Управление образования администрации Нанайского муниципального района Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования «Центр внешкольной работы с. Троицкое»

Рассмотрена педагогическим советом протокол от 28.08.2025г. №5



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно - спортивной направленности «Медведь»

Возраст обучающихся 7- 16 лет Уровень освоения: многоуровневый Срок реализации - 3 год

> Автор-составитель: Д.Д.Кришкевич педагог дополнительного образования

с. Троицкое 2025 г. Управление образования администрации Нанайского муниципального района Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования «Центр внешкольной работы с. Троицкое»

Рассмотрена педагогическим советом протокол от 28.08.2025г. №5

Утверждаю Директор МАУДО ЦВР _____О.В.Аполинарьева приказ от 29.08. 2025г. № 51-од

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно - спортивной направленности «Медведь»

Возраст обучающихся 7- 16 лет Уровень освоения: многоуровневый Срок реализации - 3 год

Автор-составитель: Д.Д.Кришкевич педагог дополнительного образования

І. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК

1.1 Пояснительная записка

Настоящая дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Медведь» разработана с учетом:

- Федерального Закона Российской Федерации от 29.12.2012г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации (в редакции Федерального закона от 31.07.2020г. №304 ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся);
- Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная Распоряжением Правительства РФ от 31 марта 2022 №678 р.
- Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020г. № 28 « Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи".
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей».
- Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам в муниципальных образовательных учреждениях Нанайского муниципального района Хабаровского края, утвержденном Постановлением администрации Нанайского муниципального района Хабаровского края от 17.05.2021 г. № 428;
- Положения о дополнительной общеобразовательной программе, реализуемой в Хабаровском крае, утвержденное приказом КГАОУ ДО РМЦ от 27.05.2025 № 220-П;
- Федеральный закон Российской Федерации от 4.12. 2007 N 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»; (к программам по спорту)
- Устав муниципального автономного учреждения дополнительного образования «Центр внешкольной работы с. Троицкое».

Военно-патриотическое воспитание — многоплановая, систематическая, целенаправленная и скоординированная деятельность государственных органов, общественных объединений и организаций по формированию у молодежи высокого патриотического сознания, возвышенного чувства верности к своему Отечеству,

готовности к выполнению гражданского долга, важнейших конституционных обязанностей по защите интересов Родины.

Проблема патриотического воспитания подрастающего поколения всегда стояла в центре внимания педагогической науки, всего общества, так как любовь к Родине, стремление к её процветанию является основой могущества государства.

В последнее время в России происходят коренные изменения. С одной стороны, улучшается социально-политическое, экономическое положение страны; возрождается вера в силу российской армии и флота, русского оружия и русского солдата. С другой стороны, в сознании людей всё ещё широко распространено равнодушие, эгоизм, агрессия, остаётся заниженным воспитательное воздействие российской истории, культуры, искусства и образования как основных факторов формирования патриотизма.

Актуальность данной программы обусловлена тем, что деятельность направлена на воспитание и развитие у подрастающего поколения лучших человеческих качеств, формирование мировоззрения, социально-нравственных ценностей, норм поведения.

Программа является многоуровневой.

По своей направленности является физкультурно-спортивной.

Педагогическая целесообразность программы заключена в том, что пройдя курс обучения, у выпускников будут сформированы общественно значимые ориентации, желание к несению военной службы, работы в силовых структурах государства, спасательных организациях.

Содержание данной программы позволяет воспитывать у детей уважение и любовь к Родине, её героическому прошлому, к традициям Вооружённых Сил, способствует формированию знаний, умений и навыков, компетенций, необходимых для подготовки будущих защитников Отечества, сохранению и укреплению здоровья, развитию социальной активности обучающихся, решению проблемы расширения образовательного пространства.

Работа подобного военно-патриотического объединения должна стать действенным звеном в государственном механизме, целостной системе военно-патриотического воспитания молодежи.

Готовность к беззаветному служению Отечеству предполагает знания и практические умения в широком спектре направлений деятельности, а именно:

- общефизическая подготовка (развитие выносливости и физической силы через освоения силовых, легкоатлетических, гимнастических и других упражнений для прохождения марш-бросков, полосы препятствий и т.д.);
 - рукопашный бой;
 - основы военной топографии;
 - огневая подготовка;

- уставы Вооружённых Сил РФ;
- основы медицинской подготовки;
- основы выживания в экстремальных ситуациях, жизнедеятельности в природных условиях;
 - основы гражданской обороны;
 - военная история Отечества;
 - основы тактической подготовки.

Обучение в объединении связано с обращением и использованием учебного и спортивного оружия, боеприпасов, средств имитации, снаряжения, а также использованием приемов самозащиты с оружием и без него. Всё это придает особую значимость вопросам соблюдения правил техники безопасности при проведении занятий. Занятия с использованием учебно-материальной базы обычно проводятся в специально оборудованных местах (спортзале, тире, и т.д.).

Обучение в объединении проводится в условиях, приближенных к армейским реалиям. Погружение в армейскую среду осуществляется через:

- организацию практико-ориентированного образовательного процесса;
- использование нетрадиционных форм занятий (тактико-специальных, спарринг-занятий (бои, схватки), военно-спортивные игры, контрольные стрельбы).

Использование данных форм учебного занятия стимулирует обучающихся на освоение учебного материала, играет важную роль в воспитательном процессе.

Наиболее интересными для подростков являются тактико-специальные учения, походы, марш-броски.

Новизна представленной программы от уже существующих в этой области физкультурно-спортивных программ выражена в том, что в неё включены разделы, способствующие нравственно-патриотическому воспитанию.

Чувство патриотизма нельзя привить в принудительном порядке. Мастерство педагога дополнительного образования заключается в тонком искусстве психологического воздействия на воспитанников с целью внушить идеи верности Отечеству, гуманизма, благородства, гражданской чести, гордости за могущество Вооружённых сил России. Решению этой задачи способствует изучение раздела «Военная история» в программном блоке «Военная подготовка», который знакомит обучающихся со славными страницами истории Вооружённых Сил России от Древней Руси до наших дней, с особенностями военного искусства разных эпох.

Важной составной частью нравственно-патриотического воспитания в объединении «Медведь» является приверженность к традициям объединения, которые служат фактором усиливающего воздействия коллектива на подростка. Воспитание и обучение учащихся основано на педагогическом опыте работы по данному направлению в период с 2000 по 2025 гг. на базе Иннокентьевской школы им. Т. Ивина Нанайского муниципального района. Воспитанники имеют

возможность знакомиться с богатой историей патриотического Объединения «Медведь». Занятия в объединении посещают ученики, чьи родители в своё время были активными её участниками.

Серьёзным стимулом для подростков являются и мероприятия, посвящённые празднованию дня Защитника Отечества, Дня Победы, других памятных дат, так как к участию в них допускаются самые достойные, заслужившие почётное право предоставлять своё объединение. Воспитанники выступают с показательной программой перед ветеранами, учащимися образовательных учреждений, несут Вахту Памяти у обелиска, участвуют в военно-патриотических мероприятиях районного и краевого уровней.

Ощущение причастности к жизни объединения у воспитанников усиливается через создание видео фонда и фото архива. Цель назначения архива двояка: его можно использовать в качестве дидактического материала на занятиях и как портфолио объединения, отражающего его традиции, деятельность и успехи.

Четкая организация всего учебного процесса, авторитет педагога, обязательное проведение всех запланированных мероприятий, поддержка существующих традиций делает образование в объединении полезным и привлекательным для подростков.

Особое значение уделяется индивидуальной работе с каждым воспитанником. Кропотливая индивидуальная работа в объединении направлена на поиск таких методов воспитания, которые были бы адекватны индивидуальным особенностям каждого обучающегося. Широкий спектр вопросов, решаемых в процессе занятий, позволяет каждому участнику образовательного процесса найти свою нишу, занятие по интересу, наклонностям. Индивидуальный подход к ученикам, позволяет выявить такие наклонности и способности.

Программа ориентирована на учащихся в возрасте от 7 до 16 лет включительно.

По *времени организации* программа рассчитана на 3 года. При проведении полевых выходов, учений, стрельб, а также других занятий, связанных с выходом в поле, участием в военно-тактических играх и соревнованиях продолжительность учебного дня не регламентируется.

Форма проведения занятий – групповая и индивидуальная. Состав группы – не менее 12 человек. Индивидуальный подход позволяет формировать не только разновозрастную группу, но и допускает участие в работе объединения девочек.

Режим занятий: 3 раза в неделю по 2 часа, 216 ч. в год (всего 648 ч)

Программа опирается на базовые знания учащихся по учебным предметам: физическая культура, биология, география, ОБЖ, физика.

Для занятий необходим допуск врача к физическим нагрузкам и письменное заявление (согласие) родителей.

1.2.Цель и задачи программы

Цель - патриотическое воспитание детей и подростков.

Задачи:

Личностные:

- сформировать уважительное отношение к мнению окружающих;
- сформировать мотивацию к учебной, военно-спортивной и другим видам деятельности, к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;
 - формирование самостоятельности и ответственности за свои поступки;
 - формирование доброжелательности и чувства сопереживания;
- формирование навыка сотрудничества с взрослыми и сверстниками в различных социальных ситуациях, выработке адекватной самооценки;
- воспитание чувства любви и уважения к государственным и военным символам, воинским ритуалам, культурному и историческому прошлому России;
- воспитание морально-волевых качеств, сознательной дисциплины и культуры поведения, ответственности за порученное дело;
 - формирование стремления к взаимоуважению и взаимопониманию;
 - воспитание потребности в здоровом образе жизни и активном отдыхе.

Предметные задачи:

- изучение военной истории Вооружённых Сил нашего Отечества, боевых традиций, ритуалов и символов;
- приобретение необходимых знаний по основам военного дела, военных профессиях;
- приобретение необходимых знаний по основам автономного существования в природных условиях, в условиях ЧС.

Метапредметные:

- физическое и психологическое развитие подростка, совершенствование функциональных возможностей организма;
 - развитие памяти, мышления, совершенствование рефлексов;
- формирование потребности к самообразованию, самоопределению, самореализации.

1.3 Содержание программы объединения «Медведь»

1.3.1 Учебный тематический план (1 год, стартовый уровень)

№ п/п	Наименование разделов	Кол ичест во	Те ори я	Пр акти ка	Формы аттестац ии
		часо	л	Ka	ии (контрол
		В			я)
					анкети-ро
1	Введение. Техника безопасности на занятиях.	2	2	-	вание, тест
2	Физическая подготовка	112	26	86	тест, зачёт
2.1	Гимнастика	22	4	18	
2.2	Рукопашный бой. САМБО.	8	2	6	
2.3	Национальные виды борьбы.	18	4	14	
2.4	Преодоление препятствий, эстафеты.	16	4	12	
2.5	Ускоренное передвижение	6	2	4	
2.6	Комплексные занятия	6	2	4	
2.7	Игровые упражнения. Игры.	36	8	28	
3	Тактическая подготовка	44	12	32	зачёт,
					тест
3.1	Психологическая подготовка бойца	2	1	1	
3.2	Физическая подготовка бойца спецподразделения	12	2	10	
3.3	Методы и способы ведения разведки, способы	2	1	1	
	маскировки				
3.4	Основы выживания в природных условиях, в	28	8	20	
	условиях чрезвычайной ситуации				
4	Строевая подготовка	8	1	7	зачёт
4.1	Строевые приемы и движение без оружия	6	1	5	
4.2	Строевая речёвка, строевая песня	2	-	2	
5	История ВС РФ. Вооружённые силы РФ. Уставы	4	4	-	
- 1	ВС РФ, боевые традиции и ритуалы.				
5.1	История ВС РФ. Дни воинской славы.	3	3	-	
5.2	Общевоинские уставы вооружённых сил РФ.	1	1	-	
6	Огневая подготовка и оружейное дело	20	6	14	зачёт
6.1	История создания огнестрельного оружия. Ведущие конструктора.	5	5	-	
6.2	Стрельба из пневматической винтовки. Ведение огня	15	1	14	
	с места по неподвижным целям, метание гранат				
7	Военно-медицинская подготовка	6	1	5	зачёт
7.1	Оказание первой помощи	5	1	4	
7.2	Розыск, вынос и вывоз раненых с поля боя.	1	-	1	
8	Основы гражданской обороны	4	1	3	зачёт
9	Военно-тактические учения	8	2	6	зачёт
10	Итоговое занятие	8	_	8	зачёт

Итого: 216 55 161

Содержание учебно-тематического плана (216 ч) (1 год)

I. Введение. Техника безопасности на занятиях (2 ч).

- Введение в программу. Техника безопасности на занятиях.

II. ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА (112 ч)

Тема 2.1. Гимнастика(22 ч)

Теория (4 ч):

- Значение физических упражнений. Контроль физических кондиций и состояния организма.
- Гимнастика и её виды (общеразвивающая, лечебная, ритмическая, атлетическая спортивная).

Практика (18 ч.):

Основная гимнастика (4 ч):

- Бег, прыжки, метание и др.
- Упражнения «с сопротивлением» на гибкость, растягивание, расслабление и др.
- Упражнения на развитие координации и равновесия.
- Лазание по шведской стенке.

Спортивная гимнастика (4 ч):

- Упражнение «лодочка», «качели», присед углом, кувырок вперёд, кувырок назад и др. (2 ч).
- Разучивание, закрепление и тренировка в выполнении гимнастических упражнений с предметами (мячи, гимнастические палки и пр. (2 ч).

Атлетическая гимнастика (10 ч):

- Упражнения без отягощений и предметов (2ч.).
- Упражнения с гимнастическими предметами определенной тяжести и эластичности: набивными мячами, эспандерами (2ч.).
 - Упражнения со стандартными отягощениями: гантелями (1ч.).
 - Упражнения силового характера, выполняемые в парах и тройках (2ч.).
- Тренировка в выполнении атлетических упражнений: на перекладине подтягивание (2ч.).
 - Подвижные игры и эстафеты (2 ч.).

Тема 2.2 Рукопашный бой. САМБО (8 ч)

Теория (2 ч):

- История боевого искусства САМБО. Значение САМБО в современных условиях.

- Страховка и самостраховка при выполнении упражнений.

Практика (6 ч):

- Разучивание приёмов страховки и самостраховки (2 ч).
- Боевая стойка. Передвижения в боевой стойке. Приемы нападения и защиты (4 ч).

Тема 2.3 Национальные виды борьбы. Корэш. Вачан. (18 ч):

Теория (4 ч):

Национальные виды борьбы. Корэш. Вачан. Техника безопасности. Правила борьбы.

Практика (14 ч):

- Специальные физические упражнения (4 ч).
- Боевая стойка. Броски, подкаты, подсечки. Спарринг занятия (10 ч).

Тема 2.4 Преодоление препятствий, эстафеты (16 ч)

Теория (4 ч):

- Виды препятствий и техника их преодоления. Виды эстафет (поочередные и совместные, простые и комбинированные, линейные, круговые и встречные).

Практика (12 ч):

- Легкоатлетическая эстафета (2 ч).
- Гимнастическая эстафета (2 ч).
- Эстафетный бег (2 ч).
- Спортивные эстафеты (мяч в кольцо, бег с мячами, эстафета с обручами, встречная эстафета с обручем и скакалкой, носильщики, гонка мячей, три прыжка и др.) (2ч.).
 - Игровые эстафеты (2 ч).

Метание ядра, тяжестей, спортивного копья с места и в движении (2 ч).

Тема 2.5 Ускоренное передвижение (6 ч)

Теория (2 ч):

- Техника бега на короткие, средние и длинные дистанции, при челночном беге и беге с препятствиями.

Практика (4 ч):

- Бег с ускорением (1 ч).
- Бег на короткие, средние и длинные дистанции (1 ч).
- Челночный бег (1 ч).
- Бег с препятствиями (1 ч).

Тема 2.6 Комплексные занятия (6 ч)

Теория (2 ч):

- Значение комплексных занятий для подготовки бойца.

Практика (4 ч):

- Общая физическая подготовка: выполнение силовых упражнений на гимнастических снарядах – подтягивание, поднимание ног к перекладине (1ч.).

- лазанье, передвижению по гимнастической стенке (1ч.).
- Тренировка в беге на 1 км (1ч.).
- Метание мяча, гранат на дальность, точность (1ч.).

Тема 2.7 Игровые упражнения, способствующие развитию быстроты, ловкости, гибкости (36 ч)

Теория (8 ч):

- Значение развития быстроты, ловкости и гибкости (1 ч).
- Правила игр (футбол, волейбол, баскетбол, ручной мяч, настольный теннис). Техника безопасности (7 ч).

Практика (28 ч):

- Изучение и проведение спортивных игр:
- футбол (6 ч);
- волейбол (6 ч);
- баскетбол (6 ч);
- ручной мяч ((6 ч);
- настольный теннис (4 ч).

III. ТАКТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА (44 ч).

Тема № 3.1 Психологическая подготовка бойца спецподразделения (2 ч)

Теория (1 ч): Основы психологической подготовки. Способы психологической подготовки. Мотивация. Страх и его преодоление.

Практика (1 ч): Психологическая подготовка.

Тема № 3.2 Физическая подготовка бойца спецподразделения (12 ч)

Теория (2 ч): Значение специальной физической подготовки.

Техника безопасности при выполнении упражнений и выполнении заданий по физической подготовке бойца спецподразделений.

Практика (10 ч):

- Разминка по системе подготовки спецназа (2 ч).
- Физические упражнения для развития специальных качеств бойца (2 ч).
- Передвижение по-пластунски, перетаскивание раненых (тяжестей) (2 ч).
- Преодоление штурмовой полосы (2 ч).
- Выполнение норм ГТО (2 ч).

Тема № 3.3 Методы и способы ведения разведки, способы маскировки (2 ч) Теория (1 ч):

- Разведка. Маскировка и её значение. Способы маскировки. Использование для маскировки свойств местности, растительности, искусственных масок и табельных средств.

Практика (1 ч):

- Маскировка на местности. Изготовление маскировочного костюма из подручных средств.

Тема № 3.4 Основы выживания в природных условиях, в условиях чрезвычайной ситуации (28 ч)

Теория (8 ч):

- Чрезвычайные ситуации и их виды. Ориентирование на местности (2 ч).
- Ориентирование на местности в дневных и ночных условиях, в ненастную погоду, в условиях сильной задымлённости и тумана (2 ч).
 - Питание в экстремальных и чрезвычайных условиях (2 ч).
- Добывание огня, разведение костров в экстремальных и чрезвычайных условиях (1 ч).
 - Одежда, индивидуальное снаряжение. Групповое снаряжение (1ч).

Практика (20 ч):

- Ориентирование на местности (4ч).
- Ориентирования на местности в ненастную погоду, в условиях тумана (4 ч).
- Движение по азимуту, GPS навигатору, без ориентиров и карты (4 ч).
- Основы добычи животных и поиска растений для употребления в пищу в экстремальных условиях, в условиях ЧС (2 ч).
 - Приготовление пищи в условиях ЧС (6 ч).

IV. СТРОЕВАЯ ПОДГОТОВКА (8 ч)

Тема № 4.1 Строевые приемы и движение без оружия (6 ч)

Теория (1 ч): Правила выполнения строевых приёмов.

Практика (5 ч):

- Выполнение команд: «Становись», «Смирно», «Вольно», «Заправится», «Отставить», «Головные уборы снять (надеть)». Строевая стойка.
 - Повороты на месте. Строевой и походный шаг.

Тема № 4.2 Строевая речёвка, строевая песня (2 ч).

Практика (2 ч) Строевая речёвка и строевая песня объединения. Движение строевой колонной с песней, движение группы с речёвкой объединения.

V. ИСТОРИЯ ВС РФ. ВООРУЖЁННЫЕ СИЛЫ РФ (4 ч)

Тема № 5.1 История ВС РФ. Дни воинской славы (3 ч)

Теория (3 ч):

- История вооружённых сил РФ. Память поколений – Дни воинской Славы России (3 ч).

Тема № 5. 2 Общевоинские уставы вооружённых сил РФ (1 ч)

Теория (1 ч):

- Уставы. Устав внутренней службы. Дисциплинарный устав. Устав гарнизонной и караульной служб.

VI. ОГНЕВАЯ ПОДГОТОВКА И ОРУЖЕЙНОЕ ДЕЛО (20 ч)

Тема № 6.1 История создания огнестрельного оружия. Стрелковое оружие России. Ведущие конструктора оружия (5 ч).

Теория (5 ч):

- История создания огнестрельного оружия. Стрелковое оружие России. Конструкторы стрелкового оружия нашего Отечества.

Тема № 6.2 Стрельба из пневматической винтовки. Ведение огня с места по неподвижным целям. Метание гранат (15 ч)

Теория (1 ч): Назначение и боевые свойства пневматической винтовки. Принципы работы механизмов пневматического оружия. Техника безопасности.

Выбор установки прицела, цели и точки прицеливания для стрельбы.

Техника безопасности. Техника метания гранат. Меры безопасности при обращении с оружием и боеприпасами. Порядок осмотра и подготовки гранат к броску. Меры безопасности при обращении с ручными гранатами.

Практика (14 ч):

- Обучение стрельбе по неподвижной цели. Подготовка упора для стрельбы лежа (1
- ч). Виды изготовок для стрельбы из винтовки лежа, сидя, стоя, в перемещении (1 ч).
- Выполнение упражнения учебных стрельб (УУС) из пневматической винтовки (8 ч).
- Разучивание техники метания ручных гранат. Метание гранат на дальность (2 ч).
- Метание гранат на точность (2 ч).

VII. ВОЕННО-МЕДИЦИНСКАЯ ПОДГОТОВКА (6 ч)

Тема 7.1 Оказание первой медицинской помощи (5 ч)

Теория (1 ч):

- Первая помощь при ранениях и кровотечениях и её значение. Понятие о ране. Виды кровотечений. (1ч.).

Практика (4 ч):

- Разучивание техники наложения повязок при различных ранениях: в голову, верхние и нижние конечности (2ч.).
- Совершенствование техники первой помощи при переломах костей, вывихах и ушибах (2ч.).

Тема № 7.2 Розыск раненых на поле боя. Вынос и вывоз раненых с поля боя. (1 ч):

Практика (1 ч):

- Переноска раненых. Разучивание приемов и способов переноски раненных с помощью подручным материалов (1ч.).

VIII. ОСНОВЫ ГРАЖДАНСКОЙ ОБОРОНЫ (4 ч)

Тема № 8.1 Основы защиты населения.

Теория (1 ч):

- Действия населения при угрозе нападения противника. Действия населения по сигналам оповещения гражданской обороны (1ч.).

Практика (3 ч):

- Средства индивидуальной защиты. Использование средств индивидуальной защиты.

IX. ВОЕННО-ТАКТИЧЕСКИЕ УЧЕНИЯ (8 ч)

Тема № 9.1 Военно-тактические учения на местности Теория (2 ч):

- Военизированная полоса препятствий и марш-бросок. Военно-тактическая игра.

Практика (6 ч):

- Преодоление военизированной полосы препятствий без снаряжения (1 ч).
- Разучивание техники преодоления полосы препятствий в одиночку, в составе группы (1 ч).
- Военно-тактическая игра на местности (4 ч).

ІХ. Итоговое занятие (8 ч)

Практика (8 ч):

- Сдача норм ГТО, проведение тестирования и анкетирования.

Подведение итогов обучения, результатов тестирования.

1.3.2. Учебный тематический план (2 год, базовый уровень)

No		Ко	T	Пр	Формы
п/п	Наименование разделов	лич	eo	акти	аттестации
		еств	ри	ка	(контроля)
		0	Я		
		ча			
		сов			
1	Введение. Техника безопасности на	2		-	анкета, тест
	занятиях.		2		
2	Общефизическая подготовка	130	23	107	Наблюдение,
					тест, зачёт
2.1	Гимнастика	20	2	18	
2.2	Рукопашный бой. САМБО.	20	4	16	
2.3	Национальные виды борьбы. Кореш, вачан.	20	4	16	
2.4	Преодоление препятствий, эстафеты.	10	2	8	
2.5	Ускоренное передвижение	6	1	5	
2.6	Комплексные занятия	14	2	12	
2.7	Игровые упражнения	40	8	32	
3	Тактическая подготовка	40	11	29	Наблюдение,
					зачёт, тест

3.1	Психологическая подготовка бойца	2	1	1	
3.2	Физическая подготовка бойца	10	2	8	
3.2	спецподразделения		_		
3.3	Силы специальных операций армии, флота	2	2	-	
	и силовых ведомств				
3.4	Методы и способы ведения разведки,	6	2	4	
	способы маскировки				
3.5	Основы выживания в природных условиях,	20	4	16	
	в условиях чрезвычайной ситуации				
4	Строевая подготовка	16	3	13	Наблюдение,
					зачёт
4.1	Строевые приемы и движение без оружия	6	1	5	
4.2	Знамённые тройки	10	2	8	
5	Вооружённые силы РФ. Уставы ВС РФ.	6	6	-	Беседа, тест
5.1	История ВС РФ. Дни воинской славы.	2	2	-	
5.2	Общевоинские уставы вооружённых сил	2	2	-	
	РΦ.				
5.3	Современное оружие России.	2	2	-	
6	Огневая подготовка и оружейное дело	8	1	7	Беседа, зачёт
6.1	История создания огнестрельного оружия.	1	1	-	
	Ведущие конструктора.				
6.2	Стрельба из пневматической винтовки.	10	1	9	
	Ведение огня с места по неподвижным				
	целям, метание гранат				
	7				
7	Военно-медицинская подготовка	6	1	5	Беседа,
7.1			1	4	наблюдение
7.1	Оказание первой медицинской помощи	5	1	4	
7.2	Розыск, вынос и вывоз раненых с поля боя.	1	-	1	
8	Основы гражданской обороны	2	-	2	беседа
9	Военно-тактические учения	4	-	4	Наблюдение,
					зачёт
10	Итоговое занятие	2	-	2	зачёт
	Итого:	216	47	169	

Содержание учебно-тематического плана (216 ч.) (2 год)

II. ВВЕДЕНИЕ В ПРОГРАММУ. Техника безопасности на занятиях (2ч.).

- Введение в программу. Техника безопасности на занятиях.

II. ОБЩЕФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА (130ч)

Тема 2.1. Гимнастика (20ч)

Теория (2ч):

- Значение контроля физических кондиций и состояния организма. Виды гимнастики (общеразвивающая, лечебная, ритмическая, атлетическая спортивная).

Практика (18ч):

Основная гимнастика (4ч):

- Бег, прыжки, метание и др.
- Упражнения на закрепление координации и равновесия.

Спортивная гимнастика (4ч.):

- Закрепление и тренировка в выполнении статических и динамических упражнений (2 ч).
- Закрепление и тренировка в выполнении гимнастических упражнений с предметами (мячи, гимнастические палки (2 ч).

Атлетическая гимнастика (10ч):

- Упражнения без отягощений и предметов (2ч).
- Упражнения с гимнастическими предметами определенной тяжести и эластичности: набивными мячами, эспандерами (2ч).
 - Упражнения со стандартными отягощениями: гантелями (2ч).
 - Упражнения силового характера, выполняемые в парах и тройках (2ч).
- Тренировка в выполнении атлетических упражнений: на перекладине подтягивание (2ч).

Тема 2.2 Рукопашный бой. САМБО (20ч)

Теория (4ч):

Страховка и самостраховка при выполнении упражнений.

Практика (16ч):

- Закрепление приёмов страховки и самостраховки (2ч).
- Боевая стойка. Передвижения в боевой стойке. Приемы нападения и защиты (8ч).
- Спарринг занятия (6ч).

Тема 2.3 Национальные виды борьбы. Корэш. Вачан (20ч):

Теория (4ч):

Техника безопасности. Правила борьбы.

Практика (16ч):

- Специальные физические упражнения (4ч).
- Боевая стойка. Броски, подкаты, подсечки (4ч.).
- Спарринг занятия (8ч).

Тема 2.4 Преодоление препятствий, эстафеты (10ч)

Теория (2ч):

- Виды препятствий и техника их преодоления. Виды эстафет (поочередные и совместные, простые и комбинированные, линейные, круговые и встречные).

Практика (8ч):

- Эстафетный бег (2ч).

- Спортивные эстафеты (мяч в кольцо, бег с мячами, эстафета с обручами, встречная эстафета с обручем и скакалкой, носильщики, гонка мячей, три прыжка и др.) (2ч).
 - Игровые эстафеты (4ч).

Тема 2.5 Ускоренное передвижение (6ч)

Теория (1ч):

- Техника бега на различные дистанции, при челночном беге и беге с препятствиями.

Практика (5ч):

- Бег на средние и длинные дистанции (2ч).
- Челночный бег (1ч).
- Бег с препятствиями (2ч).

Тема 2.6 Комплексные занятия (14ч)

Теория (2ч):

- Значение комплексных занятий для подготовки бойца. ТБ.

Практика (12ч):

- Выполнение силовых упражнений на гимнастических снарядах подтягивание, поднимание ног к перекладине (6ч.).
 - Тренировка в беге на 1, 2 км (4ч.).
 - Метание мяча, гранат на дальность, точность (2ч.).

Тема 2.7 Игровые упражнения, способствующие развитию быстроты, ловкости, гибкости (40ч)

Теория (8ч):

- Правила игр (футбол, волейбол, баскетбол, ручной мяч). Техника безопасности. Практика (32ч):
- освоение техники и тактики подвижных игр:
 - -футбол (8ч);
 - волейбол (8ч);
 - баскетбол (8ч);
 - ручной мяч (8ч).

ІІІ. ТАКТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА (40 ч)

Тема 3.1 Психологическая подготовка бойца спецподразделения (2ч)

Теория (1ч): Психологическая подготовка и её способы.

Практика (1ч): Психологический тренинг.

Тема 3.2 Физическая подготовка бойца спецподразделения (10ч)

Теория (2ч): Техника безопасности при выполнении упражнений и выполнении заданий по физической подготовке бойца спецподразделений.

Практика (8ч):

- Разминка по системе подготовки спецназа (2ч).

- Передвижение по-пластунски, перетаскивание раненых (тяжестей) (2ч).
- Выполнение норм ГТО (4ч).

Тема 3.3 Силы специальных операций армии, флота и силовых ведомств (2ч) *Теория (2ч):*

- История специальных сил, операции армий мира. История формирования групп специального назначения в СССР, РФ.

Тема 3.4 Методы и способы ведения разведки, способы маскировки (6ч) *Теория (2ч):*

- Разведка. Маскировка и её значение. Способы маскировки. Использование для маскировки свойств местности, растительности, искусственных масок и табельных средств.

Практика (4 ч):

- Маскировка на местности (2ч).
- Изготовление маскировочного костюма из подручных средств (2ч).

Тема 3.5 Основы выживания в природных условиях, в условиях чрезвычайной ситуации (20ч)

Теория (4ч):

- Ориентирование на местности (1ч).
- Ориентирование на местности в дневных и ночных условиях, в ненастную погоду, в условиях сильной задымлённости и тумана (1ч).
 - Питание в экстремальных и чрезвычайных условиях (1ч).
- Добывание огня, разведение костров в экстремальных и чрезвычайных условиях (1ч).

Практика (16ч):

- Ориентирование на местности (4ч).
- Движение по азимуту, GPS навигатору, без ориентиров и карты (4ч).
- Основы добычи животных и поиска растений для употребления в пищу в экстремальных условиях, в условиях ЧС (2ч).
 - Приготовление пищи в условиях ЧС (6ч).

IV. СТРОЕВАЯ ПОДГОТОВКА (16ч)

Тема 4.1 Строевые приемы и движение без оружия (6ч)

Теория (1ч): Строевой устав ВС РФ.

Практика (5ч):

- Выполнение команд: «Становись», «Смирно», «Вольно», «Заправится», «Отставить», «Головные уборы снять (надеть)». Строевая стойка (2ч).
 - Повороты на месте. Строевой и походный шаг (3ч).

Тема 4.2 Знамённые тройки, группа развёртывания флага (10ч)

Теория (2ч):

- Боевое знамя. Знамя патриотического объединения «Медведь». Знамённые тройки. Вахта памяти.

Практика (8ч):

- Выполнение специальных физических упражнений членов знамённых групп (2ч).
- Приёмы и действия с флагом (6ч).

V. ВООРУЖЁННЫЕ СИЛЫ РФ. УСТАВЫ ВС РФ. (6ч)

Тема 5.1 История ВС РФ. Дни воинской славы (2ч)

Теория (2ч):

- История вооружённых сил РФ. Память поколений – Дни воинской Славы России (2ч).

Тема 5. 2 Общевоинские уставы вооружённых сил РФ (2ч)

Теория (2ч):

- Устав внутренней службы. Дисциплинарный устав. Устав гарнизонной и караульной служб.

Тема 5.3 Современное оружие России (2ч).

Теория (2ч):

- Оружие России XXI века.

VI. ОГНЕВАЯ ПОДГОТОВКА И ОРУЖЕЙНОЕ ДЕЛО (8ч)

Тема 6.1 Стрелковое оружие России. Ведущие конструктора оружия (1ч).

Теория (1ч):

- Стрелковое оружие России. Конструктора стрелкового оружия нашего Отечества (1ч).

Тема 6.2 Стрельба из пневматической винтовки. Ведение огня с места по неподвижным целям. Метание гранат (7ч)

Теория (1ч):

Техника безопасности при стрельбе и метании гранат. Меры безопасности при обращении с оружием и боеприпасами.

Практика (6ч):

- Выполнение упражнения учебных стрельб (УУС) из пневматической винтовки (2ч).
- Закрепление техники метания ручных гранат. Метание гранат на дальность (2ч).
- Метание гранат на точность (2ч).

VII. ВОЕННО-МЕДИЦИНСКАЯ ПОДГОТОВКА (6ч)

Тема 7.1 Оказание первой медицинской помощи (5ч)

Теория (1ч):

- Первая помощь при ранениях и кровотечениях.

Практика (4ч):

- Закрепление техники наложения повязок при различных ранениях: в голову, верхние и нижние конечности (2ч).

- Совершенствование техники первой помощи при переломах костей, вывихах и ушибах (2ч).

Тема 7.2 Розыск раненых на поле боя. Вынос и вывоз раненых с поля боя (1ч): *Практика (1ч):*

- Закрепление приемов и способов переноски раненных с помощью подручных материалов (1ч).

VIII. ОСНОВЫ ГРАЖДАНСКОЙ ОБОРОНЫ (2ч)

Тема 8.1 Основы защиты населения.

Практика (2ч):

- Совершенствование техники использования СИЗ.

ІХ. ВОЕННО-ТАКТИЧЕСКИЕ УЧЕНИЯ (4ч)

Тема 9.1 Военно-тактические учения на местности

Практика (4ч):

- Военно-тактическая игра на местности (4ч).

IX. Итоговое занятие (2ч)

Практика (2ч):

- Подведение итогов обучения, результатов тестирования.

1.3.3. Учебный тематический план (3 год, продвинутый уровень)

№		Кол	T	Пр	Формы
Π/Π	Наименование разделов	ичест	eo	акти	аттестации
		во	ри	ка	(контроля)
		часо	Я		
		В			
1	Введение. Техника безопасности на занятиях.	2	2	-	Беседа,
					анкета, тест
2	Общефизическая подготовка	114	7	107	Наблюдение
					тест, зачёт
2.1	Гимнастика	18	1	17	Наблюдение
					зачёт
2.2	Рукопашный бой. САМБО.	16	2	14	зачёт
2.3	Национальные виды борьбы. Кореш, Вачан.	20	2	18	зачёт
2.4	Преодоление препятствий, эстафеты.	6	-	6	наблюдение
2.5	Ускоренное передвижение	2	-	2	наблюдение
2.6	Комплексные занятия	12	-	12	наблюдение
2.7	Игровые упражнения	40	2	38	зачёт
3	Тактическая подготовка	46	8	38	
3.1	Психологическая подготовка бойца	2	1	1	беседа
3.2	Физическая подготовка бойца спецподразделения	20	2	18	Наблюдение
					зачёт, тест

3.3	Методы и способы ведения разведки, способы	4	1	3	Беседа,
	маскировки				опрос
3.4	Основы выживания в природных условиях, в	20	4	16	Наблюдение
	условиях чрезвычайной ситуации				Опрос, зачёт
4	Строевая подготовка	16	2	14	Наблюдение
					зачёт
4.1	Строевые приемы и движение без оружия	2	-	2	наблюдение
4.2	Значение церемониальных групп. Знамённые тройки,	14	2	12	Наблюдение
	группа развёртывания флага				зачёт
5	Вооружённые силы РФ. Уставы ВС РФ.	6	6	-	Беседа, тест
5.1	История ВС РФ. Дни воинской славы.	2	2	-	опрос
5.2	Общевоинские уставы вооружённых сил РФ.	2	2	-	опрос
5.3	Современное оружие России.	2	2	-	опрос
6	Огневая подготовка и оружейное дело	16	2	14	Беседа,
					зачёт
6.1	Стрельба из пневматической винтовки. Ведение огня	12	1	11	Наблюдение
	с места по неподвижным целям.				зачёт
6.2	Метание гранаты.	4	1	3	Наблюдение
					зачёт
7	Военно-медицинская подготовка	4	1	3	Беседа,
					наблюдение
7.1	Оказание первой медицинской помощи	4	-	4	наблюдение
8	Основы гражданской обороны	2	-	2	Опрос,
					наблюдение
8.1	Совершенствование техники использования СИЗ.	2	-	2	Наблюдение
9	Военно-тактические учения	4	-	4	Наблюдение
					зачёт
10	Итоговое занятие	6	-	6	Зачёт

Содержание учебно-тематического плана (216 ч) 1. ВВЕДЕНИЕ В ПРОГРАММУ. Техника безопасности на занятиях (2 ч).

Теория (2 ч):

- Введение в программу. Техника безопасности на занятиях.

II. ОБЩЕФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА (114 ч)

Тема 2.1. Гимнастика (18 ч)

Теория (1 ч):

- Значение различных видов гимнастики. ТБ при выполнении упражнений. Практика (1 7ч):

Основная гимнастика (3 ч):

- Совершенствование техники бега, прыжков и пр.
- Упражнения на закрепление координации и равновесия.

Атлетическая гимнастика (14 ч):

- Упражнения с гимнастическими предметами определенной тяжести и эластичности: набивными мячами, эспандерами (2 ч).
 - Упражнения со стандартными отягощениями: гантелями (2 ч).
 - Упражнения силового характера, выполняемые в парах и тройках (4 ч).
 - Выполнение атлетических упражнений: на перекладине подтягивание (6 ч).

Тема 2.2 Рукопашный бой. САМБО (16 ч)

Теория (2 ч):

Страховка и самостраховка при выполнении упражнений.

Практика (14 ч):

- Совершенствование приёмов нападения и защиты (6 ч).
- Спарринг занятия (8 ч).

Тема 2.3 Национальные виды борьбы. Корэш. Вачан (20 ч):

Теория (1ч):

Техника безопасности.

Практика (19ч):

- Специальные физические упражнения (5 ч).
- Совершенствование бросков, подкатов, подсечек (2 ч.).
- Спарринг занятия (12ч).

Тема 2.4 Преодоление препятствий, эстафеты (6 ч)

Практика (6 ч):

- Совершенствование эстафетного бега (2 ч).
- Спортивные эстафеты (мяч в кольцо, бег с мячами и др.) (4 ч).

Тема 2.5 Ускоренное передвижение (2 ч)

Практика (2 ч):

- Бег с препятствиями (2 ч).

Тема 2.6 Комплексные занятия (12 ч)

Практика (12ч):

- Выполнение силовых упражнений на гимнастических снарядах подтягивание, поднимание ног к перекладине (4 ч.).
 - Тренировка в беге на 1, 2 км (6 ч.).
 - Метание мяча на дальность, точность (2 ч.).

Тема 2.7 Игровые упражнения, способствующие развитию быстроты, ловкости, гибкости (40ч)

Теория (2 ч):

- Правила игр (футбол, волейбол, баскетбол). Техника безопасности.

Практика (38 ч):

- Совершенствование техники и тактики подвижных игр:
 - -футбол (12 ч);
 - волейбол (12 ч);
 - баскетбол (14ч);

III. ТАКТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА (46 ч)

Тема 3.1 Психологическая подготовка бойца спецподразделения (2ч)

Теория (1ч): Психологическая подготовка и её способы.

Практика (1ч): Психологический тренинг.

Тема 3.2 Физическая подготовка бойца спецподразделения (20 ч)

Теория (2ч): Техника безопасности при выполнении упражнений. *Практика (18 ч):*

- Передвижение по-пластунски, перетаскивание раненых (тяжестей) (2ч).
- Выполнение специальных физических упражнений (12 ч);
- Выполнение норм ГТО (4ч).

Тема 3.3 Методы и способы ведения разведки, способы маскировки (4 ч)

Теория (1 ч):

- Разведка. Маскировка на местности.

Практика (3 ч):

- Маскировка на местности (3 ч).

Тема 3.4 Основы выживания в природных условиях, в условиях чрезвычайной ситуации (20 ч)

Теория (4 ч):

- Ориентирование на местности (1 ч).
- Ориентирование на местности в дневных и ночных условиях, в ненастную погоду, в условиях сильной задымлённости и тумана (1 ч).
 - Питание в экстремальных и чрезвычайных условиях (1 ч).
 - Разведение костров в экстремальных и чрезвычайных условиях (1 ч). Практика (16 ч):
 - Ориентирование на местности (4 ч).
 - Движение по азимуту, GPS навигатору, без ориентиров и карты (4 ч).
 - Приготовление пищи в условиях ЧС (8 ч).

IV. СТРОЕВАЯ ПОДГОТОВКА (16ч)

Тема 4.1 Строевые приемы и движение без оружия (2 ч)

Практика (2 ч):

- Повороты в движении (2 ч).

Тема 4.2 Церемониальные группы и их значение. Знамённые тройки, группа развёртывания флага (14 ч)

Теория (2 ч):

- Значение церемониальных групп. Знамённые тройки. Группа развёртывания флага. Вахта памяти.

Практика (12 ч):

- Выполнение специальных физических упражнений членов знамённых групп (2 ч).
- Совершенствование приёмов и действий с флагом (10 ч).

V. ВООРУЖЁННЫЕ СИЛЫ РФ. УСТАВЫ ВС РФ. (6ч)

Тема 5.1 История ВС РФ. Дни воинской славы (2ч)

Теория (2ч):

- История вооружённых сил РФ. Память поколений – Дни воинской Славы России (2ч).

Тема 5. 2 Общевоинские уставы вооружённых сил РФ (2ч)

Теория (2ч):

- Уставы ВС РФ.

Тема 5.3 Современное оружие России (2ч).

Теория (2ч):

- Оружие России XXI века.

VI. ОГНЕВАЯ ПОДГОТОВКА И ОРУЖЕЙНОЕ ДЕЛО (16 ч)

Тема 6.1 Стрельба из пневматической винтовки. Ведение огня с места по неподвижным целям (12 ч)

Теория (1ч):

Техника безопасности при стрельбе и метании гранат. Меры безопасности при обращении с оружием и боеприпасами.

Практика (11 ч):

- Выполнение упражнения учебных стрельб (УУС) из пневматической винтовки (11 ч).

Тема 6.2 Метание гранат (4 ч)

Практика (4 ч):

- Совершенствование техники метания гранат. Метание гранат на дальность (2 ч).
- Метание гранат на точность (2 ч).

VII. ВОЕННО-МЕДИЦИНСКАЯ ПОДГОТОВКА (4 ч)

Тема 7.1 Оказание первой медицинской помощи (4 ч)

Практика (4 ч):

- Совершенствование техники наложения повязок при различных ранениях, первой помощи при переломах костей (4 ч).

VIII. ОСНОВЫ ГРАЖДАНСКОЙ ОБОРОНЫ (2 ч)

Тема 8.1 Основы защиты населения.

Практика (2 ч):

- Совершенствование техники использования СИЗ.

ІХ. ВОЕННО-ТАКТИЧЕСКИЕ УЧЕНИЯ (4 ч)

Тема 9.1 Военно-тактические учения на местности

Практика (4 ч):

- Военно-тактическая игра на местности (4 ч).

IX. Итоговое занятие (6 ч)

Практика (6 ч):

- Марш – бросок на 5 км. Организация привалов, маскировка убежища. Поиск схронов по ориентирам и компасу, GPS – навигатору. Переноска раненых.

1.4. Планируемые результаты

Результативность реализации дополнительной образовательной общеразвивающей программы «Медведь» измеряется степенью готовности и стремлением учащихся к выполнению своего гражданского и патриотического долга во всем многообразии форм его проявления, их умением и желанием сочетать общественные и личные интересы, реальным вкладом, вносимым ими в дело процветания Отечества.

Реализация основных направлений данной программы позволит решить многие назревшие проблемы в отношении подрастающего поколения, причем не только педагогического, но и социального, нравственного, политического характера. Благодаря формированию и развитию у молодежи важнейших социально значимых качеств (гражданская зрелость, любовь к Отечеству, ответственность, чувство долга, верность традициям, стремление к сохранению и приумножению исторических и культурных ценностей, готовность к преодолению трудностей, самопожертвование) возрастут ее возможности к активному участию в решении важнейших проблем в различных сферах его деятельности. Улучшение качественных характеристик современной молодежи благотворно отразится на обществе в целом. Высокая нравственность, активная гражданская духовность, позиция, патриотическое сознание молодежи будут в огромной степени способствовать успешному решению задач, связанных с возрождением России.

Конечным результатом реализации Программы должны стать: положительная динамика роста патриотизма, интернационализма и духовности учащихся.

Реализация программы «Медведь» призвана способствовать:

- развитию целостной системы патриотического воспитания, позволяющей формировать у учащихся высокий уровень общей культуры, патриотических чувств и сознания на основе исторических ценностей России, родного села, района и края;
 - воспитанию у учащихся любви к своей «малой» Родине;
- формированию ответственного понимания учащихся своего гражданского долга и конституционных обязанностей;
- созданию благоприятных условий для нравственного интеллектуального и физического формирования личности.

Метапредметные:

Учащийся приобретёт следующие умения и навыки:

- принять и сохранять цель и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
- планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- использовать знаково-символические средства представления информации для создания моделей изучаемых объектов и процессов, схем решения учебных и практических задач;
- сможет использовать речевые средства и средства информационных и коммуникационных технологий для решения коммуникативных и познавательных задач;
- овладеет логическими действиями сравнения, анализа, обобщения по признакам, построения рассуждений;
- сможет излагать свое мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий;
- сумеет договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- овладеет начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности (природных, технических);
- сможет конструировать по условиям, заданным взрослым, по образцу, по чертежу, по заданной схеме и самостоятельно построить схему.

Предметные:

- овладеет умениями и навыками личной гигиены, приёмами и способами закаливания;
 - овладеет приемами строевой подготовки;
- освоит навыки походной и маршевой подготовки, сумеет ориентироваться на местности, обустраивать бивак, разводить костёр, добывать воду и пищу в чрезвычайных ситуациях;
- будет выполняет нормативы ГТО и др. нормативы военно-спортивной подготовки;
- узнает историю, структуру, состав Вооруженных Сил и силовых структур России.

В результате реализации программы «Медведь» учащийся будет знать:

- символику Российской Федерации, региона, района, объединения «Медведь»;
- боевые традиции и ритуалы ВС РФ. Символы воинской чести;
- дни воинской славы России;
- историю военно-патриотического объединения «Медведь».

- основные приёмы САМБО, национальных видов борьбы Корэш, Вачан и технику безопасности при выполнении приёмов;
- систему взглядов, принятых в Российской Федерации, по обеспечению безопасности личности, общества и государства от всех видов угроз;
 - понятие патриотизм и формы его проявления;
- основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности и успехи личности;
 - состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации;
- требования, предъявляемые военной службой к уровню подготовленности призывника;
 - основные права и обязанности учащихся в области гражданской обороны;
 - признание высокой ценности жизни во всех ее проявлениях;
 - правила поведения в различных ситуациях;
 - правила стрельбы и техники безопасности при стрельбе;
- правила и технику безопасности при проведении марш-бросков, движении в группе, поодиночке по пересечённой местности;
- правила наложения медицинских повязок и оказания первой доврачебной помощи;
 - основные положения Общевоинских Уставов ВС РФ;
 - игровые упражнения, способствующие развитию быстроты, ловкости, гибкости;
 - основы выживания в природных условиях, в условиях чрезвычайной ситуации;
 - строевые приемы и движение без оружия;
- историю создания огнестрельного оружия, стрелкового оружия России, ведущих конструкторов Отечества;
 - основные методы и способы ведения разведки, способы маскировки;
 - основы физической и психологической подготовки бойцов спецподразделений;
- средства индивидуального и медицинского оснащения военнослужащих и правила пользования ими.

В результате реализации программы «Медведь» учащийся будет уметь:

- видеть проблемы;
- наблюдать;
- делать умозаключения и выводы;
- объяснять, доказывать и защищать свои идеи и принятые решения;
- предвидеть возникновение наиболее часто встречающихся опасных ситуаций по их характерным признакам;
- принимать решения и грамотно действовать, обеспечивая личную безопасность при возникновении чрезвычайных ситуаций;
 - пользоваться средствами индивидуальной защиты;
 - оказывать первую помощь при неотложных состояниях;

- проявлять гражданский патриотизм, любовь к Родине, чувство гордости за свою страну в поступках и делах;
 - уважать личность и ее достоинства, доброжелательно относится к окружающим;
 - давать позитивную моральную самооценку;
- быть готовым и способным к выполнению норм и требований, прав и обязанностей гражданина;
- вести диалог на основе равноправных отношений и взаимного уважения и принятия;
 - -конструктивно разрешать конфликты;
 - понимать и сопереживать чувствам других людей;
 - действовать в условиях автономного существования;
 - ориентироваться на местности в различных условиях;

В результате реализации программы «Медведь» учащийся приобретёт навыки:

- работы и действий в группе, межличностных отношений;
- работы с первоисточниками;
- самообороны без оружия;
- автономного существования в природных условиях, в условиях ЧС;
- стрельбы из пневматического оружия, метание гранат;
- строевого и походного шага;
- действий в составе знамённой тройки, группы развёртывания флага, церемониальной группы:
 - оказания первой доврачебной помощи, наложения повязок;
 - действий по сигналам ГО;
 - ориентирования на местности, работы с картами, GPS навигаторами;
 - здорового образа жизни;
 - самообразования и самосовершенствования.

ІІ. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

(1-й год обучения)

2.1 Календарный учебный график по ДООП «Медведь» (стартовый уровень обучения)

(2 — й год обучения) 2.1 Календарный учебный график по ДООП «Медведь» (базовый уровень обучения)

M	Дата	Тема	Форма	Кол-во		Примечание
ec		занятий	проведения	часов	Форма контроля	Теория (т)
яц			(основная)			Практика (п)
		I полуго	одие		<u> </u>	
ce		Введение в программу.	Беседа	2	Входящее	T
HT					тестирование,	
яб		Техника безопасности на занятиях.			мониторинг знаний	
рь					и компетенций	
		Значение контроля физических кондиций и состояния	Беседа	2	Входящее	T
		организма. Виды гимнастики.			тестирование,	
					мониторинг знаний	
					и компетенций	
		Бег, прыжки, метание и др.	Учебная тренировка	2	Мониторинг,	П
					наблюдение	
		Упражнения на закрепление координации и равновесия	Учебная тренировка	2	Мониторинг,	П
					наблюдение	
		Закрепление и тренировка в выполнении статических и	Учебная тренировка	2	Мониторинг,	П
		динамических упражнений			наблюдение	
		Закрепление и тренировка в выполнении гимнастических	Учебная тренировка	2	Мониторинг,	П
		упражнений с предметами			наблюдение	
		Упражнения без отягощений и предметов	Учебная тренировка	2	Мониторинг,	П
		-			наблюдение	

	Упражнения с гимнастическими предметами определенной гяжести и эластичности	Учебная тренировка	2	Мониторинг, наблюдение	П
	Упражнения со стандартными отягощениями: гантелями	Учебная тренировка	2	Мониторинг, наблюдение	П
	Упражнения силового характера, выполняемые в парах и Уч тройках	Учебная тренировка	2	Мониторинг, наблюдение	П
	Тренировка в выполнении атлетических упражнений: на перекладине – подтягивание	Учебная тренировка	2	Мониторинг, наблюдение	П
	Самбо. Страховка и самостраховка при выполнении упражнений.	Беседа, демонстрация фильма	2	Опрос	T
	Самбо. Страховка и самостраховка при выполнении упражнений.	Беседа, демонстрация фильма	2	Опрос	T
ок тя	Закрепление приёмов страховки и самостраховки	Учебная тренировка	2	Мониторинг, наблюдение	П
бр ь	Боевая стойка. Передвижения в боевой стойке.	Учебная тренировка	2	Мониторинг, наблюдение	П
	Боевая стойка. Передвижения в боевой стойке.	Учебная тренировка	2	Мониторинг, наблюдение	П
	Приемы нападения и защиты	Учебная тренировка	2	Мониторинг, наблюдение	П
	Приемы нападения и защиты	Учебная тренировка	2	Мониторинг, наблюдение	П
	Спарринг занятия	Учебная тренировка	2	Мониторинг, наблюдение	П
	Спарринг занятия	Учебная тренировка	2	Мониторинг, наблюдение	П
	Спарринг занятия	Учебная тренировка	2	Мониторинг, наблюдение	П

	Национальные виды борьбы. Техника безопасности.	Беседа, демонстрация фильма	2	Опрос	T
	Национальные виды борьбы. Техника безопасности. Правила борьбы.	Беседа, демонстрация фильма	2	Опрос	T
	Специальные физические упражнения	Учебная тренировка	2	Мониторинг, наблюдение	П
	Специальные физические упражнения	Учебная тренировка	2	Мониторинг, наблюдение	П
	Боевая стойка. Броски, подкаты, подсечки.	Учебная тренировка	2	Мониторинг, наблюдение	П
но яб	Боевая стойка. Броски, подкаты, подсечки.	Учебная тренировка	2	Мониторинг, наблюдение	П
рь	Спарринг занятия	Учебная тренировка	2	Мониторинг, наблюдение	П
	Спарринг занятия	Учебная тренировка	2	Мониторинг, наблюдение	П
	Спарринг занятия	Учебная тренировка	2	Мониторинг, наблюдение	П
	Спарринг занятия	Учебная тренировка	2	Мониторинг, наблюдение	П
	Преодоление препятствий, эстафеты	Беседа, демонстрация фильма	2	Опрос	Т
	Эстафетный бег	Учебная тренировка	2	Мониторинг, наблюдение	П
	Спортивные эстафеты	Учебная тренировка	2	Мониторинг, наблюдение	П
	Игровые эстафеты	Учебная тренировка	2	Мониторинг, наблюдение	П

	Игровые эстафеты	игра	2	Мониторинг, наблюдение	П
	Техника бега.	Беседа, демонстрация фильма	2	Опрос,	Т
	Бег на средние дистанции.	Учебная тренировка		мониторинг, наблюдение	П
	Бег на длинные дистанции.	Учебная тренировка	2	Мониторинг, наблюдение	П
	Челночный бег.				
	Бег с препятствиями	Учебная тренировка	2	Мониторинг, наблюдение	Π
де ка	Значение комплексных занятий для подготовки бойца. ТБ.	Беседа, просмотр видеофильма	2	Опрос	T
бр ь	Выполнение силовых упражнений на гимнастических снарядах – подтягивание	Учебная тренировка	2	Тест, наблюдение	П
	Выполнение силовых упражнений на гимнастических снарядах – подтягивание	Учебная тренировка	2	Зачёт	П
	Поднимание ног к перекладине	Учебная тренировка	2	Зачёт	П
	Тренировка в беге на 1 км	Учебная тренировка	2	Зачёт	П
	Тренировка в беге на 2 км	Учебная тренировка	2	Зачёт	П
	Метание мяча, гранат на дальность, точность	Учебная тренировка	2	Мониторинг, наблюдение	П
	Правила игры футбол. Т.Б.	Беседа, демонстрация видеофильма	2	Мониторинг, наблюдение	П
	Освоение техники и тактики игры футбол	Тренировочная игра	2	Мониторинг, наблюдение	П
	Освоение техники и тактики игры футбол	Тренировочная игра	2	Мониторинг, наблюдение	П

	Освоение техники и тактики игры футбол	Тренировочная игра	2	Мониторинг, наблюдение	П
	Освоение техники и тактики игры футбол	игра	2	Зачёт	П
		полугодие			
Я	Правила игры волейбол. Т.Б.	Беседа, демонстрация видеофильма	2	Опрос	T
ар ь	Освоение техники и тактики игры волейбол	Тренировочная игра	2	Мониторинг, наблюдение	П
	Освоение техники и тактики игры волейбол	Тренировочная игра	2	Мониторинг, наблюдение	П
	Освоение техники и тактики игры волейбол	Тренировочная игра	2	Мониторинг, наблюдение	П
	Освоение техники и тактики игры волейбол	игра	2	Зачёт	П
	Правила игры баскетбол. Т.Б.	Беседа, демонстрация видеофильма	2	Мониторинг, наблюдение	П
	Освоение техники и тактики игры баскетбол	Тренировочная игра	2	Мониторинг, наблюдение	П
	Освоение техники и тактики игры баскетбол	Тренировочная игра	2	Мониторинг, наблюдение	П
	Освоение техники и тактики игры баскетбол	Тренировочная игра	2	Мониторинг, наблюдение	П
	Освоение техники и тактики игры баскетбол	игра	2	Зачёт	П
Ф ев	Правила игры ручной мяч. Т.Б.	Беседа, демонстрация видеофильма	2	Мониторинг, наблюдение	П
ра ль	Освоение техники и тактики игры ручной мяч	Тренировочная игра	2	Мониторинг, наблюдение	П
	Освоение техники и тактики игры ручной мяч	Тренировочная игра	2	Мониторинг, наблюдение	П

	Освоение техники и тактики игры ручной мяч	Тренировочная игра	2	Мониторинг, наблюдение	П
	Освоение техники и тактики игры ручной мяч	игра	2	Зачёт	П
	Строевой устав ВС РФ.				Т
	Выполнение команд				П
	Выполнение команд.				П
	Повороты на месте.				П
	Строевой и походный шаг				П
	Боевое знамя. Знамя патриотического объединения «Медведь». Знамённые тройки. Вахта памяти.				T
	Выполнение специальных физических упражнений членов знамённых групп				П
	Приёмы и действия с флагом				П
	Приёмы и действия с флагом				П
	Приёмы и действия с флагом			Зачёт	П
M ap	История вооружённых сил РФ. Память поколений Дни воинской Славы России				Т
	Устав внутренней службы. Дисциплинарный устав. Устав гарнизонной и караульной служб.				Т
	Оружие России XXI века.				T

Первая помощь при ранениях и кровотечениях.		Т
Закрепление техники наложения повязок при различных		П
ранениях: в голову, верхние и нижние конечности		
Закрепление техники наложения повязок при различных		П
ранениях: в голову, верхние и нижние конечности.		
Совершенствование техники первой помощи при переломах		
костей, вывихах и ушибах		
		П
Совершенствование техники первой помощи при переломах		П
костей, вывихах и ушибах.		
Закрепление приемов и способов переноски раненных с помощью подручных материалов.		
помощью подручных материалов.		
		П
Совершенствование техники использования СИЗ.	Зачёт	П

	Стрелковое оружие России. Конструктора стрелкового оружия нашего Отечества.		Т
	Техника безопасности при стрельбе и метании гранат. Меры безопасности при обращении с оружием и боеприпасами.		Т
	Выполнение упражнения учебных стрельб (УУС) из пневматической винтовки		П
	Закрепление техники метания ручных гранат. Метание гранат на дальность		П
	Метание гранат на точность	Зачёт	П
A	Психологическая подготовка и её способы.		T
пр ел	Психологический тренинг.		П
Ь	Техника безопасности при выполнении упражнений и выполнении заданий по физической подготовке бойца спецподразделений.		Т
	Разминка по системе подготовки спецназа		П
	Передвижение по-пластунски, перетаскивание раненых (тяжестей)		П
	Выполнение норм ГТО	Зачёт	П
	Выполнение норм ГТО	Зачёт	П
	История специальных сил, операции армий мира. История формирования групп специального назначения в СССР, РФ.		Т

	Разведка. Маскировка и её значение. Способы маскировки.	T
	Использование для маскировки свойств местности,	
	растительности, искусственных масок и табельных средств.	
	Маскировка на местности.	П
	Изготовление маскировочного костюма из подручных средств.	П
	Ориентирование на местности.	T
	Ориентирование на местности в дневных и ночных условиях, в ненастную погоду, в условиях сильной задымлённости и тумана	Т
	Питание в экстремальных и чрезвычайных условиях.	T
	Добывание огня, разведение костров в экстремальных и чрезвычайных условиях	Т
	Ориентирование на местности	П
M	Ориентирование на местности	П
ай	Движение по азимуту, GPS навигатору, без ориентиров и карты	П
	Движение по азимуту, GPS навигатору, без ориентиров и карты	П
	Основы добычи животных и поиска растений для употребления в пищу в экстремальных условиях, в условиях ЧС	П
	Приготовление пищи в условиях ЧС	П
	Приготовление пищи в условиях ЧС	П

	Приготовление пищи в условиях ЧС		Зачёт	П
	Военно-тактическая игра на местности		Зачёт	П
	Военно-тактическая игра на местности		Зачёт	П
	Подведение итогов обучения, результатов тестирования			П

(3 — й год обучения) 2.1 Календарный учебный график по ДООП «Медведь» (продвинутый уровень обучения)

M	No	Тема	Форма	Кол-во		Примечание
ec	Дата	занятий	проведения	часов	Форма контроля	Теория (т)
яц			(основная)			Практика (п)
		I полуго	одие	l		
ce		Введение в программу.	Беседа	2	Входящее	T
HT		Техника безопасности на занятиях.			тестирование,	
яб					мониторинг знаний	
рь					и компетенций	
		Значение контроля физических кондиций и состояния	Беседа	2	Входящее	T
		организма. Виды гимнастики.			тестирование,	
					мониторинг знаний	
					и компетенций	
		Бег, прыжки, метание и др.	Учебная тренировка	2	Мониторинг,	П
					наблюдение	
		Упражнения на закрепление координации и равновесия	Учебная тренировка	2	Мониторинг,	П
					наблюдение	

	Закрепление и тренировка в выполнении статических и динамических упражнений	Учебная тренировка	2	Мониторинг, наблюдение	П
	Закрепление и тренировка в выполнении гимнастических упражнений с предметами	Учебная тренировка	2	Мониторинг, наблюдение	П
	Упражнения без отягощений и предметов	Учебная тренировка	2	Мониторинг, наблюдение	П
	Упражнения с гимнастическими предметами определенной тяжести и эластичности	Учебная тренировка	2	Мониторинг, наблюдение	П
	Упражнения со стандартными отягощениями: гантелями	Учебная тренировка	2	Мониторинг, наблюдение	П
	Упражнения силового характера, выполняемые в парах и тройках	Учебная тренировка	2	Мониторинг, наблюдение	П
	Тренировка в выполнении атлетических упражнений: на перекладине – подтягивание	Учебная тренировка	2	Мониторинг, наблюдение	П
	Самбо. Страховка и самостраховка при выполнении упражнений.	Беседа, демонстрация фильма	2	Опрос	Т
ок тя	Закрепление приёмов страховки и самостраховки	Учебная тренировка	2	Мониторинг, наблюдение	П
бр ь	Боевая стойка. Передвижения в боевой стойке.	Учебная тренировка	2	Мониторинг, наблюдение	П
	Боевая стойка. Передвижения в боевой стойке.	Учебная тренировка	2	Мониторинг, наблюдение	П
	Приемы нападения и защиты	Учебная тренировка	2	Мониторинг, наблюдение	П
	Приемы нападения и защиты	Учебная тренировка	2	Мониторинг, наблюдение	П
	Спарринг занятия	Учебная тренировка	2	Мониторинг, наблюдение	П

	Спарринг занятия	Учебная тренировка	2	Мониторинг, наблюдение	П
	Спарринг занятия	Учебная тренировка	2	Мониторинг, наблюдение	П
	Национальные виды борьбы. Техника безопасности.	Беседа, демонстрация фильма	2	Опрос	T
	Национальные виды борьбы. Техника безопасности. Правила борьбы.	Беседа, демонстрация фильма	2	Опрос	Т
	Специальные физические упражнения	Учебная тренировка	2	Мониторинг, наблюдение	П
	Специальные физические упражнения	Учебная тренировка	2	Мониторинг, наблюдение	П
но яб	Боевая стойка. Броски, подкаты, подсечки.	Учебная тренировка	2	Мониторинг, наблюдение	П
рь	Спарринг занятия	Учебная тренировка	2	Мониторинг, наблюдение	П
	Спарринг занятия	Учебная тренировка	2	Мониторинг, наблюдение	П
	Спарринг занятия	Учебная тренировка	2	Мониторинг, наблюдение	П
	Спарринг занятия	Учебная тренировка	2	Мониторинг, наблюдение	П
	Преодоление препятствий, эстафеты	Беседа, демонстрация фильма	2	Опрос	T
	Эстафетный бег	Учебная тренировка	2	Мониторинг, наблюдение	П
	Спортивные эстафеты	Учебная тренировка	2	Мониторинг, наблюдение	П

	Игровые эстафеты	Учебная тренировка	2	Мониторинг, наблюдение	П
	Игровые эстафеты	игра	2	Мониторинг, наблюдение	П
	Техника бега.	Беседа, демонстрация	2	Опрос,	T
	Бег на средние дистанции.	фильма Учебная тренировка		мониторинг, наблюдение	П
	Бег на длинные дистанции. Челночный бег.	Учебная тренировка	2	Мониторинг, наблюдение	П
де ка	Значение комплексных занятий для подготовки бойца. ТБ.	Беседа, просмотр видеофильма	2	Опрос	Т
бр	Выполнение силовых упражнений на гимнастических снарядах – подтягивание	Учебная тренировка	2	Тест, наблюдение	П
	Выполнение силовых упражнений на гимнастических снарядах – подтягивание	Учебная тренировка	2	Зачёт	П
	Поднимание ног к перекладине	Учебная тренировка	2	Зачёт	П
	Тренировка в беге на 1 км	Учебная тренировка	2	Зачёт	П
	Тренировка в беге на 2 км	Учебная тренировка	2	Зачёт	П
	Метание мяча, гранат на дальность, точность	Учебная тренировка	2	Мониторинг, наблюдение	П
	Правила игры футбол. Т.Б.	Беседа, демонстрация видеофильма	2	Мониторинг, наблюдение	П
	Освоение техники и тактики игры футбол	Тренировочная игра	2	Мониторинг, наблюдение	П
	Освоение техники и тактики игры футбол	Тренировочная игра	2	Мониторинг, наблюдение	П
	Освоение техники и тактики игры футбол	Тренировочная игра	2	Мониторинг, наблюдение	П
	Освоение техники и тактики игры футбол	игра	2	Зачёт	П

	II	полугодие			
Я	Правила игры волейбол. Т.Б.	Беседа, демонстрация видеофильма	2	Опрос	Т
ар ь	Освоение техники и тактики игры волейбол	Тренировочная игра	2	Мониторинг, наблюдение	П
	Освоение техники и тактики игры волейбол	Тренировочная игра	2	Мониторинг, наблюдение	П
	Освоение техники и тактики игры волейбол	Тренировочная игра	2	Мониторинг, наблюдение	П
	Освоение техники и тактики игры волейбол	игра	2	Зачёт	П
	Правила игры баскетбол. Т.Б.	Беседа, демонстрация видеофильма	2	Мониторинг, наблюдение	П
	Освоение техники и тактики игры баскетбол	Тренировочная игра	2	Мониторинг, наблюдение	П
	Освоение техники и тактики игры баскетбол	Тренировочная игра	2	Мониторинг, наблюдение	П
	Освоение техники и тактики игры баскетбол	Тренировочная игра	2	Мониторинг, наблюдение	П
	Освоение техники и тактики игры баскетбол	игра	2	Зачёт	П
Фев	Правила игры ручной мяч. Т.Б.	Беседа, демонстрация видеофильма	2	Мониторинг, наблюдение	П
ра ль	Освоение техники и тактики игры ручной мяч	Тренировочная игра	2	Мониторинг, наблюдение	П
	Освоение техники и тактики игры ручной мяч	Тренировочная игра	2	Мониторинг, наблюдение	П
	Освоение техники и тактики игры ручной мяч	Тренировочная игра	2	Мониторинг, наблюдение	П
	Освоение техники и тактики игры ручной мяч	игра	2	Зачёт	П

ЗС РФ. анд			T
анд			
			П
анд.			П
сте.			П
дный шаг			П
1			Т
			П
вия с флагом			П
вия с флагом			П
вия с флагом		Зачёт	П
			Т
1			Т
XXI века.			Т
три ранениях и кровотечениях.			Т
			П
ву, верхние и нижние конечности			
			П
			П
	панд. Знамя патриотического объединения иённые тройки. Вахта памяти. ециальных физических упражнений членов пвия с флагом вия с флагом вия с флагом жённых сил РФ. Память поколений Дни России ей службы. Дисциплинарный устав. Устав араульной служб. XXI века. при ранениях и кровотечениях. хники наложения повязок при различных рву, верхние и нижние конечности хники наложения повязок при различных рву, верхние и нижние конечности. ание техники первой помощи при переломах и ушибах	сте. Эдный шаг Знамя патриотического объединения иённые тройки. Вахта памяти. ециальных физических упражнений членов п вия с флагом вия с флагом жённых сил РФ. Память поколений Дни России ей службы. Дисциплинарный устав. Устав араульной служб. XXI века. при ранениях и кровотечениях. хники наложения повязок при различных ову, верхние и нижние конечности. жники наложения повязок при различных ову, верхние и нижние конечности. вники наложения повязок при различных ову, верхние и нижние конечности. вники наложения повязок при различных ову, верхние и нижние конечности. вники наложения повязок при различных ову, верхние и нижние конечности. вники наложения повязок при различных ову, верхние и нижние конечности.	сте. ддый шаг Знамя патриотического объединения мённые тройки. Вахта памяти. ециальных физических упражнений членов п вия с флагом вия с флагом вия с флагом вия с флагом жённых сил РФ. Память поколений Дни России ей службы. Дисциплинарный устав. Устав араульной служб. XXI века. при ранениях и кровотечениях. хники наложения повязок при различных рву, верхние и нижние конечности. кники наложения повязок при различных рву, верхние и нижние конечности. кники наложения повязок при различных рву, верхние и нижние конечности. кники наложения повязок при различных рву, верхние и нижние конечности. кники наложения повязок при различных рву, верхние и нижние конечности. кники наложения повязок при различных рву, верхние и нижние конечности. кники техники первой помощи при переломах

	Совершенствование техники первой помощи при переломах			П
	костей, вывихах и ушибах.			
	Закрепление приемов и способов переноски раненных с			H
	помощью подручных материалов.			П
	Совершенствование техники использования СИЗ.		Зачёт	П
	Стрелковое оружие России. Конструктора стрелкового			T
	оружия нашего Отечества.			_
	Техника безопасности при стрельбе и метании гранат. Меры			T
	безопасности при обращении с оружием и боеприпасами.			
	Выполнение упражнения учебных стрельб (УУС) из			П
	пневматической винтовки			
	Закрепление техники метания ручных гранат. Метание			П
	гранат на дальность			
	Метание гранат на точность		Зачёт	П
A	Психологическая подготовка и её способы.			T
пр	Психологический тренинг.			П
ел	Техника безопасности при выполнении упражнений и	1 1		T
Ь	выполнении заданий по физической подготовке бойца			
<u> </u>	спецподразделений.			П
-	Разминка по системе подготовки спецназа			П
	Передвижение по-пластунски, перетаскивание раненых (тяжестей)			П
	Выполнение норм ГТО		Зачёт	П
	Выполнение норм ГТО		Зачёт	П
	История специальных сил, операции армий мира. История формирования групп специального назначения в СССР, РФ.			T

	Разведка. Маскировка и её значение. Способы маскировки.		Т
	Использование для маскировки свойств местности,		
	растительности, искусственных масок и табельных средств.		
	Маскировка на местности.		П
	Изготовление маскировочного костюма из подручных средств.		П
	Ориентирование на местности. Ориентирование на местности в дневных и ночных условиях, в ненастную погоду, в условиях сильной задымлённости и тумана		T T
	Питание в экстремальных и чрезвычайных условиях. Добывание огня, разведение костров в экстремальных и чрезвычайных условиях		T T
	Ориентирование на местности		П
M	Ориентирование на местности		П
ай	Движение по азимуту, GPS навигатору, без ориентиров и карты		П
	Движение по азимуту, GPS навигатору, без ориентиров и карты		П
	Основы добычи животных и поиска растений для употребления в пищу в экстремальных условиях, в условиях ЧС		П
	Приготовление пищи в условиях ЧС		П
	Приготовление пищи в условиях ЧС		П
	Приготовление пищи в условиях ЧС	Зачёт	П
	Военно-тактическая игра на местности	Зачёт	П
	Военно-тактическая игра на местности	Зачёт	П
	Подведение итогов обучения, результатов тестирования		П

		1	
		1	

2.2 Условия реализации программы

Контроль и управление образовательным процессом осуществляется через анализ результатов наблюдений, тестирования физических кондиций, теоретических знаний, практических навыков.

Входной, текущий, итоговый контроль осуществляется по нескольким направлениям:

- диагностики ЗУНов;
- сохранностью контингента учащихся.

Текущий контроль осуществляется в ходе наблюдения и собеседования. При этом должны учитываться:

- предшествующее и общее отношение к окружающим вещам и процессам;
- умение анализировать, формулировать выводы;
- умение применять полученные знания, умения и навыки на практике;
- полнота раскрытия темы, точность применения понятий и терминов;
- умение самостоятельно ставить задачу и планировать и организовывать свою деятельность;
- умение самостоятельно решать проблему, выходить из затруднений и сложившихся ситуаций.

Преимущество собеседований и тестов как формы контроля - в независимости проверки и оценки знаний от преподавателя. Однако, необходимо, чтобы текст теста отвечал следующим требованиям: надежность, валидность (это понятие близко к понятию достоверности), объективность.

Психолого-педагогическая диагностика воспитанников объединения направлена на исследование уровня развития познавательной сферы, сферы интересов и социально — психологическую адаптацию в коллективе. Она осуществляется в периоды с сентября по октябрь (первичная психодиагностика) и с апреля по май (вторичная психодиагностика).

Основу психолого-педагогической диагностики составляют беседы и дидактические тесты - это набор стандартизированных заданий по тематическому материалу, устанавливающий степень усвоения его обучающимися.

2.2.1 Формы организации занятий

Реализация программы предусматривает использование различных форм организации работы: коллективные, групповые, индивидуальные и дифференцированно – групповые.

Основные методы обучения: словесные, наблюдения, проблемные, иллюстративные, практические.

Основные формы занятий: тактико-строевые занятия, тематические и комплексные занятия, марш-броски, практические занятия на местности.

Формы организации обучения:

- формирование знаний;
- закрепление и систематизация знаний;
- формирование умений и навыков;
- повторение и систематизация знаний;
- контроль усвоения знаний, умений и навыков.

2.2.2 Материально-техническое обеспечение

Организационные условия, позволяющие реализовать содержание учебного курса, предполагают наличие учебного кабинета, компьютера, видеопроектора, интернет

соединения, спортивного и тренажёрного залов, спортивных площадок и полосы препятствий.

$N_{\overline{0}}$	Наименование	Кол-во	
1	Кабинет для теоретических занятий	1	
2	Спортивный зал	1	
3	Раздевалка	2	
4	Тир	1	
	тивные площадки и дорожки		
1	Волейбольная	1	
2	Баскетбольная	1	
3	Строевой подготовки	1	
4	Беговая дорожка (60м.)	1	
5	Военизированная полоса препятствий	1	
Военное оборудование и снаряжение			
1	Костюм камуфлированный парадный	12	
2	Костюм офицерский (знамённой тройки) парадный	3	
3	Каски	5	
4	Гранаты инертные	10	
5	ММГ автомата Калашникова	1	
6	Пневматическая винтовка ИЖ	1	
7	Миноискатель	1	
8	Сеть камуфляжная	1	
9	Рация портативная	2	
10	Рюкзак десантника	1	
11	Топографический материал		
Снаряжение и оборудование для автономного существования			
1	Котелок походный	3	
2	Таганок	2	
3	Палатка	5	
4	GPS навигатор	1	
5	Рюкзак	12	
6	Компас	5 3	
7	Топор	3	
8	Туристические коврики	12	
9	Набор посуды походной (туристической)	12	
Спортивное оборудование и снаряжение			
1	Копьё спортивное	2	
2	Ядро	1	
3	Канат	1	
4	Маты спортивные	10	
5	Гранаты	3	
6	Гантели	12	
7	Турник	4	

8	Шведская стенка	1	
9	Спортивные скамейки	6	
10	Скакалки	12	
11	Мячи футбольные	12	
12	Мячи волейбольные	12	
13	Мячи баскетбольные	12	
14	Эспандер ручной (15,20 кг.)	2	
15	Ракетки теннисные (большие)	4	
16	Мяч теннисный	4	
17	Ракетки для настольного тенниса	4	
18	Мячи для настольного тенниса	4	
19	Ракетки для бадминтона	4	
20	Воланчик для бадминтона	4	
21	Эстафетная палочка	2	
22	Обруч	4	
23	Мяч баскетбольный (маленький)	2	
24	Кольцо резиновое	1	
25	Туристические верёвки (метр.)	50	
Прочее оборудование			
1	Фотоаппарат	1	
2	Кинокамера	1	
3	Медаптечка	1	
4	Компьютер	1	
5	Интерактивная доска, видеопроектор	1	
6	Рулетка (10м.)	1	

2.3. Методическое обеспечение программы

На занятиях используются:

- тематическая учебно-методическая литература;
- тематические видеоуроки и видеозанятия;
- плоскостные наглядные пособия по стрелковой, медицинской, строевой подготовке, гражданской обороне
- архивные материалы молодёжного общественного патриотического объединения «Медведь» (фотографии, видеофильмы, тематические презентации, разработки конкурсов, игр, викторин, тесты и анкеты).

2.4. Формы аттестации

В начале и конце учебного года все учащиеся проходят тестирование по специально разработанным вопросам, а также сдают контрольные физические нормативы с целью проверки их начальной физической подготовки согласно возрастным оценочным нормативам. Это позволяет определить, насколько успешно учащиеся усваивают пройденный материал и получают необходимые знания и навыки.

Формы и методы подведения итогов реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы:

- тестирование и анкетирование;
- сдача норм ГТО;

- участие в военно-спортивных играх и состязаниях;
- публикации материалов на школьном сайте, в районной газете и т.п.;

Подведение итогов по результатам освоения материала проходит в конце каждого раздела программы и по окончании учебного года. Итоговый контроль предполагает сдачу нормативов и зачётов, личностную оценку деятельности, прохождение итогового тестирования.

В течение учебного года учащиеся в рамках воспитательной работы выступают на показательных занятиях, соревнованиях, фестивалях, слетах, принимают участие в конкурсах, викторинах по профилю обучения.

2.4.1. Механизм оценки получаемых результатов

Руководителем систематически отслеживаются теоретические знания воспитанников ПО основным разделам программы, владение специальной терминологией; практические умения навыки, предусмотренные программой, владение оборудованием, специальным оружием, снаряжением, инвентарём; учебно-коммуникативные и учебно-организационные умения, навыки; личностное развитие обучающегося: активность, самостоятельность, воля, готовность подростка к службе в Вооружённых Силах РФ, желание поступить в высшие военные учебные заведения, работать в силовых и спасательных ведомствах страны.

Итоги проведенных мероприятий анализируются и обсуждаются с обучающимися и их родителями.

Самоконтроль

Для определения эффективности образовательного процесса педагогом используются следующие способы отслеживания результатов:

- общеобразовательный аспект наблюдение, опрос, тестирование и др.
- развивающий аспект наблюдение, тестирование и др.
- воспитательный аспект наблюдение.

Итогом реализации дополнительной образовательной программы должны стать фотовыставки, презентация объединения, военно-тактические учения и спортивные состязания.

III. Список литературы и источников Литература для педагога

- Бурлаков А.И., Похилюк А.В. О некоторых особенностях современных условий формирования патриотического сознания молодежи// Современный патриотизм: борьба идей и проблемы формирования. СПб., 2002.
 - Военная топография. Воен. Издат., М.:1953г.
- Гражданская оборона: Уч.пособие/ А.П.Зайцев и др.; Под ред. А.Т.Алтунина.М.: Воениздат, 1985.
- Основы медицинских знаний: Учеб.-практ.пособие/ Бубнов В.Г.,
- Н.В.Бубнова.-М.:ООО «Издательство АСТ»: ООО «Издательство Астрель», 2004г.
- OAO "Редокс", 20.09.2007, Бугров С.Л., Ветрова Н.С., Бугрова Е.С.
- # http://www.redox.ru/science/public/?622
 - Султанова Р. А. «Психологическая подготовка бойцов спецподразделений».
- Волковский Н.Л. Энциклопедия современного оружия и боевой техники» т.1-2., изд.: «Полигон» Санкт-Петербург, 1997г.

- Кривоносенко Ф.Х. Патриотизм как наиболее глубокое чувство любви к Родине. М., 2005.
 - Керсновский А.А. История русской армии, т.1. М., 1992.; т.2. М., 1993.
- Коньков А. В. Боевые искусства по системе спецназа. Методическое пособие. РИПОЛ КЛАССИК, 2004 год, 192стр. (Боевые искусства).
 - Наставления по стрелковому делу. М.: Военное издательство, 1985г.
- Подготовка офицеров запаса Сухопутных войск: Учебное пособие/ А.И.Кириллов, и др.; Под ред.Ю.А.Науменко. М.: Воениздат, 1989.
- Общевоинские уставы Вооружённых Сил Российской Федерации. Серия «Закон и общество». Ростов-На-Дону, «Феникс», 2004.
- Федеральный Закон РФ «Об обороне»
- Федеральный Закон РФ «О воинской обязанности и военной службе».
- П.В. Босенко. Руководство по 5,45-мм автоматам Калашникова и 5,45-мм ручным пулеметам Калашникова. Москва. Военное издательство 2001г.;
 - Учебник сержанта мотострелковых войск. Москва. Военное издательство 2002 г.;
- Н.М. Коршунов, В.И. Александров. Программа боевой подготовки мотострелковых подразделений. Москва. Военное издательство 1995г.;
- А.В. Квашнин, А.И. Скородумов. Курс стрельб из стрелкового оружия, боевых машин и танков вооруженных сил Российской Федерации. Москва. Военное издательство 2003г.;
- А.В. Орлов. Наставление по физической подготовке в Советской армии и военно-морском флоте (НФП-01). Москва. Военное издательство 2001г.;
- А. Платонов. Сорока В.Г. Следопытство. Методическое пособие. Москва, МВПККУ КГБ СССР им Моссовета, 1981 г.
 - Н.А. Печень. Символы воинской славы. М.: ВЛАДОС, 2004
- С.С. Халетова, Н.Х. Шакиров «Оказание первой медицинской помощи при экстремальных ситуациях. Здоровый образ жизни». Марийский полиграфическо-издательский комбинат. Йошкар Ола, 1995.
 - В.Е. Маркевич « Ручное огнестрельное оружие», изд. «Полигон», С-П
- В.И. Мураховский, С.Л. Федосеев «Оружие пехоты », изд. Арсенал- Пресс», М, 1992 г.
- Д.Н. Болотин « История советского стрелкового оружия и патронов», изд. «Полигон», С- Π ;
- Д.Н, Болотин «Советское стрелковое оружие», «Военное издательство», М, 1986 г.
- Беспятова Н. К. Военно-патриотическое воспи- тание детей и подростков как средство социализации. М. : Айрис-пресс, 2006.
 - «Учебник выживания» С.Баленко Москва «Эксмо» «Яуза» 2005
- Квак А.А. Физическая подготовка.- Библиотека журнала «Военные знания», «Военные знания», 2002 г.
- Зотов Ю.И. Воспитание подростков в спортивном коллективе. Москва «Физкультура и спорт», 1994 г.
- Кудряшов Б.Г. Выживание в зоне вооружённых конфликтов.- Краснодар «Советская Кубань» 1999 г.
- Менхин Ю. В., Менхин А. В.. Оздоровительная гимнастика: теория и методика. Ростов н/Д: Феникс2002. 2002

- Защита Отечества обязанность каждого гражданина// уч. пособие по основам военной службы, 2010
- Вооруженные силы России// уч. пособие по основам военной службы, 2010
- Боевые традиции вооруженных сил. Символы воинской чести// уч. пособие по основам военной службы, 2010

Литература для учащихся

- Адамчик Н. В., Дудинский Д. И. Настольная книга будущего командира. Полный курс военного дела. Минск : Харвест, 2004. 2. Основы безопасности жизнедеятельности :
- Бонингтон К. В поисках приключений [Текст]/ К.Бонингтон. М.: Прогресс, 1987.- 400 c.
- Бубнов В.Г. Основы медицинских знаний / В.Г. Бубнов, Н.В. Бубнова. М.:
- Васильев В.А. Основы Военной службы / В.А. Васильев. Ростов-на-Дону:
- Военно-спортивная игра «Победа-60» [Текст] // Патриот Отечества.-2003.-№5.-С.25-28.
- Волович В.Г. Человек в экстремальных условиях природной среды [Текст]/ В.Г.Волович. М.: Мысль, 1990. 205 с.
- Гражданственность, патриотизм, культура межнационального общения российский путь развития [Текст] // Воспитание школьников.-2002.-№7.-С.8-10.
- Ильин А.А. Книга, которая спасет вам жизнь / А.А. Ильин. М.: Эксмо, 2007.
 - Искусство снайпера Москва: 2006, Фаир-пресс ,Потапов А.А.
- Косарин Н.Я. и Швидченко К.Е.Строевая и физическая подготовка. Пособие по обучению молодого солдата, Москва 1970 г.
- Коструб А.А. Медицинский справочник туриста [Текст]/ А.А.Коструб. М.:Профиздат, 1986. 180 с.
- Крайнева И.Н. Узлы [Текст]/ И.Н.Крайнева. СПб.: Кристалл,1997. -237 с.
- Курцев П.А. Медико-санитарная подготовка учащихся. Москва «Просвещение» 1988 г.
- Никитин, Н. Биография патриотизма [Текст]/ Н. Никитин// Патриот.-2003.- N24.-C.8-9.
 - Основы рукопашного боя. М.: Воениздат, 1992. 226с.
- Первая помощь [Текст]/ под общей редакцией Ф.Е.Вартаняна.- М.: Российское общество Красного Креста, 1997.- 215 с.
 - Подготовка войскового разведчика. Учебное пособие. М.: Воениздат, 1994.
- Подготовка разведчика. Мн. Харвест, М.: АСТ, 2001. 400c. (Настольная книга будущего командира).
- Полезные советы воину. Учебное пособие. М.: Воениздат, 1994. 552с.
- Рощин А.Н. Ориентирование на местности [Текст]/ А.Н.Рощин. Киев: Высшая школа, 1982.-98 с.
- Сафонов В.И. 10 писем Робинзону [Текст]/ В.И.Сафонов.- М.: Физкультура и спорт, 1983.-78 с.
- Сорокин Ю.К. «Атлетическая подготовка допризывника», М. «Советский спорт» 1990г. Феникс, 2000.-416 с.
- Чеурин Г.С. «Самоспасение без снаряжения», 2010
- Швецова Е. Новейшая энциклопедия выживания в экстремальных ситуациях /

- Штюрмер Ю.А. Опасности в туризме, действительные и мнимые [Текст]/ Ю.А.Штюрмер. М.: Физкультура и спорт, 1983. 87 с.
- Шубина Т.Г. Маршалы и адмиралы (Энциклопедия военного искусства). Мн Литература, 1997. 608 с.
- Энциклопедия туриста [Текст]/ под ред. Е.И.Тамма. М.: Большая Российская энциклопедия, 1983.-605 с.

Астрель, 2005. – 252 c.

Список используемой нормативно-правовой литературы

- Конституция Российской Федерации
- Федеральный закон от $29.12.2012~\mathrm{N}$ 273-ФЗ (ред. от 13.07.2015) "Об образовании в Российской Федерации" (с изм. и доп., вступ. в силу с 24.07.2015).
- Федеральный закон от 31.05.1996 N 61-ФЗ (ред. от 12.02.2015) "Об обороне".
- Федеральный закон от $28.03.1998~\mathrm{N}$ 53-Ф3 (ред. от 05.10.2015) "О воинской обязанности и военной службе".
- Федеральный закон от 27.05.1998 N 76-ФЗ (ред. От 13.07.2015) "О статусе военнослужащих"
- Федеральный закон Российской Федерации от 6 марта 2006 г. N 35-ФЗ «О противодействии терроризму».
- Федеральный закон от 12.02.1998~N~28-ФЗ (ред. от 29.06.2015) "О гражданской обороне".
- Федеральный закон от 21 декабря 1994 г. N 68-ФЗ "О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера" (с изменениями и дополнениями).
- Концепция Допризывной подготовки молодежи в г.Москве до 2020 года-Приложение 1 к Постановлению Правительства Москвы от 16.02.2010 № 136-ПП
- Указ Президента РФ от 10 ноября 2007 г. N 1495 "Об утверждении общевоинских уставов Вооруженных Сил Российской Федерации" (с изменениями и дополнениями).
- Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации.

Аннотация

к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе физкультурно-спортивной направленности «Медведь»

Настоящая ДООП «Медведь» разработана с учётом действующих нормативно-правовых актов, в том числе и Устава муниципального автономного учреждения дополнительного образования «Центр внешкольной работы с. Троицкое».

Актуальность обусловлена тем, что деятельность направлена на воспитание и развитие у подрастающего поколения лучших человеческих качеств, формирование мировоззрения, социально-нравственных ценностей, норм поведения.

Разноуровневая программа по своей направленности является физкультурно-спортивной.

Педагогическая целесообразность заключена в том, что пройдя курс обучения, у выпускников будут сформированы общественно значимые ориентации, желание к несению военной службы, работы в силовых структурах государства, спасательных организациях.

Обеспечение безопасности на занятиях

Обучение в объединении связано с обращением и использованием учебного и спортивного оружия, учебных боеприпасов, средств имитации, снаряжения, а также использованием приёмов самозащиты. Всё это придает особую значимость вопросам соблюдения правил техники безопасности при проведении занятий.

Новизна выражена в том, что в неё включены разделы, способствующие нравственно-патриотическому воспитанию.

Программа ориентирована на учащихся в возрасте от 7 до 16 лет включительно.

По *времени организации* программа рассчитана на 3 года (1 год – стартовый уровень, 2 год - базовый уровень, 3 год - продвинутый).

При проведении полевых выходов, учений, стрельб, а также других занятий, связанных с выходом в поле, участием в военно-тактических играх и соревнованиях продолжительность учебного дня не регламентируется.

Форма проведения занятий – групповая и индивидуальная.

Состав группы — не менее 12 человек. Индивидуальный подход позволяет формировать не только разновозрастную группу, но и допускает участие в работе объединения девочек.

Режим занятий: 3 раза в неделю по 2 часа, 216 ч. в год (всего 648 ч.)

Для занятий необходим допуск врача к физическим нагрузкам и письменное заявление (согласие) родителей.

Цель программы - патриотическое воспитание детей и подростков.

Задачи:

Предметные:

- изучение военной истории Вооружённых Сил нашего Отечества, боевых традиций, ритуалов и символов;
- приобретение необходимых знаний по основам военного дела, военных профессиях;
- приобретение необходимых знаний по основам автономного существования в природных условиях, в условиях ЧС.

Метапредметные:

- физическое и психологическое развитие подростка, совершенствование функциональных возможностей организма;
 - развитие памяти, мышления, совершенствование рефлексов;
- формирование потребности к самообразованию, самоопределению, самореализации, и выработке адекватной самооценки.

Личностные:

- воспитание чувства любви и уважения к государственным и военным символам, воинским ритуалам, культурному и историческому прошлому России;
- воспитание морально-волевых качеств, сознательной дисциплины и культуры поведения, ответственности за порученное дело;
 - формирование стремления к взаимоуважению и взаимопониманию;
- воспитание потребности в здоровом образе жизни и активном отдыхе.

Формы организации занятий - коллективные, групповые, индивидуальные и дифференцированно – групповые.

Основные методы обучения: словесные, наблюдения, проблемные, иллюстративные, практические.

Основные формы занятий: тактико-строевые занятия, тематические и комплексные занятия, марш-броски, практические занятия на местности.

Формы аттестации

В начале и конце учебного года все учащиеся проходят тестирование по специально разработанным вопросам, а также сдают контрольные физические нормативы с целью проверки их начальной физической подготовки согласно возрастным оценочным нормативам.

Подведение итогов по результатам освоения материала проходит в конце каждого раздела программы и по окончании учебного года. Итоговый контроль первого года обучения предполагает сдачу нормативов и зачётов, личностную оценку деятельности, прохождение итогового тестирования, второго года обучения - марш - бросок на 5 км с принятием зачётов по основным разделам обучения.

Система награждения и поощрения обучающихся

Учащиеся, успешно прошедшие полный курс обучения по ДООП «Медведь» награждаются грамотами МАУДО ЦВР с. Троицкое.