

РАССМОТРЕНО:

На Педагогическом совете


МАОУ «Гимназия №13 «Академ».

Протокол № 1

от « 30 » 08 2024г.

СОГЛАСОВАНО:

Руководитель структурного  
подразделения

  
Г.В.Демьяненко

« 30 » 08 2024 г.

УТВЕРЖДАЮ:

И. о.директора муниципального  
автономного  
образовательного  
учреждения «Гимназия № 13  
«Академ»



А.Г. К...

Приказ №

от 02



Дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа  
физкультурно-спортивной направленности  
**«Военно-прикладной спорт,  
военно-спортивное многоборье»**

Возраст обучающихся 13-13 лет  
Срок реализации программы – 1 год

Составитель:  
Филиппов Е.В.  
Педагог дополнительного  
образования

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по «Военно-прикладной спорт, военно-спортивное многоборье» составлена в соответствии со следующими документами:

- Распоряжение правительства РФ от 4 сентября 2014 г. №1726 – р «Концепция развития дополнительного образования детей»;

- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 04 июля 2014 г. №41 санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.4.3.172-14 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей";

- Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11.2015 г. №09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы);

- Письмо Минобрнауки России от 14.12.2015 № 09-3564 «О внеурочной деятельности и реализации дополнительных общеобразовательных программ» (вместе с «Методическими рекомендациями по организации внеурочной деятельности и реализации дополнительных общеобразовательных программ»)

- Приказ Минобрнауки России от 29.08.2013 № 1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

Но необходимо учесть, что с ноября 2018 года вышеуказанный Приказ Минобрнауки России от 29.08.2013 № 1008 утратил силу. В настоящее время действует Приказ Минпросвещения России от 09.11.2018 N 196 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам", следовательно необходимо внести изменения в приказ по утверждению учебного плана.

### АКТУАЛЬНОСТЬ И НОВИЗНА ПРОГРАММЫ.

Гражданственность – фундаментальное качество личности, заключающееся в осознании долга перед обществом и деятельном претворении его в жизнь. На базе этого социально значимого качества для каждого из нас и общества в целом в сердцах наших детей зреет патриотическое чувство сопричастности судьбам Отечества как наивысший результат их социализации. В этом смысле воспитание патриотов – самая высокая задача любой образовательной системы, не теряющая актуальности на протяжении всей истории человечества и особенно актуализирующая в периоды испытаний.

Проблемы гражданско-патриотического воспитания в нашей стране обострены: экономический кризис, дестабилизация и расслоение общества, коснувшиеся каждой семьи, привели к смене мироощущений и ценностных ориентаций детей и юношества; усилилось их отчуждение от мира взрослых,

3. Физическое развитие обучающихся, формирование навыков дисциплины, самоорганизации и умения действовать в сложных и экстремальных ситуациях.

4. Воспитание силы воли, мужества, стойкости, гражданственности и патриотизма.

Достижение поставленных задач предполагается осуществить на основе интереса подростков к военному искусству, физической силе и красоте, мужеству и стойкости, смелости и решительности, стремлению к самоутверждению.

Программа разработана в 2018 году с учетом требований к содержанию и оформлению дополнительных образовательных программ.

**Отличительная особенность:**

Отличительная особенность данной программы проявляется в плане технической подготовки, а именно – дальнейшее совершенствование соревновательных элементов, доведение до автоматизма приемов исполнения технических элементов. При этом особое внимание уделяется тактической подготовке. Изучается курс базовой подготовки. Ребята проходят подготовку и участвуют в соревнованиях «Служу Отечеству», «Юность Красноярья» и т.п.

**Возраст занимающихся:** 13-18 лет.

**Срок реализации программы:** учебный год.

**Форма занятий:** групповая, малыми группами (по звеньям), индивидуальная.

**Режим занятий:** занятия проводятся 3 раз в неделю, продолжительностью – 40 минут.

**Продолжительность образовательного процесса**

Уровень подготовки	Периодичность в неделю	Кол-во часов в год
Начальный	3 раза в неделю	102 часов

- умение различать государственную символику Российской Федерации, своего региона (края, города, района); находить на картах (географических, политико-административных, исторических) территорию России, её столицу – город Москву, территорию родного края, его административный центр; описывать достопримечательности столицы и родного края, особенности некоторых зарубежных стран.

### Познавательные УУД

Получение знаний о основах военной службы, самообороны, выживания в природных условиях, семье, Родине, родном крае, природе родного края.

Овладение первоначальными навыками по основам военной службы:

- добывать новые знания: *находить ответы* на вопросы, используя литературу, интернет, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятиях; пользоваться памятками;
- перерабатывать полученную информацию: *делать вывод* в результате совместной работы всего коллектива;
- перерабатывать полученную информацию: *сравнивать и группировать* предметы и их образы;
- знания о своем Отечестве, его истории, культуре, этносе, героических свершениях, достижениях, проблемах и др.;
- понимание сущности и особенностей российского патриотизма;
- знание содержания таких понятий и категорий, как «Отечество», «патриотизм», «патриот», «долг», «служение Отечеству», «национальные интересы», «защита Отечества» и др.;
- понимание роли, места и значения России в мировой цивилизации, самобытности и уникальности нашего общества и государства, имеющих свой путь в истории человечества;
- способность к анализу процессов и явлений, проблем и противоречий, присущих обществу и государству, понимание их причин и путей решения в интересах динамичного развития России.

### Регулятивные УУД

Обучение планированию деятельности, выделению этапов деятельности.

Обучение оценке своей деятельности и деятельности сверстников:

- учиться совместно давать эмоциональную оценку своей деятельности и деятельности других;
- *определять и формулировать* цель деятельности на занятии с помощью учителя;
- учиться *высказывать* своё предположение (версию) на основе работы с иллюстрацией ситуации;
- учиться отличать верно, выполненное задание от неверного;
- формирование российской и гражданской идентичности на основе принятия учащимися демократических ценностей, развития толерантности жизни в поликультурном обществе, воспитания патриотических убеждений;
- освоение основных социальных ролей, норм и правил.



- Преодолевать полосу препятствий;

**Содержание учебного предмета, курса  
(3 часа в неделю -102 часа в год)**

№	РАЗДЕЛЫ ПРОГРАММЫ	КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ		
		всего	теория	практика
1	Введение в образовательную программу. Техника безопасности на занятиях.	1	1	
2	<b>Историко-правовая подготовка.</b>	4	4	
2.1	История вооруженных сил Российской Федерации	1	1	
2.2	Уставы Вооруженных сил	3	3	
3	<b>Строевая подготовка</b>	25	2	23
3.1	Строевая подготовка: одиночное выполнение основных приемов	25	2	23
4	<b>Огневая подготовка</b>	24	4	20
4.1	История армейского вооружения	4	4	
4.2	Основные приемы обращения с оружием.	22	2	20
5	<b>Тактическая подготовка</b>	14	4	10
5.1	Понятия «бой» и его основные характеристики	14	4	10
6	<b>Медицинская подготовка.</b>	10	6	4
6.1	Правила оказания медицинской помощи при ранениях, травмах, отравлении, поражении током, при остановке сердца	10	6	4
7	<b>Психологическая подготовка</b>	6	5	1
7.1	Психологическая подготовка в службе в Вооруженных силах	6	5	1
8	<b>Туристская подготовка</b>	19	4	15
8.1	Выживание в условиях вынужденной автономии в природных условиях	19	4	15
	<b>Итого</b>	<b>102</b>		

*Форма проведения:* беседа, тестирование.

*Форма подведения итогов:* рефлексия.

## **2.2. Уставы Вооруженных сил (3 часов).**

*Теоретические знания (3 часа):* основы подготовки к воинской службе, символы воинской чести, устав внутренней службы, уставы Вооруженных сил разных стран, основные понятия российского права; Вооруженных Сил Российской Федерации, состава и боевых традиций Российской Армии; назначения и боевых возможностей видов и родов войск Вооруженных Сил; особенности формирования и сплочения воинских коллективов; правовые основы воинской службы, порядок прохождения воинской службы; основные требования военной присяги, дисциплины, значение общевоинских уставов в жизни и деятельности частей и подразделений, воинские звания и знаки различия; правила воинской вежливости, поведение и отдавание воинского приветствия, обязанности перед построением и в строю.

*Методы и приемы:* прием сравнения, наглядный, практический, словесный, беседа с детьми.

*Форма проведения:* беседа, практические занятия, доклады.

*Форма подведения итогов:* рефлексия, тестирование.

## **3. Строевая подготовка (25 часов).**

### **3.1. Строевая подготовка: одиночное выполнение основных приемов (25 часов).**

**Цель:** познакомить детей с основными положениями Строевого устава ВС РФ.

1. Обучить детей основным строевым приемам Строевого устава.
2. Выработка у детей строевой выправки, подтянутости и выносливости, умения правильно и быстро выполнять воинское приветствие.
3. Воспитание дисциплины, гражданственности и патриотизма.

*Теоретические знания (2 часа):* строи и их элементы, строевые приемы.

*Практические знания (23 часа):* выполнение основных приемов и движений, участие в районном смотре строя

*Методы и приемы:* наглядный, практический, словесный.

*Форма проведения:* беседа, практические занятия, доклады.

*Форма подведения итогов:* рефлексия, смотр строя и песни.

## **4. Огневая подготовка (26 часов).**

**Цель:** обучить детей умело использовать оружие в различных условиях боевой обстановки.

**Задачи:**

1. Обучить детей основным приемам обращения с оружием.

1. Ознакомить детей с правилами и способами оказания первой медицинской помощи.

2. Развитие навыков и умений по оказанию первой медицинской помощи.

3. Воспитание ответственности за жизнь и здоровье, взаимопомощи.

**6.1. Правила оказания медицинской помощи при ранениях, травмах, отравлении, поражении током, при остановке сердца (10 часов).**

*Теоретические знания (6 часов):* понятие «травма», «жгут», «шина», правила оказания первой медицинской помощи при различного рода травм.

*Практическое знания (4 часа):* наложение жгута, наложение шины, бинтование ран, проведения искусственного дыхания и непрямого массажа сердца, изготовление транспортировочных средств.

*Методы и приемы:* наглядный, практический, словесный.

*Форма проведения:* практические занятия, беседа с медицинским работником.

*Форма подведения итогов:* рефлексия, тестирование, практическое задание.

### **7. Психологическая подготовка (6 часов).**

**Цель:** научить детей правилам оказания психологической помощи.

**Задачи:**

1. Обучить детей правилам поддержания оптимальной трудоспособности.

2. Развитие навыков и умений необходимых для оказания психологической помощи.

3. Воспитание дружелюбия, чувства коллективизма, выдержки, уверенности, взаимопомощи и самоконтроля.

**7.1. Психологическая подготовка к службе в Вооруженных силах (6 часов).**

*Теоретические знания (5 часов):* понятие «психотренинг», понятия «коллектив», «самооценка», правила адаптации в новом коллективе,

*Практическое знания (1 час):* умение общаться, умение расположить к себе человека, умение избегать конфликтов.

*Методы и приемы:* словесный, беседа

*Форма проведения:* практические занятия, тренинг, тестирование.

*Форма подведения итогов:* рефлексия, тестирование, практическое задание.

### **8. Туристская подготовка (19 часов).**

**Цель:** выработка у детей тактики выживания в условиях вынужденной автономии в природных условиях.

**Задачи:**

1. Познакомить детей со способами выживания в условиях вынужденной автономии.

ПРИЛОЖЕНИЕ  
к рабочей программе, утвержденной  
приказом № 257/6-п от

Календарно-тематическое планирование  
к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе  
физкультурно-спортивной направленности.

**«Военно-прикладной спорт  
(военно-спортивное многоборье)»**

Составил:  
педагог дополнительного образования

**Филиппов Е.В.**

Красноярск 2024 г



**Календарно-тематическое планирование  
«Военно-прикладной спорт, военно-спортивное многоборье»**

**Группа занимается 3 раза в неделю по 1 часу, 40 минут**

№ урока	Дата	Тема	Часы	
			Теория	Практика
1.		Правила поведения в кабинете, соблюдение мер предосторожности на практических занятиях. Вводный мониторинг.	1	
2.		История и традиции Вооруженных Сил Российской Федерации, символы воинской чести; воинские награды, истории создания Вооруженных Сил Российской Федерации (ВС РФ).	1	
3.		Основы подготовки к воинской службе, символы воинской чести, устав внутренней службы, основные понятия российского права; Вооруженных Сил Российской Федерации,	1	
4.		Состава и боевых традиций Российской Армии; назначения и боевых возможностей видов и родов войск Вооруженных Сил	1	
5.		Основные требования военной присяги, дисциплины, значение общевоинских уставов в жизни и деятельности частей и подразделений, воинские звания и знаки различия.	1	
6.		Строй и их элементы, строевые приемы	1	
7.		Строй и их элементы, строевые приемы	1	
8.		Выполнение основных приемов и движений		1
9.		Выполнение основных приемов и движений		1
10.		История развития оружия, знаменитые конструкторы-оружейники;	1	
11.		Выполнение основных приемов и движений		1
12.		Выполнение основных приемов и движений		1
13.		История развития оружия, знаменитые конструкторы-оружейники;	1	
14.		Выполнение основных приемов и движений		1
15.		Выполнение основных приемов и движений		1
16.		История развития оружия, знаменитые конструкторы-оружейники;	1	
17.		Выполнение основных приемов и движений		1
18.		Выполнение основных приемов и движений		1
19.		История развития оружия, знаменитые конструкторы-оружейники;	1	
20.		Выполнение основных приемов и движений		1
21.		Выполнение основных приемов и движений		1
22.		Автомат Калашникова АК-47; меры безопасности на занятиях с оружием, приемы и правила стрельбы, разновидности стрелкового оружия.	1	

23.	Выполнение основных приемов и движений		1
24.	Выполнение основных приемов и движений		1
25.	Автомат Калашникова АК-47; меры безопасности на занятиях с оружием, приемы и правила стрельбы, разновидности стрелкового оружия.	1	
26.	Выполнение основных приемов и движений		1
27.	Выполнение основных приемов и движений		1
28.	Стрельба в тире, разборка и сборка автомата Калашникова.		1
29.	Стрельба в тире, разборка и сборка автомата Калашникова.		1
30.	Выполнение основных приемов и движений		1
31.	Выполнение основных приемов и движений		1
32.	Стрельба в тире, разборка и сборка автомата Калашникова.		1
33.	Стрельба в тире, разборка и сборка автомата Калашникова.		1
34.	Выполнение основных приемов и движений		1
35.	Выполнение основных приемов и движений		1
36.	Стрельба в тире, разборка и сборка автомата Калашникова.		1
37.	Стрельба в тире, разборка и сборка автомата Калашникова.		1
38.	Выполнение основных приемов и движений		1
39.	Выполнение основных приемов и движений		1
40.	Стрельба в тире, разборка и сборка автомата Калашникова.		1
41.	Стрельба в тире, разборка и сборка автомата Калашникова.		1
42.	Выполнение основных приемов и движений		1
43.	Выполнение основных приемов и движений		1
44.	Стрельба в тире, разборка и сборка автомата Калашникова.		1
45.	Стрельба в тире, разборка и сборка автомата Калашникова.		1
46.	Выполнение основных приемов и движений		1
47.	Стрельба в тире, разборка и сборка автомата Калашникова.		1
48.	Стрельба в тире, разборка и сборка автомата Калашникова.		1
49.	Основная тактическая форма – бой, характеристика содержания боя,	1	
50.	Основная тактическая форма – бой, характеристика содержания боя,	1	
51.	Стрельба в тире, разборка и сборка автомата Калашникова.		1
52.	Стрельба в тире, разборка и сборка автомата Калашникова.		1
53.	Условия, обеспечивающие выполнение боевой задачи	1	

54.	Условия, обеспечивающие выполнение боевой задачи	1	
55.	Стрельба в тире, разборка и сборка автомата Калашникова		1
56.	Стрельба в тире, разборка и сборка автомата Калашникова		1
57.	Ведения огня по условному противнику, маневры, отработка элементов боя.		1
58.	Ведения огня по условному противнику, маневры, отработка элементов боя.		1
59.	Ведения огня по условному противнику, маневры, отработка элементов боя.		1
60.	Ведения огня по условному противнику, маневры, отработка элементов боя.		1
61.	Ведения огня по условному противнику, маневры, отработка элементов боя.		1
62.	Стрельба в тире, разборка и сборка автомата Калашникова		1
63.	Стрельба в тире, разборка и сборка автомата Калашникова		1
64.	Ведения огня по условному противнику, маневры, отработка элементов боя.		1
65.	Ведения огня по условному противнику, маневры, отработка элементов боя.		1
66.	Ведения огня по условному противнику, маневры, отработка элементов боя.		1
67.	Стрельба в тире, разборка и сборка автомата Калашникова		1
68.	Стрельба в тире, разборка и сборка автомата Калашникова		1
69.	Ведения огня по условному противнику, маневры, отработка элементов боя.		1
70.	Ведения огня по условному противнику, маневры, отработка элементов боя.		1
71.	Понятие «травма», «жгут», «шина»,	1	
72.	Правила оказание первой медицинской помощи при различного рода травм.	1	
73.	Правила оказание первой медицинской помощи при различного рода травм.	1	
74.	Правила оказание первой медицинской помощи при различного рода травм.	1	
75.	Правила оказание первой медицинской помощи при различного рода травм.	1	
76.	Правила оказание первой медицинской помощи при различного рода травм.	1	
77.	Наложение жгута, наложение шины,		1
78.	Бинтование ран.		1
79.	Проведения искусственного дыхания и непрямого массажа сердца		1
80.	Изготовление транспортировочных средств.		1

81.	Понятие «психотренниг», понятия «коллектив», «самооценка», правила адаптации в новом коллективе	1	
82.	Понятие «психотренниг», понятия «коллектив», «самооценка», правила адаптации в новом коллективе	1	
83.	Понятие «психотренниг», понятия «коллектив», «самооценка», правила адаптации в новом коллективе	1	
84.	Понятие «автономия», «тактика выживания»,	1	
85.	Понятие «психотренниг», понятия «коллектив», «самооценка», правила адаптации в новом коллективе	1	
86.	Понятие «психотренниг», понятия «коллектив», «самооценка», правила адаптации в новом коллективе	1	
87.	Понятие «автономия», «тактика выживания»,	1	
88.	Факторы выживания, туристическое снаряжение.	1	
89.	Умение общаться, умение расположить к себе человека, умение избегать конфликтов.		1
90.	Способы преодоления естественных и искусственных препятствий.	1	
91.	Умение не заблудиться в лесу, тактика выживания в лесу		1
92.	Питание и добыча воды при автономном изолированном существовании.		1
93.	Работа с веревкой и карабинами.		1
94.	Личное прохождение препятствий.		1
95.	Личное прохождение препятствий.		1
96.	Личное прохождение препятствий.		1
97.	Личное прохождение препятствий.		1
98.	Личное прохождение препятствий.		1
99.	Командное прохождение препятствий		1
100.	Командное прохождение препятствий		1
101.	Командное прохождение препятствий		1
102.	Командное прохождение препятствий		1