**Комитет образования г. Курска**

**Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования**

**«Дворец пионеров и школьников г. Курска»**

|  |  |
| --- | --- |
| Принята на заседаниипедагогического совета МБУ ДО«Дворец пионеров и школьников г. Курска» (протокол № 4 от 28 мая 2014 г.)   | УТВЕРЖДАЮДиректор МБУ ДО «Дворец пионеров и школьников г. Курска» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Л.Г. Девянина(приказ № 665-Д от 06 октября 2014 года) |

**Дополнительная общеобразовательная программа**

**«ГРАНИТ»**

Направленность программы *–* ***социально-педагогическая***

Возраст детей, на которых рассчитана программа ***8-18 лет***

Срок реализации программы – ***3 года***

Составители программы – ***Егоров Юрий Юрьевич, Егорова Анна Евгеньевна, педагоги дополнительного образования***

Курск, 2019 год

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

В настоящее время большое внимание уделяется патриотическому воспитанию. Одной из задач дополнительного образования является помощь государству в воспитании истинных патриотов своей страны, осознающих глубину слов "Родина", "Честь" и "Достоинство". В связи с этим обозначились и основные тенденции, создающие необходимые предпосылки для совершенствования патриотического воспитания в условиях обновляющегося российского общества. К ним можно отнести следующие: демократизация общественной жизни; становление гражданского общества, стремление к обеспечению социальной защиты российских граждан; приоритет идеи национального возрождения, обращение к региональным и национальным особенностям, влияние межнациональной культуры на формирование гражданина, усиление внимания к положительному опыту воспитания патриота в истории отечественной педагогической мысли, движение педагогической мысли в направлении возвращения к русской духовной и патриотической традиции и др.

**Актуальность программы** определяется тем, что воспитание гражданско-патриотических качеств и формирование гражданской позиции личности в современном российском обществе следует рассматривать в качестве неотложной педагогической задачи.

**Отличительные особенности и новизна** **программы** заключается в том, что работа по военно-патриотическому воспитанию проводится комплексно с упором на военно – тактические игры (в частности страйкбол) и комплекс норм ГТО, что позволяет подростку усилить свою ориентацию на развитие интересов и способностей, укрепить здоровье, овладеть военно-прикладными видами спорта.

**Педагогическая целесообразность**. Патриотическое воспитание представляет собой организованный и непрерывный педагогический процесс, направленный на сознание, чувства, волю, психику и физическое развитие обучающихся. В результате чего вырабатываются определённые нормы поведения, должной трудовой, физической и военной готовности. Содержание данной программы предусматривает воспитание через использование исторического опыта защиты Отечества, воспитания личности в коллективе и через коллектив, соответствия воспитательного процесса возрастным особенностям учащихся.

 **Практическая значимость программы.**  Данная программа  направлена на конечный результат – воспитать гражданина – патриота своей страны, реально помогает управлять процессом подготовки обучающихся к защите Родины, придает всей проводимой работе системность, последовательность и целенаправленность, обеспечивает преемственность в организации и развитии военно-патриотической деятельности учащихся.

**Цель программы:** формирование у учащихся высокого патриотического сознания, идеи служения Отечеству, способности к его вооружённой защите через изучение русской военной истории, воинских традиций и специальную физическую подготовку.

Достижение поставленной цели обеспечивается решением **основных** **задач образовательной программы.**

**Обучающие задачи:**

- обучить основам военно-прикладной подготовки;

- обучить технике выполнения физических упражнений курса ГТО;

- формировать знания и умения, необходимые для социальной адаптации в обществе.

**Воспитывающие задачи:**

- способствовать воспитанию психологической мобильности и стойкости, силы воли и характера, способности сосредотачиваться;

-способствовать формированию активной жизненной позиции;

 - сформировать систему нравственных ценностей, убеждений, идейную стойкость духа, патриотизм.

**Развивающие задачи:**

- развить морально-волевые качества - силу, ловкость, выносливость, стойкость, мужество, дисциплинированность - в процессе занятий физической культурой и спортом,

- сформировать опыт служения Отечеству и готовности к защите Родины;

- развивать познавательный интерес и познавательную активность к сотрудничеству, совместной деятельности;

- создавать благоприятные условия для морально – психологического и физического формирования личности, развития способностей и творческого потенциала.

**Адресат программы**. Программа адресована детям в возрасте от 8 до 18 лет и рассчитана на 3 года обучения.

Количество детей в группе:

первый год обучения – 15 человек;

второй год – 12 человек;

третий год - 10 человек.

**Структура программы** включает 2 модуля.

**Ознакомительный модуль**. На первый год обучения принимаются дети с учетом возраста и физического развития. В связи с большим количеством занятий по физической подготовке необходим медицинский допуск к занятиям военно-патриотического профиля.

Продолжительность обучения – один учебный год. Возраст обучающихся – младшая возрастная категория: 8-11 лет, старшая возрастная категория: 12 - 15 лет. Режим занятий - 4 часа в неделю (144 часа в год)

Уже на ознакомительном модуле обучения юнармейцы начинают привлекаться для участия в городских и областных мероприятиях, принимать участие в соревнованиях и военно-тактических играх.

 **Базовый модуль.** Основной этап обучения в военно-патриотическом отряде. Продолжительность обучения – 2 года. Возраст обучающихся – младшая возрастная категория: 9-11 лет, старшая возрастная категория: 12 - 18 лет. Режим занятий - 6 часов в неделю (216 часов в год).

**Формы и режим занятий:** групповая – занятия с одной группой обучающихся на уровне модульного обучения; коллективная – занятия двух и более групп при подготовке к большим мероприятиям.

Аудиторные занятия имеют продолжительность для первого года обучения 2 часа с перерывом 10 минут; для второго - 3 часа с двумя перерывами по 10 минут. Внеаудиторные занятия проводятся в течение дня (до 8 часов). К ним относятся походы, экскурсии, стрельбы, полевые выходы, практикумы, соревновательные мероприятия и т.д.

Более продолжительные занятия, в ходе которых осуществляется изучение или отработка нескольких тем, целесообразно именовать учебным мероприятием (в отличие от общественных или соревновательных мероприятий).

 **Формы работы**:

- групповые теоретические и практические занятия;

- тренировки как индивидуальные, так и совместно со страйкбольными командами г. Курска;

- учебные мероприятия;

 - беседы;

- тестирования;

- практические занятия (с привлечением специалистов из разных областей);

- участие в соревновательной деятельности;

- походы, полевые выходы.

**Критерии и нормы оценки знаний**

**Ожидаемые результаты**

-легкая адаптация не только в военных кругах, но и в любых других социальных сообществах;

- получение следующих умений и навыков: быстроты реакции, находчивости;

- усиленная физическая и волевая подготовка;

- наличие умения находить выход из сложных и опасных жизненных ситуаций;

- воспитание отрицательного отношения к вредным привычкам.

В результате освоения программного материала, обучающиеся **должны**

**знать**:

* об основных государственных символах РФ;
* о назначении Вооружѐнных сил РФ;
* о составе Вооружѐнных сил РФ;
* о воинском Уставе и его составляющих;
* о воинской обязанности и военной службе;
* о первой медицинской доврачебной помощи;
* о культуре внешности, состояния, отношений;
* об аварийно-спасательные наборах;
* о действиях в экстремальных условиях;

**уметь:**

* выполнять основные приѐмы строевой подготовки;
* выполнять упражнения и комплексы упражнений на развитие быстроты,
ловкости, гибкости, координации, выносливости, силы (из курса ГТО);
* соблюдать правила самоконтроля и безопасности во время выполнения
физических упражнений;
* осуществлять коррекцию недостатков физического развития;
* использовать физические упражнения с целью самосовершенствования,
организации досуга и здорового образа жизни;
* действовать в чрезвычайных ситуациях и экстремальных условиях.

**Способы проверки результатов**

Для изучения уровня развития обучающихся на протяжении всего процесса обучения осуществляется педагогический мониторинг с использованием входящей, промежуточной и итоговой диагностики. В случае воз­никновения рисков психологом оперативно вносятся коррективы для обеспечения качества реализации образовательного процесса. Результаты педагогического мониторин­га фиксируются в журнале руководителя детского объединения.

На начальном этапе обучения используется входящая диагностика, при помощи которой отслеживается психологическое состояние обучаю­щегося, особенности его адаптации, готовность к освое­нию содержания программы.

Работа с учащимися строится на основе **системы дидактических принципов:**

***- принцип развивающего и воспитывающего обучения.*** Этот принцип является системообразующим в образовательной деятельности.Можно выделить следующие принципы военно-патриотического образования учащихся:

* гражданственность;
* общенациональность;
* веротерпимость;
* приоритетность общественно-государственных интересов над личными;
* преемственность исторического и культурного наследия России, ее духовно-нравственных ценностей и традиций, в том числе и воинских традиций;
* гуманизм;
* многообразие видов, форм, методов и средств;
* адаптивность;
* постоянное совершенствование;
* тесная и неразрывная связь с другими видами обучения и воспитания.

Реализация этих принципов в процессе военно-патриотического образования учащихся призвана обеспечить у них позитивное отношение к военной службе, готовность и способность к достойному выполнению конституционного долга и обязанности по защите Отечества.

Исходя из принципов, можно сформулировать следующие требования к военно-патриотическому образованию учащихся в современных условиях: централизация, системность, целенаправленность, непрерывность, плановость, активность, гибкость.

Основными **направлениями** военно-патриотического образования учащихся являются:

- *историческое* – познание истории образования государства Российского и его
развития, осознание принадлежности к историческому наследию российского народа
и ответственности за сохранение и приумножение его достояния, в том числе и путем
выполнения конституционного и воинского долга;

- *духовно-нравственное* – развитие высокой культуры и образованности,
осознание национальной идеи, во имя которой проявляется готовность к достойному
служению Отечеству, формирование высоконравственных норм поведения;

* *патриотическое* – воспитание любви и преданности своему Отечеству, гордости за принадлежность к великому народу, к его свершениям, испытаниям и проблемам, готовности к достойному и самоотверженному служению обществу и государству;
* *морально-волевое* – формирование добросовестного и ответственного отношения к труду, связанному со служением Отечеству, готовности к выполнению сложных и ответственных задач в любых условиях обстановки, способности преодолевать тяготы и лишения будущей военной или других видов государственной службы.

Реализация основных направлений данной программы позволит решить многие назревшие проблемы в отношении подрастающего поколения, причем не только педагогического, но и социального, нравственного, политического и иного характера.

Благодаря формированию и развитию у подростков таких важнейших социально значимых качеств, как гражданская зрелость, любовь к Отечеству, ответственность, чувство долга, верность традициям, стремление к сохранению и приумножению исторических и культурных ценностей, готовность к преодолению трудностей, самопожертвование, намного возрастут их возможности к активному участию в решении важнейших проблем общества и различных сферах его деятельности, в том числе в военной и в других связанных с ней видах государственной службы.

**Педагогическое и методическое обеспечение** заключается в использовании всего многообразия педагогических форм и средств военно-патриотического образования учащихся, разработке учебных программ, методических пособий по этой проблеме с учетом инноваций, передового учебно-воспитательного опыта.

В каждом занятии, помимо новой информации, есть повторения. 60% знаний учащиеся получают из практических занятий.

Основными показателями выполнения программных требований по уровню подготовленности учащихся является выполнение контрольных нормативов по общей физической подготовке (ОФП), специальной физической подготовке (СФП), результаты участия в соревновательной деятельности, выполнение теста по теоретической подготовке. Диагностика физической подготовленности проводится в 2 этапа, стартовая в начале учебного года, итоговая в конце учебного года. По окончанию курса обучения, обучающиеся должны продемонстрировать динамику прироста индивидуальных показателей физической подготовленности.

**Условия реализации** **программы**

1. *Материально-технические:*

**–** наглядные пособия (плакаты «Строевая подготовка», «Ручное огнестрельное оружие», «Тактическая подготовка»);

- комплекты учебных топографических карт, циркули – измерители;

- приборы химической и радиационной разведки, телефонные аппараты ТА-57, общевойсковые защитные костюмы ОЗК, противогазы;

- компасы, карты спортивного ориентирования и карты местности;

- ММГ АК-74, ПМ, пневматические винтовки, учебные ручные гранаты, учебные боеприпасы;

- пневматическое спортивное оружие (винтовки, пистолеты), мишени, пули для пневматического оружия;

- образцы страйкбольных приводов разных стран;

-макеты холодного оружия, саперные лопатки, веревки, ножи для метания, щиты для метания;

- плакаты и карточки с образцами военной техники ВС РФ;

- медицинское имущество (бинты, жгуты, шины, косынки, антисептические средства, вата, медицинская сумка);

- компьютер, мультимедийное оборудование, телевизор;

- тетрадь для конспектов (48 листов);

- ручку, карандаш;

- офицерскую линейку;

- рабочую одежду для полевых занятий;

- спортивную одежду и обувь для проведения тренировок и занятий по физподготовке.

*2. Методические:*

- конспекты для проведения занятий;

- дидактические материалы;

- специальная литература (в том числе, устав караульной службы, строевой устав и пр.);

- диски с материалами и фильмами.

*3. Кадровое:*

В реализации программы могут привлекаться для временной работы с обучающимися сотрудники курского областного комиссариата, военнослужащие войсковых частей, представители областных и городских ветеранских организаций, ветераны и участники Великой Отечественной войны и локальных войн, медицинские работники, инструктора рукопашного боя, сотрудники правоохранительных органов.

**УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

 **для младшей возрастной категории (8-11 лет)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование разделов** | **Общее количество часов** | **в том числе** |
| **ознакомительный модуль** | **базовый модуль** |
| **1 год** | **2 год** |
| **Общее****кол-во часов** | **теорет.****часы** | **практич.****часы** | **Общее****кол-во часов** | **теорет.****часы** | **практич.****часы** | **Общее****кол-во часов** | **теорет.****часы** | **практич.****часы** |
| 1 | Введение | 12 | **4** | 3 | 1 | **4** | 1 | 3 | **4** | 1 | 3 |
| 2 | Теоретическая подготовка | 206 | **34** | 25 | 9 | **86** | 24 | 62 | **86** | 12 | 74 |
| 3 | Начальная военная подготовка, курс ГТО | 312 | **92** | 12 | 80 | **110** | 16 | 94 | **110** | 8 | 102 |
| 4 | Итоговые испытания | 16 | **4** | 1 | 3 | **6** | - | 6 | **6** | - | 6 |
| 5 | Соревнова-тельная деятельность | 30 | 10 |  | 10 | 10 |  | 10 | 10 |  | 10 |
| **Итого** | **576** | **144** | 41 | 103 | **216** | 41 | 175 | **216** | 21 | 195 |
| **Всего по программе** | **576** |

**Ознакомительный модуль**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование****разделов и тем** | **1 год обучения** |
| **Теория** | **Практика** | **Всего** |
| 1.
 | **Вводное интегрированное занятие. Инструктаж по технике безопасности.** | **2** | **-** | **2** |
|  | **Введение в программу курса. Диагностика.**  | **1** | **1** | **2** |
|  | **Теоретическая подготовка:** | **25** | **9** | **34** |
| 3.1 | Правила поведения и техники безопасности | 2 | - | 2 |
| 3.2 | История вооружённых сил | 4 | 2 | 6 |
| 3.3 | ВС РФ на современном этапе. | 2 | - | 2 |
| 3.4 | Воинские традиции. Их место в современной армии. | 4 | - | 4 |
| 3.5 | Уставы Вооружѐнных сил РФ | 2 | 2 | 4 |
| 3.6 | Воинская обязанность и военная служба граждан. | 2 | - | 2 |
| 3.7 | Культура внешности. Культура состояний | 2 | - | 2 |
| 3.8 | Факторы риска и факторы выживания. | 2 | - | 2 |
| 3.9 | Первая медицинская помощь. | 4 | 4 | 8 |
| 3.10 | Краткие характеристики техники выполнения физических упражнений | 1 | 1 | 2 |
| **4.** | **Начальная военная подготовка. Курс ГТО.** | **12** | **80** | **92** |
| 4.1 | Строевая подготовка | 2 | 13 | 15 |
| 4.2 | Общая физическая подготовка | 2 | 18 | 20 |
|  4.3 | Походная подготовка и выживание | 4 | 19 | 23 |
| 4.4 | Стрелковая подготовка, метание гранат | 2 | 10 | 12 |
| 4.5 | Подвижные и военно – тактические игры | 2 | 20 | 22 |
| **5.** | **Контрольные испытания** | **-** | **4** | **4** |
| **6.** | **Соревновательная деятельность** | - | **10** | **10** |
|  | **Итого часов** | **38** | **106** | **144** |

**Базовый модуль**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование разделов** | **Общее кол-во часов** | **Базовый модуль** **(второй и третий год обучения)** |
| **1 год** | **2 год** |
| **Кол-во часов в год** | **Теоретичес-кая подготовка** | **Практичес-кая подготовка** | **Кол-во часов в год** | **Теоретичес-кая подготовка** | **Практичес-кая подготовка** |
| 1. | Вводное занятие. Диагностика. Инструктаж по технике безопасности | **8** | **4** | 1 | 3 | **4** | 1 | 3 |
| 2. | **Теоретическая подготовка** | **172** | **86** | 24 | 62 | **86** | 12 | 74 |
| 2.1 | Управление отделением, обязанности солдата в бою | 46 | 24 | 6 | 18 | 22 | 2 | 20 |
| 2.2 | Размещение, жизнь и быт военнослужащих. | 12 | 12 | 4 | 8 | - | - | - |
| 2.3 | Культура внешности, состояния, общения. | 4 | 2 | 2 | - | 2 | 2 | - |
| 2.4 | Необычное использование обычных вещей. | 18 | 10 | 4 | 6 | 8 | 2 | 6 |
| 2.5 | Дом из ничего | 34 | 12 | 2 | 10 | 22 | 2 | 20 |
| 2.6 | Аварийно-спасательные работы | 38 | 16 | 4 | 12 | 22 | 2 | 20 |
| 2.7 | Краткие характеристики техники выполнения физических упражнений | 20 | 10 | 2 | 8 | 10 | 2 | 8 |
| 3. | **Начальная военная подготовка, ГТО** | **220** | **110** | 16 | 94 | **110** | 8 | 102 |
| 3.1 | Строевая подготовка. | 28 | 12 | 2 | 10 | 16 | 2 | 14 |
| 3.2 | Силовая подготовка. | 18 | 8 | - | 8 | 10 | - | 10 |
| 3.3 | Общая физическая подготовка. | 26 | 10 | - | 10 | 16 | - | 16 |
| 3.4 | Походная подготовка. | 44 | 24 | 4 | 20 | 20 | 2 | 18 |
| 3.5 | Подвижные и спортивные игры | 58 | 30 | 4 | 26 | 28 | 2 | 26 |
| 3.6 | Стрелковая подготовка. Метание гранаты | 46 | 26 | 6 | 20 | 20 | 2 | 18 |
| **4** | **Контрольные испытания** | **12** | **6** | **-** | 6 | **6** | **-** | 6 |
| **5** | **Соревновательная деятельность** | **20** | **10** | **-** | 10 | **10** | **-** | 10 |
|  | **Итого часов** | **432** | **216** | **41** | **175** | **216** | **21** | **195** |

 **СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

**для младшей возрастной категории (8-11 лет)**

**Ознакомительный модуль (1 год обучения)**

1. **Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.**

Игра на знакомство «Давайте познакомимся!». Выявление интересов обучающихся.

1. **Введение в программу курса. Диагностика**

Рассказ о предмете изучения. Мотивирование и стимулирование на активное участие в коллективе. Тестирование и сдача спортивных нормативов.Викторина "Моя история"

**3. Теоретическая подготовка**

**3.1 Правила поведения и техники безопасности.**

Порядок, расписание, направленность и содержание работы группы. Поведение на улице во время движения к месту занятия, на учебном занятии и с обслуживающим персоналом. Правила обращения со спортивным инвентарем.

**3.2. История Вооруженных сил РФ.**

**3.3.Вооружѐнные силы России на современном этапе.**

Военно-воздушные силы. Военно-морской флот. Сухопутные войска.

**3.4. Воинские традиции. Их место в современной армии.**

**3.5.Уставы Вооружённых сил РФ.**

Военная присяга. Изучение основных положений Устава внутренней и караульной службы. Дисциплинарный и строевой Устав.

**3.6.Воинская обязанность и военная служба граждан.**

Сущность и особенности воинской обязанности. Условия при которых выполняется воинская обязанность. Правовые основы прохождения военной службы. Воинская обязанность и комплектование Вооружённых сил РФ. Подготовка граждан к воинской службе. Призыв граждан на военную службу. Альтернативная гражданская служба. Служба по контракту. Воинские звания и военная форма одежды. Статус военнослужащего. Права, свободы и гарантии по социальной защите.

**3.7. Культура внешности. Культура состояний.**

**3.8**. **Факторы риска и факторы выживания.**

Голод. Жара, жажда. Холод. Переутомление. Готовность к действию в

аварийной ситуации. Воля к жизни. Приѐмы самоспасения. Навыки

выживания, общая физическая подготовка, закалка. Правильная организация

спасательных работ. Тактика выживания.

**3.9. ПМП. Оказание доврачебной помощи в полевых условиях.**

Первая медицинская помощь. Приоритеты в обработке ран. Аптечка первой помощи. Искусственное дыхание и непрямой массаж сердца. Кровотечения, ранения, повязки. Лечение мозолей, водянок. Укусы насекомых и змей.

Ожоги и обморожения. Солнечный и тепловой удар. Переломы, симптоматика, иммобилизация.

**3.10. Краткие характеристики техники выполнения физических упражнений.**

Основные способы техники выполнения физических упражнений. Типичные ошибки при освоении техники.

**4. Начальная военная подготовка. Курс ГТО.**

**4.1. Строевая подготовка. Строи и управления ими.**

Строй и его элементы. Развёрнутый и походный строи. Внешний вид. Управление строем, отработка команд: «Равняйсь», «Смирно», «Вольно», «Заправиться». Расчёт на первый-второй и по порядку номеров, перестроение из одношереножного строя в двухшереножный и обратно. Движение на месте, элементы строевого шага, движение строевым шагом в одну шеренгу, в колонну по одному.

**4.2. Общая физическая подготовка.**

Общеразвивающие упражнения без предметов: для верхнего плечевого пояса, для шеи и туловища, для ног. Общеразвивающие упражнения с предметами: с мячами, со скакалкой, с гимнастической палкой. Упражнения на гимнастических снарядах: на гимнастической стенке, на перекладине, на гимнастической скамейке. Упражнения на равновесие: на гимнастическом бревне, акробатика, легкая атлетика. Силовая подготовка: упражнения для мышц туловища, упражнения для мышц ног.

**4.3. Походная подготовка и выживание.**

*Топография и ориентирование.*

Предмет военной топографии. Топография — наука об изображении местности на плоскости.

*Понятие выживания.*

Что такое выживание. Экстремальные условия. Работоспособность, боеспособность.

*Аварийное ориентирование.*

Понятие аварийного ориентирования. Ориентирование по солнцу. Ориентирование и определение времени по звездам. Определение сторон горизонта по растениям и животным. Ориентирование по рельефу, почвам, ветру и снегу. Ориентирование по артефактам (постройкам, следам, местным названиям и т.д.). Особенности ночного ориентирования. Определение расстояний и направлений по звуку и свету.

*Туристическое снаряжение.*

Рюкзаки. Компоновка рюкзака и его укладка. Вещевые мешки. Ременно-плечевые системы. Емкости для ременно-плечевых систем. Ремни. Емкости и снаряжение, закрепляемые на ремне. Способы крепления емкостей для ношения снаряжения. Спальные мешки.

*Радиосвязь.*

Основные принципы осуществления радиосвязи. Виды и назначения радиостанций. Частоты. Портативные радиостанции, их классификация. Основы эксплуатации радиостанции и ведения радиообмена.

*Передвижение группы.*

Подготовка группы к выходу (составление плана (кроки) маршрута, проверка и подгонка снаряжения, распределение ролей в группе и т.д.). Порядок движения группы, расположение ее членов на марше. Скорость движения. Организация привалов. Нештатные ситуации.

*Организация лагеря.*

Выбор места для лагеря. Установка палаток. Постройка шалаша, чума. Землянка. Виды и назначение землянки. Оборудование землянки (котлован, крыша, обеспечение вентиляции, очаг и т.д.). Конструкция дренажа. Маскировка землянки. Техника безопасности. Иные виды укрытий. Укрытия из снега и льда. Костровое место. Виды и назначение костров.

*Выживание в лесу.*

Особенности лесных ландшафтов. Движение по лесу. Способы преодоления препятствий в лесу. Преодоление болот. Оборудование стоянки на болоте. Предсказание погоды. Изучение следов (людей, животных, техники). Наблюдение за поведением животных. Опасные животные и насекомые. Приемы охоты за дичью. Рыбалка. Съедобные и ядовитые растения. Съедобные и ядовитые грибы. Уход от преследования собаками.

*Выживание в условиях низких температур.*

Особенности температурного режима тела человека. Одежда для выживания в условиях низких температур. Снаряжение и оборудование для осуществления деятельности в тундре. Особенности ориентирования в тундре. Движение по снегу и льду. Укрытия. Оборудование лагеря в условиях тундры (низких температур). Пищевой режим. Функционирование техники и транспорта в условиях низких температур. Животный мир тундры. Нештатные ситуации и их преодоление.

*Выживание в городе.*

Город как особая среда человеческого существования. Город как особый техносистема. Особенности городской застройки. Город в условиях боевых действий. Экология города в условиях войны. Основные опасности. Сигналы оповещения. Убежища и укрытия. Движение по городу в условиях боевых действий. Добыча пищи и воды. Организация пунктов дислокации в городе.

**4.4. Стрелковая подготовка. Метание гранаты.** Правила и техника безопасности при обращении с оружием. Принципы стрельбы. Техника стрельбы. Стрельба из разных положений. Виды гранат и способы их метания.

**4.5. Подвижные и военно – тактические игры.**

Подвижные игры. Тактика ведения боя в лесу, в городских условиях, в помещениях. Сооружение и оборудование окопов, блиндажей и дотов. Военно – тактическая игра «Зарница». Страйкбольные соревнования. Сопровождение колонн. Эвакуация раненых.

*Тактическое взаимодействие в боевых группах.*

Понятие микрогруппы. Роль лидера и других членов группы. Психологический микроклимат, причины и способы разрешения конфликтов. Пути достижения тактического взаимодействия. Критические точки тактического взаимодействия: отсутствие грамотного построения, неготовность к реакции на агрессию, отсутствие отработанных команд и сигналов, нечеткость первого маневра, неслаженность перестроений, неадекватность огневого прикрытия, отсутствие субординации, скудность технического арсенала, замкнутость системы мышления.

**5. Контрольные испытания.**

*Общая физическая подготовка* - челночный бег 3 х 10м, прыжок в длину с места, поднимание туловища из положения лежа на спине согнув ноги, за 30 секунд.

*Специальная физическая подготовка* – комплексное силовое упражнение, подтягивание на перекладине, сгибание и разгибание рук в упоре лѐжа.

*Огневая подготовка.* Стрельба из пневматического оружия из положения стоя, с колена, лёжа. Стрельба из страйкбольного привода по движущимся мишеням и стрельба в движении из страйкбольного привода по статичным мишеням.

*Метание гранаты* на дальность. Метание гранаты на меткость.

*Строевая подготовка.* Выполнение основных команд.

Принимаются 2 раза в год (в начале учебного года – стартовая диагностика, конце года - итоговая). Результаты фиксируются и определяют уровень физической подготовленности. В конце учебного года, обучающиеся должны продемонстрировать динамику прироста индивидуальных показателей подготовки.

*Тестирование* теоретической подготовки осуществляется в середине и конце учебного года. Вопросы предоставляются в соответствии с уровнем подготовленности обучающихся.

 **6. Соревновательная деятельность.**

В течение курса обучения обучающиеся участвуют в соревновательной и массовой деятельности в соответствии с Календарным планом проведения спортивных и физкультурно-массовых мероприятий учреждения и Годовым планом работы учреждения на учебный год.

 **Базовый модуль (1 год обучения)**

**1. Вводное занятие**. Инструктаж по технике безопасности. Диагностика.

**2. Теоретическая подготовка**.

**2.1.Управление отделением, обязанности солдата в бою**.

Содержание работы командира отделения по организации боя. Место командира в бою. Обязанности солдата в бою.

 **2.2. Размещение, жизнь и быт военнослужащих.**

Размещение военнослужащих. Распределение времени и повседневный порядок. Суточный наряд. Воинская дисциплина, еѐ сущность и значение. Несение караульной службы. Ответственность военнослужащих за нарушение воинской дисциплины.

**2.3.Культура внешности, состояния, общения.**

Культура внешности: история военного костюма, его назначение, уход за ним; прическа. Культура походки: осанка, поза, пластичность, жест, мимика. Язык как средство самореализации личности: голос, тембр, ударение, интонация, манера; обращение, знакомство, приветствие и прощание; поздравление, благодарность, извинение и приглашение. Культура состояния: эмоции, настроение; самообладание, самоконтроль; сдержанность, искренность, чувство собственного достоинства. Культура общения: хорошие манеры, хороший тон; этикет телефонного разговора;

комплименты, взаимоотношения между мальчиками и девочками; беседа с друзьями: умение слышать и слушать; тактичность, уважение к собеседнику.

**2.4. Необычное использование обычных вещей.**

Использование брюк, носков для хранения различных продуктов в экстремальных условиях, натягивание тентов от солнца, брюки как рюкзак. Использование верхней и нижней одежды в экстремальных условиях.

**2.5. Дом из ничего.**

Место как бивак. В безлесье и малолесье. Чум, вигвам, домики-укрытия, двускатный шалаш, односкатный навес, гамак. Землянка, полуземлянка, изба. Снежные убежища, организация ночѐвки и отдыха в снежном жилище. Оборудование кострового бивака.

**2.6. Аварийно-спасательные работы.**

Неприкосновенный запас. Аварийные комплекты. Съедобные дикорастущие растения. Рыбалка, рыболовные снасти, примитивная удочка, леска, грузило, поплавок, крючок. Зимняя рыбалка в аварийных ситуациях. Рецептура блюд. Примитивная посуда. Выход из голодания.

**2.7. Краткие характеристики техники выполнения физических упражнений.**

Основные способы техники выполнения физических упражнений. Типичные ошибки при освоении техники.

**3. Начальная военная подготовка. Курс ГТО**

**3.1. Строевая подготовка.**

Строевые приѐмы и движение без оружия, строевая стойка и выполнение команд. Повороты на месте, в движении. Походный шаг с переходом на строевой. Отдание воинской чести на месте с головным убором и без него. Отдание воинской чести в движении с головным убором и без него. Выход из строя и возвращение в строй. Подход к начальнику и отход от него. Совершенствуются движения, изученные на 1 году обучения.

**3.2.Силовая подготовка**.

Применяются все упражнения предыдущего этапа, расширяются и усложняются. Поднимание и переноска в парах: переноска, сидящего на руках, переноска с поддержкой под руки и колени, переноска сидящего на сцепленных руках. Переноска с поддержкой под ноги и спину. Переноска партнѐра: переноска сидящего верхом; переноска сидящего верхом, на плечах; переноска с поддержкой двумя руками; переноска лежащего на одном плече. Волевая гимнастика по системе А.К.Анохина. Выполнение упражнений без отягощений, сознательное напряжение соответствующих мышц, имитация преодоления сопротивление. Атлетическая гимнастика без снарядов, по системе В.Г. Фохтина.

**3.3.Общая физическая подготовка.**

Применяются все упражнения предыдущего этапа, расширяются и усложняются.

*Общеразвивающие упражнения.* Для верхнего плечевого пояса. Для шеи и туловища. Для ног.

*Упражнения на гимнастических снарядах.* На гимнастической стенке. На перекладине. На гимнастической скамейке.

*Упражнения на равновесие.* На полу.

*Акробатика:*различные комбинации с использованием изученного учебного материала.

*Лѐгкая атлетика:*равномерный бег с ускорениями; челночный бег 5х10м; стартовые ускорения по зрительным или звуковым сигналам, из различных исходных положений; серийные невысокие прыжки через скакалку; прыжки с короткого разбега (3-4 м), с доставанием подвешенных предметов (баскетбольного щита, корзины, кольца); многократные прыжки на дальность; прыжки в «глубину» с последующим предельно быстрым выпрыгиванием или прыжком в длину.

**3.4. Походная подготовка.**

Военизированные походы: походы в лес с проведением занятий по эвакуации пострадавших с места катастрофы, организация спасательных работ; поиск, добыча и обеззараживание воды с применением подручных средств. Ориентирование на местности; военно-спортивные игры на местности с проведением занятий по медицинской подготовке, по действию команды в экстремальных условиях.

Пешие походы по местам боевой славы Курской области (до 30 км в день), реконструкция памятников погибшим в Великой Отечественной войне солдатам, уход за их могилами. Лыжные походы на различные расстояния.

**3.5. Подвижные и спортивные игры.**

Применяются все игры предыдущего этапа, Базовые варианты игр варьируются, меняется количество участников, инвентарь, время проведения игры и т.д. Двухсторонние игры (баскетбол, футбол), совершенствование тактических и технических действий .

**3.6. Стрелковая подготовка. Метание гранаты.**

Правила и техника безопасности при обращении с оружием. Стрельба из разных положений. Стрельба в движении. Стрельба по движущимся мишеням. Метание ручных осколочных гранат с места и в движении. Требования безопасности при метании гранат. **4. Контрольные испытания.**

Данный раздел соответствует предыдущему этапу. В конце 2-го года обучения, обучающиеся должны продемонстрировать динамику прироста индивидуальных показателей физической подготовленности. Тестирование теоретической подготовки осуществляется в конце учебного года. Вопросы предоставляются в соответствии с уровнем подготовленности обучающихся. Как итог: создание профессиональной, активно действующей команды. Все обучающиеся физически и психологически максимально подготовлены к службе в ВС РФ.

**5.Соревновательная деятельность.**

В течение курса обучения обучающиеся участвуют в соревновательной и массовой деятельности в соответствии с Календарным планом проведения спортивных и физкультурно-массовых мероприятий учреждения и Годовым планом работы учреждения на учебный год.

 **Базовый модуль (2 год обучения)**

**1. Вводное занятие**. Инструктаж по технике безопасности. Диагностика.

**2. Теоретическая подготовка**.

**2.1.Управление отделением, обязанности солдата в бою**.

Работа командира отделения по организации боя. Действия командира в бою. Действия солдата в бою.

**2.2 Размещение, жизнь и быт военнослужащих.**

**2.3.Культура внешности, состояния, общения.**

Внешний вид, умение общаться, умение контролировать себя.

**2.4. Необычное использование обычных вещей.**

Использование природного ресурса для организации быта в экстремальных условиях.

**2.5. Дом из ничего.**

Обустройство ночлега и бивака в разных погодных условиях из подручного материала и без использования строительных инструментов.

**2.6. Аварийно-спасательные наборы.**

Аварийно-спасательные работы при взрывах, пожарах, обрушениях, обвалах, после ураганов, смерчей, сильных бурь, при наводнениях и других бедствиях.

**2.7. Краткие характеристики техники выполнения физических упражнений.**

Техники выполнения физических упражнений.

**3. Начальная военная подготовка.**

**3.1. Строевая подготовка.**

Строевые приѐмы и движение без оружия, строевая стойка и выполнение команд. Повороты на месте, в движении. Походный шаг с переходом на строевой. Отдание воинской чести на месте с головным убором и без него. Отдание воинской чести в движении с головным убором и без него. Выход из строя и возвращение в строй. Подход к начальнику и отход от него. Совершенствуются движения, изученные на предыдущих годах обучения.

 **3.2.Силовая подготовка**.

Применяются все упражнения предыдущего этапа, расширяются и усложняются.

 **3.3.Общая физическая подготовка.**

Применяются все упражнения предыдущего этапа, расширяются и усложняются.

Общеразвивающие упражнения. Упражнения на гимнастических снарядах. Упражнения на равновесие. Лёгкая атлетика.

 **3.4. Походная подготовка.**

Военизированные походы: походы в лес с проведением занятий по эвакуации пострадавших с места катастрофы, организация спасательных работ; поиск, добыча и обеззараживание воды с применением подручных средств. Ориентирование на местности; военно-спортивные игры на местности с проведением занятий по медицинской подготовке, по действию команды в экстремальных условиях.

Пешие походы по местам боевой славы Курской области (до 30 км в день), реконструкция памятников погибшим в Великой Отечественной войне солдатам, уход за их могилами. Лыжные походы на различные расстояния.

 **3.5. Подвижные и спортивные игры.**

Применяются все игры предыдущего этапа, Базовые варианты игр варьируются, меняется количество участников, инвентарь, время проведения игры и т.д. Организация и проведение военно-тактической игры "Зарница".

 **4. Контрольные испытания.**

Данный раздел соответствует предыдущему этапу. В конце 3-го года обучения, обучающиеся должны продемонстрировать динамику прироста индивидуальных показателей физической подготовленности. Тестирование теоретической подготовки осуществляется в конце учебного года. Вопросы предоставляются в соответствии с уровнем подготовленности обучающихся. Как итог: создание профессиональной, активно действующей команды. Все обучающиеся физически и психологически максимально подготовлены к службе в ВС РФ.

**5.Соревновательная деятельность.**

В течение курса обучения обучающиеся участвуют в соревновательной и массовой деятельности в соответствии с Календарным планом проведения спортивных и физкультурно-массовых мероприятий учреждения и Годовым планом работы учреждения на учебный год.

**УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

**для старшей возрастной категории (12-18 лет)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование разделов** | **Общее количество часов** | **в том числе** |
| **ознакомительный модуль** | **базовый модуль** |
| **1 год** | **2 год** |
| **Общее кол-во****часов** | **теорет.****часы** | **практич.****часы** | **Общее кол-во****часов** | **теорет.****часы** | **практич.****часы** | **Общее кол-во****часов** | **теорет.****часы** | **практич.****часы** |
| 1 | Введение | 12 | **4** | 3 | 1 | **4** | 2 | 2 | **4** | 1 | 3 |
| 2 | Теоретическая подготовка | 176 | **34** | 25 | 9 | **76** | 56 | 20 | **66** | 42 | 24 |
| 3 | Начальная военная подготовка, курс ГТО | 324 | **92** | 12 | 80 | **116** | 10 | 106 | **116** | 6 | 110 |
| 4 | Итоговые испытания | 34 | **4** | 1 | 3 | **10** | 5 | 5 | **20** | 10 | 10 |
| 5 | Соревнова-тельная деятельность | 30 | **10** |  | 10 | **10** |  | 10 | **10** |  | 10 |
| **Итого** | **576** | **144** | 41 | 103 | **216** | 73 | 143 | **216** | 59 | 157 |
| **Всего по программе** | **576** |

**Ознакомительный модуль**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование****разделов и тем** | **1 год обучения** |
| **Теория** | **практика** | **Всего** |
| **1** | **Вводное занятие.** | **3** | **1** | **4** |
| 1.1 | Вводное интегрированное занятие. Инструктаж по технике безопасности. | 2 | - | 2 |
| 1.2 | Введение в программу курса. Диагностика.  | 1 | 1 | 2 |
| **2** | **Теоретическая подготовка:** | **25** | **9** | **34** |
| 2.1 | Правила поведения и техники безопасности | 2 | - | 2 |
| 2.2 | История вооружённых сил | 4 | 2 | 6 |
| 2.3 | ВС РФ на современном этапе. | 2 | - | 2 |
| 2.4 | Воинские традиции. Их место в современной армии. | 4 | - | 4 |
| 2.5 | Уставы Вооружѐнных сил РФ | 2 | 2 | 4 |
| 2.6 | Воинская обязанность и военная служба граждан. | 2 | - | 2 |
| 2.7 | Культура внешности. Культура состояний | 2 | - | 2 |
| 2.8 | Факторы риска и факторы выживания. | 2 | - | 2 |
| 2.9 | Первая медицинская помощь. | 4 | 4 | 8 |
| 2.10 | Краткие характеристики техники выполнения физических упражнений | 1 | 1 | 2 |
| **3** | **Начальная военная подготовка, курс ГТО**  | **12** | **80** | **92** |
| 3.1 | Строевая подготовка | 2 | 13 | 15 |
| 3.2 | Общая физическая подготовка | 2 | 18 | 20 |
| 3.3 | Походная подготовка и выживание | 4 | 19 | 23 |
| 3.4 | Стрелковая подготовка, метание гранат | 2 | 10 | 12 |
| 3.5 | Подвижные и военно – тактические игры | 2 | 20 | 22 |
| **4** | **Контрольные испытания** | - | **4** | **4** |
| **5** | **Соревновательная деятельность** | - | **10** | **10** |
|  | **Итого часов** | **40** | **104** | **144** |

**Базовый модуль**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование разделов** | **Общее кол-во часов** | **Базовый модуль** **(второй и третий год обучения)** |
| **1 год** | **2 год** |
| **Кол-во часов в год** | **Теоретические часы** | **Практические часы** | **Кол-во часов в год** | **Теоретичес-****кие часы** | **Практичес-кие часы** |
| **1.** | **Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. Диагностика.** | **8** | **4** | 2 | 2 | **4** | 1 | 3 |
| **2.** | **Теоретическая подготовка** | **142** | **76** | 56 | 20 | **66** | 42 | 24 |
| 2.1 | Боевые традиции Вооруженных Сил России | 8 | 8 | 6 | 2 | - | - | - |
| 2.2 | Патриотизм и верность воинскому долгу - основные качества защитника Отечества. | 8 | 4 | 4 | - | 4 | 4 | - |
| 2.3 | Памяти поколений - дни воинской славы России. | 24 | 12 | 10 | 2 | 12 | 10 | 2 |
| 2.4 | Особенности военной службы. | 14 | 8 | 8 | - | 6 | 6 | - |
| 2.5 | Символы воинской чести | 22 | 12 | 10 | 2 | 10 | 8 | 2 |
| 2.6 | Аварийно-спасательные работы | 34 | 14 | 4 | 10 | 20 | 6 | 14 |
| 2.7 | Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи. | 32 | 18 | 14 | 4 | 14 | 8 | 6 |
| **3.** | **Начальная военная подготовка, курс ГТО** | **232** | **116** | 10 | 106 | **116** | 6 | 110 |
| 3.1 | Строевая подготовка | 38 | 18 | 2 | 16 | 20 | - | 20 |
| 3.2 | Общая физическая подготовка | 49 | 24 | 2 | 22 | 25 | 2 | 23 |
| 3.3 | Походная подготовка и выживание | 53 | 30 | 4 | 26 | 23 | 2 | 21 |
| 3.4 | Стрелковая подготовка, метание гранат | 42 | 20 | 2 | 18 | 22 | 2 | 20 |
| 3.5 | Подвижные и спортивные игры | 50 | 24 | - | 24 | 26 | - | 26 |
| **4** | **Контрольные испытания** | **30** | **10** | 5 | 5 | **20** | 10 | 10 |
| **5** | **Соревновательная деятельность** | **20** | **10** |  | **10** | **10** |  | 10 |
|  | **Итого часов** | **432** | **216** | **73** | **143** | **216** | **59** | **157** |

**СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

**для старшей возрастной категории (12-18 лет)**

**Ознакомительный модуль (1 год обучения)**

1. **Вводное занятие** Введение в программу курса. Диагностика. Игра на знакомство «Давайте познакомимся!». Выявление интересов обучающихся. Рассказ о предмете изучения. Мотивирование и стимулирование на активное участие в коллективе. Тестирование и сдача спортивных нормативов.Викторина "Моя история"

**2. Теоретическая подготовка**

**2.1 Правила поведения и техники безопасности.**

Порядок, расписание, направленность и содержание работы группы. Поведение на улице во время движения к месту занятия, на учебном занятии и с обслуживающим персоналом. Правила обращения со спортивным инвентарем.

**2.2. История Вооруженных сил России.**

**2.3.Вооружѐнные силы России на современном этапе.**

Военно-воздушные силы. Военно-морской флот. Сухопутные войска.

**2.4. Воинские традиции и их место в современной армии.**

**2.5.Уставы Вооружённых сил РФ.**

Военная присяга. Изучение основных положений Устава внутренней и караульной службы. Дисциплинарный и строевой Устав.

**2.6.Воинская обязанность и военная служба граждан.**

Сущность и особенности воинской обязанности. Условия при которых выполняется воинская обязанность. Правовые основы прохождения военной службы. Воинская обязанность и комплектование Вооружённых сил РФ. Подготовка граждан к воинской службе. Призыв граждан на военную службу. Альтернативная гражданская служба. Служба по контракту. Воинские звания и военная форма одежды. Статус военнослужащего. Права, свободы и гарантии по социальной защите.

**2.7. Культура внешности. Культура состояний.**

**2.8**. **Факторы риска и факторы выживания.**

Голод. Жара, жажда. Холод. Переутомление. Готовность к действию в

аварийной ситуации. Воля к жизни. Приѐмы самоспасения. Навыки

выживания, общая физическая подготовка, закалка. Правильная организация спасательных работ. Тактика выживания.

**2.9.Оказание доврачебной помощи в полевых условиях.**

Первая медицинская помощь. Приоритеты в обработке ран. Аптечка первой помощи. Искусственное дыхание и непрямой массаж сердца. Кровотечения, ранения, повязки. Лечение мозолей, водянок. Укусы насекомых и змей.

Ожоги и обморожения. Солнечный и тепловой удар. Переломы, симптоматика, иммобилизация.

**2.10. Краткие характеристики техники выполнения физических упражнений.**

Основные способы техники выполнения физических упражнений. Типичные ошибки при освоении техники.

**3. Начальная военная подготовка. Курс ГТО.**

**3.1. Строевая подготовка. Строи и управления ими.**

Строй и его элементы. Развёрнутый и походный строи. Внешний вид. Управление строем, отработка команд: «Равняйсь», «Смирно», «Вольно», «Заправиться». Расчёт на первый-второй и по порядку номеров, перестроение из одношереножного строя в двухшереножный и обратно. Движение на месте, элементы строевого шага, движение строевым шагом в одну шеренгу, в колонну по одному.

**3.2. Общая физическая подготовка.**

*Общеразвивающие упражнения без предметов.* Для верхнего плечевого пояса. Для шеи и туловища. Для ног.

*Общеразвивающие упражнения с предметами.* С мячами. Со скакалкой. С гимнастической палкой.

*Упражнения на гимнастических снарядах.* На гимнастической стенке. На перекладине. На гимнастической скамейке.

*Упражнения на равновесие.* На гимнастическом бревне. Акробатика. Лѐгкая атлетика.

*Силовая подготовка.* Упражнения для мышц туловища. Упражнения для мышц ног.

**3.3. Походная подготовка и выживание.**

*Топография и ориентирование.* Предмет военной топографии. Топография — наука об изображении местности на плоскости.

*Понятие выживания.* Что такое выживание. Экстремальные условия. Работоспособность, боеспособность.

*Аварийное ориентирование.* Понятие аварийного ориентирования. Ориентирование по солнцу. Ориентирование и определение времени по звездам. Определение сторон горизонта по растениям и животным. Ориентирование по рельефу, почвам, ветру и снегу. Ориентирование по артефактам (постройкам, следам, местным названиям и т.д.). Особенности ночного ориентирования. Определение расстояний и направлений по звуку и свету.

*Туристическое снаряжение*. Рюкзаки. Компоновка рюкзака и его укладка. Вещевые мешки. Ременно-плечевые системы. Емкости для ременно-плечевых систем. Ремни. Емкости и снаряжение, закрепляемые на ремне. Способы крепления емкостей для ношения снаряжения. Спальные мешки.

*Радиосвязь.* Основные принципы осуществления радиосвязи. Виды и назначения радиостанций. Частоты. Портативные радиостанции, их классификация. Основы эксплуатации радиостанции и ведения радиообмена.

*Передвижение группы.* Подготовка группы к выходу (составление плана (кроки) маршрута, проверка и подгонка снаряжения, распределение ролей в группе и т.д.). Порядок движения группы, расположение ее членов на марше. Скорость движения. Организация привалов. Нештатные ситуации.

*Организация лагеря.* Выбор места для лагеря. Установка палаток. Постройка шалаша, чума. Землянка. Виды и назначение землянки. Оборудование землянки (котлован, крыша, обеспечение вентиляции, очаг и т.д.). Конструкция дренажа. Маскировка землянки. Техника безопасности. Иные виды укрытий. Укрытия из снега и льда. Костровое место. Виды и назначение костров.

*Выживание в лесу.* Особенности лесных ландшафтов. Движение по лесу. Способы преодоления препятствий в лесу. Преодоление болот. Оборудование стоянки на болоте. Предсказание погоды. Изучение следов (людей, животных, техники). Наблюдение за поведением животных. Опасные животные и насекомые. Приемы охоты за дичью. Рыбалка. Съедобные и ядовитые растения. Съедобные и ядовитые грибы. Уход от преследования собаками.

*Выживание в условиях низких температур*. Особенности температурного режима тела человека. Одежда для выживания в условиях низких температур. Снаряжение и оборудование для осуществления деятельности в тундре. Особенности ориентирования в тундре. Движение по снегу и льду. Укрытия. Оборудование лагеря в условиях тундры (низких температур). Пищевой режим. Функционирование техники и транспорта в условиях низких температур. Животный мир тундры. Нештатные ситуации и их преодоление.

*Выживание в городе.* Город как особая среда человеческого существования. Город как особый техносистема. Особенности городской застройки. Город в условиях боевых действий. Экология города в условиях войны. Основные опасности. Сигналы оповещения. Убежища и укрытия. Движение по городу в условиях боевых действий. Добыча пищи и воды. Организация пунктов дислокации в городе.

**3.4. Стрелковая подготовка. Метание гранаты.** Правила и техника безопасности при обращении с оружием. Принципы стрельбы. Техника стрельбы. Стрельба из разных положений. Виды гранат и способы их метания.

**3.5. Подвижные и военно – тактические игры.**

Подвижные игры. Тактика ведения боя в лесу, в городских условиях, в помещениях. Сооружение и оборудование окопов, блиндажей и дотов. Военно – тактическая игра «Зарница». Страйкбольные соревнования. Сопровождение колонн. Эвакуация раненых.

*Тактическое взаимодействие в боевых группах*. Понятие микрогруппы. Роль лидера и других членов группы. Психологический микроклимат, причины и способы разрешения конфликтов. Пути достижения тактического взаимодействия. Критические точки тактического взаимодействия: отсутствие грамотного построения, неготовность к реакции на агрессию, отсутствие отработанных команд и сигналов, нечеткость первого маневра, неслаженность перестроений, неадекватность огневого прикрытия, отсутствие субординации, скудность технического арсенала, замкнутость системы мышления.

**4. Контрольные испытания.**

*Общая физическая подготовка* **-** челночный бег 3 х 10м, прыжок в длину с места, поднимание туловища из положения лежа на спине согнув ноги, за 30 секунд.

*Специальная физическая подготовка* – комплексное силовое упражнение, подтягивание на перекладине, сгибание и разгибание рук в упоре лѐжа.

*Огневая подготовка.* Стрельба из пневматического оружия из положения стоя, с колена, лёжа. Стрельба из страйкбольного привода по движущимся мишеням и стрельба в движении из страйкбольного привода по статичным мишеням.

*Метание гранаты* на дальность. Метание гранаты на меткость.

*Строевая подготовка.* Выполнение основных команд.

Принимаются 2 раза в год (в начале учебного года – промежуточная диагностика, конце года - итоговая). Результаты фиксируются и определяют уровень физической подготовленности. В конце учебного года, обучающиеся должны продемонстрировать динамику прироста индивидуальных показателей подготовки.

*Тестирование* теоретической подготовки осуществляется в середине и конце учебного года. Вопросы предоставляются в соответствии с уровнем подготовленности обучающихся.

**5. Соревновательная деятельность.**

В течение курса обучения обучающиеся участвуют в соревновательной и массовой деятельности в соответствии с Календарным планом проведения спортивных и физкультурно-массовых мероприятий учреждения и Годовым планом работы учреждения на учебный год.

 **Базовый модуль (1 год обучения)**

**1. Вводное занятие**. Инструктаж по технике безопасности. Диагностика.

**2. Теоретическая подготовка**.

**2.1.** **Боевые традиции Вооруженных Сил России.**

Патриотизм - духовно-нравственная основа личности военнослужащего - защитника Отечества, источник духовных сил воина. Преданность своему Отечеству, любовь к Родине, стремление служить ее интересам, защищать от врагов - основное содержание патриотизма. Воинский долг - обязанность Отечеству по его вооруженной защите. Основные составляющие личности военнослужащего - защитника Отечества, способного с честью и достоинством выполнить воинский долг.

**2.2. Патриотизм и верность воинскому долгу - основные качества защитника Отечества.** Доблесть. Преданность. Отвага.

**2.3.** **Памяти поколений - дни воинской славы России.**

Дни воинской славы России - дни славных побед, сыгравшие решающую роль в истории России. Основные формы увековечивания памяти российских воинов, отличившихся в сражениях, связанных с днями воинской славы России.

**2.4.** **Особенности военной службы.**

Правовые основы военной службы. Конституция Российской Федерации, Федеральные Законы: "Об обороне", "О статусе военнослужащих", "О воинской обязанности и военной службе".

Военная служба - особый вид Федеральной государственной службы. Конституция РФ и вопросы военной службы. Статус военнослужащего, права и свободы военнослужащего, Льготы, предоставляемые военнослужащим, проходящим военную службу по призыву Военные аспекты международного права.

Общевоинские уставы Вооруженных Сил РФ - закон воинской жизни.

Военная присяга - основной и нерушимый закон воинской жизни. История принятия военной присяги в России. Воинские звания военнослужащих.

**2.5. Символы воинской чести.**  Боевое знамя. История государственных наград за военные отличия в России. Основные государственные награды СССР и России, звание "Герой Советского Союза", звание "Герой Российской Федерации".

**2.6.Аварийно-спасательные работы.**

Неприкосновенный запас. Аварийные комплекты. Съедобные дикорастущие растения. Рыбалка, рыболовные снасти, примитивная удочка, леска, грузило, поплавок, крючок. Зимняя рыбалка в аварийных ситуациях. Рецептура блюд. Примитивная посуда. Выход из голодания.

**2.7.Основы медицинских знаний. Правила оказания первой медицинской помощи.**

**3. Начальная военная подготовка. Курс ГТО.**

**3.1. Строевая подготовка. Строи и управления ими.**

Строй и его элементы. Развёрнутый и походный строи. Внешний вид. Управление строем, отработка команд: «Равняйсь», «Смирно», «Вольно», «Заправиться». Расчёт на первый-второй и по порядку номеров, перестроение из одношереножного строя в двухшереножный и обратно. Движение на месте, элементы строевого шага, движение строевым шагом в одну шеренгу, в колонну по одному.

**3.2. Общая физическая подготовка.**

*Общеразвивающие упражнения без предметов.* Для верхнего плечевого пояса. Для шеи и туловища. Для ног.

*Общеразвивающие упражнения с предметами.* С мячами. Со скакалкой. С гимнастической палкой.

*Упражнения на гимнастических снарядах.* На гимнастической стенке. На перекладине. На гимнастической скамейке.

*Упражнения на равновесие.* На гимнастическом бревне. Акробатика. Лѐгкая атлетика.

*Силовая подготовка.* Упражнения для мышц туловища. Упражнения для мышц ног.

**3.3. Походная подготовка и выживание. Топография и ориентирование.**

Предмет военной топографии. Топография — наука об изображении местности на плоскости.

*Понятие выживания.* Что такое выживание. Экстремальные условия. Работоспособность, боеспособность.

*Аварийное ориентирование.* Понятие аварийного ориентирования. Ориентирование по солнцу. Ориентирование и определение времени по звездам. Определение сторон горизонта по растениям и животным. Ориентирование по рельефу, почвам, ветру и снегу. Ориентирование по артефактам (постройкам, следам, местным названиям и т.д.). Особенности ночного ориентирования. Определение расстояний и направлений по звуку и свету.

*Туристическое снаряжение.* Рюкзаки. Компоновка рюкзака и его укладка. Вещевые мешки. Ременно-плечевые системы. Емкости для ременно-плечевых систем. Ремни. Емкости и снаряжение, закрепляемые на ремне. Способы крепления емкостей для ношения снаряжения. Спальные мешки.

*Радиосвязь.* Основные принципы осуществления радиосвязи. Виды и назначения радиостанций. Частоты. Портативные радиостанции, их классификация. Основы эксплуатации радиостанции и ведения радиообмена.

*Передвижение группы.* Подготовка группы к выходу (составление плана (кроки) маршрута, проверка и подгонка снаряжения, распределение ролей в группе и т.д.). Порядок движения группы, расположение ее членов на марше. Скорость движения. Организация привалов. Нештатные ситуации.

*Организация лагеря.* Выбор места для лагеря. Установка палаток. Постройка шалаша, чума. Землянка. Виды и назначение землянки. Оборудование землянки (котлован, крыша, обеспечение вентиляции, очаг и т.д.). Конструкция дренажа. Маскировка землянки. Техника безопасности. Иные виды укрытий. Укрытия из снега и льда. Костровое место. Виды и назначение костров.

*Выживание в лесу.* Особенности лесных ландшафтов. Движение по лесу. Способы преодоления препятствий в лесу. Преодоление болот. Оборудование стоянки на болоте. Предсказание погоды. Изучение следов (людей, животных, техники). Наблюдение за поведением животных. Опасные животные и насекомые. Приемы охоты за дичью. Рыбалка. Съедобные и ядовитые растения. Съедобные и ядовитые грибы. Уход от преследования собаками.

*Выживание в условиях низких температур.* Особенности температурного режима тела человека. Одежда для выживания в условиях низких температур. Снаряжение и оборудование для осуществления деятельности в тундре. Особенности ориентирования в тундре. Движение по снегу и льду. Укрытия. Оборудование лагеря в условиях тундры (низких температур). Пищевой режим. Функционирование техники и транспорта в условиях низких температур. Животный мир тундры. Нештатные ситуации и их преодоление.

*Выживание в городе.* Город как особая среда человеческого существования. Город как особый техносистема. Особенности городской застройки. Город в условиях боевых действий. Экология города в условиях войны. Основные опасности. Сигналы оповещения. Убежища и укрытия. Движение по городу в условиях боевых действий. Добыча пищи и воды. Организация пунктов дислокации в городе.

**3.4. Стрелковая подготовка. Метание гранаты.** Правила и техника безопасности при обращении с оружием. Принципы стрельбы. Техника стрельбы. Стрельба из разных положений. Виды гранат и способы их метания.

**3.5. Подвижные и военно-тактические игры.**

Подвижные игры. Тактика ведения боя в лесу, в городских условиях, в помещениях. Сооружение и оборудование окопов, блиндажей и дотов. Военно – тактическая игра «Зарница». Страйкбольные соревнования. Сопровождение колонн. Эвакуация раненых.

*Тактическое взаимодействие в боевых группах.* Понятие микрогруппы. Роль лидера и других членов группы. Психологический микроклимат, причины и способы разрешения конфликтов. Пути достижения тактического взаимодействия. Критические точки тактического взаимодействия: отсутствие грамотного построения, неготовность к реакции на агрессию, отсутствие отработанных команд и сигналов, нечеткость первого маневра, неслаженность перестроений, неадекватность огневого прикрытия, отсутствие субординации, скудность технического арсенала, замкнутость системы мышления.

**4. Контрольные испытания.**

*Общая физическая подготовка* - челночный бег 3 х 10м, прыжок в длину с места, поднимание туловища из положения лежа на спине согнув ноги, за 30 секунд.

*Специальная физическая подготовка* – комплексное силовое упражнение, подтягивание на перекладине, сгибание и разгибание рук в упоре лѐжа.

*Огневая подготовка.* Стрельба из пневматического оружия из положения стоя, с колена, лёжа. Стрельба из страйкбольного привода по движущимся мишеням и стрельба в движении из страйкбольного привода по статичным мишеням.

*Метание гранаты* на дальность. Метание гранаты на меткость.

*Строевая подготовка.* Выполнение основных команд.

Принимаются 2 раза в год (в начале учебного года – промежуточная диагностика, конце года - итоговая). Результаты фиксируются и определяют уровень физической подготовленности. В конце учебного года, обучающиеся должны продемонстрировать динамику прироста индивидуальных показателей подготовки.

*Тестирование* теоретической подготовки осуществляется в середине и конце учебного года. Вопросы предоставляются в соответствии с уровнем подготовленности обучающихся.

 **5. Соревновательная деятельность.**

В течение курса обучения обучающиеся участвуют в соревновательной и массовой деятельности в соответствии с Календарным планом проведения спортивных и физкультурно-массовых мероприятий учреждения и Годовым планом работы учреждения на учебный год.

 **Базовый модуль (2 год обучения)**

**1. Вводное занятие**. Инструктаж по технике безопасности. Диагностика.

**2. Теоретическая подготовка**.

**2.1. Боевые традиции Вооруженных Сил России.**

Патриотизм - духовно-нравственная основа личности военнослужащего - защитника Отечества, источник духовных сил воина. Преданность своему Отечеству, любовь к Родине, стремление служить ее интересам, защищать от врагов - основное содержание патриотизма.

Воинский долг - обязанность Отечеству по его вооруженной защите. Основные составляющие личности военнослужащего - защитника Отечества, способного с честью и достоинством выполнить воинский долг.

**2.2. Патриотизм и верность воинскому долгу - основные качества защитника Отечества.**  Доблесть. Преданность. Отвага.

**2.3.** **Памяти поколений - дни воинской славы России.**

Дни воинской славы России - дни славных побед, сыгравшие решающую роль в истории России.

Основные формы увековечивания памяти российских воинов, отличившихся в сражениях, связанных с днями воинской славы России.

**2.4.** **Особенности военной службы.**

Правовые основы военной службы. Конституция Российской Федерации, Федеральные Законы: "Об обороне", "О статусе военнослужащих", "О воинской обязанности и военной службе".

Военная служба - особый вид Федеральной государственной службы. Конституция РФ и вопросы военной службы. Статус военнослужащего, права и свободы военнослужащего, Льготы, предоставляемые военнослужащим, проходящим военную службу по призыву Военные аспекты международного права.

Общевоинские уставы Вооруженных Сил РФ - закон воинской жизни

Военная присяга - основной и нерушимый закон воинской жизни. История принятия военной присяги в России.

Воинские звания военнослужащих.

**2.5. Символы воинской чести.**

 Боевое знамя. История государственных наград за военные отличия в России. Основные государственные награды СССР и России, звание "Герой Советского Союза", звание "Герой Российской Федерации".

**2.6.Аварийно-спасательные работы.**

Неприкосновенный запас. Аварийные комплекты. Съедобные дикорастущие растения. Рыбалка, рыболовные снасти, примитивная удочка, леска, грузило, поплавок, крючок. Зимняя рыбалка в аварийных ситуациях. Рецептура блюд. Примитивная посуда. Выход из голодания.

**2.7. Основы медицинских знаний. Правила оказания первой медицинской помощи.**

**3. Начальная военная подготовка. Курс ГТО.**

**3.1. Строевая подготовка.**

Строевые приѐмы и движение без оружия, строевая стойка и выполнение команд. Повороты на месте, в движении. Походный шаг с переходом на строевой. Отдание воинской чести на месте с головным убором и без него. Отдание воинской чести в движении с головным убором и без него. Выход из строя и возвращение в строй. Подход к начальнику и отход от него. Совершенствуются движения, изученные на предыдущих годах обучения.

**3.2. Общая физическая подготовка. Силовая подготовка**.

Применяются все упражнения предыдущего этапа, расширяются и усложняются.

**3.3. Походная подготовка и выживание.**

Военизированные походы: походы в лес с проведением занятий по эвакуации пострадавших с места катастрофы, организация спасательных работ; поиск, добыча и обеззараживание воды с применением подручных средств. Ориентирование на местности; военно-спортивные игры на местности с проведением занятий по медицинской подготовке, по действию команды в экстремальных условиях.

**3.4 Стрелковая подготовка. Метание гранаты.**

**3.5. Подвижные и спортивные игры.**

Применяются все игры предыдущего этапа, Базовые варианты игр варьируются, меняется количество участников, инвентарь, время проведения игры и т.д. Организация, проведение и участие военно-тактической игры "Зарница".

**4. Контрольные испытания.**

Данный раздел соответствует предыдущему этапу. В конце 3-го года обучения, обучающиеся должны продемонстрировать динамику прироста индивидуальных показателей физической подготовленности. Тестирование теоретической подготовки осуществляется в конце учебного года. Вопросы предоставляются в соответствии с уровнем подготовленности обучающихся. Как итог: создание профессиональной, активно действующей команды. Все обучающиеся физически и психологически максимально подготовлены к службе в ВС РФ.

**5.Соревновательная деятельность.**

В течение курса обучения обучающиеся участвуют в соревновательной и массовой деятельности в соответствии с Календарным планом проведения спортивных и физкультурно-массовых мероприятий учреждения и Годовым планом работы учреждения на учебный год.

**СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ**

***Литература, используемая педагогом:***

1. Стратегия духа: Основы воспитания войск по взглядам А.В. Суворова и М.И. Драгомилова. – М.: Русский путь, 2000.
2. Савинкин А.Е., Домнин И.В., Белов Ю.Т. Не числом, а уменьем! Военная система А.В. Суворова. Российский военный сборник, вып. 18. – М.: Военный Университет, Русский путь, 2001.
3. Брюнин А.И. Учебно-наглядное пособие (сборник учебно-тренировочных и контрольно-проверочных карт) по огневой подготовке МОУДОД «Центр внешкольной работы «Подросток», 2004г.
4. Брюнин А.И. Методическое пособие по мониторингу зрительной и оперативной памяти курсантов ЮВПШ МОУДОД «Центр внешкольной работы «Подросток», 2008г.
5. Брюнин А.И. Методическое пособие по военной топографии, 2009г.
6. Брюнин А.И. Методическое пособие по воздушно-десантной подготовке, 2009г.
7. Военная топография. (Учебник для курсантов учебных подразделений). – М.: Военно-топографическое управление генерального штаба, 1966.
8. Гордиенко А.Н. Войны второй половины XX века (Энциклопедия военного искусства). - Мн .: Литература, 1998. – 544 с.
9. Гордиенко А.Н. Командиры второй мировой войны (Энциклопедия военного искусства). - Мн .: Литература, 1998. – 544 с
10. Дворкин Л.С., Новаковский С.В. Возрастные особенности развития силовых возможностей школьников 7-17 лет.// Физическая культура, 2003 - № 3 - с.29
11. Зяблинцева М.А. Моментальные приемы запоминания. Мнемотехника разведчиков. Ростов н/Д: Феникс, 2006. -160с. Организация вооружения и тактика действия иностранных армий. учебное пособие. – М.: Воениздат, 1997.
12. Подготовка разведчика. – Мн.: Харвест,М.:АСТ, 2001. – 400с – (Настольная книга будущего командира).
13. Условные знаки топографических карт (справочник). – М.: Военно-топо­гра­фическое управление генерального штаба, 1966.
14. Разин Е.А. История военного искусства. Т. 2 –3. СПб., 1999.
15. Великие государственные деятели России. - М., 1996.
16. Жук А. Б. Энциклопедия стрелкового оружия. - М., 2002.
17. Злобин В. Оружие органов правопорядка // Солдат удачи. 1997. № 2.
18. Калашников В., Драгунов А. Отечественные пистолеты-пулеметы: развитие или размножение? // Солдат удачи. 1997. № 6.
19. Современное стрелковое оружие. - Смоленск, 2000.
20. Аркин Я.Г. и др. Школа альпинизма: начальная подготовка. - М., 1989.
21. Баленко С.В. Школа выживания. Ч. 1-2. - М., 1992-1994.
22. Бызов Б.Е., Коваленко А.Н. Военная топография.- М., 1990.
23. В лесу и в поле — как дома. - Мн., 1989.
24. Войсковая разведка. - Мн., 2003.
25. Волович В.Г. Академия выживания (человек в условиях автономного существования).- М., 1996.
26. Воробьев И.Н. и др. Боевые действия в особых условиях (в горах, пустынях, северных районах). - М., 1967.

***Литература, рекомендуемая для учащихся:***

1. Полезные советы воину. Учебное пособие.– М.: Воениздат, 1994.- 552с.
2. Подготовка войскового разведчика. Учебное пособие. – М.: Воениздат, 1991 г.
3. Подготовка разведчика системы ГРУ: учебное пособие.– М.: Прогресс, 2000.
4. Подготовка разведчика. – Мн.: Харвест,М.:АСТ, 2001. – 400с. – (Настольная книга будущего командира).
5. Португальский. Первые и впервые. Военная история Отечества. – М.:ООО
6. «Издательский дом «Проспект-АП»,2005.-288с.
7. Городенский Н.Н. Неоконченная война. Мн., 2004.
8. Гражданская война и военная интервенция в СССР. М., 1987.
9. Дроздов Ю.И., Курилов В.Н. Операция «Шторм – 333». М., 1999.
10. Смуглянка С. Как «собаке» избавиться от «блох» или еще раз о минновзрывных заграждениях боевиков // Солдат удачи. 2000. № 10.
11. Соловьев И. Что нужно помнить // Солдат удачи. 1999. № 5.

***Видеофильмы, рекомендуемые для просмотра***

1.«Уроки русского»

2.Цикл «Оружие победы»

3.«60 часов Майкопской бригады»

4.«Честь имею»

5.«Спецназ»

6.«Грозовые ворота»

7.«Марш – бросок»

8.«Маршалы победы»

9.«Тайны забытых побед»