

ГЛАВНОЕ УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ Г. КРАСНОЯРСКА
МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ГИМНАЗИЯ №13 «АКАДЕМ»

ПРИНЯТО: Педагогический совет МАОУ МАОУ «Гимназия №13 «Академ» Протокол № 7 от 11.03.2025	СОГЛАСОВАНО: Методический совет МАОУ «Гимназия №13 «Академ» _____ Куваева О.Е.	УТВЕРЖДЕНО: Директор МАОУ «Гимназия №13 «Академ» _____ Г.М. Ахметзянова приказ № 146-п от 11.03.2025
--	---	--

**Дополнительная
общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности
«ВОЕННО-ПРИКЛАДНОЙ СПОРТ,
ВОЕННО-СПОРТИВНОЕ МНОГООБОРЬЕ»**

Уровень: базовый

Возраст обучающихся: 13 – 18 лет

Срок реализации программы: 1 год

Составитель:

Филиппов Е.В.

Педагог дополнительного образования

Красноярск

2025 г.

Содержание

1.1. Пояснительная записка.....	3
1.2. Цель и задачи программы.....	7
1.3. Планируемые результаты.....	8
1.4. Учебно-тематический план.....	9
1.5. Содержание учебно-тематического плана	10
2. Комплекс организационно-педагогических условий	12
2.1. Календарный учебный график	12
2.2. Формы аттестации/контроля.....	13
2.3. Оценочные материалы.....	14
2.4. Методические материалы.....	15
2.5. Условия реализации программы.....	16
2.6. Воспитательный компонент	17
3. Список литературы.....	19
4. Приложения	22
4.1. Приложение №1. Календарно-тематическое планирование	22

1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа «Футбол» (далее – программа) создана с учётом социального заказа и разработана в соответствии со следующими нормативно-правовыми документами:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (ст. 2, ст. 15, ст.16, ст.17, ст.75, ст. 79) с изменениями и дополнениями от 01.09.2024г. (ред. от 08.08.2024);

- Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р;

- Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. № 629 “Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам”;

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

- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ № 09-3242 от 18.11.2015 года;

- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

- «Методические рекомендации от 20 марта 2020 г. по реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, образовательных программ среднего профессионального образования и дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий»;

- Устав Гимназии № 13 «Академ»;

- Положение о разработке, утверждении, оформлении и структуре дополнительной общеразвивающей программы МАОУ «Гимназия № 13 «Академ».

Направленность программы – **физкультурно-спортивная.**

Уровень программы **базовый**, предполагает использование и реализацию таких форм организации материала, которые допускают освоение специализированных знаний и языка, гарантированно обеспечивают трансляцию общей и целостной картины в рамках содержательно-тематического направления программы.

Для обучающихся – это возможность приобрести базовый минимум знаний, умений и навыков по конкретному направлению деятельности; развитие индивидуальности, личной культуры, коммуникативных способностей, детской одаренности.

Для родителей – это возможность понять устойчивость интересов своего ребенка.

Для педагогов – это возможность разработать программу с учетом особенностей Гимназии, возраста и уровня подготовки детей, режима и временных параметров осуществления деятельности, нестандартности индивидуальных результатов обучения и воспитания.

Актуальность программы

Гражданственность – фундаментальное качество личности, заключающееся в осознании долга перед обществом и деятельном претворении его в жизнь.

На образование России, лежит важнейшая задача – сохранить психическое, физическое и нравственное здоровье подрастающего поколения, обеспечения социализации личности.

Государству и обществу нужны здоровые, мужественные, сильные, инициативные, дисциплинированные, образованные люди, готовые работать на его благо, а в случае необходимости, встать на его защиту.

Военно-спортивное воспитание обучающихся является составной частью патриотического воспитания. В данной Программе заложена идея бережного использования духа борьбы и соперничества, свойственных нынешнему поколению подростков.

Программа через военно-спортивное содержание позволяет развивать такие качества личности как - смелость, твердость характера, совершенствовать физическую выносливость, а также повысить практические навыки владения огневой и строевой подготовки, психологической и медицинской подготовки, самовыживания.

Для современных детей, ведущих малоподвижный образ жизни, вовлечение их в различные спортивные секции, объединения в условиях агрессивной информационной среды, формирует позитивную психологию общения и коллективного взаимодействия, занятия способствуют повышению самооценки. Тренируясь в неформальной обстановке, в отличие от урочных занятий, где предъявляются строгие требования к дисциплине, ребёнок более раскрепощается, что раскрывает его скрытые возможности.

Данная программа способствует удовлетворению важных потребностей и запросов детей и подростков. Программа построена с учетом возрастных особенностей обучающихся, обучение по программе способствует социализации обучающихся.

Отличительные особенности программы

Отличие данной программы от существующих заключается в том, что она направлена на реализацию разные виды военно-спортивного многоборья. В программу включены строевая подготовка, основы выживания, ориентирование и топография, стрелковая и огневая подготовка, история Вооруженных сил России, сочетание теоретического и практического содержания.

В программе отражены основные принципы военно-спортивной

подготовки:

- принцип системности предусматривает тесную взаимосвязь содержания соревновательной деятельности и всех сторон учебно-тренировочного процесса: физической, технической, тактической, психологической, интегральной, теоретической подготовки; воспитательной работы; восстановительных мероприятий; педагогического и медицинского контроля.

- принцип преемственности определяет последовательность изложения программного материала по этапам подготовки. Обеспечена преемственность задач, средств и методов подготовки, объемов тренировочных и соревновательных нагрузок, рост показателей физической, технико-тактической и интегральной подготовленности.

- принцип вариативности предусматривает в зависимости от этапа подготовки, индивидуальных особенностей воспитанника вариативность программного материала для практических занятий, характеризующихся разнообразием тренировочных средств и нагрузок, направленных на решение определенной педагогической задачи.

Обучающиеся проходят подготовку и участвуют в подъеме флага, в соревнованиях «Служу Отечеству», «Песни и строя», «Зарница 2.0», «Санинструктор», «Журавли».

Новизна программы

Вопросы начальной военной подготовки рассматриваются в предмете ОБЗР в 8 – 11 классах, однако у обучающихся есть потребность в расширении своих практических навыков, умений в специальной военной и туристической подготовке, отдельно следует выделить подростков более раннего возраста, проявляющих интерес к воинскому делу, возможности приобрести начальные знания, умения по безопасному выживанию.

Такая ситуация привела к тому, что возникла необходимость в поиске новых организационных форм занятий, которые бы интегрировали все новое эффективное, созданное наукой и практикой в области военно-прикладного спорта.

Педагогическая целесообразность программы

Педагогическая целесообразность программы проявляется:

- в формировании гражданственности и патриотизма, развитии потребности в здоровом образе жизни;
- в раскрытии физических, интеллектуальных и творческих возможностей обучающихся, в повышении их самооценки;
- в повышении психологической защищённости обучающихся, в формировании у них коммуникабельности, взаимовыручки, навыков самоконтроля;
- в повышении уровня теоретической подготовки обучающихся по смежным дисциплинам: ОБЗР, физической культуре, географии, химии, биологии и т.д.;
- в организации предпрофильной подготовки обучающихся,

выразивших желание связать свою последующую профессиональную деятельность с Вооруженными силами России (далее – ВС РФ).

Адресат программы

Данная программа предназначена для физического и патриотического воспитания и обучения обучающихся 13 -18 лет в системе дополнительного образования.

Группы формируются как разновозрастные, так и разновозрастные. Для обучающихся, разных по возрасту, предусматривается дифференцируемый подход при определении индивидуального творческого задания и назначения учебных заданий в процессе обучения.

Объём программы – 102 часа.

Срок освоения программы– 1 год обучения.

Режим занятий

Продолжительность образовательного процесса:

3 раза в неделю по 1*45 мин;

Продолжительность одного тренировочного занятия составляет 45 минут.

Количество занятий в неделю – 3, количество часов в неделю – 3.

Год обучения	Продолжительность занятий	Периодичность в неделю	Кол-во часов в неделю на группу	Количество часов в год
1 год обучения	1 час	3 раза	3 часа	102

Набор обучающихся в группу по программе производится в начале учебного года, из числа всех желающих без предъявления требований к знаниям, умениям, навыкам (на основании заявления родителей (законных представителей), и не имеющих медицинских противопоказаний для занятий.

Рекомендуемый минимальный состав группы 15 человек.

Формы организации образовательного процесса и виды занятий по программе

Обучение по программе ведется с использованием различных форм обучения.

При обучении в рамках программы предусмотрены групповые, индивидуальные формы работы. Занятия по программе включают теоретические, практические занятия, участие в соревновательных играх, конкурсах.

При проведении занятий особое внимание уделяется технике безопасности.

При реализации программы используется в основном групповая форма организации образовательного процесса.

Основными формами учебно-тренировочного процесса являются:

1. Групповые учебно-тренировочные занятия.

2. Групповые и индивидуальные теоретические занятия.
3. Участие в соревнованиях.
4. Зачеты, тестирования.
5. Конкурсы, викторины.

Занятия по программе проводятся в соответствии с учебным планом в разновозрастных и разновозрастных группах обучающихся, являющихся основным составом групп.

Используемые разнообразные формы и методы обучения способствует сознательному и прочному усвоению обучающимися материала программы.

1.2. Цель и задачи программы

Цель программы – формирование у обучающихся готовности к выполнению обязанности по защите Отечества и базового уровня культуры безопасности жизнедеятельности в соответствии с современными потребностями личности, общества и государства, что предполагает решение следующих задач:

Образовательные:

- способность построения модели индивидуального безопасного поведения на основе понимания необходимости ведения здорового образа жизни, причин, механизмов возникновения и возможных последствий различных опасных и чрезвычайных ситуаций, знаний и умений применять необходимые средства и приемы рационального и безопасного поведения при их проявлении;
- сформированность активной жизненной позиции, осознанное понимание значимости личного безопасного поведения в интересах безопасности личности, общества и государства.

Развивающие:

- развивать волевую, мотивационную и эмоциональную сферы, создавать условия для нравственного, умственного, эстетического и трудового воспитания обучающихся;
- создать условия для развития навыков общения и совместной деятельности в коллективе;
- развивать навыки самостоятельных занятий физическими упражнениями во время игрового досуга;
- развивать навыки соревновательной деятельности в соответствии с правилами военно-спортивного многоборья.

Воспитательные:

- способствовать формированию межличностных отношений, основанных на чувстве ответственности, уважении к партнёру и сопернику, направленных на создание в коллективе группы дружественной и непринужденной обстановки;
- воспитывать умение подчинять свою деятельность сознательно поставленной цели;

- воспитание воли, дисциплинированности, смелости, настойчивости через занятия военно-прикладной спорт.

1.3. Планируемые результаты

В процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья у обучающихся формируются личностные, метапредметные и предметные результаты.

Личностные результаты обеспечиваются через формирование базовых национальных ценностей, предметные – через формирование основных элементов научного знания, а метапредметные результаты – через универсальные учебные действия.

Личностные результаты отражаются в индивидуальных качественных свойствах обучающихся:

- формируется культура здоровья – отношение к здоровью как высшей ценности человека;
- сформирована потребность ответственного отношения к окружающим и осознания ценности человеческой жизни;
- ценностное отношение к достижениям своей Родины – России, к науке, искусству, спорту, технологиям, боевым подвигам и трудовым достижениям народа;
- уважение к символам государства, государственным праздникам, историческому и природному наследию и памятникам, традициям разных народов, проживающих в родной стране;
- формирование чувства гордости за свою Родину, ответственного отношения к выполнению конституционного долга – защите Отечества;

Метапредметные результаты:

- проявляется способность выделять ценность здоровья, здорового и безопасного образа жизни как целевого приоритета при организации собственной жизнедеятельности, взаимодействия с людьми;
- обучающиеся умеют адекватно использовать знания о позитивных и негативных факторах, влияющих на здоровье;
- обучающиеся способны рационально организовать физическую и интеллектуальную деятельность;
- выявлять проблемные вопросы, требующие решения в жизненных и учебных ситуациях;
- аргументированно определять оптимальный вариант принятия решений, самостоятельно составлять алгоритм (часть алгоритма) и выбирать способ решения учебной задачи с учётом собственных возможностей и имеющихся ресурсов;
- составлять план действий, находить необходимые ресурсы для его

выполнения, при необходимости корректировать предложенный алгоритм, брать ответственность за принятое решение.

- сформировано формирование умений позитивного коммуникативного общения с окружающими.

Предметные результаты (приобретаемый опыт проявляется в знаниях и способах двигательной деятельности, умениях творчески их применять при решении практических задач, связанных с организацией и проведением самостоятельных занятий физической культурой):

Обучающиеся знают:

- Меры безопасности на занятиях с оружием и при проведении учебных стрельб;
- правила оказания первой помощи;
- способы сохранения и укрепление здоровья;
- знают о назначении, боевых свойствах и общем устройстве стрелкового оружия;
- основные положения общевоинских уставов Вооруженных Сил Российской Федерации;
- историю создания Вооруженных Сил РФ;
- обязанности военнослужащего перед построением и в строю;
- строевые приёмы на месте без оружия;
- выполняют строевые приёмы на месте без оружия.
- основные характеристики стрелкового оружия и ручных гранат;

Обучающиеся умеют:

- пользоваться индивидуальными средствами защиты;
- выполнять строевые команды;
- осуществлять разборку и сборку автомата Калашникова (далее – АК), малокалиберной винтовки, пневматической винтовки (далее – ПВ), пистолета;
- стрелять из малокалиберной винтовки, АК, ПВ, пистолета;
- ориентироваться на местности по карте, компасу и без них;
- выполнять измерения на местности, определять координаты объектов;
- оказывать первую помощь пострадавшим

1.2. Учебно-тематический план

№	Разделы программы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		всего	теория	практика	
1	Введение в образовательную программу. Техника безопасности на занятиях.	1	1		беседа
2	Историко-правовая подготовка.	4	4		

2.1	История вооруженных сил Российской Федерации	1	1		беседа
2.2	Уставы Вооруженных сил	3	3		Контрольный тест
3	Строевая подготовка	25	2	23	
3.1	Строевая подготовка: одиночное выполнение основных приемов	25	2	23	Выполнение строевых упражнений
4	Огневая подготовка	24	4	20	
4.1	История армейского вооружения	4	4		Контрольный тест
4.2	Основные приемы обращения с оружием.	20		20	Контрольное практическое задание
5	Тактическая подготовка	14	4	10	
5.1	Понятия «бой» и его основные характеристики	14	4	10	беседа
6	Медицинская подготовка.	10	6	4	
6.1	Правила оказания медицинской помощи при ранениях, травмах, отравлении, поражении током, при остановке сердца	10	6	4	Контрольное практическое задание
7	Психологическая подготовка	6	5	1	
7.1	Психологическая подготовка в службе в Вооруженных силах	6	5	1	беседа
8	Туристская подготовка	18	3	15	
8.1	Выживание в условиях вынужденной автономии в природных условиях	18	3	15	Контрольное практическое задание
	Итого	102	29	73	

1.5. Содержание учебного плана программы

1. Вводное занятие (1 час).

Теоретические знания (1 час): Знакомство с группой. Правила поведения в кабинете, соблюдение мер предосторожности на практических занятиях. Вводный мониторинг.

2. Историко-правовая подготовка (4 часа).

историей создания Вооруженных Сил России в XX веке. структуру и содержание общевойсковых уставов. историей создания уставов в России.

2.1. История вооруженных сил Российской Федерации (1 час).

Теоретические знания (1 час): история и традиции Вооруженных Сил Российской Федерации, символы воинской чести; воинские награды, истории создания Вооруженных Сил Российской Федерации (ВС РФ);

организационной структуры ВС Российской Федерации; видов ВС; истории их создания и предназначения; функций и основных задач современных ВС, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности страны.

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.

3. Строевая подготовка (25 часов).

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

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

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

4. Огневая подготовка (24 часов).

4.1. История армейского вооружения (4 часа).

Теоретические знания (4 часа): история развития оружия, знаменитые конструкторы-оружейники;

4.2. Основные приемы обращения с оружием. Автомат Калашникова АК-47. (20 часа).

Теоретические знания (4 часа): Автомат Калашникова АК-47.; меры безопасности на занятиях с оружием, приемы и правила стрельбы, разновидности стрелкового оружия.

Практические знания (20 часов): стрельба в тире, сборка и разборка автомата.

5. Тактическая подготовка (14 часов).

Правила, обычаи и нормы поведения военно-служащих, при выполнении боевых задач и несением военной службы. Формы современного боя.

5.1. Понятия «бой» и его основные характеристики (14 часов).

Теоретические знания (4 часа): основная тактическая форма – бой, характеристика содержания боя, условия, обеспечивающие выполнение боевой задачи.

Практические знания (10 часов): ведения огня по условному противнику, маневры, отработка элементов боя.

6. Медицинская подготовка (10 часов).

Приемы оказания первой медицинской помощи.

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.

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

7. Психологическая подготовка (6 часов).

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,

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

8. Туристская подготовка (18 часов).

8.1. Выживание в условиях вынужденной автономии в природных условиях (18 часов).

Теоретические знания (3 часа): понятие «автономия», «тактика выживания», факторы выживания, туристическое снаряжение, способы преодоления естественных и искусственных препятствий.

Практические знания (15 часов): умение не заблудиться в лесу, тактика выживания в лесу, питание и добыча воды при автономном изолированном существовании. Работа с веревкой и карабинами. Личное прохождение препятствий. Командное прохождение препятствий.

2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО – ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

2.1. Календарный учебный график

Год обучения	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Всего учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год	01.09.2024	26.05.2025	34	204	102	Понедельник, вторник, среда,

						четверг, пятница, суббота
--	--	--	--	--	--	---------------------------------

2.2. Формы аттестации

Аттестация проводится в следующих формах: промежуточная аттестация, итоговая аттестация.

Промежуточная аттестация проводится в декабре в форме контрольных тестов, бесед.

Итоговая аттестация проводится по окончании изучения всей программы в мае в форме тестовых опросов, контрольных практических заданий.

- Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов: видеозапись, грамота, диплом, журнал посещаемости, фото, отзыв детей и родителей, статья и др.

- Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов: практические занятия; беседы; военно-спортивные конкурсы, состязания; волонтерские акции.

Контроль и отслеживание результатов деятельности проводится с целью выявления уровня развития специальных навыков, знаний обучающихся с целью коррекции процесса обучения и учебно-познавательной деятельности обучающихся.

Система отслеживания результатов включает в себя разнообразные методы и способы:

- педагогическое наблюдение;
- тестирование;
- участие в соревнованиях, конкурсах;
- волонтерские акции.

Аттестация по строевой подготовке проводится на основании экспертной оценки преподавателя, выполнения обучающимися контрольных практических заданий, улучшения показателей.

Обучающихся аттестуют по дисциплинам:

- строевая подготовка;
- огневая подготовка;
- медицинская подготовка;
- туристическая подготовка.

По окончании учебного года уровень знаний, умений и навыков обучающихся должен соответствовать требованиям контрольно-переводных нормативов.

2.3. Оценочные материалы

№ п/п	Контрольные упражнения	ПОКАЗАТЕЛИ					
	Учащиеся	Мальчики			Девочки		
	Оценка	“в”	“с”	“н”	“в”	“с”	“н”
5	Бег 100 м, секунд	14,0	14,5	15,2	16,5	17,2	18,2
7	Прыжки в длину с места	230	200	180	185	170	160
8	Подтягивание на перекладине	11	9	6	18	12	6
9	Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа	32	27	22	20	15	10
10	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (см)	+13	+8	+6	+16	+9	+7
11	Подъем туловища за 1 мин. из положения лежа	45	35	25	35	25	18
12	Метание гранаты (ю)-700 гр. (д)- 500 гр. на дальность м.	38	32	27	21	17	13
16	Туристический поход с проверкой туристических навыков	В соответствии с возрастными требованиями					
17	Стрельба из пневматической винтовки из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция — 10 м (очки)	25	20	15	25	20	15
Тактическая подготовка.							
19	Перебежки (300 м.)	2,30 мин	2,45 мин.	3,00 мин			
20	Переползание (50 м.)	2,00 мин	2,05 мин.	2,35 мин			
ОМП (Оружие массового поражения)							
21	Надевание противогаза	7 с.	8 с.	10 с.	7 с.	8 с.	10 с.
22	Действие по вспышке, ядерного взрыва	2 с.	3 с.	4 с.	2 с.	3 с.	4 с.
Огневая подготовка							
23	Неполная разборка автомата	15 с.	17 с.	19 с.	15 с.	17 с.	19 с.

24	Сборка автомата после неполной разборки	25 с.	27 с.	32 с.	25 с.	27 с.	32 с.
25	Снаряжение магазина	33 с.	38 с.	43 с.	33 с.	38 с.	43 с.

2.4. Методические материалы

2.4.1. Дидактические принципы, используемые для реализации задач программы:

- Принцип индивидуализации воспитания - требует учета индивидуальных особенностей каждого воспитанника, раскрытия потенциалов личности, а также предоставление возможностей каждому воспитаннику для самореализации и самораскрытия;
- принцип сотрудничества - предполагает определение общих целей педагога и воспитанников, организацию их совместной деятельности на основе взаимопонимания и взаимопомощи;
- принцип развития самостоятельности и инициативы детей - требует активного участия воспитанников в решении вопросов деятельности объединения, создания ситуаций для принятия детьми самостоятельных решений и ответственности за их выполнение, поддержки различных инициатив, направленных на достижение значимых целей.
- принципы, положенные в основу учебно-воспитательного процесса:
- принцип сознательности и активности — обучающиеся должны понимать цель и задачи тренировок, осознавать значение занятий рукопашным боем и воинскими дисциплинами; понимать значения и смысл выполняемых технических действий, уметь исправить ошибки в исполнении технического действия;
- принцип систематичности и последовательности — обучающиеся должны осознавать, что только регулярность тренировок ведет к улучшению результатов; нарабатывание новых приемов легче всего происходит с применением знаний ранее усвоенных; если не соблюдать системы и последовательности в процессе тренировок, процесс развития замедляется;
- принцип связи теории с практикой — эффективность и качество обучения проверяются на практике — в процессе учебной и соревновательной деятельности.

2.4.2. Основные методы обучения

1. Метод убеждения – разъяснение, эмоционально-словесное воздействие, внушение, просьба.
2. Словесные методы – рассказ, лекция, беседа, дискуссия, опрос, этическая беседа, диспут, инструкция, объяснение.
3. Метод показа – демонстрация изучаемых действий, экскурсии, посещение соревнований и т.п.
4. Метод упражнения – систематическое выполнение и повторение изучаемых действий, закрепление полученных знаний, умений и навыков.

5. Метод состязательности – поддержание у учащихся интереса к изучаемому материалу, проверка на практике действенности полученных знаний и умений, демонстрация и сравнение достижений учащихся, определение успехов, ошибок и путей их исправления.
6. Анкетирование, опрос учащихся. Позволяют выяснить состояние и динамику развития личностных качеств воспитанников и определить направления дальнейшего педагогического воздействия на воспитанников.
7. Работа с родителями (родительские собрания, родительский комитет, индивидуальная работа: дает возможность для согласованного воздействия на учащегося педагогов и родителей)

2.5. Условия реализации программы

Для эффективной реализации программы необходимы определённые условия:

- наличие помещения для учебных занятий, рассчитанного на 15 человек и отвечающего правилам СанПин;
- регулярное посещение обучающимися занятий;
- наличие необходимого оборудования

2.5.1. Материально-техническое обеспечение программы

Для успешной реализации программы необходимы помещение (учебный кабинет ОБЗР), соответствующее СанПиН, а также следующие материалы и оборудование:

Наименование	Кол-во ед.
Интерактивная доска и демонстрационное оборудование	1
Гимнастическая скамейка	3
Плакат. Вооруженные Силы - защитники Отечества.	1
Плакат. Средства защиты органов дыхания	1
Плакат. Погоны и знаки различия военнослужащих России	1
Плакат. Военная форма одежды современная форма одежды ВС РФ	1
Плакат. Снайперская винтовка Драгунова	1
Плакат. Ручной пулемёт Калашникова РПК-74	1
Плакат. Основы и правила стрельбы	1
Плакат. Стрелковые боеприпасы	1
Сумка санитарная	2
Макет массово габаритный РПК-74	1
Макет автомата АК	1
Макет массово габаритный СВД	1
Макет пистолета	1
Макет пневматической винтовки	1
Тир электронный	5
Макет-тренажёр для отработки навыков сердечно-лёгочной реанимации	1
Маты гимнастические	5
Секундомер	1

Противогаз	5
Огнетушитель	1

2.5.2. Кадровое обеспечение

Программу реализует педагог дополнительного образования, который владеет необходимой профессиональной компетентностью для реализации программы: имеет опыт работы с обучающимися данного возраста, имеет навык организации образовательной деятельности обучающихся, обладает сформированными социально ориентированными личностными качествами (ответственность, доброжелательность, коммуникабельность, целеустремленность, эмпатия, тактичность и др.), а также обладает необходимым уровнем знаний и практических умений в соответствующей предметной области.

Программу реализует педагог дополнительного образования, имеющий подготовку преподавателя ОБЗР по данным видам спорта и соответствующее образование.

2.5.3. Информационное обеспечение

В качестве информационных ресурсов используются видеозаписи военно-спортивных событий.

2.6. Воспитательный компонент программы

Современный национальный воспитательный идеал в соответствии с Указом Президента РФ – это нравственный, творческий, компетентный гражданин России, осознающий ответственность за настоящее и будущее своей страны, опирающийся в своей жизнедеятельности на духовные и культурные традиции народов Российской Федерации.

Исходя из воспитательного идеала, а также основываясь на базовых для нашего общества ценностях (семья, труд, отечество, природа, мир, знания, культура, здоровье, человек), общая цель воспитания в программе – личностное развитие школьников, проявляющееся:

- в усвоении знаний основных норм, которые общество выработало на основе этих ценностей;
- в развитии позитивных, социально значимых отношений к общественным ценностям;
- в приобретении ими соответствующего этим ценностям опыта поведения, опыта применения сформированных знаний и отношений на практике (т. е. в приобретении ими опыта осуществления социально значимых дел).
- достижение личностных результатов освоения общеобразовательных программ в соответствии с ФГОС.

Воспитательный компонент программы реализуется в единстве учебной и воспитательной деятельности по основным направлениям воспитания в соответствии с обновленными ФГОС, однако преобладающим является

физическое воспитание, формирование культуры здорового образа жизни и эмоционального благополучия — развитие физических способностей с учётом возможностей и состояния здоровья, навыков безопасного поведения в природной и социальной среде, чрезвычайных ситуациях.

Результаты достижения цели и решения задач воспитания представляются в форме целевых ориентиров ожидаемых результатов воспитания по основным направлениям воспитания в соответствии с ФГОС на уровнях основного общего и среднего общего образования:

- Понимающий ценность жизни, здоровья и безопасности, значение личных усилий в сохранении здоровья, знающий и соблюдающий правила безопасности, безопасного поведения, в том числе в информационной среде.
- Выражающий установку на здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиенических правил, сбалансированный режим занятий и отдыха, регулярную физическую активность).
- Проявляющий неприятие вредных привычек (курения, употребления алкоголя, наркотиков, игровой и иных форм зависимостей), понимание их последствий, вреда для физического и психического здоровья.
- Умеющий осознавать физическое и эмоциональное состояние (своё и других людей), стремящийся управлять собственным эмоциональным состоянием.
- Способный адаптироваться к меняющимся социальным, информационным и природным условиям, стрессовым ситуациям.

Анализ результатов воспитания проводится в процессе педагогического наблюдения за поведением подростков, их общением, отношениями детей друг с другом, в коллективе, их отношением к педагогам, к выполнению своих заданий по программе. Косвенная оценка результатов воспитания, достижения целевых ориентиров воспитания по программе проводится путём опросов родителей в процессе реализации программы (отзывы родителей, интервью с ними) и после её завершения (итоговые исследования результатов реализации программы за учебный период, учебный год).

Анализ результатов воспитания по программе не предусматривает определение персонифицированного уровня воспитанности, развития качеств личности конкретного ребёнка, обучающегося, а получение общего представления о воспитательных результатах реализации программы, продвижения в достижении определённых в программе целевых ориентиров воспитания, влияния реализации программы на коллектив обучающихся: что удалось достичь, а что является предметом воспитательной работы в будущем. Результаты, полученные в ходе оценочных процедур — опросов, интервью — используются только в виде агрегированных усреднённых и анонимных данных.

Календарный план воспитательной работы на 2024/2025 учебный год

№	Название события, мероприятия	Примерное содержание	Примерные сроки
1	«Моя страна – моя Россия»	Государственные символы РФ. Традиционные ценности государства. Еженедельное поднятие флага волонтерами	Сентябрь - май
2	«Азбука безопасности»	Правила безопасного поведения дома, на улице, в общественных местах, в Интернете, на соревнованиях.	Сентябрь
3	Военно-спортивный квест	Разработка проекта военно-спортивного квеста, организация проведения для обучающихся гимназии.	Октябрь
4	Интеллектуальный квиз «Путь к Победе»	Подготовка к квизу, название команды, распределение обязанностей.	Ноябрь
5	Викторина «Знатоки Конституции»	Конституция России: история создания документа, его роль. Законодательство о физической культуре и спорте.	Декабрь
6	«Красноярский край : вчера, сегодня, завтра»	Красноярский край: предприятия региона, известные люди, достижения. Работа с кейсовыми заданиями, дискуссия.	Январь
7	Военно-спортивный праздник	Участие волонтеров в подготовке команд гимназии к конкурсу-смотру праздника песни и строя.	Февраль
8	Час профориентации «Профессии в армии»	Встреча с ветеранами СВО	март
9	Участие в акции «Волонтеры Победы»	знакомство с условиями акции на сайте РДДМ «Движение первых», составление плана действий, распределение обязанностей.	Апрель
10	Практические занятия с родителями	Совместное практическое занятие с родителями	апрель
11	Просмотр фильмов о ВОВ	Просмотр фильмов, совместное обсуждение	Май

3. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Список литературы для педагога

1. Конституция РФ, 1993.
2. ФЗ РФ «Об обороне», 1996.
3. ФЗ РФ «О воинской обязанности и военной службе», 1998.
4. Постановление Правительства «О военно-патриотических и детских объединениях» №551 от 24.07. 2001.
5. Уставы Вооруженных Сил Российской Федерации. «Строевой устав Вооруженных Сил Российской Федерации», 2010.

6. Быков А. К., Мельниченко И. И. Патриотическое воспитание школьников в учебном процессе. Методическое пособие — М.: ТЦ Сфера, 2007.
7. Васнев В.А., Чиненный С.А. «Основы подготовки к военной службе».- М.: Просвещение, 2003 .
8. А.А.Волокитин, Н.Н.Грачев, В.А.Жильцов «Военно-профессиональная ориентация учащихся» - М.: Дрофа, 2004.
9. Во имя России: Российское государство, армия и воинское воспитание. Учебное пособие. - М.: АМЛИКС, 2001.
10. Лутовинов В. И. Патриотизм: проблемы формирования у молодежи в современных условиях. — М.: ВУ, 1997.
11. Мельниченко И. И., Мешков А. В., Мешкова С. И. Методика организации и проведения военно-полевых сборов. — А.: 2005.
12. Нефедов А.А.Тактическая подготовка. М.: Библиотечка «Военные знания», - 2007
13. Основы военной подготовки (кадетских, суворовских, нахимовских и военно-музыкальных училищ): 5-6 класс; учебник /В.Ю. Микрюков. - Москва; КНОРУС,2018. -202с.- (Военная подготовка).
14. Общевоинские Уставы ВС РФ. М.: Военное издательство, 2008. — 591 с.;
15. Сборник нормативов по боевой подготовке РВСН. Книга 7. ЦИПК, 2006. — 108 с.;
16. Боевой устав по подготовке и ведению общевойскового боя. Часть 3. М.: Воениздат, 2005. — 505 с.;
17. Наставление по военно-инженерному делу. М.: Военное издательство, 1984. — 575 с.;
18. Военная топография. М.: Военное издательство, 1997. — 276 с.;
19. Строевая подготовка. В.В.Апакидзе, Р.Г.Дуков. — М.: Военное издательство. 1988. — 335 с.;
20. Защита от оружия массового поражения. — 2-е изд. — М.: Военное издательство, 1988. — 398 с.- ISBN 5-203-00187-1;
21. Руководство по 5,45-мм автомату Калашникова. М.: Военное издательство,1988 г.
Информационное обеспечение:
 1. Официальный сайт Министерства Обороны- <http://mil.ru/>
 2. Сайт оружие России - <https://yandex.ru/search/?text=сайт%20оружие%20россии&lr=50&clid=1955454>
 3. Сайт военные материалы - <http://warfiles.ru/>

4. Сайт «Начальная военная подготовка»
http://eknigi.org/voennaja_istorija/106476-nachalnaya-voennaya-podgotovka.html.
5. Электронный учебник «Инженерное обеспечение»
<\\databaseserv\Share\учебники>;
6. Электронный учебник «Общевойсковые уставы ВС РФ»
<\\databaseserv\Share\учебники>;
7. Электронный учебник «РХБЗ» <\\database-serv\Share\учебники>;
8. Электронный учебник «Военная топография» <\\database-serv\Share\учебники>;
9. Электронный учебник «Общевойсковая подготовка»
<\\databaseserv\Share\учебники>.

4. ПРИЛОЖЕНИЕ

4.1. Приложение №1. Календарно-тематическое планирование

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

**«ВОЕННО-ПРИКЛАДНОЙ СПОРТ
(военно-спортивное многоборье)»**

Год обучения: 1 год
Составил: Филиппов Е.В.

педагог дополнительного образования

Красноярск

2025г.

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

№ урока	Дата	Тема	Часы		Форма занятия	Форма контроля
			Теори я	Практи ка		
1.		Правила поведения в кабинете, соблюдение мер предосторожности на практических занятиях. Вводный мониторинг.	1		Теоретическое занятие	беседа
2.		История и традиции Вооруженных Сил Российской Федерации, символы воинской чести; воинские награды, истории создания Вооруженных Сил Российской Федерации (ВС РФ).	1		Теоретическое занятие	беседа
3.		Основы подготовки к воинской службе, символы воинской чести, устав внутренней службы, основные понятия российского права; Вооруженных Сил Российской Федерации,	1		Теоретическое занятие	беседа
4.		Состава и боевых традиций Российской Армии; назначения и боевых возможностей видов и родов войск Вооруженных Сил	1		Теоретическое занятие	беседа
5.		Основные требования военной присяги, дисциплины, значение общевойсковых уставов в жизни и деятельности частей и подразделений, воинские звания и знаки различия.	1		Теоретическое занятие	беседа
6.		Строи и их элементы, строевые приемы	1		Теоретическое занятие	беседа
7.		Строи и их элементы, строевые приемы	1		Теоретическое занятие	беседа
8.		Выполнение основных приемов и движений		1	Практическое занятие	наблюдений
9.		Выполнение основных приемов и движений		1	Практическое занятие	наблюдений
10.		История развития оружия, знаменитые конструкторы-оружейники;	1		Теоретическое занятие	беседа
11.		Выполнение основных приемов и движений		1	Практическое	наблюдений

					занятие	ий
12.		Выполнение основных приемов и движений		1	Практическое занятие	наблюдений
13.		История развития оружия, знаменитые конструкторы-оружейники;	1		Теоретическое занятие	беседа
14.		Выполнение основных приемов и движений		1	Практическое занятие	наблюдений
15.		Выполнение основных приемов и движений		1	Практическое занятие	наблюдений
16.		История развития оружия, знаменитые конструкторы-оружейники;	1		Теоретическое занятие	беседа
17.		Выполнение основных приемов и движений		1	Практическое занятие	наблюдений
18.		Выполнение основных приемов и движений		1	Практическое занятие	наблюдений
19.		История развития оружия, знаменитые конструкторы-оружейники;	1		Теоретическое занятие	Контрольный тест
20.		Выполнение основных приемов и движений		1	Практическое занятие	наблюдений
21.		Выполнение основных приемов и движений		1	Практическое занятие	наблюдений
22.		Автомат Калашникова АК-47; меры безопасности на занятиях с оружием, приемы и правила стрельбы, разновидности стрелкового оружия.	1		Теоретическое занятие	беседа
23.		Выполнение основных приемов и движений		1	Практическое занятие	наблюдений
24.		Выполнение основных приемов и движений		1	Практическое	наблюдений

					занятие	
25.		Автомат Калашникова АК-47; меры безопасности на занятиях с оружием, приемы и правила стрельбы, разновидности стрелкового оружия.	1		Теоретическое занятие	беседа
26.		Выполнение основных приемов и движений		1	Практическое занятие	наблюдений
27.		Выполнение основных приемов и движений		1	Практическое занятие	наблюдений
28.		Стрельба в тире, разборка и сборка автомата Калашникова.		1	Практическое занятие	наблюдений
29.		Стрельба в тире, разборка и сборка автомата Калашникова.		1	Практическое занятие	наблюдений
30.		Выполнение основных приемов и движений		1	Практическое занятие	наблюдений
31.		Выполнение основных приемов и движений		1	Практическое занятие	наблюдений
32.		Стрельба в тире, разборка и сборка автомата Калашникова.		1	Практическое занятие	наблюдений
33.		Стрельба в тире, разборка и сборка автомата Калашникова.		1	Практическое занятие	наблюдений
34.		Выполнение основных приемов и движений		1	Практическое занятие	наблюдений
35.		Выполнение основных приемов и движений		1	Практическое занятие	наблюдений
36.		Стрельба в тире, разборка и сборка автомата Калашникова.		1	Практическое занятие	наблюдений

					занятие	
37.		Стрельба в тире, разборка и сборка автомата Калашникова.		1	Практическое занятие	наблюдений
38.		Выполнение основных приемов и движений		1	Практическое занятие	наблюдений
39.		Выполнение основных приемов и движений		1	Практическое занятие	наблюдений
40.		Стрельба в тире, разборка и сборка автомата Калашникова.		1	Практическое занятие	наблюдений
41.		Стрельба в тире, разборка и сборка автомата Калашникова.		1	Практическое занятие	наблюдений
42.		Выполнение основных приемов и движений		1	Практическое занятие	наблюдений
43.		Выполнение основных приемов и движений		1	Практическое занятие	наблюдений
44.		Стрельба в тире, разборка и сборка автомата Калашникова.		1	Практическое занятие	наблюдений
45.		Стрельба в тире, разборка и сборка автомата Калашникова.		1	Практическое занятие	наблюдений
46.		Выполнение основных приемов и движений		1	Практическое занятие	наблюдений
47.		Стрельба в тире, разборка и сборка автомата Калашникова.		1	Практическое занятие	наблюдений
48.		Стрельба в тире, разборка и сборка автомата Калашникова.		1	Практическое занятие	наблюдений

					занятие	
49.		Основная тактическая форма – бой, характеристика содержания боя,	1		Теоретическое занятие	беседа
50.		Основная тактическая форма – бой, характеристика содержания боя,	1		Теоретическое занятие	беседа
51.		Стрельба в тире, разборка и сборка автомата Калашникова.		1	Практическое занятие	наблюдений
52.		Стрельба в тире, разборка и сборка автомата Калашникова.		1	Практическое занятие	наблюдений
53.		Условия, обеспечивающие выполнение боевой задачи	1		Теоретическое занятие	беседа
54.		Условия, обеспечивающие выполнение боевой задачи	1		Теоретическое занятие	беседа
55.		Стрельба в тире, разборка и сборка автомата Калашникова.		1	Практическое занятие	наблюдений
56.		Стрельба в тире, разборка и сборка автомата Калашникова.		1	Практическое занятие	наблюдений
57.		Ведения огня по условному противнику, маневры, отработка элементов боя.		1	Практическое занятие	наблюдений
58.		Ведения огня по условному противнику, маневры, отработка элементов боя.		1	Практическое занятие	наблюдений
59.		Ведения огня по условному противнику, маневры, отработка элементов боя.		1	Практическое занятие	наблюдений
60.		Ведения огня по условному противнику, маневры, отработка элементов боя.		1	Практическое занятие	наблюдений
61.		Ведения огня по условному противнику, маневры, отработка элементов боя.		1	Практическое занятие	наблюдений

62.		Стрельба в тире, разборка и сборка автомата Калашникова.		1	Практическое занятие	наблюдений
63.		Стрельба в тире, разборка и сборка автомата Калашникова.		1	Практическое занятие	наблюдений
64.		Ведения огня по условному противнику, маневры, отработка элементов боя.		1	Практическое занятие	наблюдений
65.		Ведения огня по условному противнику, маневры, отработка элементов боя.		1	Практическое занятие	наблюдений
66.		Ведения огня по условному противнику, маневры, отработка элементов боя.		1	Практическое занятие	наблюдений
67.		Стрельба в тире, разборка и сборка автомата Калашникова.		1	Практическое занятие	Контрольные нормативы
68.		Стрельба в тире, разборка и сборка автомата Калашникова.		1	Практическое занятие	Контрольные нормативы
69.		Ведения огня по условному противнику, маневры, отработка элементов боя.		1	Практическое занятие	Контрольные нормативы
70.		Ведения огня по условному противнику, маневры, отработка элементов боя.		1	Практическое занятие	Контрольные нормативы
71.		Понятие «травма», «жгут», «шина»,	1		Теоретическое занятие	беседа
72.		Правила оказания первой медицинской помощи при различного рода травм.	1		Теоретическое занятие	беседа
73.		Правила оказания первой медицинской помощи при различного рода травм.			Практическое занятие	наблюдение
74.		Правила оказания первой медицинской помощи при различного рода травм.	1		Теоретическое	беседа

					занятие	
75.		Правила оказание первой медицинской помощи при различного рода травм.	1		Теоретическое занятие	беседа
76.		Правила оказание первой медицинской помощи при различного рода травм.	1		Теоретическое занятие	беседа
77.		Наложение жгута, наложение шины,		1	Контрольное практическое занятие	Экспертная оценка
78.		Бинтование ран.		1	Контрольное практическое занятие	Экспертная оценка
79.		Проведения искусственного дыхания и непрямого массажа сердца		1	Практическое занятие	Контрольное практическое занятие
80.		Изготовление транспортировочных средств.		1	Практическое занятие	Наблюдение
81.		Понятие «психотренинг», понятия «коллектив», «самооценка», правила адаптации в новом коллективе	1		Комбинированное занятие	беседа
82.		Понятие «психотренинг», понятия «коллектив», «самооценка», правила адаптации в новом коллективе	1		Комбинированное занятие	беседа
83.		Понятие «психотренинг», понятия «коллектив», «самооценка», правила адаптации в новом коллективе	1		Комбинированное занятие	беседа
84.		Понятие «автономия», «тактика выживания»,	1		Комбинированное	беседа

					ое занятие	
85.		Понятие «психотренниг», понятия «коллектив», «самооценка», правила адаптации в новом коллективе	1		Комбин ированн ое занятие	беседа
86.		Понятие «психотренниг», понятия «коллектив», «самооценка», правила адаптации в новом коллективе	1		Комбин ированн ое занятие	беседа
87.		Понятие «автономия», «тактика выживания»,	1		Теорети ческое занятие	беседа
88.		Факторы выживания, туристическое снаряжение.		1	Практич еское занятие	наблюден ие
89.		Умение общаться, умение расположить к себе человека, умение избегать конфликтов.		1	Практич еское занятие	наблюден ие
90.		Способы преодоления естественных и искусственных препятствий.			Практич еское занятие	наблюден ие
91.		Умение не заблудиться в лесу, тактика выживания в лесу		1	Практич еское занятие	наблюден ие
92.		Питание и добыча воды при автономном изолированном существовании.		1	Практич еское занятие	наблюден ие
93.		Работа с веревкой и карабинами.		1	Практич еское занятие	наблюден ие
94.		Личное прохождение препятствий.		1	Практич еское занятие	наблюден ие
95.		Личное прохождение препятствий.		1	Практич еское занятие	наблюден ие

96.		Личное прохождение препятствий.		1	Практическое занятие	наблюдение
97.		Личное прохождение препятствий.		1	Контрольное практическое задание	Контрольные нормативы
98.		Личное прохождение препятствий.		1	Контрольное практическое задание	Контрольные нормативы
99.		Командное прохождение препятствий		1	Практическое занятие	Наблюдение
100		Командное прохождение препятствий		1	Практическое занятие	наблюдение
101		Командное прохождение препятствий		1	Контрольное практическое задание	Контрольные нормативы
102		Командное прохождение препятствий		1	Контрольное практическое задание	Контрольные нормативы