

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа № 50  
г. Нижний Тагил



УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ № 50

С.В. Головин

Приказ № 209 от 13.06.2023

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая  
программа социально-гуманитарной направленности  
**«Военно-патриотический клуб «Надежда»**

Срок реализации программы – 3 года

Возраст учащихся 10-17 лет

Составитель программы:

Пологова Ирина Борисовна

Педагог дополнительного образования

Нижний Тагил

2023

**Содержание дополнительной общеразвивающей программы  
социально-гуманитарной направленности «Военно-патриотический объединение «Надежда»**

Раздел 1. Комплекс основных характеристик Программы	
1.1. Пояснительная записка .....	3
1.2. Адресат Программы.....	4
1.3. Объем и срок освоения Программы.....	4
1.4. Особенности организации образовательного процесса.....	4
1.5. Форма обучения.....	4
1.6. Режим занятий.....	4
1.7. Цель и задачи Программы .....	4
1.8. Учебный план.....	5
1.9. Планируемые результаты реализации Программы.....	5
Раздел 2. Комплекс организационно – педагогических условий	
2.1. Календарный учебный график.....	6
2.2. Условия реализации Программы.....	6
2.3. Формы аттестации/контроля.....	7
2.4. Оценочные материалы.....	7
2.5. Методическое обеспечение.....	7
Приложение 1. Рабочая программа модуля 1. «Первый год обучения» .....	9
Приложение 2. Рабочая программа модуля 2. «Второй год обучения» .....	13
Приложение 3. Рабочая программа модуль 3 «Третий год обучения» .....	16

## Раздел 1. Комплекс основных характеристик Программы

### 1.1. Пояснительная записка

#### Направленность Программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Военно- патриотическое объединение «Надежда» (далее - Программа) имеет социально- гуманитарную направленность. Образованию отводится ключевая роль в духовно-нравственной консолидации российского общества, его сплочении перед лицом внешних и внутренних вызовов, в укреплении социальной солидарности, в повышении уровня доверия человека к жизни в России, к согражданам, обществу, государству, настоящему и будущему своей страны. Ценности личности формируются в семье, неформальных сообществах, трудовых, армейских и других коллективах, в сфере массовой информации, искусства, отдыха и т. д. Но наиболее системно, последовательно и глубоко духовно-нравственное развитие, и воспитание личности происходит именно в сфере общего образования. Именно в школе сосредоточена интеллектуальная, гражданская, духовная и культурная жизнь школьника. Поэтому реализация Программы «Военно- патриотическое объединение «Надежда» позволит решить актуальные проблемы формирования гражданско-патриотических качеств личности учащихся. Так как уровень Программы базовый, то ее ценность обоснована не только содержанием, но и направленностью на духовно- нравственное развитие, личностное, профессиональное самоопределение.

#### Актуальность Программы.

Нормативно-правовая основа программы

1. Федеральный Закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее - ФЗ);
2. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (далее - СанПиН);
3. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 г. № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
4. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (далее - Порядок);
5. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 30 сентября 2020 года № 533 «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. N 196»;
6. Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»);
7. Письмо Минобрнауки России от 28.08.2015 № АК-2563/05 «О методических рекомендациях» (вместе с «Методическими рекомендациями по организации образовательной деятельности с использованием сетевых форм реализации образовательных программ».
8. Письмо Минобрнауки России от 29.03.2016 № ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической возможности здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей»);
9. Приказ Министерства общего и профессионального образования Свердловской области от 30.03.2018 г. № 162-Д «Об утверждении Концепции развития образования на территории Свердловской области на период до 2035 года»;
10. Устав МБОУ СОШ № 50;
11. Положение о дополнительных общеразвивающих программах МБОУ СОШ № 50.

Содержание Программы спроектировано с учетом целей, задач и направлений деятельности Концепции духовно-нравственного развития и воспитания гражданина России. Концептуальные идеи воспитания - воспитание гражданина и патриота.

Кроме того, изменения, происходящие в последнее время в социальных и экономических отношениях, обусловили качественно новые требования в воспитании и обучении подрастающего поколения. Воспитание целостных, правильно ориентированных личностей является важной задачей педагогов. В современных жизненных условиях катастрофически ослабевает патриотический дух молодежи, падает интерес к физическому развитию и совершенствованию у большинства подростков.

Военно- патриотическое объединение «Надежда» является добровольным объединением подростков, вся деятельность которого направлена на воспитание гражданина Российской Федерации, в том числе, подготовку членов

объединения к службе в Вооруженных силах России. В содержание программы входит как теоретический часть (история Отечества, военного дела и физической закалки и др.), так и практическая.

Программа ориентирована на юношей и девушек 10-17 лет, с различным уровнем физической подготовки. Основное отличие в процессе обучения между детьми разных возрастных категорий заключается в интенсивности физической нагрузки и уровне получаемых знаний и умений по военному делу. При этом тематическая насыщенность знаний зависит не от возраста учащихся, а от периода обучения в объединении. Кроме того, большое внимание уделяется формированию культуры здорового и безопасного образа жизни, укреплению здоровья учащихся, удовлетворение индивидуальных потребностей учащихся в занятиях физической культурой и спортом.

Программа «Военно- патриотическое объединение «Надежда» рассчитана на 3 года и предполагает проведение занятий с детьми 10 до 17 лет. Содержание программы распределено таким образом, что в каждом учебном году ученики овладевают определенным минимумом знаний, умений и навыков и решают определенные учебно - познавательные и учебно - практические задачи.

Содержание Программы выстроено по концентрической схеме, по годам обучения, взаимосвязанным между собой: в последующем году совершенствуются знания, умения и навыки предыдущего года обучения.

## 1.2. Адресат Программы

Возраст учащихся 10- 17 лет. В группу первого года принимаются все желающие, не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья. Специального отбора не производится.

## 1.3. Объем и срок освоения Программы

Программа «Военно- патриотическое объединение «Надежда» рассчитана на 3 года обучения. Общегрупповая подготовка за 3 года обучения составляет 204ч - (68 ч – 1 год обучения, 68 ч - 2 год обучения, 68 ч - 3 год обучения).

## 1.4. Особенности организации образовательного процесса

Для более качественного освоения предметного содержания занятия подразделяются на три типа:

- образовательно-познавательной направленности знакомят с учебными знаниями, обучают навыкам и умениям по организации и проведению самостоятельных занятий, с использованием ранее разученного учебного материала;
- образовательно-предметной направленности используются для формирования практических навыков;
- образовательно-тренировочной направленности используются для преимущественного развития физических качеств и решение соответствующих задач на этих занятиях.

Обязательным компонентом Программы является практическая часть (итоговый контроль), которая включает в себя участие в конкурсах, соревнованиях, учебно-тренировочных сборах. Программа предусматривает сдачу норм по ОФП и СФП.

## 1.5.

### Форма обучения

Форма обучения: очная.

Программа включает в себя как **теоретические**, так и **практические** занятия. Результатом комплексного изучения теоретического материала и приобретения практических навыков по Программе станет участие в районных и муниципальных соревнованиях, конкурсах, учебно- тренировочных сборах.

В Программе использованы формы занятий: интегрированные, интегрированные с элементами импровизации

#### Формы:

- ✓ Коллективная – обучающиеся рассматриваются как целостный коллектив, имеющих своих лидеров
- ✓ Групповая – осуществляется с группой обучающихся, состоящих из трех и более человек, которые в свою очередь имеют общие цели, и активно взаимодействуют между собой.
- ✓ Парная – общение с двумя обучающимися, которые в свою очередь взаимодействуют.
- ✓ Индивидуальная - оказание помощи обучающемуся по усвоению сложного материала.

## 1.6.

### Режим занятий

Программа рассчитана на 3 года обучения.

Для обучающихся 10- 17 лет занятия проводятся 2 раза в неделю по 40 минут , перемены между занятиями составляют 10 мин.

## 1.7. Цель и задачи Программы

Данная программа призвана создать максимально благоприятные условия для раскрытия и развития не только физических, но и духовных способностей ученика, его самовыражения.

Цель программы: формирование в подростке гражданско - патриотических качеств личности, осознанного понимания чувства долга перед Родиной; подготовка для службы в рядах Вооруженных сил, физическое развитие и формирование здорового образа жизни.

Задачи программы:

- ознакомление и приобретение необходимых знаний, умений и навыков в области физической культуры и спорта, медицины, военно-прикладного дела;
- углубление знаний по школьному предмету «Основы безопасности жизнедеятельности»
- подготовка юношей к службе в ВС РФ;
- формирование гармоничной личности: приобщение подростков к здоровому образу жизни, к культурному общению; воспитание морально-волевых, нравственных и гражданских качеств личности;
- формирование самостоятельности, трудолюбия, настойчивости, взаимопомощи, чувства взаимовыручки;
- формирование толерантного отношения к людям, любви к близким и своей Родине;
- воспитание осознанного бережного отношения к природе и к культурному наследию общества.
- активизация познавательной и мыслительной деятельности;
- развитие необходимых качеств будущего защитника (внимание, сосредоточенность, выносливость, сила воли, смелость, решительность, терпение, выдержка);

– общефизическое развитие.

### 1.8. Учебный план

№ п/п	Название модуля	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Модуль 1 (первый год обучения) «Основы военной подготовки»	68	10	58	тесты
2.	Модуль 2 (второй год обучения) «Патриотизм и любовь к Родине»	68	10	58	зачеты
3	Модуль 3 «Третий год обучения» «Основы защиты Отечества»	68	10	58	нормативы
<b>Итого:</b>		<b>204</b>	<b>30</b>	<b>174</b>	

### 1.9. Планируемые результаты реализации Программы

По окончании каждого года обучения подростки овладевают набором знаний, навыков и умений, подтверждаемых путем сдачи зачетов по пройденным темам и контрольных нормативов по ОФП и СФП, участия в учебно-тренировочных походах и сборах, в соревнованиях ВПК.

	Название модуля	Планируемые результаты реализации программы
1	Модуль 1 (первый год обучения) «Основы военной подготовки»	<b>Знать\</b> Технику безопасности во время проведения занятий. Виды Вооруженных Сил, рода войск и их назначения. Средства защиты органов дыхания. Классификацию отравляющих веществ. Основы первой доврачебной помощи по темам программы. Основы туристской подготовки. Основы ориентирования. <b>Уметь</b> Выполнять уход за оружием. Передавать и принимать сообщения на радиостанции. Применять средства защиты органов дыхания. Выполнять строевые приемы без оружия. Уметь выполнять упражнения по ОФП и СФП. Уметь выполнять элементы по оказанию первой доврачебной помощи. Уметь выполнять элементы по ориентированию на местности.
2	Модуль 2 (второй год обучения) «Патриотизм и любовь к Родине»	<b>Знать\</b> Технику безопасности при проведении занятий в полевых условиях. Основы и приемы стрельбы из пневматической винтовки. Ориентироваться на местности по карте и без нее. Приемы оказания первой доврачебной помощи. Виды и формы туристской подготовки. <b>Уметь</b> Выполнять уход за оружием, его хранение и сбережение Уметь выполнять комплексы упражнений по ОФП и СФП. Уметь своевременно оказывать первую доврачебную помощь. Уметь выполнять способы ориентирования на местности. Уметь выполнять строевые приемы и движения. Преодолевать природные препятствия.
3	Модуль 3 «Третий год обучения» «Основы защиты Отечества»	<b>Знать</b> Правила организации соревнований. Назначение боевых средств и устройство автомата

	<p>Калашникова.          Приемы стрельбы из автомата Калашникова.          Строевые приемы с оружием.          Основы топографии и ориентирования.          Ориентироваться на местности по карте и без нее.          Теоретические навыки первой доврачебной помощи.          Содержание туристской подготовки.  <i>Уметь</i>          Разбирать и собирать автомат Калашникова за определенное время.          Выполнять строевые приемы с оружием.          Надевать ОЗК за определенное время.          Уметь выполнять упражнения по ОФП и СФП на разные виды мышц.          Уметь выполнять комплекс первой доврачебной помощи.          Уметь выполнять элементы по ориентированию на местности.</p>
--	---

## Раздел 2. Комплекс организационно – педагогических условий

### 2.1. Календарный учебный график

Учебный год для учащихся начинается с 01.09.2021;

Прием учащихся осуществляется с 15.08.2021 по 31.08.2021.

Окончание учебного года – 31.05.2022.

В каникулярное время с учащимися проводятся массовые мероприятия (экскурсии, походы, экспедиции, тренировочные сборы, участие в соревнованиях и т.д.).

Календарный учебный график составляется ежегодно, утверждается приказом директора. В нем обозначены учебные периоды и каникулярное время.

Периоды	Содержание деятельности
15.08.2021 – 31.08.2021	Набор детей в объединения. Проведение родительских собраний, комплектование учебных групп.
01.09.2021 – 31.05.2022	Реализация дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Военно-патриотическое объединение «Надежда»

### 2.2. Условия реализации Программы

#### Материально-технические условия:

№	Материально-технические средства	Кол-во
1.	Помещение	
	кабинет для проведения учебных занятий, воспитательных и досуговых мероприятий	1
2.	спортивный зал для проведения занятий по ОФП и СФП	1
	Мебель	
3.	письменные столы	7 шт.
	стулья	15 шт.
	Инструменты и оборудование на группу (15 чел.)	
	компьютер	1 шт.
	противогазы	15 шт.
	винтовка пневматическая	1 шт.
4.	макет гранаты Ф-1	5 шт.
	макет гранаты РГД	1 шт.
	Туристское снаряжение на группу (15 чел.):	
	палатка	1 шт.
	веревка d-12 мм	25 м
	веревка d-08 мм	12 м
5.	система страховочная	5 шт.
	карабин альпинистский	10 шт.
	компас	5 шт.
	Спортивное снаряжение	
	секундомер	1 шт.
	гантели	5 шт.
мячи	3 шт.	

	теннисный стол	1 шт.
	ракетка теннисная	4 шт.
	медицинская аптечка	1 шт.

*Кадровые условия:* педагог дополнительного образования.

### 2.3. Формы аттестации/контроля

Формами аттестации и контроля являются выполнение контрольных нормативов, тестов, зачетов. Учитываются результаты участия в конкурсах, соревнованиях, учебно- тренировочных сборах.

### 2.4. Оценочные материалы

Диагностика и контрольно-оценочная деятельность.

В целом существует следующая система показателей подготовки подростков: владение понятиями, фактами, научной или теоретической проблематикой, закономерностями и правилами, методами и процедурами; сформированность умений и навыков.

В целом усвоение программного материала контролируется тестами, сдачей физических нормативов, зачётами. Современная дидактика определяет следующие виды контроля, которые применяются педагогами на занятиях - вводный, текущий, итоговый.

**Вводный контроль** проводится на первых занятиях. Он осуществляется в виде собеседования на занятиях с учащимися.

**Текущий контроль** проводится после изучения каждого раздела программы (выполнение практических заданий).

**Итоговый контроль** проводится после окончания каждого года обучения в виде конкурсов, соревнований, сдачи норм по ОФП и СФП, участия в учебно-тренировочных сборах.

### 2.5. Методическое обеспечение

Программа строится с учётом основных принципов, средств, форм и методик, позволяющих организовать образовательную деятельность на основе общепедагогических и специальных знаний, умений и навыков:

- групповые технологии;
- лично-но – ориентированные технологии;
- культурно - воспитывающие технологии;
- здоровьесберегающие технологии (сохранение и укрепление здоровья обучающихся).
- коллективно-творческая деятельность (КТД);
- уровневой дифференциации;
- учебных ситуаций;
- коммуникативные технологии.

Методы обучения, используемые на занятиях.

При реализации Программы используются различные методы и приемы обучения. Учебное занятие может проводиться как с использованием одного метода обучения, так и помощью комбинирования нескольких методов и приемов. Целесообразность и выбор применения того или иного метода зависит от образовательных задач, которые ставит педагог дополнительного образования. Выбор методов обучения определяется также с учетом возможностей воспитанников: возрастных и психофизиологических особенностей, возможностей материально-технической базы обучения.

Методы обучения

➤ Словесные методы обучения: объяснение, беседы, диалог (диалог педагога дополнительного образования с учащимися, диалог учащихся друг с другом).

➤ Работа с книгами, журналами и интернет-ресурсами.

➤ Метод практической работы: упражнения, тренировки.

➤ Методы наблюдения: фото-, видеосъемка.

➤ Наглядные методы обучения: наглядные материалы (рисунки, плакаты, фотографии, таблицы, схемы, чертежи); видеоматериалы; слайды; фотографии.

Основными принципами, идеями и подходами при формировании данной Программы были следующие: демократизация и гуманизация педагогического процесса, педагогика сотрудничества, деятельностный подход, интенсификация и оптимизация, расширение межпредметных связей.

Принцип демократизации в педагогическом процессе выражается в обеспечении всем и каждому ученику одинакового доступа к основам физической культуры, максимальном раскрытии способностей детей, построении преподавания на основе использования широких и гибких методов и средств обучения для развития детей с разным уровнем их двигательных и психических способностей, изменении сути педагогических отношений, переходе от подчинения к сотрудничеству.

Принцип гуманизация педагогического процесса заключается в учете индивидуальных способностей личности каждого ребенка и педагога. Он строится в соответствии с личным опытом и уровнем достижений школьников, их интересами и склонностями. Педагоги предоставляют учащимся разные по уровням сложности задания.



Осуществление данных принципов в педагогическом процессе возможно на основе педагогики сотрудничества- идеи совместной развивающей деятельности учащихся и педагога, в процессе которой они связаны взаимопониманием.

Деятельностный подход заключается в ориентировании ученика не только на усвоение готовых знаний и умений, но и на овладение способами продуктивной деятельности, на развитие познавательных сил и творческого потенциала ученика. Это переход от вербальных методов и форм передачи готовой информации, пассивности учащихся на занятиях к активному усвоению знаний, умений и навыков, реализуемых в разнообразных видах физкультурно- оздоровительной и спортивной деятельности.

Задачу формирования целостного мировоззрения учащихся, всестороннего раскрытия взаимосвязи и взаимообусловленности изучаемых явлений и процессов педагог реализует на основе расширения межпредметных связей из области различных связей: истории, математики, биология, ОБЖ, география, физика, химия, литература и др.

**«Военно- патриотическое объединение «Надежда»  
Учебный план**

№	Наименование модуля, темы	Кол-во часов		
		общее	теория	практика
	Модуль 1 (первый год обучения) «Основы военной подготовки»			
	<b>Раздел 1.История России и ВС.</b>	<b>30</b>	<b>14</b>	<b>16</b>
1.	Вводное занятие	1	1	
2.	Организационное занятие	1	1	
3.	История России	6	1	5
4.	История и современность Российской армии	6	3	3
5.	Огневая подготовка	6	2	3
6.	Строевая подготовка	6	2	4
7.	Элементы использования связи	2	1	1
8.	Радиационная и химическая безопасность	2	1	1
	<b>Раздел 2. Основы туризма.</b>	<b>32</b>	<b>10</b>	<b>22</b>
<b>1.</b>	Основы туристской подготовки и выживания в условиях природной среды	12	6	6
<b>2.</b>	Основы ориентирования и топографии	10	2	8
<b>3.</b>	Основы первой доврачебной помощи	10	2	8
	<b>Раздел 3. Физическая подготовка.</b>	<b>10</b>	<b>2</b>	<b>8</b>
<b>1.</b>	Общая физическая подготовка	5	1	4
<b>2.</b>	Специальная физическая подготовка	5	1	4
	<b>Итого:</b>	<b>68</b>	<b>10</b>	<b>68</b>

**Содержание учебного плана**

Раздел 1.История России и ВС.

**1.** Вводное занятие.

Знакомство с программой

**2.** Организационное занятие.

Инструктаж по технике безопасности. Решение организационных вопросов.

**3.** История России, Свердловской области, Нижнего Тагила. Беседа «Значение патриотизма в России». Беседы о Днях воинской славы России: - 27 января – день снятия блокады города Ленинграда (1944); - 2 февраля – день разгрома советскими войсками немецко-фашистских войск в Сталинградской битве (1943); - 18 апреля – день победы русских воинов князя Александра Невского немецкими рыцарями на Чудском озере (Ледовое побоище, 1242 год); - 10 июля – день победы русской армии под командованием Петра I над шведами в Полтавском сражении (1709 год); - 9 августа – день первой в российской истории морской победы русского флота под командованием Петра I над шведами у мыса Гангут (1714); - 23 августа – день разгрома советскими войсками немецко-фашистских войск в Курской битве (1943); - 8 сентября – день Бородинского сражения русской армии под

*Практические занятия.*

Просмотр учебных и художественных фильмов. Встречи с участниками ВОВ и войны в Афганистане и Чечне. Экскурсии в музей Локальных войн, центр ветеранов.

**4.** История и современность Российской Армии

Защита Отечества, служба в вооружённых силах России - высокая и почётная обязанность каждого гражданина России. Военная присяга-клятва на верность Родине. История российской армии. Виды Вооружённых Сил, рода войск их история и назначение.

*Практические занятия.* Экскурсии в воинские части и музеи города.

**5.** Огневая подготовка

Основы стрельбы. Понятие выстрела. Правила стрельбы. Уход за оружием, его хранение и сбережение. Общие положения. Особенности чистки и смазки оружия. Хранение и сбережение оружия.

### *Практические занятия.*

#### Выполнение практических заданий

##### 6. Строевая подготовка.

Общие положения. Строй и управление им, передвижение в строю. Обязанности перед построением и в строю. Строевые приемы и движение без оружия. Строевая стойка. Повороты на месте. Движение. Повороты в движении. Отдание воинской чести, выход из строя и подход к начальнику. Отдание воинской чести. Выход из строя и подход к начальнику. *Практические занятия.* Отработка строевых приемов.

##### 7. Элементы использования связи

Азбука Морзе и семафорная азбука. Работа с радиостанцией. Назначение. Общее устройство. Порядок подготовки к работе радиостанции.

*Практические занятия.* Составление текста символами Азбуки Морзе.

##### 8. Радиационная и химическая безопасность.

Отравляющие вещества. Средства защиты органов дыхания. Назначение и общее устройство общевоинского противогаза. Назначение и общее устройство респиратора.

*Практические занятия.* Отработка навыков надевания противогаза, выполнение различных действий в условиях радиационной и химической опасности.

## Раздел 2. Основы туризма.

### 1. Основы туристской подготовки и выживания в условиях природной среды.

Личное и групповое снаряжение. Понятие о личном и групповом снаряжении. Перечень личного и группового снаряжения для полевого выхода. Типы палаток, рюкзаков, спальных мешков, преимущества и недостатки. Правила размещения предметов в рюкзаке. Особенности личного и группового снаряжения для летних и зимних выходов.

Организация привалов и ночлегов. Привалы и ночлеги в полевом выходе. Продолжительность и периодичность привалов в зависимости от условий. Выбор места для привала и ночлега (бивака). Основные требования к месту привала и бивака. Меры безопасности при обращении с огнем, кипятком. Организация питания в полевом выходе. Варианты организации питания в полевом выходе. Сухой паек и полевая кухня. Приготовление пищи на костре. Съедобные и несъедобные растения. Основы охоты и рыбной ловли. Питьевой режим на маршруте. Способы обеззараживания питьевой воды. Техника безопасности при проведении полевого выхода, преодоление препятствий. Порядок движения группы на маршруте. Режим движения, темп. Общая характеристика естественных препятствий. Движение по дорогам, тропам, по ровной и пересеченной местности, по лесу, кустарнику, через завалы, по заболоченной местности, по травянистым склонам. Технические средства обеспечения безопасности. Организация самостраховки. Правила пользования альпенштоком. Использование простейших узлов и техника их вязания. Основы психологии поведения в экстремальных условиях.

#### *Практические занятия*

Подготовка личного и группового снаряжения к выходу. Укладка рюкзака. Определение мест, пригодных для организации привалов и ночлегов. Развертывание и свертывание лагеря (бивака). Разжигание костра. Составление списка продуктов для полевого выхода. Приготовление пищи на костре. Выполнение технических приемов преодоления препятствий на местности. Отработка движения группы на маршруте. Отработка техники движения по дорогам, тропам, по пересеченной местности: по лесу, через заросли кустарников, завалы, по заболоченной местности. Проведение психологического тренинга в группе.

### 2. Основы ориентирования и топографии.

Ориентирование на местности. Общие понятия об ориентировании. Способы определения сторон горизонта. Топографическая карта. Виды карты. Топографическая карта и ее условные обозначения. Масштаб карты. Измерение расстояний.

Компас и работа с компасом. Устройство компаса и работа с ним. Азимут. Движение по азимуту.

*Практические занятия.* Работа с картой и компасом. Ориентирование на местности. Ориентирование карты по компасу. Упражнения по определению сторон горизонта. Упражнения по определению масштаба, измерению расстояния на карте. Изучение на местности изображения местных предметов, знакомство с различными формами рельефа. Топографические диктанты, упражнения.

### 3. Основы первой доврачебной помощи.

Основы гигиены. Понятие о гигиене. Личная гигиена: гигиена тела, гигиеническое значение водных процедур (умывание, обливание, парная баня, душ, купание). Сущность закаливания, его значение для повышения работоспособности человека и увеличения сопротивляемости организма к простудным заболеваниям. Закаливание воздухом, солнцем, водой. Гигиена обуви и одежды.

Медицинская аптечка. Необходимый состав медицинской аптечки. Хранение и транспортировка аптечки. Назначение и дозировка препаратов. Индивидуальная аптечка. Основные приемы оказания первой доврачебной помощи. Профилактика заболеваний и травматизма. Помощь при различных травмах. Тепловой и солнечный удар, ожоги. Помощь утопающему, обмороженному, пораженному электрическим током. Искусственное дыхание. Непрямой массаж сердца. Респираторные и простудные заболевания. Укусы насекомых и пресмыкающихся. Простудные заболевания. Пищевые отравления и желудочные заболевания. Порядок оказания первой доврачебной помощи. Наложение жгута, ватно-марлевой повязки, обработка ран, промывание желудка. Транспортировка пострадавшего. Способы транспортировки пострадавшего. Зависимость способа транспортировки и переноски пострадавшего от характера и места повреждения, его состояния, от количества, оказывающих помощь.

### *Практические занятия*

Применение средств личной гигиены в походах и во время тренировочного процесса. Подбор одежды и обуви для тренировок и походов, уход за ними.

Формирование походной медицинской аптечки. Оказание первой помощи условно пострадавшему (определение травмы, диагноза, практическое оказание помощи). Изготовление носилок, волокуш, разучивание различных видов транспортировки пострадавшего.

### Раздел 3. Физическая подготовка.

#### 1. Общая физическая подготовка.

Общая физическая подготовка – основа здорового образа жизни. Систематические занятия физическими упражнениями как важное условие укрепления здоровья, развития физических способностей. Вредное влияние курения и употребления спиртных напитков на здоровье и работоспособность спортсменов. Комплекс разминочных упражнений.

#### *Практические занятия*

Подвижные игры и эстафеты. Легкая атлетика. Лыжный спорт. Гимнастические упражнения. Спортивные игры: баскетбол, футбол, волейбол. Плавание. Контрольные нормативы по ОФП. Индивидуальный подход в решении задач общей физической подготовки.

#### 2. Специальная физическая подготовка

Значение и основы СФП. Характеристика и методика развития специальных физических качеств: выносливости, быстроты, ловкости, гибкости, силы. Индивидуальный подход в решении задач специальной физической подготовки. Основы боевых искусств. История зарождения боевых искусств. Значение навыков боевых искусств для выживания в бою.

#### *Практические занятия*

Выполнение упражнений на развитие выносливости, быстроты, ловкости, гибкости, силы. Освоение приемов и элементов боевых искусств. Контрольные нормативы по СФП.

### **Методическое обеспечение**

Принципы, методы и приемы организации образовательной деятельности.

#### **Дидактические принципы**

- принцип развивающего и воспитывающего характера обучения;
- принцип систематичности и последовательности в практическом овладении техниками выполнения упражнений;
- принцип движения от простого к сложному (как постепенное усложнение инструктивного материала);
- принцип наглядности, привлечение чувственного восприятия, наблюдения, показа;
- принцип опоры на возрастные и индивидуальные особенности учащихся;
- принцип доступности и посильности;
- принцип прочности обучения как возможность применять полученные знания в урочной и внеурочной деятельности.

#### **Для реализации Программы в работе с учащимися применяются следующие методы:**

1. Словесные методы. **Словесные методы** позволяют в кратчайший срок передать большую по объему информацию, поставить перед учеником проблемы и указать пути их решения. Словесные методы подразделяются на следующие виды: рассказ, объяснение, беседа, дискуссия. С помощью словесных методов раскрывается содержание теоретического материала, описывается техника выполнения упражнений, производится инструктаж учащихся по технике безопасности на уроках и при выполнении упражнений.

3. Наглядные методы обучения. Под **наглядными методами обучения** понимаются такие **методы**, при которых усвоение учебного материала находится в существенной зависимости от применяемых в процессе **обучения наглядного** пособия и технических средств. Наглядные **методы** используются во взаимосвязи со словесными и практическими **методами обучения**. Метод наглядного восприятия, способствует быстрому, глубокому и прочному усвоению программы, повышает интерес к занятиям. Наглядные методы обучения условно можно подразделить на две большие группы: метод иллюстраций и метод демонстраций. Метод иллюстраций предполагает показ ученикам иллюстративных пособий, таблиц, картин, зарисовок, техник выполнений упражнений и пр. Метод демонстраций обычно связан с демонстрацией кинофильмов, диафильмов.

4. Метод практического обучения. **Практические методы** применяются в **обучении** для познания реальности, формирования умений и навыков, углубления знаний. Для этого используются такие приемы как планирование выполнения задания, постановка задач, оперативное стимулирование, контроль и регулировка, тестирование результатов, выявление и анализ ошибок. Используется данный метод в учебно – тренировочной деятельности, связанной с отработкой техник. Данный метод предполагает проектирование и реализацию комплексов общеразвивающих упражнений, игровых ситуаций и др.

#### **Приемы:**

- Комментирование. Реализация **приема** предполагает разъяснение педагога.
- Инструктирование. Инструктирование - вид устного изложения материала, предполагающий постановку и четкое достижение задач в ходе обучения, используемый для организации деятельности учащихся в процессе занятия. Оно используется тогда, когда преподавателю необходимо направить учебную деятельность школьников в определенное русло.
- Корректирование. Данный прием предполагает частичное изменение, исправление допущенных учащимися

ошибок при выполнении упражнений.

**Материально-техническое обеспечение.**

<b>№</b>	<b>Материально-технические средства</b>	<b>Кол-во</b>
1.	Помещение	
	кабинет для проведения учебных занятий, воспитательных и досуговых мероприятий	1
	спортивный зал для проведения занятий по ОФП и СФП	1
2.	Мебель	
	письменные столы	7 шт.
	стулья	15 шт.
3.	Инструменты и оборудование на группу (15 чел.)	
	компьютер	1 шт.
	противогазы	5 шт.
	винтовка пневматическая	1 шт.
	макет гранаты Ф-1	1 шт.
	макет гранаты РГД	1 шт.
4.	Туристское снаряжение на группу (15 чел.):	
	палатка	3 шт.
	веревка d-12 мм	25 м
	веревка d-08 мм	12 м
	система страховочная	2 шт.
	карабин альпинистский	4 шт.
	компас	2 шт.
5.	Спортивное снаряжение	
	секундомер	1 шт.
	гантели	5 шт.
	мячи	3 шт.
	теннисный стол	1 шт.
	ракетка теннисная	4 шт.

**Рабочая программа модуля 2 «Второй год обучения»  
дополнительной общеразвивающей программы «Военно- патриотическое объединение «Надежда»  
Учебный план**

№	Наименование темы	Кол-во часов		
		общее	теория	практика
	<i>Модуль 2 (второй год обучения) «Патриотизм и любовь к Родине»</i>			
	<b>Раздел 1.История России и ВС.</b>	<b>30</b>	<b>9</b>	<b>21</b>
1.	Организационное занятие	1	1	
2.	История России	1	1	
3.	История и современность Российской армии	6	1	5
4.	Огневая подготовка	6	2	4
5.	Строевая подготовка	6	2	4
6.	Элементы использования связи	5	1	4
7.	Радиационная и химическая безопасность	5	1	4
	<b>Раздел 2. Основы туризма.</b>	<b>32</b>	<b>10</b>	<b>22</b>
1.	Основы туристской подготовки и выживания в условиях природной среды	12	6	6
2.	Основы ориентирования и топографии	10	2	8
3.	Основы первой доврачебной помощи	10	2	8
	<b>Раздел 3. Физическая подготовка.</b>	<b>10</b>	<b>2</b>	<b>8</b>
1.	Общая физическая подготовка	5	1	4
2.	Специальная физическая подготовка	5	1	4
	<b>Итого:</b>	<b>68</b>	<b>10</b>	<b>58</b>

### Содержание учебного плана

Раздел 1.История России и ВС.

1. Организационное занятие.

Знакомство с программой 2 года обучения. Инструктаж по технике безопасности. Решение организационных вопросов.

2. История России, Свердловской области, Нижнего Тагила

2. 1. Беседы о Днях воинской славы России: - 8 сентября – день Бородинского сражения русской армии под командованием М.И. Кутузова с французской армией (1812 год). - 11 сентября – день победы русской эскадры под командованием Ф.Ф. Ушакова над турецкой эскадрой у мыса Тендра (1787 год). - 21 сентября – день победы русских полков во главе с великим князем Дмитрием Донским над монголо-татарскими войсками в Куликовской битве (1380 год). Страницы истории юношеского военно-патриотического движения в Н. Тагиле.

Практические занятия.

Просмотр учебных и художественных фильмов. Встречи с участниками ВОВ и войны в Афганистане и Чечне.

3. История и современность Российской Армии.

Важнейшие сражения и боевые действия в истории России. Виды Вооружённых Сил, рода войск их история и назначение. Общевоинские уставы. Техническая и тактическая подготовка солдата РА. День Победы. День России. День народного единства. Традиции празднования.

Практические занятия. Экскурсия в воинскую часть. Выполнение практических заданий. Работа с уставами.

4. Огневая подготовка

Пневматическая винтовка ИЖ-22. Приемы стрельбы из пневматической винтовки. Правила стрельбы из винтовки.

Уход за оружием, его хранение и бережение. Особенности чистки и смазки пневматической винтовки.

Практические занятия. Стрельба из пневматической винтовки. Уход за винтовкой.

5. Строевая подготовка.

Походный строй. Строевые приёмы и движение без оружия. Отдание воинской чести, выход из строя и подход к начальнику. Отдание воинской чести. Выход из строя и подход к начальнику.

Практические занятия. Отработка строевых приемов.

Раздел 2. Основы туризма.

1. Основы туристской подготовки и выживания в условиях природной среды.

Личное и групповое снаряжение. Особенности личного и группового снаряжения для летних и зимних выходов.

Организация привалов и ночлегов

Особенности организации привалов и ночлегов в полевом выходе в разных погодных условиях. Продолжительность и периодичность привалов в зависимости от условий. Выбор места для привала и ночлега (бивака). Основные требования к месту привала и бивака. Организация питания в полевом выходе. Варианты организации питания в полевом выходе в разных погодных условиях. Техника безопасности при проведении полевого выхода, преодоление препятствий. Порядок движения группы на маршруте, режим движения и темп на маршруте в разных погодных условиях. Особенности преодоления естественных препятствий в разных погодных условиях. Технические средства обеспечения безопасности. Использование простейших узлов и техника их вязания. Основы психологии поведения в экстремальных условиях.

Практические занятия

Определение мест, пригодных для организации привалов и ночлегов в разных погодных условиях. Развертывание и свертывание лагеря (бивака). Разжигание костра. Составление меню и приготовление пищи на костре. Отработка элементов преодоления естественных препятствий в разных погодных условиях. Отработка движения колонной. Соблюдение режима движения. Отработка техники движения по дорогам, тропам, по пересеченной местности: по лесу, через заросли кустарников, завалы, по заболоченной местности.

2. Основы ориентирования и топографии.

Особенности ориентирования в разных погодных условиях.

Практические занятия. Работа с картой и компасом. Ориентирование на местности. Упражнения по определению масштаба, измерению расстояния на карте. Изучение на местности изображения местных предметов, знакомство с различными формами рельефа. Топографические диктанты, упражнения. Ориентирование карты по компасу. Упражнения по определению сторон горизонта.

3. Основы первой доврачебной помощи.

Заменители медицинских препаратов (целебные травы, минералы и т. д.) Основные приемы оказания первой доврачебной помощи. Профилактика заболеваний и травматизма. Помощь при различных травмах. Помощь утопающему, обмороженному, пораженному электрическим током. Искусственное дыхание. Непрямой массаж сердца. Респираторные и простудные заболевания. Укусы насекомых и пресмыкающихся. Порядок оказания первой доврачебной помощи. Транспортировка пострадавшего

Способы транспортировки пострадавшего. Зависимость способа транспортировки и переноски пострадавшего от времени года (погодных условий) характера и места повреждения, его состояния, от количества оказывающих помощь.

Практические занятия

Оказание первой помощи условно пострадавшему (определение травмы, диагноза, практическое оказание помощи).

Изготовление носилок, волокуш, разучивание различных видов транспортировки пострадавшего.

Раздел 3. Физическая подготовка.

1. Общая физическая подготовка.

Общая физическая подготовка – основа здорового образа жизни. Систематические занятия физическими упражнениями как важное условие укрепления здоровья, развития физических способностей. Вредное влияние курения и употребления спиртных напитков на здоровье и работоспособность спортсменов. Комплекс разминочных упражнений.

Практические занятия

Подвижные игры и эстафеты. Легкая атлетика. Лыжный спорт. Гимнастические упражнения. Спортивные игры: баскетбол, футбол, волейбол. Плавание. Контрольные нормативы по ОФП. Индивидуальный подход в решении задач общей физической подготовки.

2. Специальная физическая подготовка

Значение и основы СФП. Характеристика и методика развития специальных физических качеств: выносливости, быстроты, ловкости, гибкости, силы. Индивидуальный подход в решении задач специальной физической подготовки. Основы боевых искусств. История зарождения боевых искусств. Значение навыков боевых искусств для выживания в бою. Направления отечественных и зарубежных единоборств.

Практические занятия

Упражнения на развитие выносливости, быстроты, ловкости, гибкости, силы. Индивидуальный подход в решении задач специальной физической подготовки. Преодоление полосы препятствий. Основы боевых искусств.

#### **Методическое обеспечение**

Принципы, методы и приемы организации образовательной деятельности.

#### **Дидактические принципы**

- принцип развивающего и воспитывающего характера обучения;
- принцип систематичности и последовательности в практическом овладении техниками выполнения упражнений; - принцип движения от простого к сложному (как постепенное усложнение инструктивного материала);
- принцип наглядности, привлечение чувственного восприятия, наблюдения, показа; - принцип опоры на возрастные и индивидуальные особенности учащихся;
- принцип доступности и посильности;

- принцип прочности обучения как возможность применять полученные знания в урочной и внеурочной деятельности.

**Для реализации Программы в работе с учащимися применяются следующие методы:**

1. Словесные методы. **Словесные методы** позволяют в кратчайший срок передать большую по объему информацию, поставить перед учеником проблемы и указать пути их решения. Словесные методы подразделяются на следующие виды: рассказ, объяснение, беседа, дискуссия. С помощью словесных методов раскрывается содержание теоретического материала, описывается техника выполнения упражнений, производится инструктаж учащихся по технике безопасности на уроках и при выполнении упражнений.

3. Наглядные методы обучения. Под **наглядными методами обучения** понимаются такие **методы**, при которых усвоение учебного материала находится в существенной зависимости от применяемых в процессе **обучения наглядного** пособия и технических средств. Наглядные **методы** используются во взаимосвязи со словесными и практическими **методами обучения**. Метод наглядного восприятия, способствует быстрому, глубокому и прочному усвоению программы, повышает интерес к занятиям. Наглядные методы обучения условно можно подразделить на две большие группы: метод иллюстраций и метод демонстраций. Метод иллюстраций предполагает показ ученикам иллюстративных пособий, таблиц, картин, зарисовок, техник выполнений упражнений и пр. Метод демонстраций обычно связан с демонстрацией кинофильмов, диафильмов.

4. Метод практического обучения. **Практические методы** применяются в **обучении** для познания реальности, формирования умений и навыков, углубления знаний. Для этого используются такие приемы как планирование выполнения задания, постановка задач, оперативное стимулирование, контроль и регулировка, тестирование результатов, выявление и анализ ошибок. Используется данный метод в учебно – тренировочной деятельности, связанной с отработкой техник. Данный метод предполагает проектирование и реализацию комплексов общеразвивающих упражнений, игровых ситуаций и др.

**Приемы:**

- Комментирование. Реализация **приема** предполагает разъяснение педагога.
- Инструктирование. Инструктирование - вид устного изложения материала, предполагающий постановку и четкое достижение задач в ходе обучения, используемый для организации деятельности учащихся в процессе занятия. Оно используется тогда, когда преподавателю необходимо направить учебную деятельность школьников в определенное русло.
- Корректирование. Данный прием предполагает частичное изменение, исправление допущенных учащимися ошибок при выполнении упражнений.

**Материально-техническое обеспечение.**

№	Материально-технические средства	Кол-во
1.	Помещение	
	кабинет для проведения учебных занятий, воспитательных и досуговых мероприятий	1
	спортивный зал для проведения занятий по ОФП и СФП	1
2.	Мебель	
	письменные столы	7 шт.
	стулья	15 шт.
3.	Инструменты и оборудование на группу (15 чел.)	
	компьютер	1 шт.
	противогазы	5 шт.
	винтовка пневматическая	1 шт.
	макет гранаты Ф-1	1 шт.
	макет гранаты РГД	1 шт.
4.	Туристское снаряжение на группу (15 чел.):	
	палатка	3 шт.
	веревка d-12 мм	25 м
	веревка d-08 мм	12 м
	система страховочная	2 шт.
	карабин альпинистский	4 шт.
	компас	2 шт.
5.	Спортивное снаряжение	
	секундомер	1 шт.
	гантели	5 шт.
	мячи	3 шт.
	теннисный стол	1 шт.
	ракетка теннисная	4 шт.



**Рабочая программа модуля 3 «Третий год обучения»  
дополнительной общеразвивающей программы «Военно- патриотическое объединение «Надежда»  
Учебный план**

№	Наименование темы	Кол-во часов		
		общее	теория	практика
	<i>Модуль 3 «Третий год обучения» «Основы защиты Отечества»</i>			
	<b>Раздел 1.История России и ВС.</b>	<b>30</b>	<b>8</b>	<b>22</b>
1.	Организационное занятие	1	1	
2.	История России	1	1	
3.	История и современность Российской армии	6	1	5
4.	Огневая подготовка	8	2	6
5.	Строевая подготовка	8	2	6
6.	Радиационная и химическая безопасность	6	1	5
	<b>Раздел 2. Основы туризма.</b>	<b>32</b>	<b>10</b>	<b>22</b>
1.	Основы туристской подготовки и выживания в условиях природной среды	12	6	6
2.	Основы ориентирования и топографии	10	2	8
3.	Основы первой доврачебной помощи	10	2	8
	<b>Раздел 3. Физическая подготовка.</b>	<b>10</b>	<b>2</b>	<b>8</b>
1.	Общая физическая подготовка	5	1	4
2.	Специальная физическая подготовка	5	1	4
	<b>Итого:</b>	<b>68</b>	<b>10</b>	<b>58</b>

**Содержание учебного плана**

Раздел 1.История России и ВС.

1.Организационное занятие.

Значение патриотизма в России. Страницы истории юношеского военно-патриотического движения в Нижнем Тагиле.

2.История России, Свердловской области, Нижнего Тагила

Беседа о службе в РА.

*Практические занятия.*

Просмотр учебных и художественных фильмов. Экскурсии в музей боевой техники г. Верхняя Пышма.

3. История и современность Российской Армии

Защита отечества, служба в вооружённых силах России - высокая и почётная обязанность каждого гражданина России. Военная присяга-клятва на верность Родине. История российской армии. Важнейшие сражения и боевые действия в истории России. Виды Вооружённых Сил, рода войск их история и назначение.

*Практические занятия.* Полевой выход с отработкой передвижения в походном порядке. Встречи с участниками ВОВ и войны в Афганистане и Чечне. Просмотр учебных и художественных фильмов. Экскурсии в музеи города.

4. Огневая подготовка

Автомат Калашникова. Назначение, боевые свойства и устройство автомата Калашникова. Разборка и сборка автомата. Работа частей и механизмов автомата. Осмотр автомата, боеприпасов и подготовка их к стрельбе.

Ручные осколочные гранаты. Назначение и боевые свойства гранат. Устройство ручной осколочной гранаты РГД-5. Устройство ручной осколочной гранаты Ф-1. Работа частей и механизмов гранат. Приемы метания ручных гранат. Правила заряжания и метания гранат. Метание гранат из положения стоя, лежа, с колена, в движении и в пешем порядке. Меры безопасности при обращении с гранатами.

*Практические занятия.*

Метание ручных гранат, разборка и сборка макета АК. Выполнения упражнения изготровки к стрельбе.

5. Строевая подготовка.

Строевые приемы с оружием. Выполнение воинского приветствия с оружием.

*Практические занятия.* Отработка строевых приемов.

6. Радиационная и химическая безопасность.

Средства защиты органов дыхания. Назначение и общее устройство общевойскового противогаза. Боевые свойства противогаза. Назначение и общее устройство респиратора. Отравляющие вещества. Предназначение и боевые свойства ОВ. Классификация ОВ. Средства применения ОВ. Поражающие действия ОВ. Признаки применения ОВ. Способы защиты от ОВ.

*Практические занятия.* Отработка навыков надевание противогаза, выполнение различных действий в условиях радиационной и химической опасности.

Раздел 2. Основы туризма.

1. Основы туристской подготовки и выживания в условиях природной среды.

Подготовка к совершению многодневного учебно-тренировочного выхода. Подготовка личного и группового снаряжения для многодневного учебно-тренировочного выхода. Организация питания на маршруте.

*Практические занятия*

Подготовка и упаковка снаряжения, уход за снаряжением, его ремонт.

Составление списка продуктов для полевого выхода. Приготовление пищи на костре. Многодневный учебно-тренировочный выход на маршрут.

2. Основы ориентирования и топографии.

Ориентирование на местности. понятия об ориентировании. Способы определения сторон горизонта. Топографическая карта. Виды карты. Топографическая карта и ее условные обозначения. Масштаб карты. Измерение расстояний. Компас и работа с компасом. Устройство компаса и работа с ним. Азимут. Движение по азимуту.

*Практические занятия.*

Работа с картами различного масштаба. Упражнения по определению масштаба, измерению расстояния на карте. Изучение на местности изображения местных предметов, знакомство с различными формами рельефа. Топографические диктанты, упражнения. Ориентирование карты по компасу. Упражнения по определению сторон горизонта.

3. Основы первой доврачебной помощи.

Основы гигиены. Понятие о гигиене. Личная гигиена: гигиена тела, гигиеническое значение водных процедур (умывание, обтирание, парная баня, душ, купание). Сущность закаливания, его значение для повышения работоспособности человека и увеличения сопротивляемости организма к простудным заболеваниям. Закаливание воздухом, солнцем, водой. Гигиена обуви и одежды. Медицинская аптечка. Необходимый состав медицинской аптечки. Хранение и транспортировка аптечки. Назначение и дозировка препаратов. Индивидуальная аптечка. Основные приемы оказания первой доврачебной помощи. Профилактика заболеваний и травматизма. Помощь при различных травмах. Тепловой и солнечный удар, ожоги. Помощь утопающему, обмороженному, пораженному электрическим током. Искусственное дыхание. Непрямой массаж сердца. Респираторные и простудные заболевания. Укусы насекомых и пресмыкающихся. Простудные заболевания. Пищевые отравления и желудочные заболевания. Порядок оказания первой доврачебной помощи. Наложение жгута, ватно-марлевой повязки, обработка ран, промывание желудка. Транспортировка пострадавшего. Способы транспортировки пострадавшего. Зависимость способа транспортировки и переноски пострадавшего от характера и места повреждения, его состояния, от количества оказывающих помощь.

*Практические занятия*

Применение средств личной гигиены в походах и во время тренировочного процесса. Подбор одежды и обуви для тренировок и походов, уход за ними.

Формирование походной медицинской аптечки. Оказание первой помощи условно пострадавшему (определение травмы, диагноза, практическое оказание помощи). Изготовление носилок, волокуш, разучивание различных видов транспортировки пострадавшего.

Раздел 3. Физическая подготовка.

1. Общая физическая подготовка.

Значение и основы СФП. Характеристика и методика развития специальных физических качеств: выносливости, быстроты, ловкости, гибкости, силы. Индивидуальный подход в решении задач специальной физической подготовки. Значение навыков боевых искусств для выживания в бою. Направления отечественных и зарубежных единоборств.

*Практические занятия*

Подвижные игры и эстафеты. Легкая атлетика. Лыжный спорт. Гимнастические упражнения. Спортивные игры: баскетбол, футбол, волейбол. Плавание. Контрольные нормативы по ОФП. Индивидуальный подход в решении задач общей физической подготовки.

2. Специальная физическая подготовка

Индивидуальный подход в решении задач специальной физической подготовки. Основы боевых искусств.

*Практические занятия*

Упражнения на развитие специальных физических качеств: выносливости, быстроты, ловкости, гибкости, силы. Преодоление полосы препятствий.

## Методическое обеспечение

Принципы, методы и приемы организации образовательной деятельности.

### Дидактические принципы

- принцип развивающего и воспитывающего характера обучения;
- принцип систематичности и последовательности в практическом овладении техниками выполнения упражнений;
- принцип движения от простого к сложному (как постепенное усложнение инструктивного материала);
- принцип наглядности, привлечение чувственного восприятия, наблюдения, показа;
- принцип опоры на возрастные и индивидуальные особенности учащихся;
- принцип доступности и посильности;
- принцип прочности обучения как возможность применять полученные знания в урочной и внеурочной деятельности.

### Для реализации Программы в работе с учащимися применяются следующие методы:

1. **Словесные методы.** **Словесные методы** позволяют в кратчайший срок передать большую по объему информацию, поставить перед учеником проблемы и указать пути их решения. Словесные методы подразделяются на следующие виды: рассказ, объяснение, беседа, дискуссия. С помощью словесных методов раскрывается содержание теоретического материала, описывается техника выполнения упражнений, производится инструктаж учащихся по технике безопасности на уроках и при выполнении упражнений.
3. **Наглядные методы обучения.** Под **наглядными методами обучения** понимаются такие **методы**, при которых усвоение учебного материала находится в существенной зависимости от применяемых в процессе **обучения наглядного** пособия и технических средств. Наглядные **методы** используются во взаимосвязи со словесными и практическими **методами обучения**. Метод наглядного восприятия, способствует быстрому, глубокому и прочному усвоению программы, повышает интерес к занятиям. Наглядные методы обучения условно можно подразделить на две большие группы: метод иллюстраций и метод демонстраций. Метод иллюстраций предполагает показ ученикам иллюстративных пособий, таблиц, картин, зарисовок, техник выполнений упражнений и пр. Метод демонстраций обычно связан с демонстрацией кинофильмов, диафильмов.
4. **Метод практического обучения.** **Практические методы** применяются в **обучении** для познания реальности, формирования умений и навыков, углубления знаний. Для этого используются такие приемы как планирование выполнения задания, постановка задач, оперативное стимулирование, контроль и регулировка, тестирование результатов, выявление и анализ ошибок. Используется данный метод в учебно – тренировочной деятельности, связанной с отработкой техник. Данный метод предполагает проектирование и реализацию комплексов общеразвивающих упражнений, игровых ситуаций и др.

### Приемы:

- **Комментирование.** Реализация **приема** предполагает разъяснение педагога.
- **Инструктирование.** Инструктирование - вид устного изложения материала, предполагающий постановку и четкое достижение задач в ходе обучения, используемый для организации деятельности учащихся в процессе занятия. Оно используется тогда, когда преподавателю необходимо направить учебную деятельность школьников в определенное русло.
- **Корректирование.** Данный прием предполагает частичное изменение, исправление допущенных учащимися ошибок при выполнении упражнений.

### Материально-техническое обеспечение.

№	Материально-технические средства	Кол-во
1.	Помещение	
	кабинет для проведения учебных занятий, воспитательных и досуговых мероприятий	1

	спортивный зал для проведения занятий по ОФП и СФП	1
2.	Мебель	
	письменные столы	7 шт.
	стулья	15 шт.
3.	Инструменты и оборудование на группу (15 чел.)	
	компьютер	1 шт.
	противогазы	5 шт.
	винтовка пневматическая	1 шт.
	макет гранаты Ф-1	1 шт.
	макет гранаты РГД	1 шт.
4.	Туристское снаряжение на группу (15 чел.):	
	палатка	3 шт.
	веревка d-12 мм	25 м
	веревка d-08 мм	12 м
	система страховочная	2 шт.
	карабин альпинистский	4 шт.
	компас	2 шт.
5.	Спортивное снаряжение	
	секундомер	1 шт.
	гантели	5 шт.
	мячи	3 шт.
	теннисный стол	1 шт.
	ракетка теннисная	4 шт.

### ***Организационно- педагогическая деятельность с родителями.***

Проведение родительских собраний

- организационное (август);
- итоговое (апрель-май).

1. Проведение открытых занятий для родителей: декабрь, апрель-май.
2. Участие родителей в совместных мероприятиях учреждения и коллектива.
3. Индивидуальные беседы с родителями:
  - индивидуальные способности и достижения;
  - анализ образовательной деятельности.
4. Индивидуальное консультирование:
  - состояние здоровья, обучающегося;
  - статус в коллективе;
5. Анкетирование

Август- сентябрь: Сведения об обучающихся и их родителях.

Цель: получить информацию

Май: Результаты деятельности педагогов, коллектива и обучающихся за учебный год

Цель: получить оценку деятельности объединения за учебный год; корректировка Программы.

### **Аннотация**

Программа «Военно- патриотического объединения «Надежда» имеет социально- педагогическую направленность.

Программа, предусматривает изучение вопросов, связанных с историей возникновения Вооруженных Сил. Раскрывает основы туризма и вопросы безопасного отдыха.

Новизна Программы в том, что в содержание входит и региональный компонент (история юношеского военно- патриотического движения в Нижнем Тагиле). Актуальны и вопросы, связанные с историческими событиями родного края (Свердловская область, Нижний Тагил)

Программа включает не только знания о технике выполнения физических упражнений, но и элементы валеологии. В Программе представлены формы физкультурных занятий, спортивных мероприятий. Особое внимание в программе уделяются возможности ощутить радость от активного участия в различных формах занятий физической культурой и спортом. Формируются представления о здоровом образе жизни с учетом индивидуальных особенностей учащихся.

Возраст 10-17 лет. Оптимальное количество детей в группе для успешного освоения программы от 12 до 15 человек, группы могут быть разновозрастные.

Программа состоит из 3 модулей:

1. «Первый год обучения»
2. «Второй год обучения»
3. «Третий год обучения».