

I. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Юный патриот» туристско-краеведческой направленности является модифицированной, разработана на основе авторской программы Фарафонова А.В. «Защитники Отечества» МБОУ ДОД «ДДТ «Октябрьский» г. Новосибирска.

Программа разработана в соответствии с:

- Федеральным законом «Об образовании в РФ» от 29.12.2012 г. № 273 – ФЗ (с последующими изменениями);
- Приказом МО и Н РФ от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Концепцией развития дополнительного образования детей от 31.04.2022 г. № 678-р.
- Постановлением главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 г. № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172 – 14 «Санитарно – эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»;
- Письмом Департамента молодёжной политики, воспитания и социальной поддержки детей МО и Н РФ от 11.12.2006 № 06 – 1844 «Примерные требования к программам дополнительного образования детей»;
- Письмом Департамента государственной политики в сфере воспитания детей и молодёжи МО и Н РФ от 18.11.2015 г. № 09 – 3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных программ»;
- Государственной программой «Патриотическое воспитание граждан РФ на 2016-2020 годы» (Постановление от 30.12.2015 г. № 1493)
- Федеральным законом «О днях воинской славы и памятных датах России» № 32-ФЗ от 13.03.1995 г. (ред. От 21.07.2005 г. № 98-ФЗ);
- Закон РФ «О воинской обязанности и военной службе» от 28.03.1998 г. № 53-ФЗ (ред. от 11.11.2003 г. № 141-ФЗ);
- Уставом МБОУ ЦДО «Радуга»;
- Образовательной программой МБОУ ЦДО «Радуга».

Актуальность программы: необходимость создания объединения военно-патриотического направления возникла в связи с падением престижа профессии военного в глазах молодёжи, уменьшением количества юношей, мотивированных к службе в армии и годных по состоянию здоровья и уровню физической подготовки.

Новизна программы заключается в том, что в программу были добавлены разделы «Соревнования и показательные выступления ГТО», «Основы туризма», «Ориентирование на местности».

Педагогическая целесообразность программы «Юный патриот» заключается в том, что программа является одной из моделей патриотического воспитания учащихся среднего и старшего школьного возраста; комплексный подход к организации занятий с учащимися обеспечивает укрепление их психического и физического здоровья, положительную социализацию подростка, профилактику его асоциального поведения; полный срок реализации программы «Юный патриот» составляет 3 года и поэтому педагогический эффект заключается в обеспечении прочности знаний, умений и навыков учащихся, их психологической готовности к службе в вооружённых силах РФ, соответствии требованиям, предъявляемым к будущему Защитнику Родины.

Занятия в патриотическом объединении имеют большой воспитывающий потенциал, содействуют развитию и оздоровлению учащегося, повышают его сопротивляемость заболеваниям, положительно влияют на функции всех систем организма.

Практические навыки, приобретённые на занятиях, в дальнейшем могут быть использованы выпускниками, проходящими службу в Российской армии, различных специальных ведомств и служб.

Особенности программы:

- тесное сотрудничество с военными комиссариатами республики;
- образовательный процесс по всем темам и разделам ведётся одним педагогом.

Имея представление о физических, психологических и интеллектуальных способностях каждого учащегося, педагог корректирует нагрузку учащегося в целях содействия наиболее полному развитию его личности.

Оптимальной формой организации работы в объединении являются систематические учебно-тренировочные занятия, которые проводятся в соответствии с утверждённой программой.

Цель программы: содействие патриотическому воспитанию подростков средствами военно-патриотического, гражданско-патриотического и спортивного направления деятельности.

Цель 1-го года обучения: изучение теоретических основ и начальных практических навыков в области военного дела, формирование у учащихся патриотизма и любви к своей Родине.

Задачи 1-го года обучения:

Обучающие:

- знакомить с биографией героев войн – наших земляков;
- знакомить с основами медицинских знаний и военных знаний;
- знакомить с правилами поведения при стрельбе;
- учить оказывать первую медицинскую помощь;
- учить выполнять правильную последовательность действий при стрельбе;
- учить выполнять команды.

Развивающие:

- развивать у учащихся основные физические качества (силовые, скоростные, выносливость, гибкость, ловкость), психические процессы личности;
- расширять кругозор учащихся.

Воспитательные:

- воспитывать уважительное отношение к ветеранам войны;

Цель 2-го года обучения: освоение практических навыков военной подготовки

Задачи 2-го года обучения:

Обучающие:

- знакомить с историей возникновения государственных символов и наград России;
- знакомить со средствами индивидуальной защиты;
- знакомить с устройством автомата;
- учить осуществлять неполную сборку-разборку АК-74;
- учить пользоваться противогазом и ОЗК;

Развивающие:

- развивать умение аргументировать, доказывать, задавать уточняющие вопросы;
- развивать умение самостоятельно обрабатывать найденную информацию при поисковой работе;

Воспитательные:

- формировать у учащихся чувство патриотизма, индивидуальную ответственность за общее дело.

Цель 3-го года обучения: совершенствование практических навыков военной подготовки через участие в военно-полевых сборах, в соревнованиях по различным видам военной подготовки, сдачу норм ГТО.

Задачи 3-го года обучения:

Обучающие:

- знакомить с Уставами вооружённых сил, с уставными взаимоотношениями;
- знакомить с государственной атрибутикой и атрибутикой Юнармии;
- знакомить с назначением, боевыми свойствами боевых осколочных гранат;
- учить производить кучную стрельбу по мишени;
- учить отдавать воинское звание по знакам различия.

Развивающие:

- расширять кругозор учащихся.

Воспитательные:

- воспитывать морально-волевые качества, взаимоотношения, основанные на взаимовыручке, взаимоуважении.

Ожидаемый результат

Качественные показатели: повышение толерантности, снижение степени идеологического противостояния в обществе; упрочение единства и дружбы народов Российской Федерации; снижение социальной напряжённости в обществе; проявление мировоззренческих установок на готовность граждан к защите Отечества и др;

Количественные показатели: увеличение числа учащихся, регулярно участвующих в работе патриотического объединения.

К концу 1-го года обучения:

Учащиеся должны знать:

- основы медицинских знаний;
- основные факты биографии героев войн наших земляков;
- правила поведения при стрельбе;
- команды, подаваемые на огневом рубеже;
- устройство прицельных приспособлений.

Учащиеся должны уметь:

- оказывать первую медицинскую помощь;
- вести связную беседу с ветеранами войн;
- заряжать винтовку, правильно дышать и совмещать мушку при производстве выстрелов, производить кучную стрельбу по мишени;

К концу 2-го года обучения:

Учащиеся должны знать:

- историю возникновения государственных символов и наград России;
- устройство автомата;
- средства индивидуальной защиты.

Учащиеся должны уметь:

- зрительно узнавать изображения государственных символов и наград России;
- аргументировать, доказывать, задавать уточняющие вопросы;
- правильно выполнять строевые упражнения;
- осуществлять неполную сборку-разборку АК-74;
- пользоваться противогазом и ОЗК.

К концу 3-го года обучения:

Учащиеся должны знать:

- Дни воинской славы;
- уставы вооружённых сил;
- отношений начальников и подчинённых, старших и младших;
- назначение, боевые свойства и общие устройства боевых осколочных гранат;
- Государственный гимн, герб, флаг;
- Гимн Хакасии, атрибутику Юнармии;
- общие обязанности Юнармейцев;

Учащиеся должны уметь:

- самостоятельно обрабатывать найденную информацию при поисковой работе;
- отдавать воинскую честь на месте и в движении;
- определять воинское звание по знакам различия;
- соблюдать взаимовежливость и правила поведения;
- производить кучную стрельбу по мишени.

Личностные результаты будут охарактеризованы:

стремлением к здоровому образу жизни, негативным отношением к вредным привычкам;

проявлением трудолюбия и самодисциплины; уважением к труду других людей; организованностью, ответственностью за собственный и коллективный результат; уверенностью в своих силах;

умением устанавливать доброжелательные отношения со сверстниками и со взрослыми

Метапредметные результаты учащихся:

Регулятивные:

ставить цель и формировать способность к преодолению трудностей;

прогнозировать результат и уровень усвоения, через подведение итогов урока, участие в конкурсах;

корректировать, вносить необходимые дополнения в индивидуальный процесс обучения исходя из собственных возможностей

Познавательные:

выбирать наиболее эффективный способ решения задач по представлению образа на сцене;

уметь адекватно, осознанно и произвольно излагать концепцию коллекции;

ставить и формулировать проблемы, самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при постановке композиции на выбранную тему

Коммуникативные

уметь вести небольшой диалог по теме занятия в коллективе;

выполнять предлагаемые задания в паре и группе;

коллективно анализировать построенную композицию.

На 1-м году обучения учащиеся знакомятся с основами военной подготовки.

На 2-м году обучения больше внимания уделяется освоению практических навыков военной подготовки.

На 3-м году обучения учащиеся совершенствуют практические навыки военной подготовки, принимают участие в военно-полевых сборах, в соревнованиях по различным видам военной подготовки, в сдаче норм ГТО.

Программа рассчитана на 3 года обучения. Первый год обучения – 144 часа. Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 часа. Второй год обучения рассчитан на 216 часов. Занятия проводятся 3 раза в неделю по 2 часа. Третий год обучения рассчитан на 216 часов. Занятия проводятся 2 раза в неделю по 3 часа.

II. Содержание программы

Учебно-тематическое планирование

1 год обучения

№	Тема	Количество часов			Форма контроля
		всего	теория	практика	
1	Основы знаний	5	5	-	
2	Огневая подготовка	43	9	34	
3	Строевая подготовка	40	5	35	Сдача нормативов
4	ЗОМП	2	1	1	

5	Общефизическая подготовка	38	5	33	
6	Соревнования и показательные выступления. ГТО.	14	4	10	Сдача нормативов
7	Аттестационные занятия	2	-	2	
	Всего	144	29	115	

Содержание обучения.

Основы знаний.

Теория: Знакомство с учащимися и решение организационных вопросов. Техника безопасности. Введение в дисциплину.

Огневая подготовка.

Теория: Основы теории стрельбы. Приёмы и техника стрельбы.

Практика: Учебно-тренировочные занятия.

Строевая подготовка.

Теория: Повторение техники безопасности на занятиях.

Практика: Строевые приёмы и движения без оружия и с оружием: построение в шеренгу, построение в две шеренги, в колонну по одному, по два, по три.

ЗОМП.

Теория: Устройство и эксплуатация противогаза и ОЗК.

Практика: Правила и приёмы одевания противогаза и ОЗК.

Общефизическая подготовка.

Теория: Повторение техники безопасности на занятиях. Особенности выполнения физических упражнений.

Практика: Развитие скоростных качеств, выносливости, гибкости и ловкости. Работа на разграничение и воспроизведение пространственных и силовых параметров движения. Челночный бег, метание гранаты. Техника преодоления препятствий.

Соревнования и показательные выступления.

Теория: Повторение техники безопасности и правил участия в соревнованиях.

Практика: Подготовка и участие в течение года в соревнованиях. Подготовка и участие в научно-практических конференциях различного уровня.

2 год обучения

№	Тема	Количество часов			Форма контроля
		всего	теория	практика	
1	Основы знаний	16	16	-	
2	Огневая подготовка	54	4	50	
3	Строевая подготовка	46	4	42	Сдача нормативов
4	ЗОМП	12	4	8	
5	Общефизическая подготовка	40	2	38	
6	Соревнования и показательные выступления. ГТО.	36	1	35	Сдача нормативов
7	Основы туризма	6	2	4	
8	Аттестационные занятия	6	3	3	
	Всего	216	36	180	

Содержание обучения.

Основы знаний.

Теория: Ордена и медали – награды за воинскую службу.

Огневая подготовка.

Теория: Повторение техники безопасности при стрельбе.

Практика: Сборка, разборка АК-74. Снаряжение магазина. Сдача нормативов.

Строевая подготовка.

Теория: Повторение техники безопасности во время строевой подготовки. Правила и приёмы выполнения строевых упражнений.

Практика: Движение строевым шагом. Повороты в движении. Выход из строя. Подход к начальнику и отход от него.

ЗОМП.

Теория: Средства индивидуальной и коллективной защиты. Сигналы оповещения.

Практика: Правила поведения и действие людей в зонах заражения. Эвакуация населения.

Общефизическая подготовка.

Теория: Повторение техники безопасности на занятиях. Особенности выполнения физических упражнений.

Практика: Развитие скоростных и силовых качеств. Равновесие, ритм, быстрота и точность реагирования. Ориентирование в пространстве на сигналы, согласование движений.

Соревнования и показательные выступления ГТО.

Теория: Повторение техники безопасности и правил участия в соревнованиях.

Практика: Сдача нормативов.

Основы туризма.

Теория: Знакомство с основными понятиями туризма.

Практика: Установка палатки. Разжигание костра.

3 год обучения

№	Тема	Количество часов			Форма контроля
		всего	теория	практика	
1	Основы знаний	3	3	-	
2	Выдающиеся полководцы	3	3	-	
3	Уставы вооруженных сил	6	6	-	
4	Сибиряки на защите Родины	3	3	-	Опрос
2	Огневая подготовка	58	14	44	
3	Строевая подготовка	58	8	50	Сдача нормативов
4	ЗОМП	15	3	12	
5	Общефизическая подготовка	58	-	58	Сдача нормативов
6	Ориентирование на местности	6	2	4	
7	Аттестационные занятия	6	3	3	
	Всего	216	45	171	

Содержание обучения.

Основы знаний.

Теория: Государственный флаг РФ, герб, гимн.

Участие сибиряков в войнах. Сообщения учащихся о ветеранах ВОВ и интернационалистических войн «Они учились в нашей школе», «Они жили в моём селе».

Огневая подготовка.

Теория: Общее устройство ручных и осколочных гранат. Приёмы и правила метания гранат.

Практика: Метание гранат на дальность, с окопа в цель. Стрельба из АК-74 на полигоне.

Строевая подготовка.

Теория: Повторение техники безопасности во время строевой подготовки. Правила и приёмы выполнения строевых упражнений.

Практика: Отдание воинской чести на месте и в движении. Приёмы движения с оружием и без оружия.

ЗОМП.

Теория: Сигналы оповещения ГОЧС. Правила поведения и действий при очаге поражения.

Практика: Эвакуация населения.

Общефизическая подготовка.

Теория: Повторение техники безопасности на занятиях. Особенности выполнения физических упражнений.

Практика: Развитие скоростных и силовых качеств, выносливости, гибкости и ловкости. Работа на точность, равновесие, ритм, быстроту. Точность реагирования на сигналы, ориентирование в пространстве.

Ориентирование на местности.

Теория: Знакомство с правилами ориентирования на местности.

Практика: Отработка норматива прохождения полосы препятствий на время.

III. Организационно-педагогические условия и формы аттестации.

Методическое обеспечение программы

Кадровое обеспечение:

Реализацию данной образовательной программы может осуществлять педагог, имеющий среднее специальное или высшее педагогическое образование, обладающий достаточными теоретическими знаниями и опытом практической деятельности в области военной подготовки.

Участники объединения сотрудничают с преподавателями истории, физкультуры, с руководителями музея, с сельской библиотекой, с районным Советом ветеранов.

Формы организации занятий: занятие-практикум, лекция.

Методы обучения:

Методы, в основе которых лежит способ организации занятия: словесные (устное изложение, беседа, анализ схем). Включение терминологических средств математики; наглядные (показ фото и видеоматериалов, иллюстраций, показ исполнения педагогом, наблюдение, работа по образцу); учитывая, что школьники лучше усваивают информацию визуально, применяется метод наглядной демонстрации образцов моделей оригами или композиций; практические (складывание по технологическим схемам, содержащим условные обозначения).

Методы, в основе которых лежит уровень деятельности детей: объяснительно-иллюстративный, репродуктивный, частично-поисковый, исследовательский.

Методы, в основе которых лежит форма организации деятельности детей на занятиях: фронтальный, индивидуально-фронтальный, групповой, индивидуальный.

Средства, необходимые для реализации программы:

Учебно-методические: наглядные пособия.

Материально-техническое обеспечение:

Оборудование: учебный АК-74, пейнтбольное оборудование, противогазы.

Контроль:

Промежуточная аттестация учащихся проводится в середине учебного года (декабрь) и конце учебного года (май). Подведение итогов по результатам освоения материала данной программы проводится в форме сдачи нормативов.

Условия реализации программы

Занятия проводятся в спортзале, на стадионе.

Нормативы ГТО

11-12 лет

№ п/п	Виды испытаний (тесты)	Возраст 11-12 лет					
		Мальчики			Девочки		
ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ ИСПЫТАНИЯ (ТЕСТЫ)							
1.	Бег на 60 м (сек.)	11,0	10,8	9,9	11,4	11,2	10,3
2.	Бег на 1,5 км (мин., сек.)	8.35	7.55	7.10	8.55	8.35	8.00
	или на 2 км (мин., сек.)	10.25	10.00	9.30	12.30	12.00	11.30
3.	Подтягивание из виса на высокой перекладине (кол-во раз)	3	4	7			
	или подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (кол-во раз)				9	11	17
	или сгибание и разгибание рук упоре лежа на полу (кол-во раз)	12	14	20	7	8	14
4.	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу	Касание пола пальцами рук					
ИСПЫТАНИЯ (ТЕСТЫ) ПО ВЫБОРУ							
5.	Прыжок в длину с разбега (см)	280	290	330	240	260	300
	или прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	150	160	175	140	145	165
6.	Метание мяча весом 150 г (м)	25	28	34	14	18	22
7.	Бег на лыжах на 2 км (мин., сек.)	14.10	13.50	13.00	14.50	14.30	13.50
	или на 3 км	Без учета времени					
	или кросс на 3 км по пересеченной местности*	Без учета времени					
8.	Плавание 50 м (мин., сек.)	Без учета времени		0.50	Без учета времени		1.05
9.	Стрельба из пневматической винтовки из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция — 5 м (очки)	10	15	20	10	15	20
	или из электронного оружия из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция 5 м (очки)	13	20	25	13	20	25
10.	Туристический поход с проверкой туристических навыков	на дистанцию 5 км					
Кол-во видов испытаний видов (тестов) в возрастной группе		10	10	10	10	10	10
Кол-во испытаний (тестов), которые необходимо выполнить для получения знака отличия		6	7	8	6	7	8

Комплекса**						
* Для бесснежных районов страны						
** При выполнении нормативов для получения знаков отличия Комплекса обязательны испытания (тесты) на силу, быстроту, гибкость и выносливость.						

13-15 лет

№ п/п	Виды испытаний (тесты)	Возраст 13-15 лет					
		Мальчики			Девочки		
ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ ИСПЫТАНИЯ (ТЕСТЫ)							
1.	Бег на 60 м (сек.)	10,0	9,7	8,7	10,9	10,6	9,6
2.	Бег на 2 км (мин., сек.)	9.55	9.30	9.00	12.10	11.40	11.00
	или на 3 км (мин., сек.)	Без учета времени			—	—	—
3.	Подтягивание из виса на высокой перекладине (кол-во раз)	4	6	10			
	или подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (кол-во раз)	—	—	—	9	11	18
	или сгибание и разгибание рук упоре лежа на полу (кол-во раз)	—	—	—	7	9	15
4.	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу (достать пол)	Пальцами		Ладонями	Пальцами		Ладонями
ИСПЫТАНИЯ (ТЕСТЫ) ПО ВЫБОРУ							
5.	Прыжок в длину с разбега (см)	330	350	390	280	290	330
	или прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	175	185	200	150	155	175
6.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (кол-во раз 1 мин.)	30	36	47	25	30	40
7.	Метание мяча весом 150 г (м)	30	35	40	18	21	26
8.	Бег на лыжах на 3 км (мин., сек.)	18.45	17.45	16.30	22.30	21.30	19.30
	или на 5 км (мин., сек.)	28.00	27.15	26.00	—	—	—
	или кросс на 3 км по пересеченной местности*	Без учета времени					
9.	Плавание на 50 м (мин., сек.)	Без учета		0.43	Без учета		1.05
10.	Стрельба из пневматической винтовки из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция — 10 м (очки)	15	20	25	15	20	25
	или из электронного оружия из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция — 10 м (очки)	18	25	30	18	25	30
11.	Туристический поход с проверкой	на дистанцию 10 км					

	туристических навыков						
12.	Самозащита без оружия (очки)	15-20	21-25	26-30	15-20	21-25	26-30
Кол-во видов испытаний видов (тестов) в возрастной группе		12					
Кол-во испытаний (тестов), которые необходимо выполнить для получения знака отличия Комплекса**		6	7	8	6	7	8
* Для бесснежных районов страны							
** При выполнении нормативов для получения знаков отличия Комплекса обязательны испытания (тесты) на силу, быстроту, гибкость и выносливость.							

16-17 лет

№ п/п	Девушки			Юноши			Виды
ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ ТЕСТЫ							
1.	18	17,6	16,3	14,6	14,3	13,8	Бег на 100 м (сек.)
2.	11,50	11,20	9,50	9,20	8,50	7,50	Бег на 2 км (мин., сек.)
	—	—	—	15,10	14,40	13,10	или на 3 км (мин., сек.)
3.				8	10	13	Подтягивание из виса на высокой перекладине (число раз)
				15	25	35	или рывок гири (число раз)
	11	13	19	—	—	—	или подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (число раз)
	9	10	16	—	—	—	или сгибание и разгибание рук упоре лежа на полу (число раз)
4.	7	9	16	6	8	13	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (см)
ТЕСТЫ ПО ВЫБОРУ							
5.	310	320	360	360	380	440	Прыжок в длину с разбега (см)
	160	170	185	200	210	230	или прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)
6.	20	30	40	30	40	50	Поднимание туловища из положения лежа на спине (число раз за 1 мин.)
7.	—	—	—	27	32	38	Метание спортивного снаряда весом 700 г (м)
	13	17	21	—	—	—	или весом 500 г (м)
8.	19.15	18.45	17.30	—	—	—	Бег на лыжах на 3 км (мин., сек.)
	—	—	—	25.40	25.00	23.40	или на 5 км (мин., сек.)
	Без учета времени			—	—	—	или кросс на 3 км по пересеченной местности *
	—	—	—	Без учета времени			или кросс на 5 км по пересеченной местности *
9.	Без учета		1.10	Без учета		0.41	Плавание на 50 м (мин., сек.)

10.	15	20	25	15	20	25	Стрельба из пневматической винтовки из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция — 10 м (очки) или из электронного оружия из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция — 10 м (очки)
	18	25	30	18	25	30	
11.	Дистанция: 10 км						Туристический поход с проверкой туристических навыков
12.	15-20	21-25	26-30	15-20	21-25	26-30	Самозащита без оружия (очки)
12							количество испытаний в возраст- ной группе
	6	7	8	6	7	8	число необходимых испытаний для получения знака отличия Комплекса **
* Для бесснежных районов							
** При выполнении нормативов для получения знаков отличия Комплекса обязательны виды испытаний на быстроту, силу, выносливость и гибкость.							

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 310227031995278721568419988831218614170173341370

Владелец Сулейманова Екатерина Ивановна

Действителен с 30.08.2022 по 30.08.2023