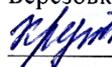


МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Департамент образования и науки Тюменской области
Управление образования Администрации Нижнетавдинского
муниципального района
филиал МАОУ "Велижанская СОШ" - "СОШ п.Березовка "

РАССМОТРЕНО

на заседании ШМО Филиала
МАОУ «Велижанская СОШ»-
«СОШ п. Березовка»
Руководитель ШМО
 С.К. Сердюкова
№ 1 от «31» августа 2023 г

СОГЛАСОВАНО

Директор Филиала МАОУ
"Велижанская СОШ"- "СОШ п.
Березовка"
 Л.А. Крутикова
«31» августа 2023 г

УТВЕРЖДЕНО

Директор МАОУ "Велижанская
СОШ"
 Н.В. Ваганова
«31» августа 2023 г



Дополнительная
общеобразовательная общеразвивающая программа
социально-педагогической направленности
«Ратное дело»
(первый год обучения)

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

Автор-составитель: С.Ю. Сердюков,
педагог дополнительного образования

п. Березовка, 2023

Содержание

1. Комплекс основных характеристик программы	3
Пояснительная записка	3
Цель и задачи программы	6
Планируемые результаты освоения Программы	7
Содержание программы	7
Воспитательная работа	26
2. Комплекс организационно-педагогических условий	32
Календарный учебный график	32
Условия реализации программы	32
Формы контроля	35
Оценочные материалы	36
Методические материалы	38
Список литературы	39

1 Раздел. Комплекс основных характеристик программы

Пояснительная записка

*«Глупая храбрость не даст победы.
А смешаешь ее с военной хитростью,
тогда это можно назвать
военным искусством».*

А.В. Суворов

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа социально-гуманитарной направленности «Ратное дело» (далее - Программа) для обучающихся в возрасте 14-17 лет составлена в соответствии со следующими нормативно-правовыми документами:

- Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
- Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года»
- Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 N 996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»
- Федеральный закон от 29.12.2010 N 436-ФЗ «О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию».
- Приказ Минпросвещения России от 27.07.2022 N 629 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по

дополнительным общеобразовательным программам" (Зарегистрировано в Минюсте России 26.09.2022 N 70226).

- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ 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» (Зарегистрировано в Министерстве юстиции Российской Федерации 18 декабря 2020 года, регистрационный N 61573)
- Письмо Минобрнауки РФ от 11.12.2006 N06-1844 «О Примерных требованиях к программам дополнительного образования детей».
- Приказ Минобрнауки России от 23.08.2017 N 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»
- Письмо Министерства просвещения РФ от 19.03.2020г. № ГД-39/04 «О направлении методических рекомендаций»
- Устав учреждения

Актуальность.

Программа направлена на формирование у обучающихся нравственных устоев, популяризации военно-прикладных видов спорта, профессиональной ориентированности на поступление в высшие военные учебные заведения и поступлении на службу в силовые ведомства в сфере обороны и безопасности Государства, так как в настоящее время профессия военного становится не актуальной для современной молодежи. Деятельность обучающихся способствует мотивации и активизации к изучению военного ремесла, патриотизму, сплочению коллектива, повышению образовательного и культурного уровня подрастающего поколения.

Новизна.

В ходе реализации программы создаются условия для формирования навыков практических действий не только в экстремальных условиях, но и в бытовых. Обучающиеся получают возможность познакомиться с деятельностью специальных подразделений Российской Федерации и сориентироваться в выборе дальнейшей профессии. У подрастающего поколения формируется интерес к службе в вооруженных силах и силовых ведомствах РФ, желание сохранить и приумножить патриотические традиции.

Категория обучающихся. Программа предназначена к освоению юношами в возрасте от 14 до 17 лет, изъявившими добровольное желание обучаться и допущенными по состоянию здоровья. Количество обучающихся в группе не менее 15 человек. Состав обучающихся - постоянный.

Реализация программы осуществляется на русском языке.

Форма обучения. Очная.

Форма реализации программы. Очная, с применением дистанционных технологий и электронного обучения.

Особенности организации образовательного процесса:

- отсутствие линейности в построении образовательной деятельности;
- смежность изучаемых дисциплин;
- слитность и однонаправленность образовательных и воспитательных компонентов;
- профессиональная ориентация.

В случае карантина, активированных дней предусмотрен переход на обучение с применением дистанционных технологий и электронного обучения. При этом в календарное учебное планирование вносятся соответствующие корректировки в части формы реализации программы, соотношения часов теории и практики, сроков и дат изучения отдельных тем.

Формы реализации программы с применением дистанционных технологий и электронного обучения могут быть использованы индивидуально в случае болезни ребенка или при необходимости создания индивидуального образовательного маршрута.

Программа включает в себя теоретические и практические занятия.

Учебные занятия проводятся согласно расписанию. Расписание занятий утверждается администрацией учреждения по предоставлению педагогов дополнительного образования, с учетом возрастных особенностей обучающихся и установленных санитарно-гигиенических норм. Занятия предполагают сочетания теоретических и практических знаний, умений, навыков, опыта творческой деятельности.

Цель и задачи Программы

Цель Программы - физическая и психологическая подготовка обучающихся к военной службе с помощью развития их личностных компетенций, позволяющих обеспечить сохранность жизни и здоровья, а также развития коммуникативных способностей подростков, позволяющих определиться с будущей профессией и получить опыт военно-профессиональной деятельности.

Задачи Программы:

Предметные:

- обучать основам военной службы по дисциплинам и сформировать практические навыки;

Метапредметные:

- развивать личностные компетенции обучающихся, позволяющих ему обеспечить сохранность жизни и здоровья;

- развивать коммуникативные способности обучающихся, позволяющих определиться с будущей профессией и получить опыт военно-профессиональной деятельности;

Личностные:

- создание единого воспитательного пространства, направленного на гармоничное формирование личности обучающегося.

Планируемые результаты освоения Программы.

В результате освоения Программы ожидается:

Предметные:

- физическая развитость и выносливость обучающихся;
- умение работать в экстремальных условиях и достигать поставленные цели;
- умение принимать конструктивные решения для качественного выполнения задач;

Метапредметные:

- проявление чувства взаимопомощи и уважения к товарищам;
- проявление чувства гордости, глубокого уважения и почитания к Государственным символам Российской Федерации, а так же историческим символам и памятникам Отечества;

Личностные:

- психологическая устойчивость обучающихся;
- социализация личности.

Программа направлена на формирование гражданина своей Родины, патриота с активной жизненной позицией. Конечным результатом реализации программы должны стать активная гражданская позиция и патриотическое сознание обучающихся, как основа личности будущего гражданина России готового к прохождению службы в вооруженных силах Российской Федерации.

Содержание Программы

Срок освоения программы рассчитан на два учебных года. Общее количество учебного времени составляет 432 учебных часа, 72 учебных недели, 6 часов в неделю (3 раза по 2 часа). Продолжительность одного учебного занятия составляет 45 минут. В ходе реализации программы возможны изменения согласно календарно-тематическому планированию в связи с проведением комплексных и полевых занятий.

Общеобразовательная программа «Ратное дело» включает следующие основные дисциплины:

1. Основы военной службы
2. Огневая подготовка
3. Строевая подготовка
4. Самбо
5. Основы оказания первой помощи
6. Военная топография
7. Радиационная, химическая и биологическая защита
8. Общефизическая подготовка
9. Тактическая подготовка
10. Туризм и выживание

Учебный план первого года обучения

п\п	Название дисциплины	Всего часов	Теория	Практика	Форма контроля
1	Основы военной службы	7	7	-	Тестирование
2	Огневая подготовка	25	9	16	Тестирование
3	Строевая подготовка	20	-	20	Тестирование
4	Самбо	30	-	30	Контрольное занятие
5	Основы оказания первой помощи	10	2	8	Тестирование
6	Военная топография	10	4	6	Тестирование
7	Радиационная, химическая и биологическая защита	8	4	4	Тестирование
8	Общесфизическая подготовка	50	-	50	Контрольное занятие
9	Тактическая подготовка	22	8	14	Контрольное занятие
10	Туризм и выживание	34	11	23	Контрольное занятие
Итого:		216	45	171	

Учебно-тематический план

		Всего	Первый год обучения		Форма контроля/ аттестации
			Теория	Практика	
1.	<u>Основы военной службы.</u>	7	7	-	Тестирование
1.1	Вводное занятие. Вводный инструктаж, инструктаж по технике безопасности на занятиях. История центра «Аванпост»	2	2	-	-
1.2.	История 38 Тобольского пехотного полка	1	1	-	-
1.3.	Устав внутренней службы ВС РФ. Система званий ВС РФ Рода и виды ВС РФ	2	2	-	-
1.4.	Стрелковой устав ВС РФ. Гимн РФ.	2	2	-	-
2.	<u>Огневая подготовка.</u>	25	9	16	Тестирование

2.1.	ТТХ современного стрелкового оружия. АК-74, АК-12, РПК, СВД, ПМ, ПЯ	3	1	2	-
2.2.	Приемы и правила стрельбы	4	-	4	-
2.3.	Основы выстрела	4	1	3	-
2.4.	Изучения упражнения начальных стрельб.	10	2	4	-
2.5.	Метание ручных спортивных осколочных и противотанковых гранат	2	1	1	-
2.6.	Оптические и снайперские прицелы назначение и их применение	2	-	-	-
3.	<u>Стрелковая подготовка.</u>	20	-	20	Тестирование
3.1.	Стрелковые приемы и движение без оружия	6	-	6	-
3.2.	Стрелковые приемы и движения с оружием	4	-	4	-
3.3.	Стрелковое слаживание	4	-	4	-
3.4.	Слаженность караульной смены	6	-	6	-
4.	<u>Самбо</u>	30	-	30	Контрольное занятие

4.1.	Базовая техника боя	4	-	4	-
4.3.	Ударная техника и защита	2	-	2	
4.4.	Самбо, защита от нападения лежа	8	-	8	-
4.5.	Освобождение от захватов рук, ног	8	-	8	-
4.6.	Самбо	8	-	8	-
5.	<u>Основы оказания первой помощи.</u>	10	2	8	Тестирование
5.1.	Порядок действия при оказании первой помощи.	4	2	2	-
5.2.	Оказание первой помощи при переломах, вывихах и ушибов различных частей тела.	2	-	2	-
5.3.	Оказание первой помощи при переохлаждении, перегревании, обморожении и ожогах.	2	-	2	-

5.4.	Оказание первой помощи в экстремальных ситуациях.	2	-	2	-
6.	<u>Военная топография.</u>	10	4	6	Тестирование
6.1.	Работа с картами.	5	2	3	-
6.2.	Ориентирование на местности.	5	2	3	-
7.	<u>Радиационная, химическая и биологическая защита.</u>	8	4	4	Тестирование
7.1.	Средства индивидуальной защиты.	6	2	4	-
7.2.	Боевые отравляющие вещества.	2	2	-	-
8	<u>Общая физическая подготовка.</u>	50	-	50	Контрольное занятие
8.1.	Комплексы функционального многоборья(ФМ).	10	-	10	-
8.2.	Кардиотренировка.	12	-	12	-
8.3.	Гимнастика.	10	-	10	-
8.7.	Лыжная подготовка.	18	-	18	-
9.	<u>Тактическая подготовка</u>	22	8	14	Контрольное занятие
9.1.	Передвижение.	8	2	6	-

9.2.	Боевое слаживание.	6	2	4	-
9.5.	Маскировка.	4	2	2	-
9.6.	Преодоление препятствий.	4	2	2	-
10.	<u>Туризм и выживание</u>	34	11	23	Контрольное занятие
10.1	Вводное занятие.Правила безопасности в походе.	1	1	0	-
10.2	Основы выживания. Алгоритм действий при вынужденномавтономном существовании,	4	2	2	
10.3	Костры. Правила безопасности. Виды. Способы разведения.	4	1	3	
10.4	Способы добычиводы и пищи привынужденном автономном существовании	2	1	1	
10.5	Временные укрытия. Устройствовременных укрытий.	5	1	4	
10.6	Работа с компасом	4	1	3	
10.7	Ориентирование вусловиях автономного существования без спец.средств	4	1	3	
10.8	Сигналы бедствия и сигнальныесредства.	2	1	1	
10.9	Способы преодоления препятствий.	4	1	3	
10.10	Прокладка маршрута. Работа скартой	4	1	3	

1 год обучения Итого:	216	38	178	
-----------------------	-----	----	-----	--

Содержание учебной дисциплины «Основы военной службы».

Тема 1.1. «Вводное занятие. Вводный инструктаж по технике безопасности на занятиях. История Центра «Аванпост».

Теоретические занятия: История создания центра «Аванпост», доведение и заполнение инструктажа по технике безопасности.

Тема 1.2. «История 38 Тобольского пехотного полка».

Теоретические занятия: История формирования полка, боевой путь, основные сражения.

Тема 1.3. «Устав внутренней службы ВС РФ. Система званий ВС РФ».

Теоретические занятия: Военнослужащие и взаимоотношения между ними. Внутренний порядок. Суточный наряд. Система званий ВС РФ.

Практические занятия: Отработка практических действий в составе суточного наряда.

«Рода и виды ВС РФ»,

Теоретические занятия: Назначение, организация и структура родов и видов войск.

Тема 1.4. « Строевой устав ВС РФ. Гимн РФ».

Теоретические занятия: Изучение 16-ти статей Строевого Устава.

Практические занятия: Исполнения Гимна РФ.

Содержание учебной дисциплины «Огневая подготовка».

Тема 2.1. «ТТХ современного стрелкового оружия. АК-74, АК-12, РПК, СВД, ПМ, ПЯ. Основные части и механизмы. Принцип работы. Порядок не полной разборки и сборки. Снаряжения магазина учебными патронами. Требования безопасности при обращении с оружием, ручными осколочными и противотанковыми гранатами».

Теоретические занятия: Инструктаж по технике безопасности при обращении с оружием, ручными и противотанковыми гранатами. ТТХ современного стрелкового оружия АК-74, АК-12, РПК, СВД, ПМ, ПЯ. Основные части и механизмы. Принцип работы. Порядок неполной разборки.

Практические занятия: Неполная разборка и сборка АК-74, АК-12, РПК, СВД, ПМ, ПЯ. Снаряжение магазина учебными патронами.

Тема 2.2. «Приемы и правила стрельбы. Изготовка для стрельбы: лежа, стоя, с колена. Стрельба из различных положений».

Практические занятия: Изготовка для стрельбы из различных положений с применением ММГ.

Тема 2.3. «Основы выстрела правила прицеливания, производство выстрела, стрельба на вскидку и стрельба из ПВ».

Теоретические занятия: Основы выстрела, правила прицеливания, стойка для стрельбы из ПВ. Контроль дыхания при стрельбе. Правильное нажатие на спусковой крючок.

Практические занятия: Стрельба из ПВ по мишени № 10 и по спортивным мишенным установкам, стрельба на вскидку. Отработка стрелковых упражнений с применением учебного тренажера (СКАТТ).

Тема 2.4. «Изучение упражнения начальных стрельб. Условия и порядок выполнения упражнения. Меры безопасности при проведении стрельб».

Теоретические занятия: Меры безопасности при проведении стрельб.

Практические занятия: Выполнения упражнения начальной стрельб с применением охолощенного оружия.

Тема 2.5. «ТТХ ручных, противотанковых гранат и отработка броска» .
«Метание ручных осколочных и противотанковых гранат».

Теоретические занятия: Устройство и назначение гранат (Ф-1, РГД-5, РГО, РГН.), правильное осуществление броска гранаты.

Практические занятия: Техника выполнения броска гранаты на дальность и точность.

Тема 2.6. «Оптические и снайперский прицелы назначение и их применение».

Теоретические занятия: ТТХ оптических и снайперских прицелах и способы их крепление на различные виды оружия.

Содержание учебной дисциплины «Строевая подготовка».

Тема 3.1. «Строевые приемы и движение без оружия».

Строевая стойка. Движение строевым шагом. Повороты на месте и в движении. Подход к начальнику и отход от него.

Теоретические занятия: Обязанности солдата перед построением и в строю.

Практические занятия: Одиночная строевая подготовка, строевые приемы в движение без оружия, строевая стойка, движение строевым шагом, повороты на месте и в движении. Подход к начальнику и отход от него.

Тема 3.2: «Строевые приемы и движения с оружием».

Выполнение строевых приемов с оружием. Движение с оружием.

Практические занятия: Выполнения строевых приемов с оружием(Положить оружие, к оружию, в ружье, оружие на ремень, автомат на груд, оружие за спину).

Тема 3.3. «Строевое слаживание. Движение строевым шагом в составе подразделения. Исполнение строевой песни. отдавание воинского приветствия».

Теоретическое занятия: Изучение строевой песни, правильность исполнения.

Практические занятия: Порядок выполнения воинского приветствия. Строевые приемы в составе подразделения, прохождение торжественным маршем с исполнением строевой песни и без.

Тема 3.4. «Слаженность караульной смены. Отдание воинских почестей при возложении венков и мемориалов. Работа знаменной группы».

Практические занятия: Алгоритм действий караульной смены, порядок выноса и относа Государственного Флага РФ и Боевого Знамени. Последовательностей действий церемониальной группы.

Содержание учебной дисциплины «Самбо».

Тема 4.1. «Базовая техника боя.

Практические занятия: «Отработка основной стойки, перемещение в основной стойке».

Тема 4.2. «Самбо, защита от нападения с ножом, с пистолетом (болевые приемы)».

Практические занятия: Отработка защиты от нападения с ножом и с пистолетом (Противник наносит колючий удар ножом в грудь, удар ножом с низу, удар ножом с верху, удар ножом с боку. Противник угрожает пистолетом, приставленным к животу, приставленным к груди, направленным в спину,

противник угрожает пистолетом с боку), работа в партере, изучение болевых прием, (рычаг на руку, рычаг на ногу, удушающий, отработка бросков, через спину, через плечо, через бедро).

Тема 4.3. «Ударная техника и защита. Ударная техника рук. Ударная техника ног. Защита от ударов (блоки)».

Практические занятия: Базовая техника нанесения ударов руками(прямой удар, боковой удар, апперкот, удары в корпус,). Базовая техника нанесения ударов ногами. (прямой удар, лоу-кик, боковой удар, удар в голову). Защита уходом (отскоком). Защита уклоном (нырком). Защита подставкой. Защита блоком (отражением).

Тема 4.4. «Защита от нападения лежа».

Практическое занятие: Отработка защиты работы в партере ,способы защиты лежа от находящего в стойке противника (защита от противника атакующего сверху удушающим захватом, захватом рук бедра, со стороны головы), (защита лежа от находящегося в стойке противника, со стороны ног, на спине, на груди от удара ног).

Тема 4.5. «Освобождение от захватов. Освобождение от захвата руки, плеча, туловища, головы, ног».

Практические занятия: Отработка приемов освобождение от захватов (обхватов) руки (кисти, плеча, туловища (освобождение от захвата за туловище спереди без обхвата, освобождение от захвата за туловище спереди с обхватом рук, освобождение от захвата за туловище сзади без обхвата рук), головы и ноги(двух ног и одной ноги).

Тема 4.6. Самбо. Кувырки вперед назад, выполнение самостраховки, подбор оружия в кувырке.

Практические занятия: Отработка кувырков вперед и назад(через голову, плечо, с группировкой, кувырки в длину, кувырки назад с выходом в

стойку). Отработка кувырок через препятствие, подбор оружия в кувырке (автомат, пистолет).

Тема 4.7. «Защита от ударов противника вооруженного палкой, стулом ножом».

Практические занятия: Отработка приемов защиты от противника вооруженного палкой (удара сверху, снизу, сбоку), стулом (тычковый удар стулом, удар сверху)

Особенности работы против нескольких противников».

Практические занятия: Отработка действий защиты при нападении 2, 3, 4 противников.

Содержание учебной дисциплины «Основы оказания первой помощи».

Тема 5.1. «Порядок действий при оказании ПП. Оценка ситуации. Эвакуация пострадавшего. Виды эвакуаций. Осмотр пострадавшего».

Теоретические занятия: Оценка ситуации. Эвакуация пострадавшего с места происшествия. Виды эвакуаций (по земле, по воздуху, с помощью подручных средств), осмотр пострадавшего (проверка на наличие ранений, переломов, ушибов, проверка дыхания, проверка пульса).

Практические занятия: отработка последовательности действий при оказании первой помощи пострадавшему (наложения жгута, шины, сердечно-легочная реанимация).

Тема 5.2. «Оказание первой помощи при переломах, вывихах и ушибах различных частей тела».

Теоретические занятия: Виды перелом, вывихов и ушибов (открытый, закрытый, ушибы 1, 2, 3 и 4 степени), оказание первой помощи при переломах (наложение шины) .

Практические занятия: Отработка последовательности действий при переломах, вывихах и ушибах различных частей тела.

Тема 5.3. «Оказание первой помощи при переохлаждении, перегревании, обморожениях и ожогах».

Теоретические занятия: Классификация обморожения, перегревания, переохлаждения и ожогов.

Практические занятия: Алгоритм оказания первой помощи при обморожении, перегревании, переохлаждении и ожогов.

Тема 5.4. «Оказание первой помощи в экстремальных ситуациях. Оценка ситуации. Наложение жгута, наложение повязок, обездвиживание пострадавших частей тела».

Теоретические занятия: Алгоритм действий первой помощи в экстремальных ситуациях. Оценка ситуации. Наложение жгута.

Практические занятия: Транспортировка пострадавшего в безопасную зону, последовательность оказания первой помощи (сердечно - легочной реанимации) в безопасной зоне . Наложение жгута, повязок (на различные части тела).

Содержание учебной дисциплины «Военная топография».

Тема 6.1. «Работа с картами. Умение читать карты. Условные обозначения. Масштаб карты. Типы карт».

Теоретические занятия: Типы карт (топографические). Условные обозначения на карте. Масштаб (мелкомасштабные, среднемасштабные, крупномасштабные).

Практическое занятие: Распознавание типов карт. Условные обозначения. Вычисление масштабов карты.

Тема 6.2. «Ориентирование на местности. Определение сторон горизонта. Работа с компасом. Определение расстояния до объекта».

Теоретические занятия: Работа с компасом (правильное использование компаса), определение расстояния до объекта (с помощью бинокля, дальномера, карандаша, линейки, формула тысячных).

Практические занятия: Определение азимута по компасу. Определение расстояния до объекта (на карте с помощью линейки, курвиметра) на пересеченной местности. Определение сторон горизонта по местным признакам (по звездам, по мху, по кроне деревьев, по муравейнику).

Содержание учебной дисциплины «Радиационная, химическая и биологическая защита».

Тема 7.1. «Средства индивидуальной защиты. Устройство противогаза. Правила надевания и снятия противогаза. Изучение и надевание ОЗК. Преодоление зараженной местности».

Теоретические занятия: Устройство противогаза, правила надевания и снятия противогаза, ОЗК.

Практические занятия: Отработка норматива №1 (команда газы) №2 (команда шлем маска порвана) №3 (команда плащ в рукава, чулки, перчатки - НАДЕТЬ, газы) №4 (защитную одежду - НАДЕТЬ, газы).

Тема 7.2. «Боевые отравляющие вещества. Виды и характеристики БОВ. Условные сигналы и выполнение команд при заражении».

Теоретические занятия: Виды (нестойкие, стойкие, ядовито-дымные, смертельные, временно выводящий личный состав из строя, раздражающие, учебные). Характеристики (нервно-паралитические, общеядовитые, удушающие, кожно-нарывные) БОВ. Основные команды (газы, вспышка).

Содержание учебной дисциплины «Общая физическая подготовка».

Тема 8.1. «Комплексы функционального многоборья» Комплексы упражнений в функциональном многоборье формируются из следующих групп упражнений: упражнения со свободными весами, упражнения с собственным весом, циклические упражнения.

Пример комплекса по «ФМ».

Закончить как можно больше раз (ЗКМБР) за 10 минут: 10 Запрыгивание на тумбу, 10 отжимай, 10 махи гирей до подбородка, 50 скакалка или двойных прыжков на скакалке.

Масса снаряда распределяется по весовой и возрастной категории.

Тема 8.2. «Кардиотренировка».

Практические занятия: Отработка техники бега, на короткие, средние дистанции.

Тема 8.3. «Гимнастика».

Практические занятия: Отработка акробатических упражнений, сгибаний на пресс, выходов силой. Стойка и ходьба на руках, дыхательная гимнастика, Упражнения на растяжку

Тема 8.4. «Лыжная подготовка. Техника бега на лыжах. Навыки езды на охотничьих лыжах».

Практические занятия: Отработка выполнения техники бега «коньковым ходом» и «классическим ходом» на лыжах, отработка подъема и спуска на лыжах. Отработка навыков езды на охотничьих лыжах.

Содержание учебной дисциплины «Тактическая подготовка».

Тема 9.1. «Передвижение».

Теоретические занятия: Обязанности солдата в бою.

Практические занятия: Тактика ведения боя в составе группы, одиночные перемещения на поле боя, перебежки, переползание, скрытное передвижение.

Тема 9.2. «Боевое слаживание».

Теоретическое занятия: Понятие «слаживание», расстановка личного состава.

Практическое занятия: Передвижение на поле боя в составе взвода, боевое охранение группы.

Тема 9.3. «Действия группы в наступлении».

Теоретические занятия: Понятия терминов, удар, маневр, обход, обхват

Практические занятия: Отработка практических действий в составе группы в наступлении.

Тема 9.4. «Действия группы в обороне».

Теоретические занятия: Понятия терминов, отход, сосредоточения огня.

Практические занятия: Отработка практических действий в составе группы в обороне.

Тема 9.5. «Маскировка».

Теоретические занятия: Виды маскировки. Снаряжения для маскировки.

Практические занятия: Одиночная маскировка, маскировка в составе группы. Оборудование одиночной стрелковой ячейки.

Тема 9.6. «Преодоление препятствий».

Теоретические занятия: Виды препятствий и преград.

Практические препятствия: Одиночное преодоления различных препятствий, преград и в составе группы.

Содержание учебной дисциплины «Туризм и выживание»

Дисциплина «Туризм и выживание» направлена на раскрытие индивидуальных психологических особенностей обучающихся, овладение туристическими навыками, позволяющими жить и ориентироваться в природе, самостоятельно подготовить и провести поход, научиться выживать при вынужденной автономии.

Тема 10.1 «Вводное занятие. Правила безопасности в походе. Источники опасности. Дисциплина»

Теоретическое занятие: Введение. Основные понятия: Туризм.

Виды туризма: пешеходный, лыжный, горный, водный, велосипедный.

Характеристики каждого вида. Техника безопасности при занятиях туризмом.

Одежда и обувь для летних походов.

Тема 10.2 «Основы выживания. Алгоритм действий при вынужденном автономном существовании»

Теоретическое занятие: понятие «выживание», «автономное существование», алгоритм действий при вынужденном автономном существовании.

Практическое занятие: отработка действий при вынужденном автономном существовании.

Тема 10.3 «Костры. Правила безопасности. Виды. Способы разведения.»

Теоретическое занятие: растопка. Место для костра. Виды костров, техника безопасности при разведении костров. Способы разведения.

Практическое занятие: сбор и заготовка дров и растопки, выбор и подготовка места для костра, устройство костра, разведение различными способами.

Тема 10.4 «Способы добычи воды и пищи при вынужденном автономном существовании»

Теоретическое занятие: источники воды, способы фильтрации и обеззараживания воды. Добыча пищи: сбор ягод, охота, рыбалка, съедобные растения.

Практическое занятие: добыча, фильтрация и обеззараживание воды.

Тема 10.5 «Временные укрытия. Устройство временных укрытий»

Теоретическое занятие: виды укрытий. Место для укрытия. Устройство различных укрытий.

Практическое занятие: выбор места для укрытия, сооружение временного укрытия.

Тема 10.6 «Работа с компасом»

Теоретическое занятие: Компас. Устройство компаса. Назначение компаса. Правила обращения с компасом. Азимутальное кольцо («Роза направлений»). Ориентир, что может служить ориентиром. Визирование и визирный луч. Действия с компасом: определение сторон горизонта. Определение азимута, его отличие от простого угла (чертеж). Азимут истинный и магнитный.

Практическое занятие: Движение по азимуту, прохождение азимутальных отрезков.

Тема 10.7 «Ориентирование в условиях автономного существования без спец. средств»

Теоретическое занятие: Ориентирование по местным предметам. Действия в случае потери ориентировки. Определение азимута по небесным светилам.

Практическое занятие: Упражнения по определению сторон горизонта по местным предметам, по Солнцу, Полярной звезде.

Тема 10.8 «Сигналы бедствия и сигнальные средства»

Теоретическое занятие: Сигнальные костры. Способы оборудования сигнальных костров. Дымовые сигналы. Сигнальное зеркало. Международная кодовая таблица. Информационные сигналы.

Практическое занятие: имитация подачи сигнала бедствия.

Тема 10.9 «Способы преодоления препятствий»

Теоретическое занятие: естественные препятствия и основные способы их преодоления.

Практическое занятие: Отработка техники преодоления естественных препятствий: склонов, подъемов.

Тема 10.10 «Прокладка маршрута. Работа с картой»

Теоретическое занятие: Топография и ориентирование. Понятие о топографической карте. Масштаб. Виды масштабов. Географические координаты. Условные знаки. Понятие о местных предметах и топографических знаках. Способы измерения расстояний на местности и на карте. Маршрут. Способы прокладки маршрута.

Практическое занятие: Движение по маршруту. Ориентирование по карте. Прокладка маршрута.

Воспитательная работа

Воспитательная работа программы «Ратное дело» на 2023 - 2024 учебный год предусматривает реализацию комплекса воспитательных мероприятий по 5 основным направлениям:

1 направление: «Военно-историческое». В данное направление входят занятия по изучению истории Центра, истории специализированных групп добровольной подготовки к военной службе, боевого пути 38 Тобольского пехотного полка, истории Сибирских дивизий в годы Великой Отечественной войны.

2 направление: «Герои среди нас». В рамках данного направления с обучающимися проводится работа, направленная на изучение современных Вооруженных сил, героических подвигов совершенных нашими современниками, встречи с участниками СВО, военнослужащими специальных подразделений.

3 направление: «Культурно-досуговая деятельность» - пропаганда здорового образа жизни, патриотические и духовно-нравственные мероприятия, экскурсии, викторины, конкурсы, концерты.

4 направление: «Работа с родителями». Предусматривает комплекс мероприятий с участием родителей - вечер знакомств, семейные спортивные праздники, занятия для родителей.

5 направление: «Профориентационная работа».

Профессиональная ориентация, направленная на активизацию процессов самоопределение и построение профессиональной карьеры.

Предлагаемые направления по организации взаимодействия с детьми и подростками нацелены на решение поставленных задач и повышение степени сплоченности, коллективизма, взаимовыручки, ответственности и принятия самостоятельного решения, что соответствует современным требованиям и современным социальным приоритетам.

2 Раздел. Комплекс организационно-педагогических условий

Календарный учебный график

Год обучения	Сроки реализации	Кол-во ч/нед	Кол-во занятий в неделю, продолжительность одного занятия (мин)
	Кол-во учебных недель в год	Объединение «Ратное дело»	
1 год обучения	36 недель (с 01.09 по 31.05.)	6	3 занятия в неделю по расписанию по 90 минут с перерывом на отдых

Условия реализации программы

Для реализации программы «Ратное дело» необходимо выполнение следующих условий:

Материально-техническое обеспечение и оборудование по дисциплинам:

Самбо «Общая физическая подготовка»: спортивный зал с оснащением: гимнастические маты, подкидной мостик, атлетические тренажеры, боксерские мешки, груши, лапы, защитное снаряжение для рукопашного боя, гири, гантели, скакалки, борцовский ковер – татами; спортивная площадка оборудованная (гимнастические брусья, канат, турник, кольца, скамья для отжимания и прессы), беговая дорожка с разметкой на 60, 30 и 100 м.; учебные видеофильмы.

«РХБЗ», «Оказание первой помощи», «Военная топография»: наглядные пособия, учебные фильмы, противогазы, ОЗК, аптечка первой помощи, комплект имитаторов ран, учебный класс, со всеми методическими рекомендациями по каждой дисциплине, компасы, навигаторы, топографические и учебные карты, дальномеры, планшеты и офицерские линейки.

«Огневая подготовка»: винтовки Хатсан, МР-512, макеты АК-47М, АК-12, ПЯ, РПК, СВД, ПМ, охолощенное оружие, мишени, стрелковый тренажер “ SCATT”, наглядные пособия, стрелковый тир для стрельбы по мишеням с дистанции 10-20 м, учебный полигон для выполнения УНС с применением СХП.

«Строевая подготовка», «Основы военной службы»: строевой плац, с разметкой для занятий по одиночной строевой подготовки и с разметкой по занятиям с караульной сменой, компьютерный класс с видео уроками по военной истории, методические пособия, уставы: строевой, внутренней службы,

гарнизонной и караульной службы.

«Тактическая подготовка», «Полевая выучка»: тактическая полоса препятствий с элементами веревочной переправы, брусьями, разрушенным мостом, плащ-палатки, маскировочные сети, маскировочные халаты, котлы для приготовления пищи, спальные мешки, саперные лопатки, туристические, тактические рюкзаки, котелки, кружки, фляжки, колонна бронетехники, учебный макет вертолёта МИ-8.

«Высотная подготовка»: веревки, карабины, жумары, страховочные системы, защитные шлема, учебные видеофильмы, скалодром, веревочная полоса.

«Воздушно-десантная подготовка»: макет самолета АН-2, стапеля подвесной системы, парашютный трамплин, высотный тренажер «Парашютная вышка», столы для укладки парашютов, укладочные принадлежности, парашютная система тренировочная, макеты парашютов Д-10, Д-6 серии 4, наглядные пособия.

Информационное обеспечение:

1. Методические пособия для проведения занятий.
2. Родительский чат в мессенджере «Вконтакте»
3. Сообщество в социальной сети «Вконтакте» ГАУ ДО ТО «РЦДППВ Аванпост» <https://vk.com/avanpost72>.
4. Образовательный портал ГАУ ДО ТО «Региональный центр допризывной подготовки и патриотического воспитания «Аванпост» <http://edu.avanpost-72.ru/>

Кадровое обеспечение:

- Педагог дополнительного образования ГАУ ДО ТО «РЦДППВ «Аванпост», имеющий образование не ниже среднего-специального или среднего-профессионального, прошедший службу в вооруженных силах

Российской Федерации, владеющий навыками начальной военной подготовки; прошедший предпрофессиональную подготовку на педагога дополнительного образования.

- Представители ГУ МЧС, УФСИН, УМВД, ГИБДД УМВД, ТВВИКУ, подразделение СОБР управления Росгвардии (для профессиональной ориентации).

Формы контроля

Для отслеживания уровня усвоения содержания программы и своевременного внесения коррекции, целесообразно использовать следующие формы контроля: текущий, тематический, итоговый.

1. Текущий контроль – оперативная и динамичная проверка результатов обучения, сопутствующая процессу выработки и закрепления умений и навыков обучающихся (проверка знаний). Текущий контроль за реализацией программы предусмотрен в конце каждой дисциплины. Контрольное занятие может быть проведено в форме беседы, тестирования, зачетного занятия, полевого выхода и др., учитывая содержание дисциплины.

2. Тематический контроль – проверка решения заранее определенных задач или программного материала (контрольные занятия, сдача нормативов).

3. Итоговый контроль – оценка результатов обучения за полугодие, год (зачет). В конце полугодия, учебного года обучающиеся сдают зачет по теоретической части, а также нормативы по физической подготовке. Результаты сдачи нормативов, результаты участия обучающихся в соревнованиях по тематике общеобразовательной программы заносятся в протоколы.

На начальных этапах обучения (сентябрь) обучающиеся сдают входные нормативы по физической подготовке.

Итоговый контроль осуществляется в 2 этапа:

1. Устный зачет по содержанию программы;
2. Практический этап (сдача контрольных нормативов).

Оценочные материалы

Проверка знаний, умений и навыков обучающихся осуществляется: в процессе обучения, в конце обучения (по теме, разделу) и на итоговых зачетах.

В ходе проверки оцениваются:

- техника выполнения двигательных действий;
- знания;
- методические умения обучающихся.

Задания, позволяющие определить достижение обучающимися планируемых результатов:

№ п/п	Наименование дисциплины	Форма проведения итогового контроля для 1 года обучения	Форма проведения итогового контроля для 2 года обучения
1.	Огневая подготовка	-	Эстафета(Разборка/сборка АК-74м, снаряжение магазина патронами, стрельба из ПВ)
2.	Строевая подготовка	Строевой смотр	-
3.	Самбо	-	Зачет (отработка приемов по самбо)
4.	Оказание первой помощи	Тест	-

5.	Военная топография	Устный тест	Зачет(работа с компасом, картой, движение по азимуту)
6.	Общая физическая подготовка	Срезы по физической подготовке	Контрольные срезы по физической подготовке
7.	Тактическая подготовка	-	Зачет (выполнение норматива: переползание, перебежки, переползание)

Методические материалы.

1. Огневая подготовка <http://nastavleniya.ru/AK74/ak74.html>
2. Строевой устав ВС РФ
<https://docs.cntd.ru/document/420346872?marker=6540IN>
3. Общая физическая подготовка
http://vii.sfu-kras.ru/images/libs/nast_VCRF.pdf
<https://legalacts.ru/doc/pravila-vida-sporta-funktsionalnoe-mnogobore-utv-prikazom-minsporta-rossii/>
<https://nogibogi.com/uprazhneniya-dlya-uluchsheniya-texniki-bega/>
<https://goodlooker.ru/lushie-kardio-uprazhnenia.html>
<https://goodlooker.ru/100-uprazhnenij-na-rastjazhku.html>
<https://goodlooker.ru/razminka-dlja-trenirovki-na-ruki-plechi.html>
4. Самооборона http://vii.sfu-kras.ru/images/libs/nast_VCRF.pdf
5. Военная топография
http://www.fa.ru/org/chair/voen/Documents/EduMaterials/VoenTopogr_Posobie.pdf
6. Оказание первой помощи
<https://www.mchs.gov.ru/deyatelnost/bezopasnost-grazhdan>

Список используемой литературы

Для педагога

1. Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ (ред. от 25.12.2018) «Об образовании в Российской Федерации»
2. Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 N 996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»
3. Федеральный закон от 29.12.2010 N 436-ФЗ (ред. от 18.12.2018) «О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию»
4. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ 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» (Зарегистрировано в Министерстве юстиции Российской Федерации 18 декабря 2020 года, регистрационный N 61573)
5. Письмо Минобрнауки РФ от 11.12.2006 N06-1844 «О Примерных требованиях к программам дополнительного образования детей»
6. Приказ Минобрнауки России от 23.08.2017 N 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»
7. Письмо Министерства просвещения РФ от 19.03.2020г. № ГД-39/04 «О направлении методических рекомендаций»
8. Военная топография. Учебное пособие по «основам военной службы». Под общ. ред. Егорова В.П. М., 2001г.

9. Строевая подготовка. Учебное пособие по «основам военной службы». Под общ. ред. Егорова В.П. М., 2001г.
10. Строевой устав Вооруженных Сил РФ. – М.: 2000г.
11. Истомин а.Ф. Самооборона: право и необходимые пределы. М., 2005г.

Для обучающихся и родителей

1. Огневая подготовка <http://nastavleniya.ru/AK74/ak74.html>
2. Строевой устав ВС РФ <https://docs.cntd.ru/document/901809986>
3. Общая физическая подготовка
http://vii.sfu-kras.ru/images/libs/nast_VCRF.pdf
<https://legalacts.ru/doc/pravila-vida-sporta-funktsionalnoe-mnogobore-utv-prikazom-minsporta-rossii/>
<https://nogibogi.com/uprazhneniya-dlya-uluchsheniya-texniki-bega/>
<https://goodlooker.ru/lushie-kardio-uprazhnenia.html>
<https://goodlooker.ru/100-uprazhnenij-na-rastjazhku.html>
<https://goodlooker.ru/razminka-dlja-trenirovki-na-ruki-plechi.html>
4. Самбо http://vii.sfu-kras.ru/images/libs/nast_VCRF.pdf
5. Военная топография
http://www.fa.ru/org/chair/voen/Documents/EduMaterials/VoenTopogr_Posobie.pdf
6. Оказание первой помощи
<https://www.mchs.gov.ru/deyatelnost/bezopasnost-grazhdan>