строевые приемы и движения без оружия

Теория. Строй и управления ими. Элементы строя: фронт, тыльная сторона строя, дистанция, глубина строя.

Практика. Повороты в движении в составе отделения. Перестроение из колонны по два в колонну по три в движении. Размыкание и смыкание строя. Выполнение команды в одношереножном и двухшереножном строю. Перестроение из одношереножного строя в двухшереножный, трехшереножный и обратно.

Тема 2. Строевые приемы знаменной группы

Теория. Ритуалы обращения с Государственным флагом Российской Федерации. Подразделения Почетного караула. История поста № 1 и Кремлевского полка.

Практика. Подъем и спуск флага на флагштоке. Знаменная группа и знаменный взвод. Порядок обращения со знаменем. Вынос знамени. Прохождение со знаменем торжественным маршем. Повороты со знаменем. Передача знамени при подходе спереди. Смена караула у знамени. Смена караула при подходе сзади. Передача и вручение знамени. Выполнение команд «Смирно», «Вольно», «Знамя склонить». Представление знамени. Повороты со знаменем. Передача знамени при подходе спереди. Смена караула у знамени. Смена караула при подходе сзади. Передача и вручение знамени. Выполнение команд «Смирно», «Вольно», «Знамя склонить». Представление знамени.

Тема 4. Строевые приемы и движение с оружием (макетами)

Теория. Строевая стойка с оружием. Выполнение приемов с оружием на месте. Отдание воинского приветствия с оружием на месте и в движении. Выполнение приемов с оружием на месте и в движении.

Практика. Отработка навыков.

Методические рекомендации к разделу

Занятия по строевой подготовке могут проводиться как в виде самостоятельной тренировки, так и в ходе тактико-строевых и тактических занятий, полевых выходов для закрепления и проверки полученных навыков.

Наименование тем и количество учебных часов по огневой подготовке является индивидуальной для каждой группы.

Изучение материальной части оружия и стрельбы из него могут проводиться в иной последовательности, чем указано в плане в виду наличия тех или иных типов вооружения. Например, во время летних учебных сборов на базе войсковых частей.

Особое внимание на любых занятиях, в т. ч. и при изучении учебного оружия и охолощенных боеприпасов, следует уделять соблюдению правил техники безопасности.

Раздел 8. Общефизическая подготовка

Тема 1. Общеразвивающие упражнения без предмета.

Теория. Общая физическая подготовка-разностороннее развитие всех физических качеств. Пороговая скорость и индивидуальная ЧСС, дозировка физической нагрузки. Аэробная и анаэробная нагрузка ориентировщика.

Практика: Сгибания, разгибания, вращения, махи, отведения и приведения, рывки, повороты, наклоны, выпады, поднимания и опускания, приседания, подъемы, круговые движения, прыжки на месте и в движении, для отдельных групп мышц и для всех частей тела, из различных исходных положений, с разным количеством точек опоры, с элементами сопротивления и без сопротивления пружинящие и статические.

Тема 2. Легкая атлетика.

Теория. Техника бега, ЧСС, правильность постановки стопы.

Практика. Бег на короткие дистанции, эстафетный бег, бег по пересеченной местности (кросс) до 5 км. Интервальный и переменный бег. Прыжки в длину и высоту с места и с разбега. Тройной прыжок и многоскоки.

Техника кроссового бега по дорожкам и тропинкам: на ровных участках, на подъемах, спусках. Движение по лесу различной проходимости, по заболоченным местам, по твердому и каменистому грунту. Особенности техники передвижения по сильно пересеченной местности. Преодоление водных преград, ручьев, канав.

Тема 3. Спортивные игры.

Теория. Изучение правил игры баскетбол.

Практика. работа в командах: передачи мяча, ведение, броски по кольцу, командная игра.

Специальная физическая подготовка.

Специальная физическая подготовка направлена на воспитание физических качеств, необходимых для обучающихся: выносливости, скорости, ловкости, прыгучести, силы.

Тема 4. Упражнения на выносливость.

Теория. Техника бега на короткие длинные дистанции во время кросс-похода.

Практика. имитация, кросс по пересеченной местности.

Тема 5. Упражнения на скорость.

Теория. Правила восстановления. Паузы отдыха между упражнениями должны быть достаточно продолжительными, для полного восстановления организма. Во время этих пауз можно выполнять различные упражнения, направленные на совершенствование технических элементов ориентирования и развитие интеллектуальных способностей. Техника бега на короткие дистанции.

Практика. Челночный бег, ускорения 30 и 60 метров. Подскоки на двух и на одной ноге. Прыжки вперед и в стороны. Бег с высоким подниманием бедра Выпрыгивание вверх с разведением ног из положения упор- присев. Выбрасывание ногами предмета. Приседание на двух ногах, на одной ноге с дополнительной опорой. Незначительное продвижение вперед толчками за счет энергичного выпрямления ног в голеностопном суставе и др.

Тема 6. Упражнения на ловкость.

Практика. Средством воспитания ловкости являются упражнения со сложной координацией движений.

В качестве методов применяют: разучивание новых упражнений, многократное повторение упражнений со сложной координацией движений; выполнение упражнений в две стороны поочередно (вправо и влево; выполнение упражнений поочередно правой и левой рукой (ногой); выполнение упражнений в меняющихся, нестандартных условиях.

Хорошим способом развития координационных способностей, является включение в тренировочный процесс различных спортивных и подвижных игр, эстафет, преодоление полос препятствий.

Тема 7. Упражнения на гибкость.

Практика. Упражнения в различных стойках, наклоны вперед, в стороны, назад, с различными положениями и движениями руками. Круговые движения туловищем. Прогибание лежа на животе с последующим расслаблением.

Для развития и совершенствования гибкости наиболее эффективны упражнения на растягивание. Это растягивание может выполняться в виде баллистических движений (махи руками и ногами, наклоны), выполняемых с различной амплитудой, скоростью и иногда с отягощениями.

Тема 8. Упражнения на силу.

Практика. Развитие силы ориентировщика необходимо осуществлять как в процессе общей физической подготовки (для укрепления здоровья) так и в рамках специальной физической подготовки (развитие силы мышц, участвующих в работе на дистанции). Все средства, применяемые для развития силы можно подразделить на общие и специальные.

Средства развития общей силовой направленности:

Упражнения с использованием внешних отягощений (гантели, набивные мешки, вес партнера).

Упражнения, отягощенные весом собственного тела (отжимания, подтягивания, упражнения в упоре, прыжки и т.д.).

Упражнения с использованием тренажеров. Средства специальной силовой направленности.

Упражнения с использованием природных отягощающих факторов (бег в гору, бег по песку, бег по воде, бег по снегу, и т.д.).

Раздел 9. Основы безопасности в различных ситуациях

Тема 1. Способы само выживания при состояниях, угрожающих жизни человека

Теория. Забота о здоровье своём и других людей как способ служения Отечеству. Способы добывания, фильтрации и обеззараживания воды. Использование природных «заготовок» для сооружения простейших укрытий, способы заготовки «строительного материала», использование рычагов и подручных материалов. Носимый аварийный запас (НАЗ) для каждого из курсантов: примерный набор, варианты.

Практика. упражнения по теме занятия.

Тема 2. Общие правила оказания первой медицинской помощи

Теория: Оказание помощи при кровотечениях, переломах и ушибах. Первая помощь при ожогах, тепловых ударах. Оказание помощи при обморожении. Что должно быть в аптечке каждого человека?

Практика: практическая отработка алгоритма действия при чрезвычайных ситуациях. Работа с манекеном-тренажёром для сердечно – легочной реанимации. Консультации с медицинским сотрудником.

Тема 3. Поведение человека в чрезвычайных (экстремальных) ситуациях.

Теория. Способы добывания, фильтрации и обеззараживания воды. Использование природных «заготовок» для сооружения простейших укрытий, способы заготовки «строительного материала», использование рычагов и подручных материалов. Носимый аварийный запас (НАЗ) для каждого из участников: примерный набор, варианты. Психологическая устойчивость в экстремальных ситуациях и способы быстрой адаптации к условиям враждебной среды. Факторы, усложняющие положение человека в экстремальной ситуации. Способы минимизации их вредного воздействия.

Практика. Отработка навыков.

Тема 3. Личная и общественная гигиена. Предупреждение инфекционных заболеваний.

Теория. Требования по соблюдению правил личной и общественной гигиены. Правила ухода за кожей, руками, ногами. Закаливание организма. Понятие об инфекционных заболеваниях. Условия возникновения инфекционных заболеваний. Пути передачи инфекций. Иммунитет. Мероприятия.

Практика. Экскурсия в ГУЗ РК «Койгородская ЦРБ» с целью закрепления правил отработки ранений.

Раздел 10. Воспитательная работа

- Презентация деятельности обучающихся (выставочные экспозиции,

проектная деятельность, совместные творческие мероприятия) родителям.

- Встречи с сотрудниками правоохранительных органов ОП №14 МОМВД России «Сысольский», встречи с органами безопасности «Отделение «НДиПР»» Койгородского района, встречи с представителями медицинских учреждений.
- Организация совместных мероприятий с Койгородским отделением Всероссийской общественной организации ветеранов «БОЕВОЕ БРАТСТВО» и ветеранами-афганцами Койгородского района, со специалистами российского движения детей и молодёжи «Движение первых».
- Посещение музея и памятных исторических мест Койгородского района.
- Участие в интеллектуальных мероприятиях, посвящённых истории России и Республики Коми. Разработка проектных инициатив для обучающихся МР «Койгородский».

Возможные темы проектов

Темы возможных проектов: «Я - гражданин России», «Россия – страна возможностей», «Герои Республики Коми», «Вклад моей семьи в благополучие и процветание Отечества (труд, ратный подвиг, творчество и т.п.)», «Семья-щит Родины».

Военно - патриотическая игра «Зарница», военно – патриотическая игра «Наследники проекта», участие в федеральном проекте «Без срока давности» в выбранной номинации.

Межрегиональная конференция «Спиридоновские чтения», республиканская конференции «Я- исследователь, я познаю мир», районная патриотическая конференция «Шутовские чтения», районная научно-практическая конференция «История и современность сел и посёлков Койгородского района».

Планируемые результаты программы

В результате изучения программы у обучающихся будет сформирована следующая группа результатов.

Предметные результаты:

- получены знания в области истории Отечества и Вооруженных сил Российской Федерации, знания, умения и навыки в области начальной военной подготовки, физической культуры и спорта, культуры и права; знакомство с основными нормами морали;
- имеет представление о традициях, их роли в культуре истории и современности Койгородского района и Республики Коми;
- применяет полученные знания в области военного дела и успешно применяет их на практике;
- владеет навыками проектной деятельности (осуществляет поиск проблем, анализирует ситуацию, определяет задачи по планированию, демонстрирует проект, проводит самооценку своих действий);

Метапредметными результатами изучения программы является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

в области информационной компетенции:

- обучающийся осуществляет ответственность при работе с информацией, соблюдая этические и информационные нормы безопасности;

- обучающийся владеет современными средствами информации и информационными технологиями; применяет, находит, хранит и преобразовывает различную информацию;

в области критического мышления:

- обучающийся распознаёт аргументы, определяет важное и второстепенное, эффективно разрешает проблемы, рассматривает различные варианты действий и выбирает самый эффективный;

- обучающийся умеет выносить собственные суждения и грамотно обосновывать свои слова и аргументированно оспаривать, выстраивает гипотезу доказывает/опровергает, находит закономерности на основе анализа, оценивает деятельность;

в области креативной компетенции:

- обучающийся предлагает необычные идеи для решения сложных ситуаций, применяя имеющиеся средства и знания.

в области коммуникативной компетенции:

- обучающийся владеет культурными нормами и ограничениями в общении, этикетом в сфере общения, вербальными и невербальными средствами коммуникации;

- обучающийся сотрудничает, обладает способностью адаптироваться к быстро меняющимся условиям общения, умеет контролировать свою деятельность, ясно формулировать свои мысли и ценности, а также использовать эмоции в процессе общения.

в области компетенции сотрудничества:

- обучающийся определяет своё место в группе и совместной деятельности, способствует бесконфликтной совместной работе;

- обучающийся умеет работать в группе в разных ролях, устраивает эффективные групповые обсуждения, устанавливает доверительные отношения;

Личностные:

По итогам реализации программы, обучающиеся:

- проявляют инициативу;
- демонстрируют гражданскую позицию обучающихся;
- понимают ответственность за результат собственного труда;
- уважение к своему народу, чувства ответственности перед Отечеством, гордости за свою Россию, прошлое и настоящее народа России;

- проявляют доброжелательное отношение, понимают и сопереживают чувствам других людей.

Комплекс организационно-педагогических условий, включающий формы аттестации

Условия реализации программы:

К условиям реализации программы относится характеристика материально-технического обеспечения:

- Помещение, соответствующее нормам СанПиНа;
- Столы ученические;
- Стулья;
- Жалюзи для затемнения;
- Видеоматериалы;
- Мультимедийный комплекс;
- Тематические слайд-презентации;
- Спортивное снаряжение и оборудование;
- Дополнительное оборудование: средства оказания первой медицинской помощи (бинты, носилки, шины и др.) и индивидуального оснащения, другое необходимое оборудование и снаряжение (средства индивидуальной защиты, пневматическое оружие ручные учебные гранаты и пр.);
- Инструкции и задания в печатном виде;
- Аудиозаписи, видео сюжеты, презентации и т.п.

Организационное обеспечение:

- необходимый контингент обучающихся;
- утвержденное расписание занятий;

- привлечение к работе специалистов (ОП №14 МОМВД России «Сысольский», ГУЗ РК «Койгородская ЦРБ», МБОУ «СОШ» с.Койгородок, Койгородское отделение Всероссийской общественной организации ветеранов «БОЕВОЕ БРАТСТВО», Государственный фонд «Защитники отечества», Организация ветеранов Койгородского Койгородского района и т.д.)
- родительская помощь;

Методические материалы

Особенности и условия реализации программы

Особенностью программы является то, что некоторые разделы и темы повторяются на каждом новом уровне образования, что дает возможность получения более глубоких знаний и осмысления содержания на более высоком уровне. Изучаемые понятия усложняются по мере приобретения обучающимися нового опыта и знаний, в соответствии с изменяющимися возрастными особенностями.

Основными **формами** занятия являются: беседы, дискуссии, предметом которых является важная морально-правовая проблема, творческие встречи, игры обсуждение статей, телепередач, интернет-ресурсов, которое позволяет не только пополнить запас правовых знаний, но и сформировать свое отношение к ним, моделирование обучающих ситуаций и т.д.

В рамках внеаудиторных практических занятий по программе проводятся экскурсии, в ходе которых теоретические положения наглядно иллюстрируются местным материалом, конференции, вечера встреч, подготовка к конкурсам, галереи образов, соревнования, коллективные творческие дела, смотры-конкурсы, строевая и огневая подготовка и др.

Другим важным условием является обеспечение каждому обучающемуся активной позиции, т.е. предоставление им возможности

проявлять инициативу, предприимчивость, самостоятельность, независимость и т. д. Активная позиция способствует более глубокому осознанию и усвоению обучающимися правовых норм, обостряет чувство ответственности, укрепляет связь с коллективом.

В организации образовательного процесса по программе применяются **методы**, развивающие речь, критическое мышление, умение действовать в реальных социальных условиях, строить собственную жизненную траекторию, иметь опыт самостоятельной деятельности и личной ответственности.

Данные формы развивают у обучающихся наблюдательность, прививают исследовательский интерес и практические навыки, приучают к самостоятельности, трудолюбию, обобщают опыт знания. Участие в конкурсах, походах, экскурсиях, социальных акциях, соревнованиях и т.д. способствует формированию гражданской позиции, творческого подхода к выполняемой работе, выработке у обучающихся самостоятельности, ответственности, чувства долга, активной жизненной позиции, взаимопонимания, коллективизма.

В рамках программы используются технологии:

Технология деятельностного метода обучения создает условия для формирования у ребенка готовности к саморазвитию, помогает формировать устойчивую систему знаний и систему ценностей (самовоспитание). Данная технология предполагает изменение характера работы педагога, он становится помощником и организатором. Задача педагога – не просто вооружить учащегося фиксированным набором знаний, а сформировать у него умение и желание учиться всю жизнь, умение адаптироваться внутри определенной системы относительно принятых в ней норм (самоопределение), осознанное построение своей деятельности по достижению цели и адекватное оценивание собственной деятельности и ее результатов.

Технология проектной деятельности способствует активизации всех сфер личности ребенка - его интеллектуальной и эмоциональной сфер, практика показывает, что знания, добытые самостоятельно и с хорошей мотивацией наиболее прочны и эффективны. Обучающиеся, выполнившие некоторую серьезную работу от начала и до конца, получают хороший стимул для дальнейшего обучения, проходят очередной этап самоутверждения в жизни, видят, как полученные знания находят практическое применение, что делает процесс обучения значительно эффективным. Созданные в результате проекты наглядно демонстрируют высокую эффективность этой образовательной технологии.

Форма контроля и оценивания.

Определение уровня освоения программы осуществляется в соответствии с Положением об оценке образовательных результатов освоения обучающимися дополнительной общеобразовательной программы – дополнительной общеразвивающей программы.

Система контроля и оценки результатов дает возможность проследить развитие каждого ребенка, выявить сильные стороны обучающихся, создать условия для их развития, определить степень освоения программы и внести своевременно свои коррективы. Результаты знаний и умений программы вносятся в индивидуальную карту обучающегося (Приложение №3).

Результаты сформированных универсальных учебных действий обучающихся фиксируются в начале и в конце каждого этапа обучения по программе и заносятся в индивидуальную карту обучающихся.

Характеристика оценочных материалов программы

№	Предмет оценивания	Формы и методы оценивания	Показатели оценивания	Критерии оценивания	Вид контроля
1.	Уровень освоения знаний и умений за I полугодие 1 года обучения	Защита проекта	<p>– уровни сформированности навыков проектной деятельности:</p> <p>формулировка проблемы</p> <p>определение задач деятельности</p> <p>планирование и действие по плану</p>	<p>Повышенный уровень – работа в целом свидетельствует о способности самостоятельно ставить проблему проекта.</p> <p>базовый уровень – работа в целом свидетельствует о способности самостоятельно, с опорой на помощь педагога ставить проблему проекта.</p> <p>Повышенный уровень – работа в целом свидетельствует о способности самостоятельно определять задачи деятельности в рамках проекта.</p> <p>базовый уровень – работа в целом свидетельствует о способности самостоятельно, с опорой на помощь педагога, определять задачи деятельности в рамках проекта.</p> <p>Повышенный уровень – работа в целом свидетельствует о способности самостоятельно планировать свою деятельность и находить пути решения проблемы; продемонстрировано умение самостоятельно мыслить; продемонстрирована способность на этой основе приобретать новые знания и осваивать новые способы действия, достигать более глубокого понимания проблемы;</p> <p>базовый уровень – работа в целом свидетельствует о</p>	Промежуточный контроль

			защита проекта	<p>способности самостоятельно, с опорой на помощь педагога, планировать свою деятельность и находить пути решения проблемы.</p> <p>Повышенный уровень – продемонстрировано свободное владение предметом проектной деятельности, в работе и ответах на вопросы по содержанию работы ошибки отсутствуют; тема ясно определена; все мысли выражены ясно, логично, последовательно, аргументированно; проект вызывает интерес; обучающиеся свободно отвечают на вопросы;</p> <p>базовый уровень – продемонстрировано понимание содержания выполненной работы; в работе и ответах на вопросы по содержанию работы отсутствуют грубые ошибки; продемонстрированы навыки владения оформлением проектной работы, а также подготовки простой презентации; обучающиеся отвечают на вопросы.</p>	
			контроль и оценка своих действий	<p>Повышенный уровень –своевременно пройдены все необходимые этапы обсуждения и представления; контроль и коррекция осуществлялись самостоятельно;</p> <p>базовый уровень – работа доведена до конца и представлена для оценивания; некоторые этапы выполнялись под контролем и при поддержке педагога, при этом проявляются отдельные элементы самооценки и самоконтроля обучающихся;</p>	
2.	Уровень умений за	Сдача нормативов:	<ul style="list-style-type: none"> • скоростные возможности 	Критерии представлены в приложении № 1	Промежуточная аттестация

	учебный год	ОФП сборка-разборка автомата АК-74 строевая подготовка	<ul style="list-style-type: none"> • выносливость • сила • координационные способности • прикладные навыки • неполная разборка АК-74 • полная сборка АК-74 • неполная разборка-сборка АК – 74 • строевая стойка; • повороты на месте и в движении • движение строевым шагом • выполнение воинского приветствия на месте и в движении • подход к начальнику и отход от него • выполнение приемов с оружием 	<p>Высокий уровень: если приём выполнен в строгом соответствии с требованиями Строевого устава, чётко и уверенно.</p> <p>Средний уровень: если приём выполнен в соответствии с требованиями Строевого устава, но недостаточно чётко и уверенно.</p> <p>Низкий уровень: если приём в основном выполнен в соответствии с требованиями Строевого устава, но при этом была допущена хотя бы одна ошибка.</p>	
3.	Определение уровня подготовки обучающихся на начало учебного года по	Наблюдение, собеседование	Познавательная активность	<p>Низкий уровень: к выполнению ребёнок приступает только после дополнительных побуждений, во время работы часто отвлекается, при встрече с трудностями не стремится их преодолеть, расстраивается, отказывается от работы;</p> <p>Средний уровень: ребёнок активно включается в работу, но при первых же трудностях интерес угасает,</p>	Входящий контроль

			Коммуникативные умения	<p>Низкий уровень: ребенок старается стоять «в сторонке», не вступает в контакт со сверстниками.</p> <p>Средний уровень: учащийся не инициативен в общении, однако проявляет общительность в ответ на чужую инициативу.</p> <p>Высокий уровень: инициативен со всеми, указывает другим, как надо делать что-то.</p>	
4.	Уровень освоения знаний и умений за I полугодие 2 года обучения	Защита проекта	<p>– уровни сформированности навыков проектной деятельности:</p> <p>формулировка проблемы</p> <p>определение задач деятельности</p> <p>планирование и действие по плану</p>	<p>Повышенный уровень – работа в целом свидетельствует о способности самостоятельно ставить проблему проекта.</p> <p>базовый уровень – работа в целом свидетельствует о способности самостоятельно, с опорой на помощь педагога ставить проблему проекта.</p> <p>Повышенный уровень – работа в целом свидетельствует о способности самостоятельно определять задачи деятельности в рамках проекта.</p> <p>базовый уровень – работа в целом свидетельствует о способности самостоятельно, с опорой на помощь педагога, определять задачи деятельности в рамках проекта.</p> <p>Повышенный уровень – работа в целом свидетельствует о способности самостоятельно планировать свою деятельность и находить пути решения проблемы; продемонстрировано умение самостоятельно мыслить; продемонстрирована</p>	Промежуточный контроль

			защита проекта	<p>способность на этой основе приобретать новые знания и осваивать новые способы действия, достигать более глубокого понимания проблемы;</p> <p>базовый уровень – работа в целом свидетельствует о способности самостоятельно, с опорой на помощь педагога, планировать свою деятельность и находить пути решения проблемы.</p> <p>Повышенный уровень – продемонстрировано свободное владение предметом проектной деятельности, в работе и ответах на вопросы по содержанию работы ошибки отсутствуют; тема ясно определена; все мысли выражены ясно, логично, последовательно, аргументированно; проект вызывает интерес; обучающиеся свободно отвечают на вопросы;</p> <p>базовый уровень – продемонстрировано понимание содержания выполненной работы; в работе и ответах на вопросы по содержанию работы отсутствуют грубые ошибки; продемонстрированы навыки владения оформлением проектной работы, а также подготовки простой презентации; обучающиеся отвечают на вопросы.</p>	
			контроль и оценка своих действий	<p>Повышенный уровень –своевременно пройдены все необходимые этапы обсуждения и представления; контроль и коррекция осуществлялись самостоятельно;</p> <p>базовый уровень – работа доведена до конца и представлена для оценивания; некоторые этапы выполнялись под контролем и при поддержке педагога, при этом проявляются отдельные элементы</p>	

				самооценки и самоконтроля обучающихся;	
5.	Уровень умений за учебный год	<p>Сдача нормативов</p> <p>сборка-разборка автомата АК-74</p> <p>строевая подготовка</p>	<ul style="list-style-type: none"> • скоростные возможности • выносливость • сила • координационные способности • прикладные навыки • неполная разборка АК-74 • полная сборка АК-74 • неполная разборка-сборка АК – 74 • строевая стойка; • повороты на месте и в движении • движение строевым шагом • выполнение воинского приветствия на месте и в движении • подход к начальнику и отход от него • выполнение приемов с оружием 	<p>Критерии представлены в приложении № 2</p> <p>Высокий уровень: если приём выполнен в строгом соответствии с требованиями Строевого устава, чётко и уверенно.</p> <p>Средний уровень: если приём выполнен в соответствии с требованиями Строевого устава, но недостаточно чётко и уверенно.</p> <p>Низкий уровень: если приём в основном выполнен в соответствии с требованиями Строевого устава, но при этом была допущена хотя бы одна ошибка.</p>	Итоговый контроль

Диагностика сформированности универсальных учебных действий

1.	Сформированность регулятивных УУД	Наблюдение, диагностическая	– действия целеполагания;	Высокий уровень: самостоятельно ориентируется в практических заданиях, учебная задача удерживается и	В начале года (октябрь) и в
----	-----------------------------------	-----------------------------	---------------------------	---	-----------------------------

	(авт. Г.В.Репкина, Е.В.Заика).	карта;	<p>– действия планирования;</p> <p>– действия контроля и коррекции;</p> <p>– действие оценки;</p>	<p>регулирует весь процесс выполнения задания. Средний уровень: ориентируется в практических заданиях под руководством педагога, осознает, что надо делать и что сделал в процессе решения практической задачи. Низкий уровень: способен принимать только простейшие задания.</p> <p>Высокий уровень: может совместно с педагогом планировать последовательность выполнения задания и успешно самостоятельно работать по плану. Средний уровень: в сотрудничестве с педагогом обучающийся способен выделить учебные действия, необходимые для решения учебной задачи; способен работать по предложенному плану при незначительном контроле педагога. Низкий уровень: копирует действия педагога, плохо осознавая их направленность и взаимосвязь, самостоятельно работать по предложенному педагогом плану не может.</p> <p>Высокий уровень: находит, исправляет и объясняет ошибки после решения задачи; в многократно повторенных действиях ошибок не допускает. Средний уровень: заметив ошибку, обучающийся не может обосновать своих действий; сделанные ошибки исправляет неуверенно. Низкий уровень: не может обнаружить и исправить ошибку даже по просьбе педагога, некритично относится к исправленным ошибкам в своей работе.</p> <p>Высокий уровень: умеет самостоятельно оценить свои</p>	конце года (май).
--	--------------------------------	--------	---	---	-------------------

			– саморегуляция	<p>действия, показать правильность или ошибочность результата, соотносит со схемой действия.</p> <p>Средний – не умеет самостоятельно оценить свои действия, но испытывает потребность в получении оценки со стороны педагога; может оценить действия других обучающихся.</p> <p>Низкий уровень: не умеет, не пытается и не испытывает потребности оценивать свои действия – ни самостоятельно, ни по просьбе педагога.</p> <p>Высокий уровень: выполняет и заканчивает действие в требуемый временной момент, способен тормозить свои импульсивные поведенческие реакции</p> <p>Средний уровень: помнит, но не всегда выполняет и заканчивает действия в требуемый временной момент не всегда может сдерживать свои импульсивные поведенческие реакции на уроке</p> <p>Низкий уровень: не выполняет и не стремится выполнить задание до конца, не способен сдерживать свои импульсивные поведенческие реакции на занятии.</p>	
2.	Сформированность познавательных УУД (авт. Г.В. Репкина, Е.В. Заика).	Наблюдение, диагностическая карта;	Умение добывать новые знания, находить ответы на вопросы, используя навыки в поисковой, информационно-коммуникативной и практической деятельности средствами ИКТ;	<p>Высокий уровень: способен самостоятельно и быстро находить необходимую информацию для выполнения учебных заданий.</p> <p>Средний уровень: самостоятельно, но требуя дополнительных указаний со стороны педагога, находит необходимую информацию для выполнения учебных занятий.</p> <p>Низкий уровень: не может без помощи педагога найти необходимую информацию для выполнения учебных занятий.</p>	Вначале года (октябрь) и в конце года (май).

			– умение делать выводы.	<p>Высокий уровень: способен при незначительной поддержке педагога сделать выводы по результатам работы.</p> <p>Средний уровень: совместно с педагогом или учащимися может сделать выводы по результатам работы.</p> <p>Низкий уровень: даже при незначительной помощи со стороны педагога не может сделать выводы по результатам работы.</p>	
3.	Сформированность коммуникативных УУД (авт. Г.В. Репкина, Е.В. Заика).	Наблюдение, диагностическая карта;	<p>умение работать в паре и группе;</p> <p>умение оформлять свою мысль в устной речи;</p> <p>сформированность норм в общении с детьми и взрослыми.</p>	<p>Высокий уровень: согласует свой способ действия с другими; сравнивает способы действия и координирует их, строя совместное действие.</p> <p>Средний уровень: приходит к согласию относительно способа действия при участии педагога; испытывает затруднения в координации совместного действия.</p> <p>Низкий уровень: не пытается договориться или не может прийти к согласию, настаивая на своем.</p> <p>Высокий уровень: умеет оформлять свою мысль в устной речи на уровне небольшого текста.</p> <p>Средний уровень: умеет оформлять свою мысль в устной речи на уровне одного предложения.</p> <p>Низкий уровень: не умеет самостоятельно оформлять свою мысль в устной речи.</p> <p>Высокий уровень: знает и соблюдает нормы общения с детьми и взрослыми.</p> <p>Средний уровень: знает, но иногда не соблюдает нормы общения с детьми и взрослыми.</p> <p>Низкий уровень: не знает и не соблюдает нормы</p>	В начале года (октябрь) и в конце года (май).

				общения с детьми и взрослыми.	
4.	Сформированность личностных УУД	Наблюдение, диагностическая карта;	-активность, организаторские способности коммуникативные навыки, коллективизм понимают ответственность за результат собственного труда	<p>Высокий уровень: активен, проявляет стойкий познавательный интерес, целеустремлен, трудолюбив и прилежен, добивается выдающихся результатов, инициативен, организует деятельность других.</p> <p>Средний уровень: активен, проявляет стойкий познавательный интерес, трудолюбив, добивается хороших результатов.</p> <p>Низкий уровень: мало активен, наблюдает за деятельностью других, забывает выполнить задание. Результативность невысокая.</p> <p>Высокий уровень: легко вступает и поддерживает контакты, разрешает конфликты, дружелюбен со всеми, инициативен, по собственному желанию успешно выступает перед аудиторией.</p> <p>Средний уровень: вступает и поддерживает контакты, не вступает в конфликты, дружелюбен со всеми, по инициативе руководителя или группы выступает перед аудиторией.</p> <p>Низкий уровень: поддерживает контакты избирательно, чаще работает индивидуально, публично не выступает.</p> <p>Высокий уровень: высокий уровень развития волевых качеств, проявляющихся в настойчивости в достижении желаемых результатов, умеет заставить себя что-то сделать в случае необходимости, в трудолюбии и усердии;</p> <p>Средний уровень: неустойчивый уровень;</p> <p>Низкий уровень: неумение взять себя в руки в случае необходимости, вялость, лень.</p>	Вначале года (октябрь) и в конце года (май).

			<p>проявляет доброжелательное, доверительное отношение к людям</p> <p>креативность, склонность к проектной деятельности</p>	<p>Высокий уровень: эмоционально отзывчив, сопереживает и стремится оказать помощь другим, выделяет моральное содержание ситуации, при осуществлении морального выбора даёт адекватную нравственную оценку;</p> <p>Средний уровень: способен к сопереживанию, но сразу оказать помощь другим не стремится, выделяет моральное содержание ситуации;</p> <p>Низкий уровень: переживает только собственные неудачи и безразлично относится к проблемам других.</p> <p>Высокий уровень: имеет высокий творческий потенциал. Самостоятельно выполняет проектные работы. Является разработчиком проекта, может создать проектировочную команду и организовать ее деятельность. Находит нестандартные решения, новые способы выполнения заданий.</p> <p>Средний уровень: выполняет проектные работы, может разработать свой проект с помощью педагога. Способен принимать творческие решения, но в основном использует традиционные способы.</p> <p>Низкий уровень: может работать в проектной группе при постоянной поддержке и контроле. Способен принимать творческие решения, но в основном использует традиционные способы.</p>	
--	--	--	---	---	--

Список литературы

Нормативно-правовые документы:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

2. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р).

3. Федеральный закон от 31 июля 2020 г. № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся».

4. Приказ Министерства Просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

5. Концепция развития дополнительного образования детей, утвержденная Распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р.

6. Федеральный проект «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации» национального проекта «Образование».

7. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей».

7. Устав муниципальной организации дополнительного образования «Центр дополнительного образования» с.Койгородок от 29 июня 2020 года №77.

Для педагога:

1.

2. Программа по правовому просвещению (для учащихся 5-9 классов общеобразовательной школы) /Упр. образованием администрации гор. округа «Якутск»; [авт.-сост.: О.А. Яшина, Е.И. Евсикова]. – Якутск, 2006.

3. Данилюк. А.Я., Кондаков. А.М., Тишков. В.А. Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России [Текст] / А.Я. Данилюк, А.М. Кондаков, В.А. Тишков. - М.: Просвещение, 2009. - 24 с.

4. Технологии и методики реализации системно-деятельностного подхода в образовании//Методические рекомендации. Составители: Попова В.Ц., Смирнова С.В., под общ. ред. Смирновой С.В. ГАОУ ДПО (ПК) СРК «КРИРО». – Сыктывкар, 2013.

5. Левчук Д.Г., Потаповская О.М. Духовно-нравственное воспитание детей и молодежи России: комплексное решение проблемы. – М.: «Планета 2000», 2003.

6. Насонкина С.А. Уроки этикета. - СПб., 2007.

7. Лопатина А., Скребцова М. Искусство видеть мир. - М., 2007.

8. Лопатина А., Скребцова М. Сказки о цветах и деревьях. - М., 2008.

9. Ожегов С.И., Шведова Н.Ю. Толковый словарь русского языка. - М., 2006.

10. Иван Ильин. Путь духовного обновления. Харьков: Фолио, 2001.

11. Белобородов Н.В. Социальные творческие проекты в школе. - М., 2006.

12. Примерные программы внеурочной деятельности. Начальное и общее образование. / В. А. Горский, А. А. Тимофеев, Д.В. Смирнов; под ред. В. А. Горского - М.: Просвещение, 2011.

13. Организация проектной деятельности в школе: система работы / авт.-сост. С. Г. Щербакова и др. Волгоград: Учитель, 2008.

24. Н.В. Бабкина «Познавательная деятельность младших школьников» издательство «Аркти» Москва, 2002г.

14. Мир глазами души и сердца: Духовно-нравственные аспекты эстетического развития школьников: из опыта работы И.А. Куплеватской: Методическое пособие / Автор-сост. В.Ц. Попова; Коми республиканский

институт развития образования и переподготовки кадров. - Сыктывкар, 2008. - 90с.

15. Красота и ритм народных праздников: духовно-нравственные аспекты дошкольного воспитания: методические рекомендации на основе опыта работы старшего воспитателя МДОУ «Детский сад №105» г. Сыктывкара Губенко Надежды Николаевны / Составитель В.Ц. Попова. - Сыктывкар, 2008 - 100 с.

16. Семья—основа общества: Метод. пособие/ Автор-сост. В.Ц.Попова; Коми республик. ин-т развития образования и переподготовки кадров. – Сыктывкар, 2010. – 110 с.

17. Воспитание нравственности: технологический аспект: метод. пособие / автор-сост. В.Ц. Попова; Коми республик. ин-т развития образования и переподготовки кадров. – Сыктывкар, 2009. – 71 с.

18. Воспитание толерантности: проблемы, суждения, оценки. Методическое пособие/ Составители: Мищенко Н.М., Попова В.Ц. Коми республиканский институт развития образования и переподготовки кадров - Сыктывкар, 2008 – 72 с.

19. Дополнительная образовательная программа «Служу Отечеству!». Программа разработана Военно-патриотическим центром «Вымпел» при поддержке Роспатриотцентра и Российского Движения Школьников.

20. Васильева О.Ю. «Одним из итогов 90-х стала недолюбленность целого поколения»: (духовно-нравственные ценности в системе образования)/ Васильева О.Ю., беседовал М. Бударагин// Культура.- 2017.1,3- Материалы приводятся выборочно в соответствии с предметно-тематической проблематикой инфодосье.

21. Петракова Т. И. Духовно-нравственное воспитание школьников в ценностном контексте современного образования// Ярославский педагогический вестник.-2016-№5.-с.15-20

Приложение №1

Сдача нормативов 1 года обучения

(Общая физическая подготовка)

№ п/п	Наименование испытания	Нормативы						Физические качества, прикладные навыки и умения
		Юноши			Девушки			
		Уровень сложности						
		Низкий уровень	Средний уровень	Высокий уровень	Низкий уровень	Средний уровень	Высокий уровень	
Обязательные испытания								
1	Бег на 30 м (с)	5,4	5,0	4,6	5,7	5,3	4,9	Скоростные возможности
	Бег на 60 м (с)	9,7	9,1	8,1	10,8	10,2	9,5	
2	Бег на 2000 м (мин, с)	10:10	9:27	8:00	12:40	11:27	9:55	Выносливость
	Кросс на 3 км (бег по пересеченной местности) (мин, с)	16:55	15:45	14:10	19:55	18:05	16:40	
3	Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз)	5	9	13	-	-	-	Сила
	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)	19	25	37	7	11	16	

4	Челночный бег 3 x 10 м (с)	8,2	7,7	7,1	9,1	8,7	7,9	Координационные способности
	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин)	34	40	50	31	35	44	
5	Метание мяча весом 150 г (м)	30	35	41	19	21	27	Прикладные навыки
	Стрельба из положения сидя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция 10 м (очки): из пневматической винтовки	15	20	25	15	20	25	
	Самозащита без оружия (очки)	15 - 20	21 - 25	26 - 30	15 - 20	21 - 25	26 - 30	

Сборка-разборка автомата АК-74

№ п/п	Нормативы	Время	Количество баллов	Уровень оценки
1	Неполная разборка АК-74	15-18 сек.	5	Высокий
		19-23 сек.	4	Средний
		24 и более	3	Низкий
2	Неполная сборка АК - 74	20-23 сек.	5	Высокий
		23-24 сек.	4	Средний
		25 и более	3	Низкий
3	Неполная разборка-сборка АК - 74	35-41 сек.	5	Высокий
		42-47 сек.	4	Средний
		47 и более	3	Низкий

Строевая подготовка

Индивидуальная оценка строевой подготовки в целом определяется:

- **Высокий уровень**, если 50% проверенных строевых приёмов выполнено на «высоком уровне».
- **Средний уровень**, если 50% проверенных строевых приёмов выполнено на «высоком уровне» и «среднем уровне».
- **Низкий уровень**, если по одному из строевых приёмов получена оценка «низкий уровень».

Приложение №2

Сдача нормативов 2 года обучения (Общая физическая подготовка)

№ п/п	Наименование испытания	Нормативы						Физические качества, прикладные навыки и умения
		Юноши			Девушки			
Уровень сложности								
		Низкий уровень	Средний уровень	Высокий уровень	Низкий уровень	Средний уровень	Высокий уровень	
Обязательные испытания								
1.	Бег на 60 м (с)	9,0	8,4	7,9	10,7	9,9	9,2	Скоростные возможности
	Бег на 100 м (с)	14,8	14,1	13,2	17,9	16,9	15,8	

2.	Бег на 2000 м (мин, с)	-	-	-	12:25	11:10	9:45	Выносливость
	Бег на 3000 м (мин, с)	15:20	14:10	12:20	-	-	-	
	Кросс на 3 км (бег по пересеченной местности) (мин, с)	-	-	-	19:25	17:35	16:05	
	Кросс на 5 км (бег по пересеченной местности) (мин, с)	27:00	25:00	23:00	-	-	-	
3.	Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз)	8	12	15	-	-	-	Сила
	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)	25	32	43	8	12	17	
5.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	192	213	235	157	173	188	Скоростно-силовые возможности
	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин)	35	41	51	32	37	45	
6.	Метание спортивного снаряда: весом 500 г (м)	-	-	-	12	17	22	Прикладные навыки
	весом 700 г (м)	27	30	36	-	-	-	
	Стрельба из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция 10 м (очки): из пневматической винтовки с открытым прицелом	15	20	25	15	20	25	
	Самозащита без оружия (очки)	15 - 20	21 - 25	26 - 30	15 - 20	21 - 25	26 - 30	
	Туристский поход с проверкой туристских	3	5	7	3	5	7	

навыков протяженностью не менее 10 км (количество навыков)								
---	--	--	--	--	--	--	--	--

Сборка-разборка автомата АК-74

№ п/п	Нормативы	Время	Количество баллов	Уровень оценки
	Неполная разборка АК-74	11-14 сек.	5	Высокий
		16-18 сек.	4	Средний
		19 и более	3	Низкий
	Неполная сборка АК - 74	14-18 сек.	5	Высокий
		15-19 сек.	4	Средний
		20 и более	3	Низкий
	Неполная разборка-сборка АК - 74	25-30 сек.	5	Высокий
		31-36 сек.	4	Средний
		37 и более	3	Низкий

Стрелковая подготовка

Индивидуальная оценка строевой подготовки в целом определяется:

- **Высокий уровень**, если 50% проверенных строевых приёмов выполнено на «высоком уровне».
- **Средний уровень**, если 50% проверенных строевых приёмов выполнено на «высоком уровне» и «среднем уровне».
- **Низкий уровень**, если по одному из строевых приёмов получена оценка «низкий уровень».

Индивидуальный учёт результатов освоения обучающимся

дополнительной общеобразовательной программы – дополнительной общеразвивающей программы

«Защитник Отечества»

ФИО обучающегося _____

1 год обучения										2 год обучения												
Входящий контроль				Промежуточный контроль		Итоговый контроль				Входящий контроль				Промежуточный контроль		Итоговый контроль						
Наблюдение				Защита проекта		Сдача нормативов		Наблюдение		Собеседование, наблюдение		Наблюдение		Защита проекта		Сдача нормативов		Наблюдение				
Познавательные УУД	Регулятивные УУД	Коммуникативные УУД	Личностные УУД	ОФП	сборка-разборка автомата АК-74	Стрелковая подготовка	Познавательные УУД	Регулятивные УУД	Коммуникативные УУД	Личностные УУД	Познавательные УУД	Регулятивные УУД	Коммуникативные УУД	Личностные УУД	ОФП	сборка-разборка автомата АК-74	Стрелковая подготовка	Познавательные УУД	Регулятивные УУД	Коммуникативные УУД	Личностные УУД	

В – высокий уровень

С – средний уровень

Н – низкий уровень

Критерии оценки освоения программы (итоговый контроль).

Теоретических знаний:

Оптимальный уровень – обучающийся полностью усвоил теоретический материал, знает этапы организации деятельности, самостоятельно выбирает тему исследования, знает пути дальнейшего развития темы, свободно осуществляет поиск необходимой информации нескольких источниках, умеет собирать и составлять нужную информацию о поставленной проблеме, знает правила оформления списка использованной литературы. На занятиях активен, проявляет инициативу.

Допустимый уровень – обучающийся полностью усвоил теоретический материал, совместно с педагогом (товарищами по группе) выбирает тему и планирует деятельность, пользуется различными источниками информации, собирает нужную информацию о поставленной проблеме. На занятиях активен.

Недостаточный уровень – обучающийся не усвоил значительную часть теоретического материала. Слабо владеет организацией деятельности, совместно с педагогом и товарищами выстраивает цепочку своих практических действий, слабо разбирается в предлагаемом задании. На занятиях пассивен.

Приложение №4

Воспитательная работа

При реализации программы большое внимание уделяется воспитательной работе с детьми и их родителями. С родителями проводится работа, ориентированная на повышение их информированности об особенностях ребёнка, его достижениях и динамике развития, проблемах и методах оказания помощи; участие родителей в совместном планировании и организации мероприятий, оценке качества деятельности. Информированность родителей реализуется через родительские собрания, участие через различные виды проектов, предусмотренных программой.

Педагогическая деятельность имеет определенную последовательность в течение всего периода реализации программы, указанная в таблице.

Сроки реализации	Содержание деятельности	Целевая ориентация
Сентябрь	<p>Участие в родительском собрании (совместно с классными руководителями)</p> <p>Презентация объединения (в рамках презентационных мероприятий Центра)</p>	<p>Выявление индивидуальных особенностей детей, мотивация родителей к совместной деятельности; презентация образовательной программы.</p> <p>Осмысление родителями интересов детей в сфере проектной деятельности, их значимости в развитии ребёнка; содействие принятию осознанного выбора объединения.</p>
октябрь - май	<p>Проведение открытых занятий</p> <p>Организация совместной деятельности</p>	<p>Содействие информированности родителей об особенностях ребёнка, его достижениях и динамике развития, методах осуществления помощи, демонстрация имеющихся результатов.</p> <p>Мотивация родителей к совместной деятельности; осознание родителями</p>

		<p>значимости развития проектного мышления для личностного развития ребёнка, расширение опыта родителей гуманистических взаимоотношений с ребёнком, демонстрация имеющихся результатов.</p>
Январь	<p>Организация и проведение родительского собрания в объединении</p>	<p>Информирование родителей о личностном развитии ребёнка, коллектива. Эмоциональный климат в объединении. Определение промежуточных результатов реализации программы (уровень сформированности навыков проектной деятельности, знания и умения в области ценностных отношений, коммуникативных умений).</p>
Май	<p>Участие в родительском собрании (совместно с классными руководителями)</p> <p>Итоговое собрание с презентацией детских инициатив «Проектная лаборатория»</p>	<p>Информирование родителей о личностном развитии ребёнка, коллектива за год. Определение проблем, путей и способов их решения.</p> <p>Информирование родителей об итогах реализации программы.</p>

План воспитательной работы с обучающимися

Воспитательная работа с обучающимися проводится в соответствии с планом воспитательной работы МОДО «ЦДО» с. Койгородок.

Цель воспитательной работы объединения – формирование гражданской позиции и духовно-нравственных качеств обучающихся.

Задачи:

- формировать нравственную культуру личности через приобщение обучающихся к гуманистическим, общечеловеческим ценностям;
- содействовать воспитанию инициативности у обучающихся.

№ п/п	Название мероприятия	Сроки
1.	Инструктаж по технике безопасности	Сентябрь
2.	Акции «Мы против терроризма», «Голубь мира».	Сентябрь
3.	Районные соревнования по О.Ф.П.	Октябрь
4.	Военно- патриотический слет: «Равнение на Победу!»	Октябрь
5.	Встречи с участниками локальных конфликтов (в рамках Дня народного единства).	Ноябрь
6.	Районные соревнования по пулевой стрельбе из пневматической винтовки.	Ноябрь
7.	Участие в торжественном мероприятии посвященном дню призывника.	Ноябрь
8.	Акции по очистке памятников	Ноябрь
9.	Отработка навыков (сборка-разборка автомата, магазина, одевание ОЗК).	Декабрь
10.	Соревнования по стрельбе из лука.	Декабрь
11.	Спортивное мероприятие «Я выбираю спорт, как альтернативу пагубным привычкам»	Декабрь
12.	Акции по очистке памятников	Декабрь

13.	Беседа «День полного освобождения Ленинграда от фашистской блокады».	Январь
14.	Участие в республиканском соревновании «Сталинградская полоса препятствий»	Январь
15.	Акции по очистке памятников	Январь
16.	День памяти воинов-интернационалистов (15.02.1989 - последняя колонна советских войск покинула территорию Афганистана). Урок мужества.	Февраль
17.	Военно-спортивный праздник, посвящённый 23 февраля. «А ну ка – юноши!»	Февраль
18.	Участие в республиканских соревнованиях «Один армейский день!»	Февраль
19.	Акции по очистке памятников	Февраль
20.	Воспитательное мероприятие «Добро начинается с тебя!»	Март
21.	Участие в военно-патриотической игре «Орленок»	Март
22.	Военно-спортивный праздник, посвящённый 8 марта. «А ну ка – девушки!»	Март
23.	Спортивно-познавательная игра «Будущие Защитники Отечества»	Апрель
24.	Участие в акции «Георгиевская ленточка»	Май
25.	Участие в торжественном шествии, посвященному празднику Победы!	Май
26.	Почетный караул у памятника «Никто не забыт, Ничто не забыто», герою советского союза Данилова Д.А.	Май

Приложение №5

Календарно-тематическое планирование программы

1 год обучения

п/п	Тема занятия	Кол-во часов			Дата проведения занятия (план)	Дата проведения занятия (факт)
		Всего	Теория	Практика		
1	Вводное занятие	2	1	1		
1	Входящий контроль. Цель и задачи на учебный год.	2	1	1		
2	Общественно-государственная подготовка	14	7	7		
2	Современное политическое положение в мире.	2	1	1		
3	Современное политическое положение в мире.	2	1	1		
4	Я гражданин России. Моя гражданская позиция.	2	1	1		
5	Я гражданин России. Моя гражданская позиция.	2	1	1		
6	Государственная символика России.	2	1	1		
7	Национальное самосознание русского народа. Семья-щит России.	2	1	1		
8	Национальное самосознание русского народа. Семья-щит России.	2	1	1		
3	Ратные подвиги Защитников Отечества	20	10	10		
9	Воинская слава России.	2	1	1		
10	Герои Великой Отечественной войны.	2	1	1		
11	Герои Великой Отечественной войны.	2	1	1		
12	Герои Великой Отечественной войны.	2	1	1		
13	Герои Великой Отечественной войны.	2	1	1		
14	Без срока давности.	2	1	1		
15	Без срока давности.	2	1	1		
16	Без срока давности.	2	1	1		
17	Молодые ветераны.	2	1	1		

18	Молодые ветераны.	2	1	1		
4	Личность и коллектив	14	7	7		
19	Ресурсный круг.	2	1	1		
20	Эмоции и поведение.	2	1	1		
21	Личность и коллектив.	2	1	1		
22	Проблемы общения.	2	1	1		
23	Управление собой.	2	1	1		
24	Воспитание психологической устойчивости при выполнении учебно-тренировочных задач.	2	1	1		
25	Морально-психологическая подготовка личного состава разведки.	2	1	1		
26	Промежуточный контроль	2	-	2		
6	Основы военной службы	10	5	5		
27	Вооруженные силы России и другие войска – основа военной организации государства.	2	1	1		
28	Вооруженные силы России и другие войска – основа военной организации государства.	2	1	1		
29	Военнослужащие и взаимоотношения между ними.	2	1	1		
30	Военнослужащие и взаимоотношения между ними.	2	1	1		
31	Обязанности лиц суточного наряда.	2	1	1		
7	Стрелковая и огневая подготовка	28	4	24		
32	Стрелковые приемы и движения без оружия.	2	1	1		
33	Стрелковые приемы и движения без оружия.	2	-	2		
34	Неполная разборка-сборка макета автомата АК-74	2	1	1		
35	Неполная разборка-сборка макета автомата АК-74	2	-	2		
36	Неполная разборка-сборка макета автомата АК-74	2	-	2		
37	Стрельба из пневматической винтовки.	2	1	1		
38	Стрельба из пневматической винтовки.	2	-	2		
39	Стрельба из пневматической винтовки.	2	-	2		
40	Стрельба из пневматической	2	-	2		

	винтовки.					
41	Стрельба из пневматической винтовки.	2	-	2		
42	Стрелковые приемы и движение с оружием (макетами).	2	1	1		
43	Стрелковые приемы и движение с оружием (макетами).	2	-	2		
44	Стрелковые приемы и движение с оружием (макетами).	2	-	2		
45	Стрелковые приемы и движение с оружием (макетами).	2	-	2		
8	Общественно-физическая подготовка	36	2	34		
46	Общая физическая подготовка.	2	1	1		
47	Общая физическая подготовка.	2	-	2		
48	Общая физическая подготовка.	2	-	2		
49	Общая физическая подготовка.	2	-	2		
50	Общая физическая подготовка.	2	-	2		
51	Общая физическая подготовка.	2	-	2		
52	Общая физическая подготовка.	2	-	2		
53	Общая физическая подготовка.	2	-	2		
54	Общая физическая подготовка.	2	-	2		
55	Общая физическая подготовка со специальной направленностью.	2	1	1		
56	Общая физическая подготовка со специальной направленностью.	2	-	2		
57	Общая физическая подготовка со специальной направленностью.	2	-	2		
58	Общая физическая подготовка со специальной направленностью.	2	-	2		
59	Общая физическая подготовка со специальной направленностью.	2	-	2		
60	Общая физическая подготовка со специальной направленностью.	2	-	2		
61	Общая физическая подготовка со специальной направленностью.	2	-	2		
62	Общая физическая подготовка со специальной направленностью.	2	-	2		
63	Общая физическая подготовка со специальной направленностью.	2	-	2		
9	Основы безопасности в различных ситуациях	6	3	3		
64	Первая помощь при состояниях, угрожающих жизни человека.	2	1	1		
65	Травмы и травматический шок. Простейшие способы	2	1	1		

	обезболивания.					
66	Личная и общественная гигиена. Предупреждение инфекционных заболеваний.	2	1	1		
10	Воспитательная работа	10	5	5		
67	Воспитательная работа	2	1	1		
68	Воспитательная работа	2	1	1		
69	Воспитательная работа	2	1	1		
70	Воспитательная работа	2	1	1		
71	Воспитательная работа	2	1	1		
72	Итоговый контроль	2	-	2		

2 год обучения

п/п	Тема занятия	Кол-во часов			Дата проведения занятия (план)	Дата проведения занятия (факт)
		Всего	Теория	Практика		
1	Вводное занятие	2	1	1		
1	Входящий контроль. Цель и задачи на учебный год.	2	1	1		
2	Общественно-государственная подготовка	8	4	4		
2	Современное политическое положение в мире.	2	1	1		
	Современное политическое положение в мире.	2	1	1		
3	Информационная безопасность.	2	1	1		
	Информационная безопасность.	2	1	1		
3	Ратные подвиги защитников Отечества	24	12	12		
4	Воинская слава России.	2	1	1		
	Воинская слава России.	2	1	1		
5	Герои России.	2	1	1		
	Герои России.	2	1	1		
	Герои России.	2	1	1		
6	Герои Великой Отечественной войны.	2	1	1		
	Герои Великой Отечественной войны.	2	1	1		
	Герои Великой Отечественной войны.	2	1	1		
	Герои Великой Отечественной войны.	2	1	1		
	Молодые ветераны.	2	1	1		
7	Молодые ветераны.	2	1	1		
8	Выдающиеся военные ученые и конструкторы России.	2	1	1		
4	Выживание в экстремальных ситуациях	10	5	5		
9	Личное и групповое турснаряжение.	2	1	1		
10	Маршрут выживаемости.	2	1	1		
11	Экстремальные условия, ситуации.	2	1	1		
12	Ориентирование на местности.	2	1	1		
13	Беспилотные летательные аппараты (БПЛА).	2	1	1		

5	Личность и коллектив	4	2	2		
14	Управление собой	2	1	1		
15	Воспитание психологической устойчивости при выполнении учебно-тренировочных задач	2	1	1		
6	Промежуточный контроль	2	-	2		
7	Основы военной службы	10	5	5		
16	Вооруженные силы России и другие войска – основа военной организации государства.	2	1	1		
	Вооруженные силы России и другие войска – основа военной организации государства.	2	1	1		
17	Военнослужащие и взаимоотношения между ними.	2	1	1		
	Военнослужащие и взаимоотношения между ними.	2	1	1		
18	Обязанности лиц суточного наряда.	2	1	1		
8	Строевая и огневая подготовка	28	3	25		
19	Строевые приемы и движения без оружия.	2	1	1		
20	Строевые приемы и движения без оружия.	2	-	2		
	Строевые приемы и движения без оружия.	2	-	2		
	Строевые приемы и движения без оружия.	2	-	2		
21	Строевые приемы знаменной группы.	2	1	1		
22	Строевые приемы знаменной группы.	2	-	2		
	Строевые приемы знаменной группы.	2	-	2		
	Строевые приемы знаменной группы.	2	-	2		
23	Строевые приемы и движение с оружием (макетами)	2	1	1		
	Строевые приемы и движение с оружием (макетами)	2	-	2		
	Строевые приемы и движение с оружием (макетами)	2	-	2		
24	Строевые приемы и движение с оружием (макетами)	2	-	2		

25	Строевые приемы и движение с оружием (макетами)	2	-	2		
	Строевые приемы и движение с оружием (макетами)	2	-	2		
9	Общездоровья физическая подготовка	36	8	28		
	Общеразвивающие упражнения без предмета.	2	1	1		
	Общеразвивающие упражнения без предмета.	2	-	2		
	Легкая атлетика.	2	1	1		
	Легкая атлетика.	2	-	2		
	Спортивные игры.	2	1	1		
	Спортивные игры.	2	-	2		
	Упражнения на выносливость.	2	1	1		
	Упражнения на выносливость.	2	-	2		
	Упражнения на скорость.	2	1	1		
	Упражнения на скорость.	2	-	2		
	Упражнения на скорость.	2	-	2		
	Упражнения на ловкость.	2	1	1		
	Упражнения на ловкость.	2	-	2		
	Упражнение на гибкость.	2	1	1		
	Упражнение на гибкость.	2	-	2		
	Упражнение на силу.	2	1	1		
	Упражнение на силу.	2	-	2		
	Упражнение на силу.	2	-	2		
10	Основы безопасности в различных ситуациях	8	4	4		
	Способы самовыживания при состояниях, угрожающих жизни человека.	2	1	1		
	Общие правила оказания первой медицинской помощи.	2	1	1		
	Поведение человека в чрезвычайных (экстремальных) ситуациях.	2	1	1		
	Личная и общественная гигиена. Предупреждение инфекционных заболеваний.	2	1	1		
11	Воспитательная работа	10	5	5		
	Воспитательная работа	2	1	1		
	Воспитательная работа	2	1	1		
	Воспитательная работа	2	1	1		
	Воспитательная работа	2	1	1		
	Воспитательная работа	2	1	1		
72	Итоговый контроль	2	-	2		

