Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чечеульская средняя общеобразовательная школа»

РАССМОТРЕНО:
на педагогическом совете школы
Протокол № 1
от «31» августа 2023г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

Детское объединение
«ЮНАРМИЯ»

Направленность программы: физкультурно-спортивная
Уровень программы: стартовый
Возраст обучающихся: 8-18 лет
Срок реализации программы: 1 год, 136 часов

Составитель программы:

педагог дополнительного образования

Поехалова Олеся Валерьевна

с. Чечеул 2023 год

**1.ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Настоящая общеобразовательная программа «Юнармия» предназначена для образовательных учреждений дополнительного образования детей. Она определяет содержание учебно – воспитательной работы детского объединения «ЮНАРМИЯ».

«Юнармия» - это популярное военно – патриотическое направление подростков и молодежи. «Юнармия» - это спорт, хобби, искусство, образ жизни, дружба, братство, выбор профессии.

Основой данной программы является военно-патриотическое воспитание подростков. Патриотизм складывается из многих составляющих – это и знание, и уважение истории своей семьи, школы, села, региона, страны, знание и уважение символики своей страны и малой родины. Но патриотизм означает и желание, и, главное, умение защищать всё то, что дорого!

Программа «ЮНАРМИЯ» составлена на основе нормативных документов:

Федерального Закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в РФ»;

Распоряжения Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;

Федерального проекта «Успех каждого ребенка» национального проекта «Образование», утвержденного протоколом № 16 президиума Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и национальным проектам от24.12.2018;

Концепции развития дополнительного образования детей, утвержденной распоряжением Правительства РФ от 4 сентября 2014 г. №1276- р;

Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 09.11.2018 г. № 196 г. Москва «Об утверждении Порядка деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

Письма Минобрнауки России от 18.11.2015 г. № 09-3242 «О методических рекомендациях по проектированию дополнительных общеобразовательных программ»;

Порядка организации и осуществления образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ, утвержденный Приказом Министерства науки и высшего образования РФ и министерства просвещения РФ от 5 августа 2020 г № 882/391;

Приказа Минобрнауки РФ № 816 от 23.08.2017 «Об утверждении порядка применения организациями электронного обучения и дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;

Порядка зачета организацией, осуществляющих образовательную деятельность, результатов освоения обучающимися учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей), практики, дополнительных образовательных программ в других организациях, осуществляющих образовательную деятельность», утвержденный Приказом Министерства науки и высшего образования РФ и Министерства просвещения РФ от 30 июля 2020 г. № 845/369;

Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно- эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»;

Устава МБОУ «Чечеульская СОШ».

**Направленность программы**

физкультурно-спортивная

**Новизна программы**

Данная программа позволяет придать патриотическому воспитанию учащихся системный и целенаправленный характер, упорядочить подготовку к оборонно-спортивной и туристской деятельности.

**Актуальность программы** обусловлена рядом факторов:

нацеленностью на развитие патриотизма;

целевой ориентацией на подготовку обучающихся к службе в ВС РФ;

формированием здорового образа жизни;

необходимостью развития духовно-нравственных ценностей учащихся.

Программа разработана с учетом задач поставленных в Национальной доктрине образования в Российской Федерации о воспитании гражданина и нормативных документов Всероссийского детско-юношеского военно-патриотическое общественное движение «ЮНАРМИЯ».

 Актуальность данной программы определяется сегодня значением, предающимся патриотическому воспитанию детей и подростков. Каждому ребенку подросткового возраста, свойствен интерес к групповой деятельности (команде), проявлению себя в сфере военно – патриотического направления, чтобы совершенствовать свое физическое начало. Данная образовательная программа направленна на решение таких проблем, как повышение занятости детей в свободное время, физическое развитие и оздоровление детей, воспитание детей и подрастающего поколения в духе гражданственности и патриотизма, любви к Родине, стремление служить интересам Государства.

**Отличительной особенностью** программы является возможность для реализации межпредметных связей. Программа «ЮНАРМИЯ» использует и тем самым подкрепляет умения, полученные на уроках литературы, русского языка, математики, основ безопасности жизнедеятельности, истории, физики, изобразительного искусства, технологии и физической культуры. Данная образовательная программа способствует отвлечению подростков от вредного влияния улицы, воспитывает у них чувство гражданского долга и патриотизма, изучая российские традиции в военном деле, получая информацию об исторических событиях времён Великой Отечественной войны.

 Подростки имеют возможность за время посещения занятий улучшить свои знания, умения, навыки по данным дисциплинам, определиться в выборе военной профессии, легко справляться с заданиями при их участии в соревнованиях и военно-спортивных играх. Не менее важным является и то, что педагогом создаются условия, способствующие воспитанию таких качеств как: смелость, находчивость, инициативность, честность, принципиальность, взаимовыручка, благородство. Это способствует развитию у обучающихся желания вести здоровый образ жизни, не становится на скользкий путь криминала, пьянства, наркомании.

**Педагогическая целесообразность**

Программа направлена на повышение интереса обучающихся к военно-патриотической деятельности и предназначена обеспечить:

участие молодежи в реализации государственной политики в области военно-патриотического и гражданского воспитания;

изучение истории и культуры Отечества, родного края и района;

передачу и развитие лучших традиций российского воинства;

приобретение военно-прикладных умений и навыков;

воспитание ответственности за порученное дело, дисциплинированности, исполнительности, готовности к действиям в экстремальных ситуациях.

Данная образовательная программа имеет **практическую ценность**: на занятия будут приглашаться специалисты разных сфер деятельности: медицинский работник (для проведения занятий по оказанию первой медицинской помощи), специалисты МЧС, МВД, военкомата, спортивной школы и т.д. Реализация задач деятельности объединения будет происходить не только через организацию учебного процесса, но и через организацию и проведение различных социальных акций, мероприятий, уроков мужества с участием ветеранов различных войн.

**Адресат программы**:

программа рассчитана на обучение детей 8 - 18 лет. Занятия проводятся в группах без специального отбора и подготовки.

**Форма обучения и режим занятий**. Программа «ЮНАРМИЯ» предполагает индивидуальную и групповую формы обучения.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Группа** | **Количество раз в неделю** | **Количество часов в неделю** | **Всего** |
| Младшая (2-4 классы) | 1 | 2 | 68 часа в год |
| Разновозрастная (5-11 классы) | 1 | 2 | 68 часов в год |

Состав учебной группы – постоянный.

Условия набора детей – принимаются учащиеся без специальной подготовки и не имеющие ограничений по здоровью.

Количество обучающихся: не менее 15 человек.

Программа реализуется по стартовому уровню.

**Срок реализации программы** – 1 год.

**Цель программы:** создание условий для воспитания подростков с активной жизненной позицией, патриотов своей Родины, готовых к службе в рядах Вооружённых сил Российской Федерации.

**Задачи:**

Для достижения этой цели требуется выполнение следующих основных задач:

**Обучающие:**

знакомство с историей Вооруженных Сил РФ;

знакомство с символами воинской славы, боевым знаменем;

знакомство с историей юнармейского движения в России;

овладение приемами первой медицинской помощи;

знакомство со стрелковым оружием;

формирование навыка использования стрелкового оружия;

четкое и правильное выполнение строевых приемов и действий.

**Развивающие:**

развитие выносливости, ловкости, физической силы юнармейцев через занятия военно-прикладным многоборьем;

развитие аккуратности, чистоплотности, дисциплинированности, умения четко следовать инструкциям.

**Воспитательные:**

воспитание патриотизма;

воспитание чувства глубокой ответственности за выполнение требований присяги, верности воинскому долгу, Боевому Знамени части (Флагу корабля) как символу воинской чести, доблести и славы;

воспитание доброго отношения к окружающим.

**2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

**Учебный план**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Раздел** | **Кол-во часов** |
|  |  | **Младшая группа** | **Разновозрастная****группа** |
| 1 | Основы знаний «Юнармейца» | **2** | **2** |
| 2 | Военная история. Вооруженные силы РФ | **10** | **10** |
| 3 | Физическая подготовка | **10** | **10** |
| 4 | Огневая подготовка | **10** | **10** |
| 5 | Строевая подготовка | **10** | **10** |
| 6 | Медико - санитарная подготовка | **10** | **10** |
| 7 | Туристская подготовка | **16** | **16** |
| **Итого часов:** | **68** | **68** |

**Младшая группа**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Название раздела и темы занятия** | **Количество учебных часов** | **Формы аттестации/ контроля** |
| **Общее****кол-во часов** | **Теория** | **Практика** |  |
|  | **Раздел 1.Основы знаний «Юнармейца».** | **2** | **1** | **1** | **Тестирование** |
| 1 | Вводное занятие | 1 | 1 |  | Инструктаж |
| 2 | Первичное тестирование по определению уровня подготовки обучающихся. | 1 |  | 1 |  |
|  | **Раздел 2.Военная история России**.  | **10** | **8** | **2** | **Зачёт** |
| 3 | Вооруженные силы и их значение. Конституционный долг и обязанность гражданина РФ. ГосударственныеСимволы РФ (герб, гимн, флаг). | 1 | 1 |  |  |
| 4 | История Вооруженных сил РФ.Дни воинской славы России. | 1 | 1 |  |  |
| 5 | Ратные страницы истории. Великие русские полководцы. | 1 | 1 |  |  |
| 6 | Чечеульцы в годы Великой отечественной войны 1941-1945 гг. | 1 | 1 |  |  |
| 7 | Герои Советского Союза. | 1 | 1 |  |  |
| 8-9 | Развитие юнармейского движения.Символика Юнармии. Устав ВВПОД«Юнармия». | 2 | 2 |  |  |
| 10 | Порядок прохождения военной службы. | 1 | 1 |  |  |
| 11 | Воинские ритуалы. | 1 |  | 1 |  |
| 12 | Военная присяга. Боевые Знамена. | 1 |  | 1 |  |
|  |  **Раздел 3. Физическая подготовка.** | **10** | **2** | **8** | **Сдача норм** **ГТО** |
| 13 | Физическая подготовка и её значение для укрепления здоровья юнармейца. | 1 | 1 |  |  |
| 14 | Меры обеспечения безопасности при проведении занятий по физической подготовке. | 1 | 1 |  | Инструктаж |
| 15 | Комплексы утренней гимнастики. | 1 |  | 1 |  |
| 16 | Ускоренное передвижение. Обучение технике бегана короткие дистанции. | 1 |  | 1 |  |
| 17 | Силовая подготовка. | 1 |  | 1 |  |
| 18 | Ускоренное передвижение. Обучение технике бегана средние и длинные дистанции. | 1 |  | 1 |  |
| 19 | Упражнения на растяжку и гибкость. | 1 |  | 1 |  |
| 20 | Лыжная подготовка. | 1 |  | 1 |  |
| 21-22 | Сдача норм ГТО | 2 |  | 2 |  |
|  | **Раздел 4. Огневая подготовка** | **10** | **3** | **7** | **Соревнования** |
| 23 | Виды огнестрельного боевого оружия. | 1 | 1 |  |  |
| 2425 | Устройство автомата Калашникова.Меры безопасности при неполной разборке и сборке АК-74. | 2 | 1 | 1 | Инструктаж |
| 262728 | Неполная разборка и сборка АК-74 | 3 |  | 3 |  |
| 29 | Пневматическая винтовка. Правила удержания и прицеливания винтовки. | 1 | 1 |  |  |
| 30 | Стрельба из пневматической винтовки из положения стоя с упором. | 1 |  | 1 |  |
| 31 | Стрельба из пневмоническойвинтовки из положения сидя. | 1 |  | 1 |  |
| 32 | Сдача нормативов по стрельбе. | 1 |  | 1 |  |
|  |  **Раздел 5. Строевая подготовка.** | **10** | **4** | **6** | **Зачёт** |
| 33 | Основы строевой подготовки. | 1 | 1 |  |  |
| 34 | Команды строевой подготовки иправила их выполнения. | 1 | 1 |  |  |
| 35 | Строй и управление им. | 1 | 1 |  |  |
| 36 | Строй и его элементы. | 1 | 1 |  |  |
| 37 | Выход из строя и подход к начальнику. | 1 |  | 1 |  |
| 38 | Строевая стойка. | 1 |  | 1 |  |
| 39 | Повороты на месте. | 1 |  | 1 |  |
| 40 | Перестроение в две шеренги. | 1 |  | 1 |  |
| 41 | Перестроение в одну шеренгу. | 1 |  | 1 |  |
| 42 | Строевой шаг. | 1 |  | 1 |  |
|  |  **Раздел 6. Медико-санитарная подготовка** | **10** | **6** | **4** | **Зачёт** |
| 43 | Медицинские термины | 1 | 1 |  |  |
| 44 | Алгоритм оказания первой доврачебной помощи. | 1 | 1 |  |  |
| 45 | Лекарственные растения и грибы. | 1 | 1 |  |  |
| 46 | Алгоритмом оказания первой доврачебнойПомощи при механических травмах. | 1 | 1 |  |  |
| 47 | Алгоритмом оказания первой доврачебной помощи при ранениях и ожогах. | 1 | 1 |  |  |
| 48 | Виды перевязок. | 1 | 1 |  |  |
| 49505152 | Отработка навыков по медико - санитарной подготовке. | 4 |  | 4 |  |
|  |  **Раздел 7. Туристская подготовка.** | **16** | **4** | **12** | **Зачёт** |
| 53 | Туристское снаряжение:Индивидуальное и групповое. | 1 | 1 |  |  |
| 5455 | **Промежуточная аттестация.** **Контрольное тестирование.** | 2 |  | 2 | Тестирование |
| 56575859 | Разбивка бивака, разведение костров,приготовление пищи. | 4 | 1 | 3 |  |
| 6061626364 | Ориентирование по карте, компасу, местным природным признакам. | 5 | 2 | 3 |  |
| 65666768 | Преодоление естественных препятствий. | 4 |  | 4 |  |
|  |  **Итого:**  | **68** | **28** | **40** |  |

**Разновозрастная группа**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Название раздела и темы занятия** | **Количество учебных часов** | **Формы аттестации/ контроля** |
| **Общее****кол-во часов** | **Теория** | **Практика** |  |
|  | **Раздел 1.Основы знаний «Юнармейца».** | **2** | **1** | **1** | **Тестирование** |
| 1 | Вводное занятие | 1 | 1 |  | Инструктаж |
| 2 | Первичное тестирование по определению уровня подготовки обучающихся. | 1 |  | 1 |  |
|  | **Раздел 2.Военная история России**.  | **10** | **8** | **2** | **Зачёт** |
| 3 | Вооруженные силы и их значение. Конституционный долг и обязанность гражданина РФ. ГосударственныеСимволы РФ (герб, гимн, флаг). | 1 | 1 |  |  |
| 4 | История Вооруженных сил РФ.Дни воинской славы России. | 1 | 1 |  |  |
| 5 | Ратные страницы истории. Великие русские полководцы. | 1 | 1 |  |  |
| 6 | Чечеульцы в годы Великой отечественной войны 1941-1945 гг. | 1 | 1 |  |  |
| 7 | Герои Советского Союза. | 1 | 1 |  |  |
| 8-9 | Развитие юнармейского движения.Символика Юнармии. Устав ВВПОД«Юнармия». | 2 | 2 |  |  |
| 10 | Порядок прохождения военной службы. | 1 | 1 |  |  |
| 11 | Воинские ритуалы. | 1 |  | 1 |  |
| 12 | Военная присяга. Боевые Знамена. | 1 |  | 1 |  |
|  |  **Раздел 3. Физическая подготовка.** | **10** | **2** | **8** | **Сдача норм** **ГТО** |
| 13 | Физическая подготовка и её значение для укрепления здоровья юнармейца. | 1 | 1 |  |  |
| 14 | Меры обеспечения безопасности при проведении занятий по физической подготовке. | 1 | 1 |  | Инструктаж |
| 15 | Комплексы утренней гимнастики. | 1 |  | 1 |  |
| 16 | Ускоренное передвижение. Обучение технике бегана короткие дистанции. | 1 |  | 1 |  |
| 17 | Силовая подготовка. | 1 |  | 1 |  |
| 18 | Ускоренное передвижение. Обучение технике бегана средние и длинные дистанции. | 1 |  | 1 |  |
| 19 | Упражнения на растяжку и гибкость. | 1 |  | 1 |  |
| 20 | Лыжная подготовка. | 1 |  | 1 |  |
| 21-22 | Сдача норм ГТО | 2 |  | 2 |  |
|  | **Раздел 4. Огневая подготовка** | **10** | **3** | **7** | **Соревнования** |
| 23 | Виды огнестрельного боевого оружия. | 1 | 1 |  |  |
| 2425 | Устройство автомата Калашникова.Меры безопасности при неполной разборке и сборке АК-74. | 2 | 1 | 1 | Инструктаж |
| 262728 | Неполная разборка и сборка АК-74 | 3 |  | 3 |  |
| 29 | Пневматическая винтовка. Правила удержания и прицеливания винтовки. | 1 | 1 |  |  |
| 30 | Стрельба из пневматической винтовки из положения стоя с упором. | 1 |  | 1 |  |
| 31 | Стрельба из пневмоническойвинтовки из положения сидя. | 1 |  | 1 |  |
| 32 | Сдача нормативов по стрельбе. | 1 |  | 1 |  |
|  |  **Раздел 5. Строевая подготовка.** | **10** | **4** | **6** | **Зачёт** |
| 33 | Основы строевой подготовки. | 1 | 1 |  |  |
| 34 | Команды строевой подготовки иправила их выполнения. | 1 | 1 |  |  |
| 35 | Строй и управление им. | 1 | 1 |  |  |
| 36 | Строй и его элементы. | 1 | 1 |  |  |
| 37 | Выход из строя и подход к начальнику. | 1 |  | 1 |  |
| 38 | Строевая стойка. | 1 |  | 1 |  |
| 39 | Повороты на месте. | 1 |  | 1 |  |
| 40 | Перестроение в две шеренги. | 1 |  | 1 |  |
| 41 | Перестроение в одну шеренгу. | 1 |  | 1 |  |
| 42 | Строевой шаг. | 1 |  | 1 |  |
|  |  **Раздел 6. Медико-санитарная подготовка** | **10** | **6** | **4** | **Зачёт** |
| 43 | Медицинские термины | 1 | 1 |  |  |
| 44 | Алгоритм оказания первой доврачебной помощи. | 1 | 1 |  |  |
| 45 | Лекарственные растения и грибы. | 1 | 1 |  |  |
| 46 | Алгоритмом оказания первой доврачебнойПомощи при механических травмах. | 1 | 1 |  |  |
| 47 | Алгоритмом оказания первой доврачебной помощи при ранениях и ожогах. | 1 | 1 |  |  |
| 48 | Виды перевязок. | 1 | 1 |  |  |
| 49505152 | Отработка навыков по медико- санитарной подготовке. | 4 |  | 4 |  |
|  |  **Раздел 7. Туристская подготовка.** | **16** | **4** | **12** | **Зачёт** |
| 53 | Туристское снаряжение:Индивидуальное и групповое. | 1 | 1 |  |  |
| 5455 | **Промежуточная аттестация.** **Контрольное тестирование.** | 2 |  | 2 | Тестирование |
| 56575859 | Разбивка бивака, разведение костров,приготовление пищи. | 4 | 1 | 3 |  |
| 6061626364 | Ориентирование по карте, компасу, местным природным признакам. | 5 | 2 | 3 |  |
| 65666768 | Преодоление естественных препятствий. | 4 |  | 4 |  |
|  |  **Итого:**  | **68** | **28** | **40** |  |

**Содержание учебного плана программы «ЮНАРМИЯ»**

**Раздел 1.Основы знаний «Юнармейца».**

Вводное занятие.

**Теория:** Знакомство с членами военно-патриотического объединения. Инструктаж по технике безопасности. Знакомство с деятельностью объединения. Техника безопасности на занятиях по физической, стрелковой, строевой подготовке.

**Практика:** Первичное тестирование по определению уровня подготовки обучающихся.

**Раздел 2.Военная история Российской Федерации.**

Вооруженные Силы Российской Федерации.

**Теория:** Понятие «Вооруженные силы». Значение Вооруженных сил. Необходимость создания Вооруженных сил в Российском государстве. Защита Отечества - конституционный долг и обязанность гражданина Российской Федерации. Государственные символы РФ.

**Практика:** Разучивание гимна РФ.

История Вооруженных Сил РФ.

**Теория:** Развитие и становление Вооруженных Сил России в связи с историей Российского государства. Дворянские отряды, как основа вооруженных сил Российского государства в 14-16 веке. Структура и назначения Вооруженных сил Российской Федерации. Отличия внутренних войск от регулярной армии. Несение службы в мирное и военное время.

Дни воинской славы России. Ратные страницы истории государства.

**Теория**: Великие русские полководцы: Александр Васильевич Суворов (1730 -1800 гг.), адмирал Федор Федорович Ушаков (1745 - 1817 гг.), генерал- фельдмаршал Михаил Илларионович Кутузов (1745-1813 гг.), генерал Михаил Дмитриевич Скобелев (1843 - 1882 гг.), адмирал Михаил Петрович Лазарев (1788 -1851 гг.), адмирал Петр Степанович Нахимов (1802 - 1855 гг.), вице- адмирал Степан Осипович Макаров (1849 -1904 гг.).

**Практика:** Подготовка докладов и презентаций о русских полководцах. Чечеульцы в годы Великой Отечественной войны 1941- 1945 гг.

Теория: Герои - чечеульцы. Чечеульская земля – земля мужественных. Тяготы войны. Работа жителей села в тылу.

Герои Советского Союза.

**Теория**: Героев Советского Союза.

**Практика**: Подготовка докладов и презентаций о земляках – героях.

Развитие юнармейского движения.

**Теория:** Детские о молодёжные движения в Российской империи. Детские и молодёжные движения в СССР: пионерская организация, ВЛКСМ. Детские и молодёжные движения современной России. Российское Движение Школьников. Символика Юнармии. Устав ВВПОД «Юнармия». Клятва Юнармейца.

Порядок прохождения военной службы.

**Теория:** Повседневное выполнение конкретных воинских обязанностей в Вооруженных Силах Российской Федерации. Закон «О воинской обязанности и военной службе». Воинские звания. Знаки различия по воинским званиям.

Прохождение военной службы по контракту.

Воинские ритуалы.

**Теория:** Воинское приветствие. Приведение к военной присяге. Парады.

Военная присяга. Боевые Знамёна.

**Теория:** Военная присяга, ее значение для военнослужащего. Содержание военной присяги. Порядок приведения к присяге. Просмотр отрывков из фильма «Военная присяга».

Краткая история боевых знамен страны с древности до наших дней.

Боевые Знамена Вооруженных сил РФ. Значения знамен. Символы знамен.

**Раздел 3. Физическая подготовка.**

Физическая подготовка и её значение для укрепления здоровья.

**Теория:** Значение физической подготовки для укрепления здоровья юнармейца и воинской службы.

Меры обеспечения безопасности при проведении занятий по физической подготовке.

**Теория**: Инструкция по соблюдению мер безопасности при осуществлении занятий в спортивных залах, на спортивных площадках, а также во время участия в соревнованиях, слётах, акциях и др.

Комплексы утренней гимнастики.

**Теория:** Значение утренней гимнастики на развитие организма.

**Практика:** Разучивание отдельных комплексов утренней гимнастики под руководством опытных тренеров ДЮСШ.

Общеразвивающие упражнения.

**Теория:** Значение общеразвивающих упражнений на развитие организма.

**Практика:** Разучивание отдельных комплексов спортивных упражнений под руководством опытных тренеров ДЮСШ.

Ускоренное передвижение.

**Теория:** Изучение техники бега на примере именитых спортсменов.

Значение беговых упражнений на развитие организма.

**Практика:** Обучение технике бега на короткие дистанции под руководством тренеров СШ.

Силовая подготовка.

**Теория:** Значение силовой подготовки на развитие организма. Теория и методика наращивания силы.

**Практика:** Силовая подготовка под руководством опытных тренеров ДЮСШ.

Ускоренное передвижение.

**Теория:** Изучение методики развития выносливости. Значение беговых упражнений на развитие организма.

**Практика:** Обучение технике бега на средние и длинные дистанции под руководством тренеров СШ.

Растяжка и гибкость.

**Теория:** Теория и методика развития гибкости и растяжки.

**Практика:** Занятие под руководством опытных тренеров ДЮСШ.

Упражнения на перекладине.

**Теория**: Значение силовой подготовки на развитие организма. Теория и методика наращивания силы.

**Практика**: Упражнения на перекладине под руководством опытных тренеров ДЮСШ.

Лыжная подготовка.

**Теория**: Теория и методика лыжного хода.

**Практика**: Отработка подъёма в гору, спуска с горы, скоростного движения на лыжах под руководством тренеров СШ.

Сдача норм ГТО.

**Раздел 4. Огневая подготовка.**

Виды огнестрельного боевого оружия.

**Теория:** Классификация огнестрельного оружия. Боеприпасы.

Устройство автомата Калашникова.

**Теория:** Устройство и работа АК-74. Меры безопасности при неполной разборке и сборке АК-74.

**Практика:** Изучение материальной части автомата, смазки, чистки механизмов. Снаряжение и разряжение магазина автомата Калашникова. Порядок разборки и сборки автомата. Ошибки при разборке и сборке автомата Калашникова.

Неполная разборка и сборка АК-74.

**Практика**: Тренировка по неполной сборке и разборке автомата. Неполная сборка и разборка автомата на время.

Пневматическая винтовка.

**Теория:** Меры безопасности при огневой подготовке. Боевые свойства, назначение и устройство малокалиберной винтовки.

**Практика:** Правила нахождения на огневом рубеже. Правила стрельбы из положений лежа и сидя. Изучение процессов, происходящих при производстве выстрела, законов внешней и внутренней баллистики.

Правила удержания и прицеливания винтовки.

Стрельба из пневматической винтовки из положения стоя с упором.

**Практика:** Отработка навыков стрельбы из пневматической винтовки из положения стоя с упором.

Стрельба из пневматической винтовки из положения сидя.

**Практика**: Отработка навыков стрельбы из пневматической винтовки из положения сидя.

Сдача нормативов по стрельбе.

**Практика:** Зачёт по стрельбе.

**Раздел 5. Строевая подготовка.**

Основы строевой подготовки.

**Теория**: Виды строя, передвижение в строю, перестроение из одно шереножного строя в двух шереножный строй, смыкание и размыкание в одно шереножном строю. Строевые приемы: «направо», «налево», «кругом» индивидуально и в строю. Команды: «равняйсь», «смирно», «равнение на середину» в строю. Передвижение в составе знаменной группы.

**Практика:** Отработка строевой подготовки подразделения. Отработка строевых приемов: «направо», «налево», «кругом» в строю. Команды:

«равняйсь», «смирно», «равнение на середину» в строю.

Отработка строевой подготовки знаменной группы. Разучивание строевой песни.

Команды строевой подготовки и правила их выполнения

**Теория:** Алгоритм выполнения строевых упражнений в передвижении (индивидуально и в составе подразделения). Повороты направо, налево, кругом при передвижении строя. Подача и выполнение команд в строю. Выход из строя и подход к командиру. Ответ на приветствие командира. Переход с походного шага на строевой шаг. Команды: «равняйсь», «смирно», «равнение на середину», «влево», «вправо» при передвижении строя.

**Практика:** Отработка строевых приемов. Движение шагом. Движение бегом. Строевой шаг, походный шаг. Повороты в движении: «направо»,

«налево», «кругом – марш». Развернутый строй одношереножный, двушереножный, развернутый строй отделения и взвода. Перестроения из одношереножного в двушереножный стой. Размыкание влево, вправо.

Отработка строевой песни при передвижении.

Строй и управление им.

**Теория:** Понятия: строй, шеренга, фланг, фронт, тыльная сторона строя, интервал, дистанция, ширина и глубина строя.

**Практика:** Строевой шаг. Изучение и закрепление строевых приёмов.

Строй и его элементы.

**Теория:** Шеренга строя и виды (одношереножный и т. д.)

**Практика:** Построение в шеренгу, в 2 шеренги, в 3 шеренги.

Отдание воинской чести без оружия.

**Теория:** Отдание воинской чести на месте. Отдание воинской чести при движении.

**Практика:** Выход из строя и возвращение в строй. Отдание воинской чести на месте и в движении.

Выход из строя и подход к начальнику.

**Практика**: Отработка навыков выход из строя и подход к начальнику.

Строевая стойка.

**Практика:** Изучение и закрепление методики одиночной строевой подготовки. Строевая стойка. Изучение и закрепление строевых приёмов.

Повороты на месте.

**Практика:** Отработка строевых приемов: «направо», «налево»,

«кругом» индивидуально.

Перестроение в две шеренги.

**Практика:** Отработка строевых приемов перестроения в две шеренги.

Перестроение в одну шеренгу.

**Практика:** Отработка строевых приемов перестроения в одну шеренгу.

Строевой шаг.

**Практика**: Отработка строевой песни при передвижении. Зачётное занятие.

**Раздел 6. Медико-санитарная подготовка.**

Медицинские термины.

**Теория**: Изучение медицинских терминов: виды травм, ранений, кровотечений, утоплений, степени тяжести ожогов, отморожений. Знакомство с терминами: ранение, травма, рана, кровотечение, ушиб, перелом, шок, ожог, обморок, отморожение, охлаждение. Знакомство с понятиями: антисептик, асептик, давящая повязка, иммобилизация, шина. Повторение основ строения человека: скелет, конечность, кость, артерия, вена…

**Практика:** Сдача письменного теста на знание медицинских терминов.

Алгоритм оказания первой доврачебной помощи.

**Теория:** Знакомство с алгоритмом оказания первой доврачебной помощи при механических травмах, ранениях, ожогах, тепловом и солнечном ударе, ударе электрическим током.

**Практика:** Отработка алгоритма оказания доврачебной помощи. Оценка ситуации. Обеспечение безопасности на месте происшествия. Оценка состояния пострадавшего. Оказание неотложной помощи. Вызов скорой медицинской помощи. Фиксация информации о времени и причинах случая.

Контроль за состоянием пострадавшего.

Лекарственные растения и грибы.

**Теория:** Изучение лекарственных трав и грибов. Способы приготовления и применения лекарственных растений и грибов.

**Практика:** Сдача письменного теста на знание лекарственных трав и грибов.

Алгоритмом оказания первой доврачебной помощи при механических травмах.

**Теория:** Знакомство с приемами временной остановки артериального кровотечения с использованием жгута и жгута-закрутки, накладки повязки «Уздечка», накладки повязки «Восьмиобразная», накладки повязки «Спиральная» на конечности. Накладка повязки «Черепичная расходящаяся» на конечности. Иммобилизация с использованием шин Крамера при открытом (с артериальным кровотечением) переломе бедренной кости. Правила транспортировки пострадавшего.

**Практика:** Отработка наложения повязок, шин, жгута и транспортировки пострадавшего.

Алгоритмом оказания первой доврачебной помощи при ранениях и ожогах.

**Теория:** Первая доврачебная помощь при ранениях и ожогах.

**Практика:** Отработка навыков при оказании первой доврачебной помощи при ранениях и ожогах.

Виды перевязок.

**Теория:** Виды перевязок и правила их наложения.

**Практика:** Наложение повязки на верхнюю конечность.

Зачёт по медико-санитарной подготовке.

**Раздел 7. Туристская подготовка.**

Туристское снаряжение: индивидуальное и групповое.

**Теория:** Вспомнить понятия «туризм», «турист». Значение туризма. Известные туристы. Виды походов. Туристское снаряжение: индивидуальное и групповое. Значение туристского снаряжения в походе.

Разбивка бивака, разведение костров, приготовление пищи.

**Теория:** Понятие «бивак». Требования к разбивке биваков в походных

условиях. Виды костров. Способы приготовления пищи на костре и разнообразие походного меню.

Ориентирование по карте, компасу, местным природным признакам.

**Теория:** Виды ориентирования на незнакомой местности. Изучение карт.

Ориентирование по компасу. Изучение природных ориентиров.

Преодоление естественных препятствий.

**Практика:** Отработка навыков преодоления природных препятствий в походе (крутые подъёмы, спуски, переправа через реку по бревну и др.).

Зачёт по разделу «Туристская подготовка».

**3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

Выпускаясь из военно-патриотического объединения подросток должен:

осознавать сущность патриотизма;

иметь толерантное отношения к окружающим;

знать историческое прошлое своей страны;

иметь практические навыки военно-прикладной, туристкой, медицинской, противопожарной и гражданской деятельности;

самостоятельно уметь организовывать мероприятия;

иметь осознание необходимости и желание службы в Вооружённых силах Российской Федерации.

Программа определяет содержание, основные пути развития военно-патриотического воспитания и направлена на воспитание патриотизма и формирование гражданственности, подготовку будущего защитника Родины.

**Личностные:**

ответственность за принятые решения, самовоспитание и самореализация умений и навыков;

умение работать в группе, выполнять общие задачи, быть терпимыми к чужому мнению, позиции, проявляют доброжелательные отношения друг другу, умеют слушать и слышать другого, проявляют такт и уважение к окружающим.

**Метапредметные:**

**регулятивные универсальные учебные действия:**

формирование целеполагания, включая способность ставить новые учебные цели и задачи, планировать их реализацию, в том числе во внутреннем плане, осуществлять выбор эффективных путей и средств достижения целей, контролировать и оценивать свои действия как по результату, так и по способу действия, вносить соответствующие коррективы в их выполнение;

формирование способности к проектированию.

**коммуникативные универсальные учебные действия:**

формирование действий по организации и планированию учебного сотрудничества с учителем и сверстниками, умений работать в группе и приобретению опыта такой работы, практическому освоению морально-этических и психологических принципов общения и сотрудничества;

практическое освоение умений, составляющих основу коммуникативной компетентности:

ставить и решать многообразные коммуникативные задачи;

действовать с учётом позиции другого и уметь согласовывать свои действия;

устанавливать и поддерживать необходимые контакты с другими людьми;

 удовлетворительно владеть нормами и техникой общения;

 определять цели коммуникации, оценивать ситуацию, учитывать намерения и способы коммуникации партнёра, выбирать адекватные стратегии коммуникации;

развитие речевой деятельности, приобретению опыта использования речевых средств регуляции умственной деятельности, приобретению опыта регуляции собственного речевого поведения как основы коммуникативной компетентности.

**познавательные универсальные учебные действия:**

практическое освоение обучающимися основ проектно-исследовательской деятельности;

развитие стратегий смыслового чтения и работе с информацией;

практическое освоение методов познания, используемых в различных областях знания и сферах культуры, соответствующего им инструментария и понятийного аппарата, регулярному обращению в учебном процессе к использованию общеучебных умений, знаково-символических средств, широкого спектра логических действий и операций.

**Предметные:**

В результате обучающиеся **должны знать:**

название страны, региона, где живет учащийся, родного города;

символику страны, области, города, школы;

государственные праздники и Дни воинской Славы ВС РФ;

имена великих полководцев и названия Городов-героев;

ордена и медали, знаки доблести и отличия ВС РФ;

основы оказания первой медицинской помощи;

средства индивидуальной защиты и область их применения;

основы автономного существования человека;

правила безопасного обращения со стрелковым оружием;

сигналы гражданской обороны и порядок действия по ним

**должны уметь:**

описывать изученные события истории Отечества;

оценивать поступки других с позиции добра и зла;

уважительно относиться к своему дому, семье, истории русского народа;

правильно использовать средства индивидуальной защиты;

оказывать первую медицинскую помощь;

выполнять команды управления строем;

использовать навыки стрельбы из стрелкового оружия;

поступать сообразно полученным знаниям в реальных жизненных ситуациях.

4.КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№****п/п** | **Год обучения** | **Дата** **начала занятий** | **Дата окончания занятий** | **Количество учебных** **недель в год** | **Количество учебных** **дней в год** | **Количество** **учебных** **часов в год** | **Режим** **занятий** | **Сроки проведения промежуточной итоговой аттестации** |
| Младшая группа | 2023-2024 | 07.09.2023 | 30.05.2024 | 34 | 170 | 68 | Очный | Апрель-май |
| Разновозрастная группа | 2023-2024 | 06.09.2023 | 29.05.2024 | 34 | 170 | 68 | Очный | Апрель-май |

5.УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

**Материально-техническое обеспечение**

Занятия проводятся в кабинете, оснащенном дидактическими средствами, методическими разработками, плакатами и стендами, а также в спортивном зале и на спортивной площадке, где используется необходимое оборудование и инвентарь (мячи, гранаты, пневматические винтовки, макеты АК-74, противогазы, ОЗК). Используются элементы военной полосы препятствий и оборудованные беговые дорожки.

**Информационное обеспечение**

Электронные образовательные ресурсы по физической культуре,  АРБ, медицине, туризму истории.

При реализации программы каждый обучающийся обеспечен доступом к базам данных и библиотечным фондам, в том числе к электронным изданиям, Интернет-ресурсам.

**Кадровое обеспечение**

     Программа реализуется профильными педагогами дополнительного образования, обладающими соответствующей квалификацией, необходимым профессиональным опытом в предметной области.

**6.ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ**

**Формы аттестации**

Для отслеживания уровня усвоения содержания программы и своевременного внесения коррекции используются следующие формы контроля: текущий, тематический, итоговый, диагностика воспитанности юнармейцев.

**Текущий контроль** - оперативная и динамическая проверка результатов обучения, сопутствующая процессу формирования знаний, выработки и

закрепления умений и навыков учащихся (диагностика).

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

**Итоговый контроль** - оценка результатов обучения за полугодие, год (зачет).

**Диагностика воспитанности** позволяет увидеть динамику изменений в личностной сфере воспитанников. По результатам диагностики определяются оптимальные условия для развития каждого подростка с учетом его возрастных особенностей.

**Методы педагогического мониторинга**: наблюдение; анкетирование; тестирование; опрос.

**Формы педагогического мониторинга:** контроля знаний (текущая, тематическая, итоговая диагностика знаний, умений и навыков воспитанников);собеседования;соревнования;слёты.

**Формы подведения итогов реализации программы**

В течение учебного года учащиеся выступают на показательных занятиях, соревнованиях, фестивалях, слетах, принимают участие в конкурсах, викторинах.

Диагностика проводится в начале и в конце учебного года. В конце полугодия, учебного года учащиеся сдают зачеты, нормативы по физической подготовке. Результаты заносятся в индивидуальную карточку юнармейца, которая ведется на протяжении всего обучения учащегося.

**Модель юнармейца-выпускника** - это личность, обладающая:

позитивными мировоззренческими взглядами и позициями по основным социальным, историческим, нравственным,

политическим, военным и другим проблемам;

важнейшими духовно-нравственными качествами, такими, как любовь к Родине, уважение к ее историческому прошлому, способность защитить свое Отечество;

способностью понимания каждым выпускником своей роли и места в служении Отечеству;

сформированностью основных качеств, навыков, привычек, необходимых для успешного выполнения обязанностей в ходе военной или государственной службы;

наличием знаний и способностью их эффективно и самостоятельно применять в жизни;

восприятием патриотизма, преданности своему Отечеству как естественного духовного состояния;

самоотверженностью и способностью к преодолению трудностей и лишений;

гуманизмом и нравственностью, чувством собственного достоинства;

социальной активностью, ответственностью.

**7. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ**

Реализация программы осуществляется по следующим направлениям:

- структура Вооруженных сил Российской Федерации. Уставы Вооруженных сил РФ;

- огневая подготовка;

- туристская подготовка;

- физическая подготовка;

- строевая подготовка;

- медико – санитарная подготовка.

В рамках программы предусматривается проведение экскурсий, походов, проведение и участие в массовых мероприятиях. Для походов, экскурсий, тренировочных занятий на местности используются выходные дни и каникулярное время. Обучение по программе будет осуществляться как через традиционные, так и не традиционные формы занятий: лекции, экскурсии, беседы, походы, экскурсии в музей, полевые занятия, интеллектуальные игры, исследовательские работы, встречи с ветеранами Великой Отечественной войны и войн современности, социально-значимые акции, выступления агитбригады, викторины и др.

Условием эффективности образовательного процесса является использование современных форм и методов обучения: объяснительно-иллюстративный, репродуктивный, частично-поисковый, практический.

**Формы организации деятельности**

Групповые;

Индивидуально-групповые;

Индивидуальные.

Нетрадиционные формы работы: мозговой штурм, дискуссия, исполнение песен.

Используемые технологии: личностно-ориентированная, технология обучения в сотрудничестве, групповые технологии, исследовательского (проблемного) обучения

**Формы проведения занятий:**

Сочетание обзорных бесед и лекций;

Занятия-презентации, круглые столы;

Занятия по физической подготовке:

Военизированный кросс, военно-прикладная полоса препятствий;

Занятия-тренировки: строевая подготовка, огневая подготовка,

Медицинская подготовка для оказания первой доврачебной помощи.

Занятия по спортивно-прикладному туризму.

**Методы работы** рассчитаны как на индивидуальный подход, так и на групповой:

Частично-поисковый метод (реализация через решение творческих задач);

Алгоритмический метод (обучение по схемам ориентировочной деятельности);

Наглядный метод (использование в процессе обучение ТСО, наглядной литературы);

Творческий метод (решение задач практической и теоретической направленности, учебных ситуаций, участие в интеллектуальных и творческих играх и т.д.).

**Программа базируется на следующих принципах:**

Принцип гуманитаризации (формирование нравственности и духовности на основе общекультурных и национальных патриотических традиций);

Принцип гуманизации (обеспечение приоритета общечеловеческих ценностей, личностного и индивидуального подхода);

Принцип демократизации (реализация педагогики сотрудничества, самоорганизации и самоопределение в выборе вариантов обучения);

Принцип развивающего военно-патриотического воспитания (целеполагание, планирование, реализация, рефлексия, постановка новых целей);

Принцип осознания (осознание своего места и психического состояния, возникающего из особенностей военной подготовки);

Принцип соблюдения армейской субординации;

Принцип экологического подхода к воспитанию (целостное видение мира, видение себя и своей человеческой функции во взаимоотношении с обществом, государством, армией);

Принцип добровольности (добровольное зачисление в объединение);

Принцип взаимоуважения.

**Дидактические материалы** – раздаточные материалы, инструкционные, технологические карты, задания, упражнения и др.

**8. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**

**Для педагога**

**Нормативные документы:**

Закон РФ «Об образовании в Российской Федерации» (№273 ФЗ от 29.12.2012);

Концепция развития дополнительного образования детей (утв. распоряжением Правительства РФ от 4 сентября 2014 г. №1726-р);

Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации»;

Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (Приказ Минобрнауки РФ от 29.08.2013 г. № 1008);

Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 2 июля 2014 г. № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций ДО детей»

Письмо Минобрнауки РФ от 18.11.2015 г. № 09-3242 «О направлении рекомендаций» (вместе Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ);

Письмо Минобрнауки РФ от 14.12.2015 г. № 09-3564 «О внеурочной деятельности и реализации дополнительных общеобразовательных программ» (вместе с «Методическими рекомендациями по организации внеурочной деятельности и реализации дополнительных общеобразовательных программ»);

Письмо Минобрнауки РФ от 11.12.2006 г. № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей»

Государственная программа «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации на 2016 – 2025 годы».

Устав ВВПОД «Юнармия».

**Пособия:**

Брюнин А.И. Методическое пособие по мониторингу зрительной и оперативной памяти юнармейцев. Оренбург – МАУДО «ЦВР «Подросток». 2008г.

Брюнин А.И. Методическое пособие по военной топографии. 2009г.

Брюнин А.И. Методическое пособие по воздушно-десантной подготовке. 2009г.

Гордиенко А.Н. Войны второй половины XX века (Энциклопедия военного искусства). - Мн.: Литература, 1998. – 544 с.

Зяблинцева М.А. Моментальные приемы запоминания. Мнемотехника разведчиков. Ростов н/Д: Феникс, 2006. -160с.

Луйк В.Э. Практическое пособие по реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Юнармеец» (военно- патриотическое воспитание).

Луйк С.С. Практическое пособие по реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Юнармеец», культурно- эстетический блок I часть.

Наставление по физической подготовке в ВС и ВМФ (НФП – 2001) - М.: Воениздат, 2001.

Организация вооружения и тактика действия иностранных армий. учебное пособие. – М.: Воениздат, 1997.

Основы рукопашного боя. – М.: Воениздат,1992.- 226

Петров В.В. Снайперы (Энциклопедия военного искусства). - Мн .: Литература, 1997. – 624 с.

Полезные советы воину. Учебное пособие.– М.: Воениздат, 1994.- 552с.

Подготовка войскового разведчика. Учебное пособие. – М.: Воениздат, 1994.

Подготовка разведчика системы ГРУ: учебное пособие.– М.: Прогресс, 2000.

Подготовка разведчика. – Мн.: Харвест,М.:АСТ, 2001. – 400с – (Настольная книга будущего командира).

Португальский. Первые и впервые. Военная история Отечества. – М.:ООО «Издательский дом «Проспект-АП»,2005-288.

Ревинв Е.В. Практическое пособие по реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Юнармеец», культурно- эстетический блок II часть сборник сценариев военно-патриотических мероприятий).

Условные знаки топографических карт (справочник). – М.: Военно- топографическое управление генерального штаба, 1966.

Учебник сержанта ВДВ. – М.: МО РФ, ВДВ, 2007. – 592с.

Шубина Т.Г. Маршалы и адмиралы (Энциклопедия военного искусства). - Мн .: Литература, 1997. – 608 с.

**Для учащихся и родителей:**

Военная топография. (Учебник для юнармейцев учебных подразделений). – М.: Военно-топографическое управление генерального штаба, 1966.

Кукушкин А.В. Воспоминания начальника разведки ВДВ. – Чита.:2014. – 100с.

Наставление по воздушно-десантной подготовке. Учебное пособие. – М.: Воениздат, 1977.

Организация вооружения и тактика действия иностранных армий. учебное пособие. – М.: Воениздат, 1997.

Основы рукопашного боя. – М.: Воениздат,1992 - 226с.

Полезные советы воину. Учебное пособие – М.: Воениздат, 1994 - 552с.

Подготовка войскового разведчика. Учебное пособие. – М.: Воениздат, 1994.

Подготовка разведчика системы ГРУ: учебное пособие.– М.: Прогресс, 2000.

Подготовка разведчика. – Мн.: Харвест,М.:АСТ, 2001. – 400с. – (Настольная книга будущего командира).

Приложение 1

**Учебные нормативы**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Контрольные** **упражнения** | **Высокий** **уровень** | **Средний** **уровень** | **Низкий** **уровень** |
| **Подтягивание на перекладине** | 8 | 6 | 4 |
| **Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях** | 7 | 5 | 4 |
| **Подъем переворотом** | 3 | 2 | 1 |
| **Сгибание и в разгибание рук в упоре лежа** | 30 | 25 | 20 |
| **Бег 100 метров** | 15,4 | 16,0 | 17 |
| **Бег 1000 метров** | 4,40 | 4,50 | 5,05 |
| **Бег 3000 метров** | 11,55 | 12,10 | 11,35 |
| **Бег 10х10 метров** | 29 | 30 | 31 |
| **Полоса препятствий (сек.)** | 2,15 | 2,20 | 2,30 |
| **Метание гранаты 700 гр.** | 30 | 25 | 20 |
| **Прыжки в высоту** | 125 | 115 | 110 |
| **Прыжки в длину** | 410 | 360 | 310 |
| **Марш - бросок 3 км. Без учета времени** |  |  |  |

Приложение 2

**Мониторинг результатов образовательной деятельности**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **п/п** | **Показатели** | **Критерии** | **Степень выраженности****оцениваемого качества** | **Методы** |
| **Теоретическая подготовка** |
|  | Теоретические знания (по основным разделамучебно - тематич еского плана программы) | Соответствие теоретическихумений инавыков подростка программнымтребованиям | **Низкий уровень** (учащийся не овладел в достаточной степени знаниями и умениями, предусмотренными программой);**Средний уровень**(учащийся усвоил знания и умения программы и справляется с заданием с помощью взрослого);**Высокий уровень**(учащийся освоил практически весь объем знаний, предусмотренных программой за конкретный период и выполняет заданиясамостоятельно). | Наблюдения, беседы, опрос, анкетирование |
|  | Владение специальной терминологией | Осмысленности правильность использования специальной терминологии | **Низкий уровень** (учащийся как правило, избегает употребленияспециальных терминов);**Средний уровень** (учащийся сочетает специальную терминологию с бытовой);**Высокий уровен**ь (специальные термины учащийся употребляет осознанно и в полномсоответствии с темой). | Собеседование, наблюдение |
| **Практическая подготовка.** |
|  |  Практическиеумения инавыки, предусмотренные программой | Соответствие практическихумений инавыков программнымтребованиям | **Низкий уровень** (учащийся не овладел в достаточной степени знаниями и умениями, предусмотренными программой);**Средний уровень**(учащийся усвоил знания и умения программы и справляется с заданием с помощью взрослого);**Высокий уровень**(учащийся освоил практически весь объем знаний, предусмотренных программой, за конкретный период и выполняет заданиясамостоятельно). | Практические задания |
|  | Владение специальным оборудование ми оснащением | Отсутствие затрудненийв использовании специального оборудования иоснащения | **Низкий уровень** умений (учащийсяиспытывает серьезные затруднения при работе с оборудованием);**Средний уровень** (работает сОборудованием с помощью педагога);**Высокий уровень** (работает с оборудованием самостоятельно, не испытывает особых трудностей). | Практические задания |
|  | Творческиенавыки | Креативность ввыполнении практическихзаданий | **Начальный (элементарный) уровень** развития креативности (учащийся в состоянии выполнять лишь простейшие практическиезадания педагога);**Репродуктивный уровень** (выполняет в основном задания на основе образца);**Творческий уровень** (выполняет практические задания с элементамитворчества). | Практические задания |