

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Детско-юношеский Центр "Спартак"»

Принята на Педагогическом совете
МБУ ДО «ДЮЦ «Спартак»
Протокол №3 от 27 августа 2021г.

УТВЕРЖДЕНА
Приказом МБУ ДО «ДЮЦ «Спартак»
от «14» сентября 2021 г. № 75

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ВОЕННО-ПАТРИОТИЧЕСКОГО ОБЪЕДИНЕНИЯ
«ПОЕДИНОК»
(Срок реализации 3 года)

Возраст обучающихся 6-14 лет

г. Богородск
2021 г.

Содержание программы

Пояснительная записка -----	3
1. Организационно-педагогические условия -----	6
2. Учебный план -----	9
Календарный учебный план -график -----	9
План учебного процесса -----	10
3. Рабочая программа. Содержание учебного плана -----	11
4. Методическое обеспечение -----	19
5. План воспитательной работы -----	20
6. Оценочные материалы -----	23
7. Условия реализации программы. Перечень материально - технического обеспечения -----	25
8. Перечень информационного обеспечения -----	26

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная программа составлена в соответствии с: Федеральным законом Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Федеральным законом Российской Федерации от 14 декабря 2007 г. № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации», Приказом Министерства просвещения Российской Федерации (Минпросвещения России) от 9 ноября 2018 года № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

Направленность Программы: гражданско-патриотическая.

Актуальность, педагогическая целесообразность программы.

В образовательной организации в воспитательной работе в России патриотическое воспитание молодежи всегда являлось приоритетным направлением и рассматривалось как одно из условий укрепления обороноспособности страны.

Федеральный закон "Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации", № 124-ФЗ. принятый Государственной Думой 03.07.1998г., констатирует признание государством "принципа приоритетности подготовки детей к полноценной жизни в обществе, развития у них общественно значимой и творческой активности, воспитания в них высоких нравственных качеств, патриотизма и гражданственности. (Ст.4.).

Огромное значение имеет тот факт, что частью обязательной подготовки граждан России к военной службе является военно-патриотическое воспитание.

Патриотизм - это одна из наиболее значимых, непреходящих ценностей, присущих всем сторонам жизни общества и государства: он является важнейшим духовным достоянием личности, характеризует высший уровень ее развития и проявляется в её активно деятельной самореализации

на благо Отечества. Патриотизм олицетворяет любовь к своему Отечеству, неразрывность с его историей, культурой, достижениями, проблемами, составляющими духовно-нравственную основу личности, формирующими ее гражданскую позицию и потребность в достойном, самоотверженном, вплоть до самопожертвования, служении Родине.

Патриотизм представляет собой своего рода фундамент общественного государственного здания. Воспитание патриотизма базируется на следующих направлениях: военно-патриотическое воспитание (формирование у школьников глубокого патриотического сознания, стремления к военной службе своему Отечеству), героико-патриотическое воспитание (пропаганда военных профессий, воспитание гордости за деяния своих предков), национально-патриотическое воспитание (формирование в ребенке чувства гордости, любви и уважения к своему народу, национальным традициям), гражданское воспитание (формирование правовой культуры, четкой гражданской позиции, желания сознательно и добровольно служить своему народу).

Основные направления деятельности:

- патриотическое воспитание;
- воспитание гражданского сознания;
- формирование стремления к здоровому образу жизни;
- развитие эстетических способностей;
- спортивно – оздоровительное;
- интеллектуальное развитие учащихся.

Образовательная деятельность по дополнительной общеобразовательной программе направлена на:

- формирование и развитие физических способностей обучающихся;
- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни;
- обеспечение духовно-нравственного, гражданско-патриотического, военно-патриотического воспитания обучающихся;
- выявление, развитие и поддержку талантливых обучающихся;

создание и обеспечение необходимых условий для личностного развития, профессионального самоопределения и творческого труда обучающихся.

Цель - формирование физически и нравственно развитой личности, способной активно использовать ценности патриотического сознания, готовности самореализации в основных сферах жизни общества, в том числе его защите.

Задачи:

Обучающие:

- формировать у обучающихся знания, умения и навыки, история армии, история развития военного дела, являющихся основой патриотизма;
- обучение обучающихся с правами и обязанностями гражданина России, что является основой для формирования и развития их правового сознания;
- формировать знания, умения и навыки по разделам программы являющимся базовыми для развития у обучающихся готовности к военной службе.

Развивающие:

- содействовать сохранению и укреплению здоровья детей (выносливости, режим дня, правильному распределению нагрузки);
- физическое развитие обучающихся через систему и содержание деятельности объединения;
- формирование у обучающихся психологической устойчивости.

Воспитательные:

- формирование у обучающихся гражданственности и патриотизма как важнейших духовно - нравственных и социальных ценностей.
- содействовать развитию у детей ответственности и дисциплинированности.
- воспитывать уважение к культурному и историческому прошлому России;

- формировать у обучающихся позитивных мировоззренческих взглядов и позиций по основным социальным, историческим, нравственным, политическим и военным проблемам,

- воспитывать развитие у обучающихся таких качеств, как уважение законности, стойкость, настойчивость, взаимовыручка, мужество, храбрость, способность к преодолению трудностей.

Особенностями данной программы является направленность на овладение базовых знаний о гражданственности, патриотизме как высших духовно-нравственных и социальных ценностей, с целью формирования у детей профессионально значимых качеств, умений и готовности к их активному проявлению в различных сферах жизни общества, особенно в процессе военной и других, связанных с ней, видов государственной службы, верности конституционному и воинскому долгу, высокой ответственности и дисциплинированности.

Новизна. Программа способствует комплексному решению задач сохранения и укрепления здоровья учащихся с учетом возрастных и индивидуальных особенностей организма.

Организационно-педагогические условия.

Образовательная деятельность организуется в течение всего календарного года, включая каникулярное время в соответствии с календарным учебным планом, годовым учебным. Подача заявлений о приеме и прием поступающих производится в период комплектования учебных групп с 1 сентября.

Срок реализации. Программа рассчитана на 3 года обучения, и является рабочим документом для организации текущей и перспективной деятельности по военно - патриотическому воспитанию дополнительного образования детей.

Минимальный возраст детей. На обучение по данной программе зачисляются дети 6-14 лет и не имеющие медицинских противопоказаний, имеющие письменное разрешение врача.

Наполняемость групп.

Максимальный состав группы определяется с учетом соблюдения правил техники безопасности на учебно-тренировочных занятиях. В группу принимается не менее 12 и не более 20 человек.

Группы формируются на основе добровольного единения детей примерно одинакового уровня физической и интеллектуальной подготовленности.

Большое значение для успешной работы объединения имеет индивидуальный подход к детям. Он обязателен на всех этапах работы.

Режим занятий. Продолжительность занятий составляет по 90 минут 2 раза в неделю. Продолжительность одного занятия рассчитывается в академических часах (45 мин) с учетом возрастных особенностей. Учебный план программы рассчитан на 42 недели непосредственно в условиях учреждения и дополнительные 10 недель на период активного отдыха.

Форма проведения учебных занятий - групповая.

Формы организации занятий. Основными формами являются: теоретические занятия (в форме бесед, лекций, кино- или видеозаписей, просмотра соревнований), участие в соревнованиях, медико-восстановительные мероприятия, культурно-массовые мероприятия.

Формы аттестации. Программа предусматривает промежуточную и итоговую аттестацию результатов обучения учащихся.

Итоговая аттестация проводится по окончании обучения по программе (в июне) по всем разделам учебного плана.

Ожидаемыми личностными результатами программы являются:

- мотивированность и направленность на активное и созидательное участие в будущем в общественной и государственной жизни;
- ценностные ориентиры, основанные на идеях патриотизма, любви и уважения к Отечеству, на отношении к человеку, его правам и свободам, как высшей ценности;

- убежденность в важности для общества верности конституционному и воинскому долгу, высокой ответственности, дисциплинированности.

В конце учебного процесса учащиеся будут

знать:

- меры безопасности во время занятий;
- воинские традиции Советской и российской армии;
- символы воинской чести;
- государственную символику России;
- элементы строя и обязанности в строю;
- организацию привалов и ночлегов;
- принципы оказания первой медицинской помощи в чрезвычайных ситуациях.

уметь:

- выполнять строевые команды на месте и в движении;
- выполнять приемы рукопашного боя;
- организовать ночлег в полевых условиях;
- ориентироваться на местности;
- выполнять комплексы физических упражнений;
- оказать первую медицинскую помощь при травмах и ранениях;
- оказать помощь при чрезвычайных ситуациях.

**План учебного процесса на 42 недели /на 4 часа в неделю/
по образовательной программе «Поединок»**

Срок реализации программы: **5 лет**

Возраст учащихся: **6-14 лет**

№	Предметная область	СОГ-1 г.об			СОГ-2 г.об			СОГ-3 г.об			Всего недель/ часов по программе			Формы промежуточной и итоговой аттестации
		Количество часов			Количество часов			Количество часов			Всего недель/ часов по программе			
		Всего часов	В том числе		Всего часов	В том числе		Всего часов	В том числе		итого часов	В том числе		
	теория	практика		теория	практика		теория	практика		теория	практика			
1	Теоретическая подготовка	48	48		48	48		48	48		144	144		Текущий контроль
2	Общая физическая подготовка	60		60	60		60	60		60	180		180	Практическая работа
3	Специальная физическая подготовка	60		60	60		60	60		60	180		180	Практическая работа
	Промежуточная и итоговая аттестация	2		2	2		2	2		2	6		6	Зачет
	Общее количество часов в год	168	48	120	168	48	120	168	48	120	504	144	360	

3. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Содержание учебного плана

3.1 Теоретическая подготовка

Целью теоретической подготовки является овладение минимумом знаний, необходимых для понимания сущности военно-патриотического воспитания и его социальной роли.

Примерная тематика программного материала военно-патриотической направленности.

№ п/п	Тема	Количество часов:			Формы аттестации (контроля)
		всего	теория	практика	
1	История вооруженных сил России	4	4	-	
1.1	Виды вооруженных сил.	1	1	-	
1.2	Символы воинской чести. Государственная символика.	1	1	-	
1.3	Полководцы и герои.	1	1	-	
1.4	Военные профессии	1	1	-	
2	Строевая подготовка	14	2	12	Практическая работа
2.1	Строй и его элементы	2	2	-	
2.2	Строевая стойка и выполнение команд	2	1	1	
2.3	Повороты на месте и в движении	6	-	6	
2.4	Строевые приемы. Воинское приветствие	4	-	4	
3	Основы медицинских знаний	10	4	6	Практическая работа
3.1	Принципы оказания первой медицинской помощи в чрезвычайных ситуациях	2	2	-	
3.2	Ранения и кровотечения	4	1	3	
3.3	Травмы опорно-двигательного аппарата	4	1	3	
4	Основы рукопашного боя	6	2	4	
4.1	История развития рукопашного боя в России.	1	1	-	
4.2	Элементы страховки.	3	1	2	
4.3	Ударная техника. Техника захватов. Бросковая техника. Боевые приемы.	2	-	2	
5	Основы выживания в сложных условиях	14	5	9	Практическая работа
5.1	Основы ориентирования на местности	1	1	-	
5.2	Организация привалов и ночлегов	2	1	1	
5.3	Организация питания в полевых условиях	1	1	-	

5.4	Виды узлов. Способы переправы через овраги, водоёмы	2	1	1	
5.5	Ориентирование на местности.	4	1	3	
5.6	Техника преодоления различных элементов личной и командной полосы препятствий	4	-	4	
	Текущий контроль	2		2	
	Итого	48	17	31	

Содержание программы

Вводное занятие. Знакомство с основными разделами программы. Правила безопасного поведения на занятиях. Знакомство. История ДЮОЦ, достижения и традиции.

Раздел 1. История вооруженных сил России

Тема 1.1. Виды вооруженных сил.

Воинская слава России. Армия и флот России XX века.

Армия России на современном этапе. Виды и рода войск ВС РФ. Вооружение Российской армии на современном этапе. Ракетные войска. Сухопутные войска. Военно-воздушные силы. Военно-морской флот. Пограничные войска. Внутренние войска.

Тема 1.2. Символы воинской чести.

Сила воинских традиций. Роль и место традиций и ритуалов в жизнедеятельности воинских коллективов. Система воинских традиций и ритуалов.

Боевое знамя воинской части. История военной присяги и порядок ее принятия. Флаг. Герб. Гимн. Геральдика. Знаки отличия.

Тема 1.3. Полководцы и герои.

Полководцы XX века: Брусилев, Жуков, Рокоссовский, Антонов, Конев. Создание новых видов и родов вооруженных сил. Герои Советского Союза. Военачальники. Героизм женщин.

Тема 1.4. Воинские профессии.

Профессия военного: описание и содержание деятельности. Необходимые умения. Область применения. Военные профессии для девушек.

Раздел 2. Строевая подготовка

Тема 2.1. Строй и его элементы.

Элементы. Виды. Управление строем. Обязанности перед построением и в строю.

Тема 2.2. Строевая стойка и выполнение команд.

Команды: «Становись!», «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно!», «Заправиться!»

Тема 2.3. Повороты на месте и в движении.

Повороты «Налево!», «Направо!», «Кругом!». Строевой шаг. Походный шаг. Построение в шеренгу, колонну. Перестроения. Движение в колонне в обход, по кругу. Движение в колонну по одному, по два, по три.

Тема 2.4. Военская честь. Строевые приемы.

Строевая стойка. Выход из строя и возвращение в строй, ответ на приветствие. Отдание воинской чести в движении.

Раздел 3. Основы медицинских знаний

Тема 3.1. Принципы оказания первой медицинской помощи в неотложных ситуациях.

Осмотр пострадавшего. Признаки жизни и смерти.

Тема 3.2. Ранения и кровотечения

Виды ранений. Обработка ран. Виды и правила наложения повязок на раны. Виды кровотечений. Способы остановки кровотечений. Правила наложения жгута.

Тема 3.3. Травмы опорно-двигательного аппарата

Вывихи, растяжения, разрывы связок. Переломы конечностей. Оказание первой помощи. Правила наложения шин.

Раздел 4. Основы рукопашного боя.

История развития рукопашного боя в России. История развития. Виды рукопашного боя. Страховка при падении на бок. Страховка при падении на спину. Страховка при выполнении бросков и приемов.

Ударная техника. Техника ударов руками. Техника ударов ногами.

Техника захватов. Захваты за одежду. Освобождение от захватов.

Бросковая техника. Бросок «через бедро». Бросок «передняя подножка». Бросок «задняя подножка». Бросок «подсечка». Бросок «отхватом».

Раздел 5. Основы выживания в сложных условиях

Тема 5.1. Основы ориентирования на местности.

Карты и схемы. Правила работы с картой. Сопоставление карты с местностью. Ориентирование с использованием крупных форм рельефа. Ориентирование с помощью компаса и карты. Ориентирование с картой без компаса. Погрешности в ориентировании. Определение азимута и отработка навыков по азимуту. Сопоставление способов ориентирования.

Тема 5.2. Организация питания в полевых условиях.

Питание войск в полевых условиях. Составление и гигиеническая оценка раскладки продуктов.

Тема 5.3. Виды узлов. Способы переправы.

Виды узлов. Узлы для связывания верёвок одинакового и разного диаметров. Узлы для закрепления концов верёвок. Специальные узлы.

Тема 5.4. Техника преодоления различных элементов личной и командной полосы препятствий

Техника прохождения различных препятствий: переправа по бревну, переправа по параллельным верёвкам, навесная переправа, «маятник», «бабочка».

3.2. Общая физическая и специальная подготовка.

Комплексы общеразвивающих упражнений, направленные на развитие гибкости, координационных способностей, силовой выносливости. Спортивные и подвижные игры, направленные на развитие ловкости, быстроты, выносливости. Эстафеты и прыжковые способности и быстроты. Циклические упражнения, направленные на развитие выносливости.

СФП направлена на совершенствование двигательных качеств футболистов, на подготовку организма к физическим напряжениям.

Гимнастика.

- Способы перестроения для проведения упражнений вдвоём

(отделение, взвод).

- Построение подразделения для проведения упражнений на гимнастической стенке.
- Построение подразделения для проведения упражнений со скакалкой.
- Строевые приёмы: повороты налево, направо, кругом, шаг вперёд, шаг назад, перестроение из одной шеренги в две и обратно.
- Ходьба по квадрату с поворотами налево через четыре шага, перестроение из одношеренгового в двухшеренговый. Ходьба с поворотом кругом. Ходьба на месте, выполнение команды: «Прямо». Повороты на месте, размыкание и смыкание. Повороты на месте - направо, кругом, налево по разделениям и слитно. Ходьба с поворотом кругом через 8 шагов (8 счетов). Перестроение из одношеренгового строя в двухшеренги, размыкание на три шага направо, смыкание налево. Повороты кругом. Упражнения на внимание: на восемь снегов - три шага вперёд, поворот налево, поворот кругом и т.п. Перекладина высокая: подтягивание в висе. Подъём прямых ног к перекладине. Подъём переворотом. Низкая перекладина: Подъём переворотом толчком одной и махом другой, /страховка/. Оборот назад. Соскок дугой.

Упражнения на брусьях: Сгибание и разгибание рук в упоре /страховка/ Сгибание и разгибание рук в размахивании. Поднимание и опускание рук в упоре(брусья низкие). Угол в упоре (брусья низкие). Соскок боком(брусья низкие). Соскок боком через две жерди с опорой на одну(левую)руку Соскок нош врозь (брусья низкие). Кувырок вперёд согнувшись. Соскок ноги врозь на концах жердей Подъём переворотом. Подъём переворотом с поворотом с упором на руках Подъём разгибом в сед ноги врозь Соскок махом вперёд углом вправо с поворотом па лево, держась за жердь. Подъём махом назад. Соскок махом назад прогнувшись вправо. Подъём разгибом. Стойка на плечах с силой из седа ноги врозь. Стойка на плечах махом назад. Подъём махом вперёд. Соскок углом вправо с

поворотом налево кругом.

Опорные прыжки: Прыжок ноги врозь через козла /страховка/. Прыжок ноги врозь через коня (козла) в ширину. Прыжок ноги врозь через коня в ширину Прыжок ноги врозь через коня в длину.

Упражнения в лазании: Лазание по канату с помощью ног в два приёма /страховка/. Лазание по канату (шесту) без помощи ног. Завязывание на канате «петлей». Завязывание на канате «стоя». Лазание по столбу «дереву».

Упражнения в равновесии: Ходьба по бревну (балке) различными способами /страховка/ Способы расхождения на бревне перешагиванием.

Передвижение по высокому бревну на четвереньках, верхом в упоре.

Упражнения с отягощением: Выполнение движений с патронными ящиками, с гирями, камнями. Выполнение движений с бревном (металлической балкой) Выполнение движений со штангой.

Акробатические упражнения: Кувырок вперёд в группировке. Кувырок вперёд в группировке прыжком. Стойка на голове. Кувырок назад с помощью Переворот боком влево. Стойка на плечах с опорой на руки партнёра, лежащего на полу.

Игры эстафеты, комплексная тренировка

Игры: «прыгай ловко»; «день и ночь»; «карусель»; «перетягивание каната». Эстафеты: «подсека»; «волчёр»; «гонка всадников». Прыжково-акробатическое упражнение. Комплексная тренировка соревновательным способом (гимнастические снаряды).

Упражнение на гимнастической конструкции: Наклонная лестница. Вертикальная лестница. Канаты и шесты. Балки и брёвна на высоте 5-6 метров.

Системы защиты без оружия.

Военно-прикладное самбо.

Основы базовой техники защиты и, основанные на этих элементах, приёмы рукопашного боя. Падение на спину, на бок, на живот. Стойки передвижения. Захваты. Уклоны. Броски. Удары. Болевые приёмы.

Удержание. Удушающие приёмы. Броски, броски проводимые руками. Броски, проводимые с помощью ног. Броски, проводимые с помощью бедра. Боевые комбинации и связки. Защита от ударов руками и ногами. Освобождение от захватов. Защита от нападения холодным оружием.

Преодоление препятствий.

На занятиях по преодолению препятствий, выполняются важные военно-прикладные упражнения: прыжки, преодоление препятствий, метание гранат, посадка на автомобиль, соскакивание с движущегося транспорта. На занятиях по преодолению препятствий можно применять много различных упражнений таких, как прыжки, через широкие, глубокие препятствия, прыжки в глубину, прыжки через товарища, лежащего на земле, преодоление завалов, канав, оврагов, песчаных круч; передвижение по узкой или качающейся опоре. Специальные полосы препятствий. Простейшие гимнастические полосы препятствий.

Спортивные игры.

Футбол, баскетбол, волейбол по упрощённым правилам.

Атлетическая гимнастика.

Виды упражнений кондиционной и атлетической гимнастики для воспитанников спортивно- оздоровительной группы, структурированные по анатомическому принципу.

- методика правильного дыхания;
- упражнения для мышц спины, верхнего плечевого пояса и рук;
- упражнения для мышц бедра, таза и спины;
- упражнения для мышц груди, верхнего плечевого пояса и рук;
- упражнения для мышц живота;
- упражнения для мышц задней поверхности бедра и мышц таза;
- упражнения для приводящих мышц бедра и таза;
- упражнения для мышц передней поверхности бедра;
- упражнения для мышц рук.

Виды упражнений атлетической гимнастики для старших

воспитанников, структурированные по анатомическому принципу.

- упражнения для развития силы;
- упражнения для развития мышц бедра;
- упражнения для развития мышц груди;
- упражнения для развития мышц верхнего плечевого пояса;
- упражнения для развития мышц плеча;
- упражнения для развития и укрепления мышц живота;
- упражнения на растягивание мышечно- связочного аппарата.

Средства ОФП: бег на короткие и длинные дистанции, кроссы, лыжные кроссы, спортивные игры- баскетбол, футбол(по упрощённым правилам), упражнения со штангой, плавание и т.д. средства СФП: силовые упражнения с собственным весом и специальными снарядами, упражнения для развития гибкости и ловкости быстроты и специальной выносливости, упражнения избирательного воздействия.

3.3. Психологическая подготовка

Психологическая подготовка направлена на формирование у воспитанников необходимых свойств личности, волевых качеств, развития психологических процессов, способствующих успешному выполнению задач, которые надо решать в конкретной ситуации. Итогом психологической подготовки обучающихся должно быть состояние психологической готовности, которая находит своё выражение в максимальной мобилизованности и отдаче всех сил для достижения наилучших результатов на занятиях, в соревнованиях и т.д.

Для этого большое внимания тренер-преподаватель должен уделять воспитанию психической устойчивости в процессе физической подготовки и методики воспитания психологической устойчивости. Особую группу должны составлять приёмы и упражнения, направленные на устранение нервно-психического напряжения.

4. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

Методическая часть программы включает учебный материал по основным видам подготовки, рекомендуемые объемы теоретических и соревновательных нагрузок.

Подготовка строится на основе следующих методических положений:

- использование общепедагогических (дидактических) принципов воспитывающего обучения (сознательности и активности занимающихся, наглядности, систематичности, доступности, индивидуализации, прочности и прогрессирования);
- оптимальное соотношение (соразмерность) различных сторон подготовленности учащихся в процессе обучения;
- поиск средств, позволяющих решать одновременно несколько задач (например: сочетание физической и технической подготовки).

Теоретическая подготовка – это формирование у занимающихся специальных знаний в сфере военно-патриотического воспитания, необходимых для успешной деятельности в дальнейшем, осуществляется в ходе практических занятий и самостоятельно.

Организационно-методические особенности подготовки юных патриотов.

Подготовка строится на основе следующих методических положений:

- использование общепедагогических (дидактических) принципов воспитывающего обучения: сознательности и активности занимающихся, наглядности, систематичности, доступности, индивидуализации;
- стремиться к тому, чтобы объем и интенсивность упражнений возрастали по мере улучшения физической подготовленности обучающихся.

Интегральная подготовка направлена на приобретение соревновательного опыта, повышение устойчивости к соревновательному стрессу и надежности выступлений. Может осуществляться в процессе соревнований и модельных тренировок.

Методическое обеспечение

Раздел	Форма занятий	Методы и приемы организации учебно-тренировочного процесса	Дидактический материал, техническое оснащение	Форма контроля
Теоретическая подготовка	- беседа; -просмотр фотографий, рисунков и таблиц, учебных видеофильмов - самостоятельное чтение специальной литературы; -практические занятия	- сообщение новых знаний; - объяснение; - работа с учебно-методической литературой; -работа по фотографиям; -работа по рисункам; -работа по таблицам; -практический показ.	- фотографии;- рисунки; -учебные и методические пособия; -специальная литература; - журналы; -научно-популярная литература.	- беседы; -краткий пересказ учебного материала; - семинары; -устный анализ к рисункам, фотографиям, фильмам.
Общая физическая подготовка	-учебно-тренировочное занятие	- словесный; - наглядный; - практический; -самостоятельный показ и подбор упражнений	-учебные и методические пособия; -учебно-методическая литература.	контрольные нормативы по общей физической подготовке.
Специальная подготовка	- учебно-тренировочное занятие	- словесный; - наглядный; - практический; -самостоятельный показ и подбор заданий	- фотографии; - рисунки; - учебные и методические пособия.	контрольные нормативы и упражнения текущий контроль.
Соревнования	- контрольная тренировка;- соревнование	- практический;	- инвентарь	протокол соревнований

5. ПЛАН ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

Воспитательная работа с юными патриотами подчинена в целом общей конечной цели: воспитанию гармонично развитого человека, активной и сознательной личности, обладающей духовным богатством, моральной чистотой и физическим совершенством.

Основные принципы, характеризующие условия, в которых должен протекать воспитательный процесс:

- связь воспитания с реальной жизнью и трудом;
- воспитание в коллективе;

- единство требований и воспитательных воздействий со стороны всех взрослых, контактирующих с ребёнком;
- сочетание требовательности с уважением к личности воспитанника;
- учёт индивидуальных особенностей каждого;
- систематичность и непрерывность воспитательного процесса;
- единство слова и дела в жизни группы;
- сплочённость коллектива, его ориентация на героические идеалы.

Для решения этих задач планируется проведение экскурсий в Исторический музей; уроков мужества с участием военнослужащих и участников локальных войн; проведение лекций и классных часов, посвященных военно-историческим датам; несение Вахты памяти; Дни воинской славы, участие во Всероссийской акции «Бессмертный полк»; обсуждение прочитанных книг, просмотренных фильмов, телепередач о значении истории и патриотизма в жизни народа и страны и др.

План воспитательной работы

№	Мероприятие	Задачи	Сроки проведения
1.	Проведение родительских собраний в учебных группах	Воспитательная	октябрь, март
2.	Проведение бесед с учащимися учебных групп по технике безопасности (на занятиях и т.д.)	Воспитательная, образовательная	сентябрь, декабрь, май
3.	Проведение бесед о дисциплине, самодисциплине, культуре речи, этике поведения на учебных занятиях	Воспитательная, познавательная	в течение учебного года
4.	Беседы о гигиене, выборе спортивной одежды	Воспитательная, образовательная	в течение учебного года
5.	Беседы о здоровом образе жизни, о негативном влиянии вредных привычек на здоровье человека)	Воспитательная, образовательная	в течение учебного года
6.	Организация встреч с известными личностями города	Познавательная, воспитательная (патриотизм, гражданственность, целеустремленность, духовная нравственность, сила воли)	в течение учебного года
7.	Проведение различных мероприятий, конкурсов, эстафет, соревнований.	Воспитательная (нравственная, эстетическая, коллективизм, товарищество, ответственность)	в течение учебного года

Проводимые мероприятия

№	Содержание деятельности	Сроки
1	Проведение соревнований по стрельбе	Сентябрь
2	Участие в проведении линейки, посвященной Дню героев Отечества	09 декабря
3	Несение Вахты Памяти	Май
4	Уборка памятника воинам, погибшим в годы Великой Отечественной войны	В течение года
5	Организация экскурсий в Исторический музей	В течение года
6	Мероприятия, посвященные Дню Победы в Великой Отечественной войне	Май

6. СИСТЕМА КОНТРОЛЯ И ЗАЧЕТНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Аттестация обучающихся в объединении МБУ ДО ДЮОЦ «Спартак» рассматривается преподавателем как неотъемлемая часть образовательного процесса, так как позволяет всем его участникам оценить реальную результативность их совместной творческой деятельности.

Цель аттестации - выявление уровня развития способностей и личностных качеств детей и их соответствия прогнозируемым результатам образовательной программы.

Задачи аттестации:

- определение уровня теоретической подготовки детей в конкретной образовательной области;
- анализ полноты реализации образовательной программы дополнительного образования.

Итоговая аттестация проводится 1 раз в год в конце учебного года. Она предусматривает теоретическую и практическую подготовку обучающихся в соответствии с требованиями Программы. По итогам аттестации определяется уровень освоения Программы (зачет/незачет).

Форма аттестации: зачет.

Контроль в учебной программе

Вид контроля	Цель контроля	Методы и формы	Сроки проведения	Отслеживание результатов
Текущий	По результатам скорректировать программу	Выполнение контрольных норм. тестов	Январь	Внести изменения, добавления
Промежуточный/ Итоговый	Определить результат учебной деятельности	Выполнение контрольных нормативов	Апрель - Май	Внести корректировку в программу по итогам диагностирования обучающихся

Аттестация по теоретической подготовке проводится в форме собеседования и заканчивается оценкой «зачет» «незачет». При ответе на 60% вопросов ставится оценка «зачтено».

Для оценки разносторонней физической подготовки обучающихся и для перевода на следующий год обучения проводятся контрольно-переводные нормативы. Обучающиеся сдавшие контрольно-переводные нормативы по ОФП и СФП переводятся на следующий год обучения.

Перед летними каникулами педагог даёт оценку деятельности объединения в целом и отдельных его обучающихся, а также знакомит ребят с перспективами дальнейшей работы.

Нормативы общей физической подготовки

№ п/п	Контрольные упражнения	мальчики			девочки		
		отлично	хорошо	удовлетворительно	отлично	хорошо	удовлетворительно
1	Бег 30 м. с ходу (с)	5,6	5,8	6,0	5,8	6,0	6,2
2	Челночный бег 3 x 10 м (с)	9,6	9,8	10,0	9,8	10,0	10,2
3	Прыжок в длину с места (см)	150	145	135	140	135	130
4	Подтягивание на перекладине (раз)	6	4	3	-	-	-
5	Подтягивание в висе лежа (раз)	-	-	-	15	12	10
6	Сгибание рук в упоре лежа (раз)	20	15	12	12	10	8
7	Сгибание туловища лежа на спине (раз)	18	16	14	15	12	10

Нормативы специальной физической подготовки

N п/п	Контрольные нормативы	Уровень подготовки			
		высокий	в / среднего	средний	нижний
		«5»	«4»	«3»	«2»
1.	Прыжок в длину с места, см	165	160	155	150
2.	Прыжок в высоту с места, см	15	12	9	6
3.	Прыжки толчком двумя ногами с вращением скакалки вперёд за 30 сек (количество раз)	20	15	10	5
4.	Наклон вперёд, стоя на гимнастической скамейке (см)	12	9	6	3
5.	Мост (см)	20	23	26	29
6.	Шпагат (см)	20	23	26	29
7.	Приседание на одной ноге без опоры (количество раз)	2	1	-	-
8.	Подъём туловища из положения лёжа (пресс) за 30 сек (количество раз)	10	9	8	7

Оценка инструкторских навыков воспитанников

№	Методические навыки	Год обучения		
		1	2	3
1	Строевая подготовка			
2	Знание команд и командный язык			
3	Требовательность и умение руководить группой			
4	Знания терминологии			
5	Показ упражнений			
6	Объяснение техники выполнения упражнений			
7	Применение подготовительных упражнений			
8	Владение приёмами страховки			
9	Умение исправлять ошибки обучаемых			
10	Умение организовать тренировочный процесс. Подготовка мест занятия			
11	Составление плана-конспекта			
12	Внешний вид			
13	Общая оценка			

7. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ.

ПЕРЕЧЕНЬ МАТЕРИАЛЬНО - ТЕХНИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ

- Отдельное помещение;
- музыкальная аппаратура;
- плакаты;
- компьютер и выход в Интернет.

ПЕРЕЧЕНЬ ИНФОРМАЦИОННОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ПРОГРАММЫ

Нормативно-правовые акты

1. Федеральный закон от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Федеральный закон от 04.12.2007 г. № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации».
3. Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утв. приказом Минпросвещения России от 09.11.2018 № 196.
4. Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей», утверждены Главным государственным санитарным врачом РФ 04.07.2014 г.

Список литературы для педагога

5. Аверин А.И. и др. Начальная военная подготовка/ А.И.Аверин, И.Ф. Выдрин, Н.К.Ендовицкий. – М.: Просвещение, 1987. – 256 с.
6. Агапова И.А. Патриотическое воспитание в школе/И.А.Агапова. – М.: Айрис-пресс, 2002. – 150 с.
7. Вырщиков А.Н. Патриотическое воспитание: методологический аспект А.Н.Вырщиков. – Волгоград, 2001.- 200 с.
8. Глыжко Л.И. Военно-патриотическое воспитание молодежи (опыт работы центра доп. образования Л.И.Глыжко, С.А. Пищулин)// Внешкольник. – 2002. – С.11-12.
9. Зеленин А.А. и др. Методическое пособие по организации и проведению военно-спортивных игр, конкурсов и соревнований. – Кемерово: Кузбассвузиздат, 2004.-163с.
10. Иванова И. Больше, чем игра...: «Зарница»: вчера, сегодня, завтра/ И. Иванова // Военные знания. – 2003. – №2. – С.32-33.

11. Лысогор Н.А. и др. Питание в туристском походе /Н.А.Лысогор, Л.А.Толстой, В.В.Толстая. – М.: Пищевая промышленность, 1980. – 96 с.

12. Мазыкина Н.В. Инновационные подходы в патриотическом воспитании и гражданском становлении личности/ Н.В.Мазыкина // Внешкольник . -2002. – №5. – С.5-8.

13. Рожков С. Воспитываем патриотов: Патриотическое воспитание в школе /С.Рожков // Педагогический вестник. – 2003. – №12.- С.7

14. Салихова Р. Воспитание гражданина /Р.Салихова, Г.Ахметжанова// Воспитание школьников: Теоретический и научно-методический журнал.– 2003 . – №1. – С.2-8.

Список литературы для обучающихся

15. Бонингтон К. В поисках приключений/ К.Бонингтон. – М.: Прогресс, 1987. – 400 с.

16.Волович В.Г. Человек в экстремальных условиях природной среды / В.Г.Волович. – М.: Мысль, 1990. – 205 с.

17.Коструб А.А. Медицинский справочник туриста /А.А.Коструб. – М.: Профиздат, 1986. – 180 с.

18. Крайнева И.Н. Узлы / И.Н.Крайнева. – СПб.: Кристалл,1997. -237 с.

19. Первая помощь / под общей ред. Ф.Е.Варганяна.- М.: Российское общество Красного Креста, 1997.- 215 с.

20. Роцин А.Н. Ориентирование на местности А.Н.Роцин. – Высшая школа, 1982. – 98 с.

21.Штюмер Ю.А. Опасности в туризме, действительные и мнимые / Ю.А.Штюмер. — М.: Физкультура и спорт, 1983. – 87 с.

22. Штюмер Ю.А.Карманный справочник туриста / Ю.А.Штюмер.-М.: Профиздат, 1982. – 224с.

23. Энциклопедия туриста / под ред. Е.И.Тамма. – М.: Большая Российская энциклопедия, 1983. – 605 с.

Рецензия

методиста МБУ ДО ДЮЦ «Спартак» Панфилова Николая Алексеевича на методическую разработку программы военно-патриотической направленности

Методическая разработка примерной программы военно-патриотической направленности востребована общегосударственными интересами, а именно:

- формирование у подростков потребности к занятиям физическими упражнениями с военно-прикладной направленностью;
- воспитание морально-волевых и нравственных качеств;
- изменение в положительную сторону отношения подростков к различным видам деятельности;
- коррекция асоциального и девиантного поведения;
- развитие основных двигательных качеств и повышение;
- функциональных возможностей.

Военно-патриотическое воспитание подрастающего поколения, подготовка его к защите Отечества, является наиважнейшей задачей и составной частью идеологической работы всех образовательных учреждений. Особое место по развитию и совершенствованию военно-патриотической работы отводится учреждениям дополнительного образования совместно с общеобразовательными школами и призваны воспитывать чувства уважения к историческим страницам прошлого и настоящего нашей Родины.

Муниципальное образовательное учреждение дополнительного образования Детско-юношеский центр «Спартак» организует и проводит специальную спортивно-оздоровительную работу военно-патриотической направленности с детьми и подростками.

Материал примерной программы предназначен для педагогов дополнительного образования и является методическим пособием, в основе которого лежат военные знания, знакомство с военно-техническими специальностями, военно-спортивно-прикладные упражнения. Данная

программа способствует развитию организаторских навыков занимающихся.

Материал изложен в учебном плане, на основе которого педагоги дополнительного образования могут разрабатывать свои рабочие программы.

Данная программа представляет собой базу по военно-патриотическому воспитанию для педагогов дополнительного образования и учителей общеобразовательных школ города и района.