

**Муниципальное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования  
«Дом детского творчества»**

ПРИНЯТО  
Координационно-методическим советом  
МБОУДО «ДДТ»  
от 03.06.2024 №5

УТВЕРЖДЕНО  
Приказом директора МБОУДО «ДДТ»  
Д.В. Поповой  
от 03.06.2024 №183



**Дополнительная общеразвивающая программа  
туристско-краеведческой направленности  
«Только вперед!» (юнармейские отряды)  
(рабочая)**

**Возраст учащихся: 11-18 лет**  
**Срок реализации: 3 года**  
Автор - составитель:  
**Слюсаренко Василий Анатольевич**  
педагог дополнительного образования  
**Синкевич Юлия Константиновна,**  
методист

**г. Сосновый Бор  
2024 г.**

## Содержание

1.Пояснительная записка	3
2.Условия реализации программы	5
3. Учебный план	8
3.1. Учебный план 1 год обучения	8
3.2. Учебный план 2 год обучения	9
3.3. Учебный план 3 год обучения	10
4.Программное содержание и учебно-методическое обеспечение.	12
5.Учебно-материальная база	15
6.Список литературы	15
7.Приложения	17
7.1. Диагностика освоения рабочей программы	17
7.2.Контрольно-измерительные материалы	18
7.3.Календарный учебный график	22

## 1. Пояснительная записка

Проблема патриотического воспитания и гражданского становления подрастающего поколения сегодня одна из актуальных задач государства и общества. В Национальной доктрине образования в Российской Федерации определена не только государственная политика в области образования, но и дан социальный заказ государства на воспитание человека с активной жизненной позицией, трудолюбивого и высоконравственного, патриота своей Родины, уважающего права и свободы личности, традиции и культуру других народов, проявляющего национальную и религиозную терпимость. Изменения военно-политической обстановки в мире требуют укрепления экономической мощи Отечества, повышения его обороноспособности, отлаженной работы всей системы патриотического воспитания подрастающего поколения, подготовки его к защите Родины.

Обществу нужны здоровые, мужественные, смелые, инициативные, дисциплинированные, грамотные люди, которые были бы готовы работать и учиться на его благо. Поэтому особое место в воспитании подрастающего поколения отводится воспитанию патриотизма, чувства любви к Родине.

Патриотизм – система ценностей, которыми располагает человек и общество; важнейший духовно-нравственный фактор сохранения общественной стабильности, независимости и безопасности государства.

Детские объединения, созданные в МБОУ ДО «ДДТ» г. Сосновый Бор, с целью развития и поддержки инициативы в изучении истории отечественного воинского искусства, освоения воинских профессий, подготовки обучающихся к службе в рядах вооруженных сил, являющееся структурным подразделением Всероссийского детско-юношеского военно-патриотического общественного движения «Юнармия».

Отряды являются добровольным объединением учащихся в возрасте от 11 до 18 лет. Отряд действует на основании Положения о Юнармейском отряде и плана деятельности.

Деятельность Отряда осуществляется в соответствии с:

- Федеральным законом от 29.12.2012. №273-ФЗ «Об образовании в РФ»;
- Федеральным законом от 28.03.1998 №53-ФЗ «О воинской обязанности и военной службе»;
- Государственной программой «Патриотическое воспитание граждан РФ на 2020-2025годы» (постановление Правительства РФ от 05.10.2019 №795);
- Распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996-р «О стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;
- Приказом Министра обороны Российской Федерации от 15 октября 2014 года № 745 «Об утверждении порядка взаимодействия органов военного управления, соединений, воинских частей и организаций Вооруженных Сил Российской Федерации при организации и проведении мероприятий по военно-патриотическому воспитанию граждан Российской Федерации»;
- Приказом Министерства Просвещения РФ «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» от 27.07.2022 №629;
- СанПин ( «Санитарные нормы и правила», изложенные в Постановлении главного государственного врача РФ от 28.01.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20» Санитарно – эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»);

- Уставом Всероссийского детско-юношеского военно-патриотического общественного движения «Юнармия», настоящим Положением и другими нормативными правовыми актами.

**Цель программы** –разностороннее военно-патриотическое, гражданское, нравственное воспитание и совершенствование личности детей и подростков, формирование сплоченного и дружного коллектива.

**Задачи:**

***Образовательные:***

- углубление знаний по истории и географии Российской Федерации, Ленинградской области и г. Сосновый Бор;
- приобретение знаний о военной истории Отечества;
- приобретение знаний о воинской службе, изучение правовых основ воинской службы;
- формирование профессионально значимых качеств и умений, верности конституционному и военному долгу.
- получение теоретических и практических навыков для защиты Отечества;
- пропаганда здорового образа жизни, повышение уровня физической подготовленности.

***Развивающие:***

- формирование потребности воспитанников в постоянном пополнении своих знаний, в укреплении своего здоровья;
- подготовка подрастающего поколения к военной службе;
- формирование навыков самообслуживания;
- формирование потребности к самообразованию, самоопределению, самореализации и выработке адекватной самооценки;
- развитие памяти, логического мышления.

***Воспитательные:***

- воспитание морально-волевых качеств личности;
- воспитание уважения к Российской армии;
- воспитание сознательной дисциплины и культуры поведения;
- воспитание ответственности за порученное дело;
- формирование чувства взаимоуважения и взаимопонимания и взаимоподдержки, чувства коллективизма;
- формирование устойчиво-позитивного отношения к окружающему миру;
- воспитание у подростков готовности к защите Отечества, действиям в экстремальных ситуациях;
- воспитание у подростков способности к лидерству, способности в критической ситуации взять на себя всю полноту ответственности за себя и всех членов коллектива.

**Основными принципами** деятельности Отряда являются:

- принцип добровольности;
- принцип взаимодействия;
- принцип учета индивидуальных и возрастных особенностей;
- принцип преемственности;
- принцип самостоятельности;
- принцип ответственности;
- принцип равноправия и сотрудничества;
- принцип гласности;
- принцип коллективности,
- принцип ответственности за собственное развитие.

## 2. Условия реализации программы

**Возраст учащихся:** 11-18 лет

**Условия набора детей:** на добровольной основе, без предварительной подготовки, не имеющих противопоказаний к занятиям по физической культуре, мотивированные на дальнейшую деятельность в области подготовке к военной службе.

Занятия проходят в «Центре патриотического воспитания детей и подростков», «Дома Юнармии» при МБОУДО «ДДТ».

**Состав учебных групп:** постоянный.

**Количество обучающихся в группе:** не менее 12-15 человек.

**Срок реализации программы:** 3 года.

**Режим занятий:** 2 раза в неделю – по 2 часа (возможны изменения в связи с образовательной ситуацией).

**Форма обучения:** очная, язык - русский.

**Формы организации занятий:** групповая, малыми группами и индивидуально-групповая

**Формы проведения занятий:**

- Учебное занятие.
- Уроки мужества.
- Тематические вечера и встречи.
- Смотры и конкурсы.
- Мастер-классы.
- Экскурсии.
- Дискуссии, круглые столы.
- Интеллектуально-познавательные игры.
- Тренинги.
- Спланированные массовые акции (флешмобы).

### **Педагогические условия**

- учет индивидуальных и возрастных особенностей подростков в использовании форм, средств и способов реализации программы;
- соблюдение единства педагогических требований во взаимоотношениях с подростками;
- создание условий для развития педагогического мастерства обучаемых.

### **Предполагаемые результаты программы и формы их оценки.**

#### ***Предметные:***

- Приобщение школьников к деятельности движения «ЮНАРМИЯ»;
- использовать элементарные теоретические знания по истории техники и вооружения;
- применять основы строевой подготовки и дисциплины строя;
- использовать полученные знания и навыки по подготовке и проведению мероприятий военно-патриотической направленности.

#### ***Метапредметные:***

- Формирование первоначальных профориентационных установок.
- Расширение кругозора обучающихся, развитие их познавательных интересов.
- Развитие индивидуальных способностей школьников, приобщение к труду и творческой деятельности.
- Развитие практических навыков военно-прикладной, туристкой, медицинской, противопожарной и гражданской деятельности;

### ***Личностные:***

- Воспитание в детях любви к Отечеству, гордости за Вооруженные Силы, привитие интереса к военной истории России, культуре, традициям и обычаям родного края, бережного отношения к природе.
- Укрепление физического и психического здоровья детей.
- Улучшение отношений в детской среде. Укрепление дружбы и сотрудничества между детьми разного возраста.
- Осознание необходимости и желание службы в Вооружённых силах Российской Федерации;
- Осознание потребности заниматься физической культурой и спортом, вести активный образ жизни.

**Формами подведения итогов** (промежуточных и итоговых) по данной программе являются:

- зачет, опрос, контрольное задание по отдельным разделам программы (**показатель «Выполнение образовательной программы»**);
- наблюдение, анализ способов деятельности, собеседование (**показатель «Качества личности»**)

Диагностика освоения дополнительной образовательной программы ведется по двум показателям: «выполнение общеразвивающей программы» и «формирование качеств личности»

### **Показатель «Выполнение общеразвивающей программы»**

#### **Критерии:**

- **Низкий уровень** – «1» не справилась с заданием.
- **Средний уровень** – «2» задание выполнено с ошибками
- **Высокий уровень** – «3» задание выполнено в полном объеме

### **Показатель «Качества личности»**

#### **1. Коммуникативные навыки:**

- стремятся к самореализации социально-адекватными способами.

#### **2. Волевые качества личности**

- проявляет волю во всех видах деятельности и не только в экстремальных ситуациях, но и в повседневной жизни;
- ставит только достижимые цели;
- любое дело доводит до конца.

#### **3. Ответственность, самостоятельность, дисциплинированность**

- дисциплинированы, самостоятельны, ответственно подходят к выполнению любого задания.

### **Участие в конкурсах, соревнованиях, слетах**

#### **Критерии оценки:**

- 5 баллов – критерий ярко выражен.
- 4 балла - критерий выражен.
- 3 балла - критерий слабо выражен.

Результаты оценки заносятся в диагностические карты (**Приложение1**).

### **Основные направления деятельности Отряда**

**1. Военно-историческое направление** – познание наших корней, осознание неповторимости Отечества, его судьбы, неразрывности с ней, гордости за сопричастность к

деяниям предков и современников. Оно включает: изучение военной истории Отечества, малой родины, героического прошлого различных поколений, боровшихся за независимость и самостоятельность страны. Экологическое воспитание школьников. Вовлечение учащихся в работу по сохранению культурных и исторических памятников боевой и трудовой славы.

**Содержание работы:**

- изучение истории родной земли, истории нашего Отечества, жизни и деятельности земляков;
- изучение культурного наследия и творчества жителей родного края;
- изучение военной истории на местном краеведческом материале, увековечение памяти земляков;
- изучение военной и государственной символики;
- изучение истории Великой Отечественной войны краеведческими средствами;
- изучение малоизвестных исторических событий;
- поисковая работа.

**2. Гражданско-патриотическое направление** - формирование глубокого понимания конституционного и воинского долга, осознание положений Военной присяги, воинских уставов, требований командиров, начальников, старших должностных лиц, формирование у подрастающего поколения высокой психологической устойчивости, готовности к выполнению сложных и ответственных задач в любых условиях обстановки, важнейших психологических качеств, необходимых для успешной жизни и деятельности в коллективе, формирование активной жизненной позиции, лидерских качеств, организаторские умения и навыки, опыт лидерства в небольших социальных группах и сотрудничества со сверстниками и взрослыми, коммуникативные умения и навыки, навыки самоорганизации, проектирования собственной деятельности, формировать у детей ценности свободы, другие ценности демократического общества, организационной и политической культуры, уважения к закону, осознание единства прав и обязанностей гражданина России.

**Содержание деятельности:**

- изучение правовых основ военной службы (Законы РФ, Уставы ВС РФ);
- изучение воинского дела;
- тренинги на развитие лидерских качеств;
- изучение конституции РФ;
- строевая подготовка;
- огневая подготовка;
- физическая подготовка.

**3. Оборонно-спортивное направление** – приобщение подростков к занятиям спортом и физической культурой через формирование мотивационной целостной картины жизни. Обучение альтернативным способам организации досуга, основанным на мотивации сохранения и поддержания здоровья, формирования основ здорового образа жизни, как части духовной культуры. Стремления к активному проявлению профессионально-трудовых качеств в интересах успешного выполнения служебных обязанностей и поставленных задач.

**Содержание деятельности:**

- основы здорового образа жизни;
- основы медицинских знаний и способы оказания первой медицинской помощи;
- передвижение по пересеченной местности в пешем порядке
- основы поведения и способы защиты в чрезвычайных ситуациях;

- основы безопасности в экстремальных ситуациях;
- преодоление препятствий (бег с преодолением различных полос препятствий индивидуально и в составе группы);
- основы рукопашного боя;
- развитие силы и ловкости;
- тактическая подготовка;
- топографическая подготовка;
- смотры и слеты;
- медико-санитарная подготовка;
- гражданская оборона.

**4. Профориентационное направление** – данное направление ставит своей целью ознакомление подростков с военными специальностями, условиями службы и способствует ранней профессиональной ориентации молодого поколения.

**Содержание деятельности:**

- ознакомительные встречи с представителями учебных заведений военной и морской направленности в рамках проведения дней открытых дверей в учебных заведениях;
- ярмарки военных профессий.

### 3. Учебный план

#### 3.1. Учебный план 1-й год обучения

Тема	Количество часов	Теория	Практика
<b>Вводное занятие -2ч</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>-</b>
<b>Общественно – государственная подготовка - 4ч</b>			
Дни воинской Славы России	2	2	-
Воинские ритуалы ВС РФ	2	2	-
<b>Школа безопасности- 16ч</b>			
Факторы опасности, экологическое выживание, туризм	16	8	8
<b>Физическая подготовка- 12ч</b>			
Общая физическая подготовка, основы рукопашного боя, самостраховка	12	2	10
<b>Огневая подготовка- 36ч</b>			
Меры безопасности	2	2	-
Материальная часть стрелкового оружия	8	4	4
Основы и правила стрельбы	2	2	-
Стрелковые тренировки	24	-	24
<b>Радиационная, химическая и биологическая защита- 8ч</b>			
Ядерное, химическое, биологическое оружие	8	4	4
<b>Уставы – 4ч</b>			
Воинская дисциплина, поощрения и дисциплинарные	4	4	-



взыскания			
<b>Стрелковая подготовка- 24ч</b>			
Стрелковые приемы и движения без оружия	<b>20</b>	<b>-</b>	<b>20</b>
Стрелковые приемы с оружием	<b>4</b>	<b>-</b>	<b>4</b>
<b>Военная топография - 8ч</b>			
Чтение карт, ориентирование по картам, схемам, чертежам местности.	<b>8</b>	<b>4</b>	<b>4</b>
<b>Военно–медицинская подготовка- 20ч</b>			
Гигиена	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>-</b>
Оказание первой помощи	<b>16</b>	<b>4</b>	<b>12</b>
Средства индивидуального медицинского обеспечения	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>-</b>
<b>Итоговое занятие - 2ч</b>			
Итоговое занятие	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>
<b>Итого часов:</b>	<b>136</b>	<b>45</b>	<b>91</b>

### 3.2. Учебный план 2-й год обучения

Тема	Количество часов	Теория	Практика
<b>Вводное занятие -2ч</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>-</b>
<b>Общественно – государственная подготовка - 4ч</b>			
Дни воинской Славы России	<b>2</b>	<b>2</b>	
Воинские ритуалы ВС РФ	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>-</b>
<b>Школа безопасности- 16ч</b>			
Факторы опасности, экологическое выживание, туризм	<b>16</b>	<b>4</b>	<b>12</b>
<b>Физическая подготовка- 12ч</b>			
Общая физическая подготовка, основы рукопашного боя, самооборона	<b>12</b>	<b>2</b>	<b>10</b>
<b>Огневая подготовка- 36ч</b>			
Меры безопасности	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>-</b>
Материальная часть стрелкового оружия	<b>4</b>	<b>2</b>	<b>2</b>
Основы и правила стрельбы	<b>4</b>	<b>2</b>	<b>2</b>
Стрелковые тренировки	<b>26</b>	<b>-</b>	<b>26</b>
<b>Радиационная, химическая и биологическая защита- 8ч</b>			
Ядерное, химическое, биологическое оружие	<b>8</b>	<b>4</b>	<b>4</b>
<b>Уставы – 4ч</b>			
Воинская дисциплина, поощрения и дисциплинарные взыскания	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>-</b>
<b>Стрелковая подготовка- 24ч</b>			

Строевые приемы и движения без оружия	20	2	18
Строевые приемы с оружием	4	2	2
<b>Военная топография - 12ч</b>			
Чтение карт, ориентирование по картам, схемам, чертежам местности.	12	4	8
<b>Военно–медицинская подготовка- 24ч</b>			
Гигиена	2	2	-
Оказание первой помощи	20	8	12
Средства индивидуального медицинского обеспечения	2	2	-
<b>Итоговое занятие - 2ч</b>			
Итоговое занятие	2	1	1
<b>Итого часов:</b>	<b>144</b>	<b>47</b>	<b>97</b>

### 3.3.Учебный план 3-й год обучения

Тема	Количество часов	Теория	Практика
<b>Вводное занятие -2ч</b>	2	2	-
<b>Общественно – государственная подготовка - 4ч</b>			
Дни воинской Славы России	2	2	-
Воинские ритуалы ВС РФ	2	2	-
<b>Школа безопасности- 16ч</b>			
Факторы опасности, экологическое выживание, туризм	16	4	12
<b>Физическая подготовка- 12ч</b>			
Общая физическая подготовка, основы рукопашного боя, самостраховка	12	2	10
<b>Огневая подготовка- 36ч</b>			
Меры безопасности	2	2	-
Материальная часть стрелкового оружия	4	2	2
Основы и правила стрельбы	2	2	-
Стрелковые тренировки	28	-	28
<b>Радиационная, химическая и биологическая защита- 8ч</b>			
Ядерное, химическое, биологическое оружие	8	4	4
<b>Уставы – 4ч</b>			
Воинская дисциплина, поощрения и дисциплинарные взыскания	4	2	2
<b>Строевая подготовка- 24ч</b>			
Строевые приемы и движения без оружия	20	4	16
Строевые приемы с оружием	4	-	4

<b>Военная топография - 12ч</b>			
Чтение карт, ориентирование по картам, схемам, чертежам местности.	<b>12</b>	<b>4</b>	<b>8</b>
<b>Военно–медицинская подготовка- 24ч</b>			
Гигиена	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>-</b>
Оказание первой помощи	<b>20</b>	<b>4</b>	<b>16</b>
Средства индивидуального медицинского обеспечения	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>-</b>
<b>Итоговое занятие - 2ч</b>			
Итоговое занятие	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>
<b>Итого часов</b>	<b>144</b>	<b>41</b>	<b>103</b>

#### 4. Программное содержание и учебно-методическое обеспечение

(программное содержание расписано на 1,2,3 год обучения по блокам, блоки остаются те же, но даются занятия на усложнение, в зависимости от психофизиологических особенностей обучающихся)

№ п/п	Кол-во часов	Раздел программы	Содержание	Форма занятия	Методы и технологии	Методическое и техническое оснащение	Формы подведения итогов
1	4	Вводное занятие	Ознакомление с программой подготовки, формами и методами обучения.	Учебное занятие	<b>Методы:</b> объяснительно-иллюстративные	Инструкции по ТБ и ПБ, анкеты, тесты. Фото и видеоматериалы, иллюстративные материалы.	Анализ, обобщение.
2	24	Общественно - государственная подготовка	Знакомство с планом работы на год, оформление необходимой документации. Знакомство с программой обучения. Инструктаж по ТБ. Вооружённые силы РФ. Военная присяга и Боевое знамя воинской части.	Учебное занятие	<b>Методы:</b> объяснительно-иллюстративные <b>Технологии:</b> Здоровье сберегающие технологии, групповые технологии, технология формирующего оценивания результата	Инструкции по ТБ и ПБ, анкеты, тесты. Фото и видеоматериалы, иллюстративные материалы.	Анализ, обобщение.
3	40	Школа безопасности	Факторы опасности подстерегающие в повседневной жизни, экологическая безопасность, виды туризма	Учебное занятие	<b>Методы:</b> объяснительно-иллюстративные <b>Технологии:</b> Здоровье сберегающие технологии, групповые технологии, технология формирующего оценивания результата	Инструкции по ТБ и ПБ, анкеты, тесты. Фото и видеоматериалы, иллюстративные материалы.	Анализ, обобщение.
3	44	Физическая подготовка	Требования безопасности. Общая физическая подготовка, приемы рукопашного боя, самостраховка	Учебное занятие	<b>Методы:</b> объяснительно-иллюстративные. <b>Технологии:</b> Здоровье сберегающие	Фото и видеоматериалы, иллюстративные материалы.	Анализ, обобщение.

					технологии, групповые технологии, технология формирующего оценивания результата		
4	80	<b>Огневая подготовка</b>	Требования безопасности. Материальная часть стрелкового оружия. Основы и правила стрельбы. Стрелковые тренировки.	Учебное занятие	<b>Методы:</b> объяснительно-иллюстративные <b>Технологии:</b> Здоровье сберегающие технологии, групповые технологии, технология формирующего оценивания результата	Фото и видеоматериалы, иллюстративные материалы. Стрелковое оружие. Макеты.	Анализ, обобщение.
5	28	<b>Радиационная, химическая и биологическая защита</b>	Ядерное, химическое, биологическое оружие. Средства индивидуальной защиты.	Учебное занятие	<b>Методы:</b> объяснительно-иллюстративные <b>Технологии:</b> Здоровье сберегающие технологии, групповые технологии, технология формирующего оценивания результата	Фото и видеоматериалы, иллюстративные материалы.	Анализ, обобщение.
6	16	<b>Уставы</b>	Устав ВС РФ. Военская дисциплина. Поощрения. Материальные взыскания.	Учебное занятие	<b>Методы:</b> объяснительно-иллюстративные <b>Технологии:</b> Здоровье сберегающие технологии, групповые технологии, технология формирующего оценивания результата	Фото и видеоматериалы, иллюстративные материалы. Устав ВС Российской Федерации.	Анализ, обобщение.

7	80	<b>Строевая подготовка</b>	Строевая подготовка и движение без оружия.	Учебное занятие	<b>Методы:</b> объяснительно-иллюстративные <b>Технологии:</b> Здоровье сберегающие технологии, групповые технологии, технология формирующего оценивания результата	Фото и видеоматериалы, иллюстративные материалы. Плац.	Анализ, обобщение.
8	40	<b>Военная топография</b>	Ориентация на местности без карты. Движение по заданному азимуту. Изучение топографических карт.	Учебное занятие	<b>Методы:</b> объяснительно-иллюстративные <b>Технологии:</b> Здоровье сберегающие технологии, групповые технологии, технология формирующего оценивания результата	Фото и видеоматериалы, иллюстративные материалы. Карты. Компас. Топографическая линейка.	Анализ, обобщение.
9	64	<b>Военно-медицинская подготовка</b>	Гигиена. Оказание первой помощи. Средства индивидуальной защиты.	Учебное занятие	Методы: объяснительно-иллюстративные <b>Технологии:</b> Здоровье сберегающие технологии, групповые технологии, технология формирующего оценивания результата	Фото и видеоматериалы, иллюстративные материалы. Средства ИЗ. Манекен.	Анализ, обобщение.
10	4	<b>Итоговое занятие</b>	Подведение итогов работы за год, поощрение лучших юнармейцев.	Учебное занятие	<b>Технологии:</b> Здоровье сберегающие технологии, групповые технологии, технология формирующего оценивания результата	Фото и видеоматериалы, иллюстративные материалы.	
	424 ч.						

## **5. Учебно-материальная база**

### **Материально-техническая база**

Для реализации данной Программы необходимо: помещение (класс, соответствующий СанПин), где обучающиеся будут иметь свои рабочие места и вспомогательные материалы, спортивный зал с оснащением.

#### **Дидактический материал:**

- карты;
- схемы,
- методическая и художественная литература,
- подборки специальной литературы,
- видеофильмы патриотической направленности.

#### **Техническое оснащение:**

- ноутбук;
- проектор;
- экран.

Плац для проведения построений, тренировок, подвижных игр;

Спортивный зал вместительностью не менее 15 чел.

Учебная полоса препятствий.

Оборудование:

Размеченные конусы, канат, мячи теннисные, мячи волейбольные, веревка (30м.), мягкие маты, скакалки, бинты, жгуты силиконовые «Гепоглос».

## **6. Список литературы для педагога и обучающихся**

1. Бачевский, В. И. Система военно-патриотического воспитания несовершеннолетних граждан: Учебно-методическое пособие по разделу «Основы военной службы». – М.: ООО «Редакция журнала «Военные знания», 2001. – 186 с.
2. Беспятова, Н. К. Военно-патриотическое воспитание детей и подростков как средство социализации / Н. К. Беспятова, Д. Е. Яковлев. – М.: Айрис-пресс, 2006. – 192 с.
3. Буторина, Т. С. Воспитание патриотизма средствами образования / Т. С. Буторина, Н. П. Овчинникова – СПб: КАРО, 2004. – 224 с.
4. Воронцов, В. Л. Могущество знания. – М.: Изд-во «Знание», 1979. – 380 с.
5. Героико-патриотическое воспитание в школе: детские объединения, музеи, клубы, кружки, поисковая деятельность / Авт.-сост. Т. А. Орешкина. – Волгоград: Учитель, 2007. – 122 с.
7. Государственная программа «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации на 2016 – 2020 годы».
8. Касимова, Т. А. Патриотическое воспитание школьников: Методическое пособие / Т. А. Касимова, Д. Е. Яковлев. – М.: Айрис-пресс, 2005. – 64 с.
9. Патриотическое воспитание: система работы, планирование, конспекты уроков, разработки занятий / Авт.-сост. И. А. Пашкович. – Волгоград: Учитель, 2006. – 169 с.
10. Абрамова, С.В. Система гражданского образования школьников: воспитание гражданской активности, социально-правовое проектирование, изучение гуманитарного права - М.: Глобус, 2006. - 224 с.
11. Азаров, Ю. Педагогическое искусство патриотического воспитания школьников // Дополнительное образование. - 2013. - №6. - С.3 - 7.
12. Журавская, Т.В. Патриотическое воспитание: Нормативные правовые документы. - 2-е изд., перераб. - М.: ТЦ Сфера, 2006. - 96 с.
13. Райхлина, Е.Л. Использование литературного наследия в патриотическом воспитании учащейся молодежи // Воспитание школьников. - 2009. - №9. - С.26 - 28.
14. Шипов, К. Воспитание на исторических событиях // Патриот Отечества. - 2013. - № 11. - С.34 - 36.

Интернет источники:

- <http://docs.cntd.ru/document/902030755>;
- Страница «Юнармии» на сайте Министерства обороны РФ – <http://mil.ru/youtharmy/info.htm>
- Официальный сайт «Юнармии» – <https://yunarmy.ru/>
- Юнармия (официальная страница сообщества в социальной сети «ВКонтакте») – <https://vk.com/un.armia>
- Юнармия Пермский край (страница сообщества в социальной сети «ВКонтакте») – <https://vk.com/unperm>
- <http://sportlib.info/Press/SP/2009N2/p5-7.htm>; Неркович С.Д. «К истории возникновения отечественной прикладной спортивной психологии»

—



## 7. Приложение

### 7.1. Диагностика освоения рабочей программы

№ группы \_\_\_\_\_ год обучения \_\_\_\_\_ в 20\_\_-20\_\_ уч. г.

№ п/п	Фамилия, имя	Выполнение программы							Средний бал за учебный год	Качества личности			Средний бал за учебный год	Участие в конкурсах, соревнованиях, слетах	Переведен на следующий учебный год (выпущен, отчислен)
		Темы программы								Коммуникативные навыки	Ответственность, самостоятельность, дисциплинированность	Волевые качества личности			
		Школа безопасности	Физическая подготовка	Огневая подготовка	Уставы	Строевая подготовка	Военная топография	Военно-медицинская подготовка							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16

## 7.2.Контрольно – измерительные материалы:

### Нормативы по огневой подготовке:

Вид оружия	Отлично	Хорошо	Удовлетворительно
<b>Норматив N13 (неполная разборка оружия)</b>			
AK-74	15 сек	17 сек	19 сек
ПМ	7 сек	8 сек	10 сек
<b>Норматив N14 (сборка после неполной разборки оружия)</b>			
Вид оружия	Отлично	Хорошо	Удовлетворительно
AK-74	25 сек	27 сек	32 сек
ПМ	9 сек	10 сек	12 сек
<b>Норматив N16 (снаряжение магазинов)</b>			
Вид оружия	Отлично	Хорошо	Удовлетворительно
AK-74(30 шт)	33 сек	38 сек	43 сек
ПМ (8 шт)	16 сек	17 сек	20 сек

### Нормативы по РХБЗ (ЗОМП):

**НОРМАТИВ № 1  
«НАДЕВАНИЕ ПРОТИВОГАЗА ИЛИ РЕСПИРАТОРА»**

**ПЕРЕД ТРЕНИРОВКОЙ**

- Получает средства защиты органов дыхания
- Проверяет их комплектацию

**ИСХОДНОЕ ПОЛОЖЕНИЕ**

Обучаемые в составе подразделения находятся на позиции, в боевой или специальной технике, ведут боевые действия, отдыхают на привале и т.п. Противогазы и респираторы в походном положении

**ДЛЯ ВЫПОЛНЕНИЯ НОРМАТИВА**

Подается команда «ГАЗЫ!» или «РЕСПИРАТОР НАДЕТЬ»

**ДЕЙСТВИЯ ВО ВРЕМЯ ВЫПОЛНЕНИЯ НОРМАТИВА**

**надевание противогаза**

- Задерживает дыхание, закрывает глаза, при необходимости кладет оружие на землю
- Снимает головной убор
- Вынимает противогаз, берет шлем-маску обеими руками за утолщение края у нижней части так, чтобы большие пальцы ладони были снаружи, а остальные внутри ее (для ПМГ-2)
- Вынимает противогаз, берет в каждую руку по две боковые лямки (лобная лямка висит свободно) (для ПМК)
- Прикладывает нижнюю часть шлем-маски под подбородок и резким движением рук вверх и назад натягивает шлем-маску на голову так, чтобы не было складок, а очковый узел располагался против глаз (для ПМГ-2)
- Растягивает лямки в стороны, фиксирует подбородок в нижнем углублении обтюратора и движением рук вверх и назад натягивает наголовник на голову (для ПМК)
- Устраняет перекос и складки, подворачивает обтюратора и лямки наголовника если они образовались при надевании шлем-маски, делает полный выдох, открывает глаза и возобновляет дыхание

**надевание респиратора**

- Задерживает дыхание, при необходимости кладет оружие на землю
- Снимает головной убор
- Вынимает респиратор из пакета
- Надевает полумаску на лицо так, чтобы подбородок и нос разместились внутри ее
- Одну нерастягивающуюся лямку наголовника располагает на темной части головы, а другую - на затылочной
- Прижимает концы носового зажима к носу, делает полный выдох и возобновляет дыхание

- Включает секундомер
- Контролирует порядок выполнения норматива
- Фиксирует ошибки, снижающие оценку
- После надевания головного убора останавливает секундомер, фиксирует затраченное время, доводит (выставляет) оценки

**Ошибки, снижающие оценку на один балл:**  
при надевании противогаза обучаемый не закрыл глаза и не затаил дыхание или после надевания противогаза не сделал полный выдох; шлем-маска (маска) надета с перекосом; концы носового зажима респиратора не прижаты к носу

**Ошибки, определяющие оценку «неудовлетворительно»:**  
допущено образование таких складок или перекосов, при которых наружный воздух может проникнуть под шлем-маску; не полностью накинута (вернута) противогазовая коробка; не отрегулированы резиновые хлястики шлем-маски

Категория обучаемых (подр-й)	Оценка по времени		
	отлично	хорошо	удов-но
Военнослужащие	7 с / 11 с	8 с / 12 с	10 с / 14 с
Расчет (отделение)	8 с / 12 с	9 с / 13 с	11 с / 15 с
Взвод	9 с / 13 с	10 с / 14 с	12 с / 17 с
Рота	10 с / 14 с	11 с / 15 с	13 с / 18 с





Подается команда «ПЛАЩ В РУКАВА, ЧУЛКИ, ПЕРЧАТКИ НАДЕТЬ, ГАЗЫ»

## ДЕЙСТВИЯ ВО ВРЕМЯ ВЫПОЛНЕНИЯ НОРМАТИВА

- 1 Кладет оружие на землю или прислоняет его к какому-либо предмету
- 2 Вынимает защитные чулки и перчатки из чехла (при отсутствии чехла - из капюшона плаща)
- 3 Надевает защитные чулки поверх сапог (застегивает хлястики и подвязывает обе тесьмы к **поясному** ремню)
- 4 Переводит противогаз в «боевое» положение (выполняет норматив № 1)
- 5 Надевает головной убор
- 6 Вынимает из чехла и надевает перчатки на руки
- 7 Раскрывает чехол плаща (для этого дергает тесьму вверх)
- 8 Надевает плащ в рукава
- 9 Петли на низках рукавов плаща надевает на большие пальцы поверх перчаток
- 10 Надевает капюшон на голову и застегивает борта плаща на шленики
- 11 Берет оружие «на ремень»
- 12 При действиях на машинах выстраиваются около них



1. Включает секундомер
2. Контролирует порядок выполнения норматива
3. Фиксирует ошибки, снижающие оценку

**Ошибки, снижающие оценку на один балл:**  
надевание защитных чупок производилось с застегнутыми хлястиками;  
неправильно застегнуты борта плаща или не полностью надеты чупки;  
не застегнуты два шпелюка

Ошибки, определяющие оценку «неудовлетворительно»:  
при наведении повреждены средства защиты;  
допущены ошибки, определяющие оценку «неудовлетворительно», при наведении противогаса (норматив № 1)

- 4 После полного надевания ОЗК на открытой местности (и машин (укрытий)) останавливает секундомер, фиксирует затраченное время, доводит (выставляет) оценки

Категория обучаемых (под-й)	Условия	Оценка по времени		
		отлично	хорошо	удов-но
Военнослужащие	На открытой местности	3 мин	3 мин 20 с	4 мин
Рота		4 мин	4 мин 20 с	5 мин 10 с
Военнослужащие	В укрытии (технике)	4 мин 35 с	5 мин	6 мин
Рота		5 мин 40 с	6 мин 10 с	7 мин 20 с

	военнослужащий
На оценку отлично:	3 мин.
На оценку хорошо:	3 мин 20 с.
На оценку удовлетворительно:	4 мин.

## ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЗАЩИТНОГО КОМПЛЕКТА В ВИДЕ КОМБИНЕЗОНА

## НАДЕВАНИЕ ЗАЩИТНОГО КОМПЛЕКТА

ПО КОМАНДЕ «ЗАЩИТНЫЙ КОМПЛЕКТ НАДЕТЬ, ГАЗЫ» НЕОБХОДИМО (НА НЕЗАРАЖЕННОЙ МЕСТНОСТИ):



- ОРУЖИЕ ПОЛОЖИТЬ НА ЗЕМЛЮ ИЛИ ПРИСЛОНИТЬ К КАКОМУ-ЛИБО ПРЕДМЕТУ; СНИТЬ СУПКИ С ПРОТИВООЗЛОМ, СНАРЯЖЕНИЕ И ГОЛОВНОЙ УБОР (КАСКУ); И ПОЛОЖИТЬ ИХ НА ЗЕМЛЮ; ПРИБЛИЖИТЬ СЗК В "БОВОЕ" ПОЛОЖЕНИЕ; НАДЕТЬ ЗАЩИТНЫЕ ЧУЛКИ; ДЕРЖАТЬ ЗА ТЕСАМУ, ПРЕДНАЗНАЧЕННУЮ ДЛЯ РАСКРЫТИЯ ЧЕХЛА; НАДЕТЬ ПЛАЩА В РУКЕ **(рис. 4)**;

У ПЛАЩА ОТ 10-15 СМ СВОБОДНО КОНЦЫ; ДЕРЖАТЕЛЬ ПЛАЩА ИЗ ПОЛУКОЛЫЧА ЧЕХЛА, ПРОТЯНУТЬ ИХ В ПОЛУКОЛЫЧА ПО НИЗУ СПИНКИ ПЛАЩА И ЗАКРЕПИТЬ В РАМКАХ ДЕРЖАТЕЛЯ **(рис. 5)**.

- ЗАСТЕГНУТЬ НА ЦЕНТРАЛЬНЫЙ ШЛЕНЕК ЦЕНТРАЛЬНЫЕ ДЕРЖАТЕЛИ ШЛЕНКОВ СНАЧАЛА ПРАВОЙ, А ЗАТЕМ ЛЕВОЙ ПОЛЫ ПЛАЩА И ЗАКРЕПИТЬ ИХ ЗАКРЕПКОЙ (ИЛЛ. 8).
- ЗАСТЕГНУТЬ ПОЛЫ ПЛАЩА НА ШЛЕНКИ ТАК, ЧТОБЫ ЛЕВАЯ ПОЛА ОБХВАТЫВАЛА ЛЕВУЮ НОГУ, А ПРАВАЯ - ПРАВУЮ НОГУ, ЗАКРЕПИТЬ ЗАКРЕПКАМИ ДЕРЖАТЕЛИ ДВУХ ШЛЕНКОВ, РАСПОЛОЖЕННЫЕ НИЖЕ ЦЕНТРАЛЬНОГО ШЛЕНКА; ЗАСТЕГНУТЬ БОКОВЫЕ ХЛЕПШКИ ПЛАЩА НА ШЛЕНКИ, ОБЕРНУВ ИХ ПРЕДВАРИТЕЛЬНО ВОКРУГ МОД ПОД КОЛЕННИКИ; ЗАСТЕГНУТЬ БОРТА ПЛАЩА (ИЛЛ. 7).

- НАДЕТЬ ПОВЕРХ ПЛАЩА СНАРЯЖЕНИЕ И ПРОТИВОГАЗ (РИС. Д).
- ПРИВЕСТИ ПРОТИВОГАЗ В "БОЕВОЕ" ПОЛОЖЕНИЕ; НАДЕТЬ ГОЛОВНОЙ УБОР (КАСКУ), А ЗАТЕМ КАЛЮШОН НА ГОЛОВУ; НАДЕТЬ ПЕРЧАТКИ (РИС. Е).
- ВЗЯТЬ ОРУЖИЕ (РИС. Ж).

## СНИМАНИЕ

ПО КОМАНДЕ «ЗАЩИТНЫЙ КОМПЛЕКТ СНЯТЬ» НЕОБХОДИМО:

- ПОВЕРНУТЬСЯ СПИНОЙ К ВЕТРУ;
- ПОЛОЖИТЬ ОРУЖИЕ;
- СНЯТЬ СУМКУ ДЛЯ ПРОТИВОГАЗА, СНАРЯЖЕНИЕ;
- ОТСТЕГНУТЬ ЗАКРЕПКИ, РАСТЕГНУТЬ ПОЛЫ ПЛАЩА И ХЛЯСТИКИ ЧУЛОК;
- СНЯТЬ ПЕТЛИ С БОЛЬШИХ ПАЛЬЦЕВ РУК;
- ОТКИНУТЬ КАЛЮШОН С ГОЛОВЫ НА СПИНУ;
- ОСВОБОДИТЬ ДЕРЖАТЕЛИ ПЛАЩА ИЗ СТАЛЬНЫХ РАМОК;
- ВЫТАЩИТЬ РУКИ ИЗ РУКАВОВ ПЛАЩА (ЗА СПИНОЙ), НЕ СНИМАЯ ПЕРЧАТОК, И СБРОСИТЬ ПЛАЩ НАЗАД;
- ПОВЕРНУТЬСЯ КРУГОМ;
- ПРИ НЕОБХОДИМОСТИ ПРОВЕСТИ ДЕГАЗАЦИЮ РЕЦЕПТУРОЙ ПАКЕТА ИДП-1 ОРУЖИЯ, СТАЛЬНОГО ШЛЕМА, ОПК ПРОТИВОГАЗА;
- ОТВЯЗЫВАТЬ ТЕСЕМКИ ЧУЛОК ОТ БРЮШНОГО РЕМНЯ, А ЗАТЕМ, ПООЧЕРЕДНО НАСТУПАЯ НОСКОМ ОДНОЙ НОГИ НА ПЯТЧУЮЩАЯ СООБКА ЧУЛКА ДРУГОЙ НОГИ, ВЫТАЩИТЬ НОГИ ИЗ ЧУЛОК ДО ПОЛОВИНЫ И СТЯЖИВАНИЕМ СНЯТЬ ЧУЛКИ;
- ПОСЛЕ ДЕЙСТВИЙ В ЗОНЕ ЗАРАЖЕНИЯ ОВ ОБРАБОТАТЬ СНАРЯЖЕНИЕ, СУМКУ ДЛЯ ПРОТИВОГАЗА И ОБУВЬ РЕЦЕПТУРОЙ ПАКЕТА ДПС-1;
- ПОВЕРНУТЬСЯ КРУГОМ;
- СНЯТЬ ПЕРЧАТКИ, СНЯТЬ ПРОТИВОГАЗ;
- ПОСЛЕ ДЕЙСТВИЙ В ЗОНАХ ЗАРАЖЕНИЯ БИОЛОГИЧЕСКИМ АЭРОЗОЛЕМ ПРОТИВОГАЗ СНИМАЮТ ПРИ ПОЛНОЙ САНИТАРНОЙ ОБРАБОТКЕ (ПОМЫВКЕ) ЛИЧНОГО СОСТАВА.

### СКЛАДЫВАНИЕ ЗАЩИТНОГО КОМПЛЕКТА

ПРИ НАЛИЧИИ ЧЕХЛА

### ПРИ ОТСУТСТВИИ ЧЕХЛА



РАСПЕЛСТИТЬ ЧЕХЛОМ НАРУЖНОЙ СТОРОНОЙ КНИЗУ И НА НЕГО ПОЛОЖИТЬ ПЛАЩ НАРУЖНОЙ СТОРОНОЙ КВЕРХУ. ТЕСЕМКИ ПЛАЩА ПРОПУСТИТЬ ЧЕРЕЗ ОТВЕРСТИЯ В ВЕРХНЕЙ ЧАСТИ ЧЕХЛА. ПОЛЫ ПЛАЩА ПО ДЛИНЕ СВЕРХУТЬ ГАРМОНИКЮ ПРОДОЛЬНЫМИ И ПОЛОСАМИ ШИРИНОЙ 20-25 СМ, А ЗАТЕМ УЛОЖИТЬ КАПЮШОМ НА ПЛАЩ И, НАЧИНАЯ СНИЗУ, СКАТАТЬ ИЛИ УЛОЖИТЬ ПЛАЩ ГАРМОНИКЮ (ШИРИНОЙ 15-20 СМ ДО НИЖНЕГО КРАЯ ЧЕХЛА. ПОСЛЕ ЭТОГО ЗАВЯЗУЮТ ЗАКЛЮБКИ И ОРОНЫ ЧЕХЛА И ЗАКОНЧИТЬ СКАТЫВАНИЕ (СКАПЫВАНИЕ) ПЛАЩА ВМЕСТЕ С ЧЕХЛОМ, ЗАСТЕГУЮТ ХЛЯСТИКИ ЧЕХЛА.



РАССТЕЛИТЬ ПЛАЩ НАРУЖНОЙ СТОРОНОЙ ВВЕРХ, СЛОЖИТЬ ГАРМОНИКИ РАЗДЕЛЬНО ОБЕ ПОЛЫ ПРОДОЛЬНЫМИ ПОЛОСАМИ ШИРИНОЙ 20 СМ. СОВЕРНУТЬ В СКАТКУ, НАЧИНАЯ ОТ НИЗА ПЛАЩА ДО КАРМАНОВ, СОВЕРНУТЬ И УЛОЖИТЬ КАПОШОМ НА КАРМАН ПЛАЩА ЗАТЫЛЧОК ЧАСТЬЮ НАРУЖУ. ХВАТКИ КАПОШОМ ОБЕСТИ ВОКРУГ СКАТКИ И ЗАСТЕЖУТЬ НА ШПЕНЕК. ЗАЩИТНЫЕ ЧУЛКИ И ПЕРЧАТКИ СВЕЯТЫВАЮТСЯ ВМЕСТЕ И УКЛАДЫВАЮТСЯ В СПЕЦИАЛЬНЫЕ ДЛЯ НИХ ЧЕХОЛ.



**Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс  
"ГОТОВ К ТРУДУ И ОБОРОНЕ"  
I-VI ступени**

1. Виды испытаний (тесты) и нормативы

№	Виды испытаний (тесты) Обязательные	Ступень	Возраст лет	НОРМАТИВЫ					
				МАЛЬЧИКИ			ДЕВОЧКИ		
				Бронзовый знак	Серебряный знак	Золотой знак	Бронзовый знак	Серебряный знак	Золотой знак
1	<b>СКОРОСТЬ</b>								
	Челночный бег 3х10 м или бег на 30 м (с)	I	6-8	10,4	10,1	9,2	10,9	10,7	9,7
	Бег на 60 м (с)	II	9-10	6,9	6,7	5,9	7,2	7,0	6,2
	Бег на 60 м (с)	III	11-12	12,0	11,6	10,5	12,9	12,3	11,0
	Бег на 60 м (с)	IV	13-15	11,0	10,8	9,9	11,4	11,2	10,3
	Бег на 60 м (с)	V	16-17	10,0	9,7	8,7	10,9	10,6	9,6
	Бег на 100 м (с)	VI	18	14,6	14,3	13,8	18,0	17,6	16,3
2	<b>ВЫНОСЛИВОСТЬ</b>								
	Смешан. передвиж. 1 км	I	6-8	Без учета времени			Без учета времени		
	Бег на 1 км (мин, с)	II	9-10	6.30	6.10	4.50	6.50	6.30	6.00
	Бег на 1,5 км (мин, с) или на 2 км (мин, с)	III	11-12	8.35	7.55	7.10	8.55	8.35	8.00
	Бег на 2 км (мин, с) или на 3 км	IV	13-15	10.25	10.00	9.30	12.30	12.00	11.30
	Бег на 2 км (мин, с) или на 3 км	V	16-17	9.55	9.30	9.00	12.10	11.40	11.00
	Бег на 2 км (мин, с) или на 3 км (мин, с)	VI	18	Без учета времени			-	-	-
	Бег на 2 км (мин, с) или на 3 км (мин, с)			9.20	8.50	7.50	11.50	11.20	9.50
	Бег на 2 км (мин, с) или на 3 км (мин, с)			15.10	14.40	13.10	-	-	-
	Бег на 2 км (мин, с) или на 3 км (мин, с)			14.0	13.30	12.30	-	-	-
3	<b>СИЛА</b>								
	Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз)	I	6-8	2	3	4	-	-	-
		II	9-10	2	3	5	-	-	-
		III	11-12	3	4	7	-	-	-
		IV	13-15	4	6	10	-	-	-
		V	16-17	8	10	13	-	-	-
		VI	18	9	10	13	-	-	-
	или подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (количество раз). Высота грифа: I-III ступени - 90 см., IV-V ступени - 110 см.	I	6-8	5	6	13	4	5	11
		II	9-10	-	-	-	7	9	15
		III	11-12	-	-	-	9	11	17
		IV	13-15	-	-	-	9	11	18
		V	16-17	-	-	-	11	13	19
		VI	18	-	-	-	10	15	20
	или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)	I	6-8	7	9	17	4	5	11
		II	9-10	9	12	16	5	7	12
		III	11-12	12	14	20	7	8	14
		IV	13-15	-	-	-	7	9	15
		V	16-17	-	-	-	9	10	16
		VI	18	-	-	-	10	12	14
	или рывок гири 16 кг. (количество раз)	V	16-17	15	25	35	-	-	-
		VI	18	20	30	40	-	-	-
4	<b>ГИБКОСТЬ</b>								
	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу	I	6-8	Касание пола пальцами рук		Достать пол ладонями	Касание пола пальцами рук		Достать пол ладонями
		II	9-10						
		III	11-12						
		IV	13-15						
	Наклон вперед на гимнастической скамье (ниже уровня скамьи, см)	V	16-17	6	8	13	7	9	15
		VI	18	6	7	13	8	11	16

# Условия выполнения нормативов по военной топографии.

## Норматив № 1 «Чтение карты»

### Условия норматива.

Определить по изображению на карте местных предметов, рельефа и содержанию пояснительных условных знаков характеристику 10 элементов местности.

### Порядок выставления оценки.

Стаж службы военнослужащих в органах безопасности	Ограничение по времени на оценку:		
	«отлично» 3 мин.	«хорошо» 4 мин.	«удовлетворительно» 5 мин.
	Названы правильно		
Вновь зачисленные	7 знаков	6 знаков	5 знаков
1 год и более	10 знаков	9 знаков	8 знаков

### Критерии оценивания общефизической подготовки (норм ГТО)

Испытания считаются успешно выполненными, если каждый участник по результатам нормативов получил серебряный значок ГТО в своей возрастной категории.

 <b>МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ</b>		 <b>Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне»</b>		 <b>Департамент физической культуры и спорта</b>			
<b>Нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)</b>							
<b>IV. СТУПЕНЬ (возрастная группа от 13 до 15 лет)</b>							
<b>№ п/п</b>	<b>Испытания (тесты)</b>	<b>Нормативы</b>					
		<b>Мальчики</b>			<b>Девочки</b>		
							
<b>Обязательные испытания (тесты)</b>							
1.	Бег на 60 м (с)	10,0	9,7	8,7	10,9	10,6	9,6
2.	Бег на 2 км (мин, с)	9:55	9:30	9:00	12:10	11:40	11:00
	или на 3 км	без учета времени					
	Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз)	4	6	10	-	-	-
3.	или подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (количество раз)	-	-	-	9	11	18
	или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)	-	-	-	7	9	15
4.	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу	Касание пола пальцами рук		Достать пол ладонями		Касание пола пальцами рук	

	МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ		Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне»		Департамент физической культуры и спорта		
Нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)							
IV. СТУПЕНЬ (возрастная группа от 13 до 15 лет)							
№ п/п	Испытания (тесты)	Нормативы					
		Мальчики			Девочки		
							
5	Присед в длину с разбега (м)	330	350	390	280	290	330
	или присед в длину с места торчком двумя ногами (м)	175	185	200	150	155	175
6	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин)	30	36	47	25	30	40
7	Метание меча весом 150 г (м)	30	35	40	18	21	26
	Бег на лыжах на 3 км (мин, с)	18:45	17:45	16:30	22:30	21:30	19:30
	или на 5 км (мин, с)	28:00	27:15	26:00	-	-	-
	или кросс на 3 км по пересеченной местности*	без учета времени					
9	Плавание на 50 м (мин, с)	без учета времени		0:43	без учета времени		1:05
10	Стрельба из пневматической винтовки из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку дистанция - 10м (раз)	15	20	25	15	20	25
	или из электронного оружия из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция - 10м (раз)	18	25	30	18	25	30
11	Туристский поход с проверкой туристских навыков	Туристский поход с проверкой туристских навыков на дистанции 10 км					
12	Самозащита без оружия (раз)	15-20	21-25	26-30	15-20	21-25	26-30
	Количество испытаний (тестов) в возрастной группе	12	12	12	12	12	12
	Количество испытаний (тестов), которые необходимо выполнить для получения знака отличия Всероссийского физкультурно- спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»	6	7	8	6	7	8
* Для бесспорных районов страны.							

\* Для бесконечных районов страны.

 <b>МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ</b>		 <b>Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне»</b>		 <b>Департамент физической культуры и спорта</b>							
<b>Нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)</b>											
<b>V. СТУПЕНЬ (возрастная группа от 16 до 17 лет)</b>											
<b>№ п/п</b>	<b>Испытания (тесты)</b>	<b>Нормативы</b>									
		<b>Юноши</b>			<b>Девушки</b>						
											
<b>Обязательные испытания (тесты)</b>											
1.	Бег на 100 м (с)	14,6	14,3	13,8	18,0	17,6	16,3				
2.	Бег на 2 км (мин, с)	9:20	8:50	7:50	11:50	11:20	9:50				
	Бег на 3 км (мин, с)	15:10	14:40	13:10	-	-	-				
	Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз)	8	10	13	-	-	-				
	или рывок перекладины (количество раз)	15	25	35	-	-	-				
3.	или подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (количество раз)	-	-	-	11	13	19				
	или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)	-	-	-	9	10	16				
4.	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (ниже уровня скамьи-см)	6	8	13	7	9	16				



### 7.3. Календарный учебный график

**Режим занятий в Учреждении:** занятия проводятся по расписанию, утвержденному приказом директора, и заканчиваются не позднее 20.00.

Продолжительность одного занятия в соответствии с возрастом обучающихся:

(до 6 лет) – 25-30 минут, 7-8 лет – 35-40 минут, 8-10 лет - 40 минут, 11-18 лет – 45 минут

**Праздничные и нерабочие дни:** в соответствии с Постановлениями Правительства РФ.

**При выполнении дополнительных общеразвивающих программ** в мае 2025 года проводится повторение и закрепление материала в различных формах (творческие мастерские, экскурсии, концерты, выступления).

- **Продолжительность учебного года для основных групп (на базе учреждения) , сетевое взаимодействие –детские сады**

	1 полугодие	Образовательный процесс	Осенние каникулы	Зимние каникулы	2 полугодие	Образовательный процесс	Весенние каникулы	Летние каникулы	Всего учебных недель в год
1 год обучения	12.09-31.12 2024	14 недель	26.10-27.10 (2 к/дн.)	01.01.-08.01 (8 к/дн.)	09.01-31.05 2025	20 недель	29.03-30.03 (2 к/дн.)	01.06-31.08 2025	<b>34 недели</b>
2 год и посл. года обучения	01.09-31.12 2024	16 недель	26.10-29.10 (2 к/дн.)	01.01.-08.01 (8 к/дн.)	09.01-31.05 2025	20 недель	29.03-30.03 (2 к/дн.)	01.06-31.08 2025	<b>36 недель</b>