


Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Центр детского творчества» Дубенского муниципального района

Согласовано:
Педагогическим советом
МБУ ДО «Центр детского творчества»
Протокол №4 от 29.05.2023г.

Утверждаю:
Директор
МБУ ДО «Центр детского творчества»

 Т.А. Грохина

Приказ №47 от 31.05.2023г.



Дополнительная общеобразовательная программа
дополнительного образования детей
«Движение юных патриотов»

Направленность- туристско-краеведческая
Срок реализации- 3 года
Возраст участников программы- 11-15 лет

Составитель: Аниськин Ю.А.
педагог дополнительного образования

Дубенки, 2023 г.

Структура программы

1. Пояснительная записка	3
2. Цели и задачи программы	8
3. Учебный план программы	9
4. Содержание учебного плана программы	9
5. Календарный учебный график программы	12
6. Планирование результата освоения образовательной программы	17
7. Оценочный материал программы	18
8. Формы, методы, приёмы и педагогические технологии	19
9. Методическое обеспечение программы	20
10. Материально - техническое обеспечение программы	20
11.Список используемых источников	22

1. Пояснительная записка

«Больше внимания нужно уделять патриотическому воспитанию молодежи. Да, необходимо серьезно обновить эту работу, но некоторые традиционные методы, например, военно-патриотические игры, востребованы и сегодня. Они выработают и командный дух, и сильный характер и формируют навыки поведения в самых сложных условиях», - отметил в своем послании федеральному собранию Президент Российской Федерации 30 ноября 2010 года. «Стратегический приоритет политики в сфере детства – это формирование и развитие ценностей здорового образа жизни» - подчеркнул он.

Возрождение патриотизма – шаг к возрождению России. Именно патриотизм является духовным достоянием личности, одним из важнейших элементов общественного сознания и фундамента общественной и государственной систем, составляет духовно-нравственную основу их жизнедеятельности и эффективного функционирования.

В связи с этим появилась потребность в МБУ ДО «Центр детского творчества» организации работы по патриотическому воспитанию, поэтому данная программа **актуальна** в настоящее время.

Нормативные основания для создания дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы «Движение юных патриотов» являются:

- Федеральный закон «Об образовании Российской Федерации» от 29. 12. 2012 г. № 273-ФЗ;
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года утвержденной распоряжением правительства Российской Федерации от 31.03.2022г. № 678-р;
- Письмо Министерства образования и науки РФ от 11.12. 2006 г. № 06-1844 «Примерные требования к программам дополнительного образования детей»; - Методические рекомендации Министерства образования и науки РФ по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) от 18.11.2015 г. № 09-3242;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09. 11 2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам»;

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03. 09 2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития системы дополнительного образования детей»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. N 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи"";
- Приказ Министерства образования Республики Мордовия от 04. 03. 2019 г. № 211 «Об утверждении Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Республике Мордовия»;
- Устав МБУ ДО «Центр детского творчества»;
 - Локальный акт «Положение о формах, периодичности, порядке текущего контроля освоения дополнительных образовательных программ, промежуточной и итоговой аттестации обучающихся. Муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Центр детского творчества» Дубенского муниципального района Республики Мордовия

Программа дополнительного образования «Движение Юных патриотов» составлена в соответствии с требованиями государственной программы, изложенными в концепции военно-патриотического воспитания граждан Российской Федерации, республиканской целевой программы «Патриотическое воспитание граждан».

Программа направлена на:

- обеспечение самоопределения личности, создания условий для самореализации;
- формирование человека и гражданина, интегрированного в современное ему общество;
- воспитание волевых качеств, готовности и желания быть полезным обществу и государству;
- развитие инициативы и самостоятельности, чувств товарищества и милосердия;
- совершенствование патриотического воспитания и физкультурно-оздоровительной работы с детьми;

- популяризации и пропаганды среди молодежи здорового образа жизни;
- воспитание у детей патриотизма, гражданственности, уважения к истории и традициям России.

2.Целью и задачами программы являются:

- воспитание и развитие мотивации личности к познанию и творчеству;
- обеспечение эмоционального благополучия;
- приобщение подростков к общественным ценностям;
- профилактика асоциального поведения;
- укрепление психического, физического, духовного здоровья детей.

Программа «Движение Юных патриотов» разработана с учетом современных образовательных технологий, которые отражаются в:

- принципах обучения (индивидуальность, доступность, результативность);
- формах и методах обучения (дифференцированное обучение, соревнования в зоне ближайшего развития);
- методы контроля и управления образовательным процессом (тестирование, соревнование).
- средства обучения (винтовки, плакаты, туристический инвентарь, спортивный инвентарь).

Содержание программы включает:

- приобретение новых знаний, умений и навыков;
- изучение закономерности подготовки учащихся к пулевой стрельбе;
- формирование и совершенствование необходимых для спортсмена свойств личности (идейная направленность, мировоззрение, разнообразие интересов, нравственное и эмоционально-волевые черты характера);
- выработку умения в совершенстве владеть оружием, глазомер, меткость, выдержку, быстроту реакции;
- освоение простейших навыков техники пешеходного туризма.

Программа «Движение Юных патриотов» представлена по следующим направлениям:

- туристско-краеведческому;
- физкультурно-спортивному;
- военно-патриотическому.

Срок реализации программы 3 года. Первый год обучения- для обучающихся 11-13 лет, второй- 14-15 лет, третий- 15-16 лет. Каждый год обучения составляет 144 часа занятий. Проведение занятий предусматривается в спортивном зале, в классной комнате и специальной площадке на пришкольной территории.

Программа составлена на основе авторской образовательной программы дополнительного образования детей «Юный патриот», автор-учитель высшей категории Ермураки Николай Пантелеевич. Государственное образовательное учреждение дополнительного образования детей «Областной центр детско-юношеского туризма и экскурсий», г. Рязань, 2009г.

Учебно-тематический план первого года обучения

Перечень разделов	Темы программы	Кол-во часов			
		Теоретические занятия	Практические занятия	Всего	
1	2	3	4	5	
Введение.	В данном разделе обучающиеся знакомятся с тематикой будущих занятий и внутренним распорядком кружка. Инструктаж по ТБ во время проведения занятий.	2	-	2	
I. Военно-профессиональная ориентация обучающихся.	<u>1. Одиночная строевая подготовка.</u>	4	20	24	
	1.1. Строи и управление ими. Строевые приемы и движения.	1	1	2	
	1.2. Строевая стойка.	1	1	2	
	1.3. Перестроение.	1	1	2	
	1.4. Повороты на месте.	1	1	2	
	1.5. Движение строевым шагом.	-	2	2	
	1.6. Повороты в движении.	-	2	2	
	1.7. Воинское приветствие.	-	10	10	
				2	2
		<u>2. Огневая подготовка.</u>	1	1	2
	2.1. История создания стрелкового оружия.	6	14	20	
	2.2. Назначение, устройство пневматического оружия.	2	-	2	
	2.3. Общие сведения о баллистике.	2	2	4	
	2.4. Изготовка к стрельбе.	2	2	2	
	2.5. Техника стрельбы из пневматической винтовки.	2	2	2	
2.6. Основные упражнения по стрельбе.	-	4	2		
2.7. Соревнования по стрельбе.	-	4	4		
	<u>3. Военная топография и</u>	-	4		

II. Военно-спортивная работа.	<u>военное ориентирование.</u>			4
	4.1. Ориентирование по топографическим картам.	4	10	14
	4.2. Ориентирование без карты, по компасу.	2	4	6
	<u>4. Действия в экстремальных и чрезвычайных ситуациях.</u>	2	6	8
	5.1. Как обезопасить себя от других людей.			
	5.2. Первая помощь пострадавшим. Оказание первой медицинской помощи при переломах, ушибах, ожогах, кровотечениях и т.д.	4	6	10
		2	2	4
		2	4	6
	<u>1. Физическая подготовка.</u>			
	1.1. Общие упражнения, направленные на развитие различных физических качеств.			
	1.2. Упражнения на напряжение и расслабление различных групп мышц.	-	24 12	24 12
	1.3. Коллективные игры с мячом.			
	<u>2. Военно-спортивные игры.</u>	-	8	8
	2.1. Военно-спортивная игра «Зарница».			
2.2. Соревнования «Движение Юных патриотов»	-	4	4	
.	2	14	16	
<u>3. Туристическая подготовка.</u>				
3.1. Техника пешеходного туризма без снаряжения.	-	4	4	
3.2. Техника пешеходного туризма со специальным снаряжением.	2	10	12	
<u>Краеведение.</u>	2	18	20	
1. Родной край, его природные особенности, история, земляки - известные люди.	2	8	10	
2. Походы по родному краю.	-	10	10	
	6	8 -	14 6	
III. Туристско-краеведческая работа.		8	8	
ИТОГО:	30	114	144	

Содержание программы первого года обучения

I. Военно-профессиональная ориентация обучающихся .

1. Одиночная строевая подготовка.

Строевые приемы и движение без оружия. Общие положения о выполнении строевых приемов. Команды, подаваемые на строевой подготовке. Предварительные и исполнительные команды.

Тренировки строевых приемов. Строевая стойка, строевой шаг, перестроение, повороты на месте и в движении, приветствие, подход и отход от начальника..

2. Огневая подготовка.

Стрелковое боевое оружие, применяемое на вооружении в Вооруженных Силах РФ. Боевые свойства.

Автомат и пулемет Калашникова АК-74, РПК.

Назначение, устройство пневматического пистолета. Принцип действия. Хранение. Техника стрельбы из пневматического пистолета.

Основные упражнения по стрельбе из пистолета, винтовки.

Соревнования по стрельбе из винтовки и пистолета.

3. Военная топография и ориентирование:

Практические занятия по определению сторон горизонта по компасу, механическим часам, по времени.

Азимут. Движение по азимуту.

Соревнования:

- ориентирование по карте, поиск контрольных пунктов на местности.

4. Действия в экстремальных и чрезвычайных ситуациях.

Как вести себя в толпе, на демонстрациях, футбольных матчах, при беспорядках.

«Терроризм - угроза XX века». Действия при захвате в заложники, при угрозе взрыва и других террористических актах

Безопасность в быту: безопасность при пользовании газовым и электрооборудованием, кислотой, при курении.

Первая медицинская помощь при отравлении, поражении электрическим током, при ранениях, при ушибах, кровотечениях и т. д.

II. Военно-спортивная работа.

1. Физическая подготовка.

Общеразвивающие упражнения. Упражнения для рук и плечевого пояса.

Упражнения для рук, мышц шеи. Упражнения со скакалкой, гантелями.

Элементы акробатики. Подвижные игры, эстафеты. Гимнастические упражнения. Лыжный спорт. Спортивные игры: баскетбол, футбол.

Упражнения для развития выносливости и быстроты, силы.

Бег на 60, 100 м; 400м, 800м.

Подтягивание на перекладине.

2. Военно-спортивные игры.

2.1. Военно-спортивная игра «Зарница»;

- физическая подготовка: подтягивание на перекладине;
- отжимание от пола;
- разгибание и сгибание тела из положения лежа (пресс);
- прыжки с места на дальность;
- стрельба из пневматической винтовки, сидя с упором на локтях;
- эстафета.

3. Туристическая подготовка.

3.1. Техника пешеходного туризма без специального туристического снаряжения:

- передвижение и преодоление препятствий: скорость, дистанция, преодоление подъемов, склонов, спусков, болотистой местности, зарослей, буреломов, водных преград (вплавь, по бревну, по навесной переправе);
- определение расстояния и высоты;
- ориентирование по местным предметам, по компасу, по картам;
- практические занятия: разведение костра, установка палатки;
- подъем по склону по перилам спорт способом, преодоление рва по бревну, по перилам с самонаведением.

3.2. Техника пешеходного туризма с использованием специального снаряжения:

- преодоление препятствий по навесной переправе, по параллельным веревкам; - по «бабочке»; - подъем и спуск по склону по перилам на схватывающем узле.

III. Туристско-краеведческая работа

Краеведение.

Родной край-Дубенский район. Его природные особенности, история, известные люди. Памятники истории и культуры. Походы по родному краю.

Учебно-тематический план второго года обучения

Перечень разделов	Темы программы	Кол-во часов		
		Теоритические занятия	Практические занятия	Всего
1	2	3	4	5
I. Военно-профессиональная ориентация обучающихся.	<u>1. Одиночная строевая подготовка.</u>	4	20	24
	1.1. Строи и управление ими. Строевые приемы и движения.	1	1	2
	1.2. Строевая стойка.	1	1	2
	1.3. Перестроение.	1	2	2
	1.4. Повороты на месте.	-	2	2
	1.5. Движение строевым шагом.	-	10	10
	1.6. Повороты в движении.	-	2	2
	1.7. Воинское приветствие.	1	1	2
	<u>2. Огневая подготовка.</u>	6	14	20
	2.1. История создания стрелкового оружия.	2	-	2
	2.2. Назначение, устройство пневматического оружия.	2	2	4
	2.3. Общие сведения о баллистике.	2	2	2
	2.4. Изготовка к стрельбе.	-	2	2
	2.5. Техника стрельбы из пневматической винтовки.	-	4	2
	2.6. Основные упражнения по стрельбе.	-	4	4
	2.7. Соревнования по стрельбе.	-	-	4
	<u>3. Военная топография и военное ориентирование.</u>	4	10	14
	4.1. Ориентирование по топографическим картам.	2	4	6
	4.2. Ориентирование без карты.	2	6	8
	<u>4. Действия в экстремальных и чрезвычайных ситуациях.</u>	4	6	10
	5.1. Как обезопасить себя от других людей.	2	-	2

	5.2. Первая помощь пострадавшим.	2	6	8
II. Военно-спортивная работа.	<u>1. Физическая подготовка.</u>		24	24
	1.1. Общие упражнения, направленные на развитие различных физических качеств.	-	12	12
	1.2. Упражнения на напряжение и расслабление различных групп мышц.	-	8	8
	1.3. Коллективные игры с мячом.	-	4	4
	<u>2. Военно-спортивные игры.</u>	2	16	18
	2.1. Военно-спортивная игра «Зарница».	-	8	8
	2.3. Соревнования «Движение Юных патриотов».	2	10	10
	<u>3. Туристическая подготовка.</u>	2	18	20
	3.1. Техника пешеходного туризма без снаряжения.	2	8	10
	3.2. Техника пешеходного туризма со специальным снаряжением.	-	10	10
III. Туристско-краеведческая работа.	<u>Краеведение.</u>			
	1. Родной край, его природные особенности, история, земляки - известные люди.	6 6	8 -	14 6
	2. Памятники культуры и истории.			
	3. Походы по родному краю		8	8
	ИТОГО:	28	116	144

Содержание программы второго года обучения

I. Военно-профессиональная ориентация обучающихся.

1. Одиночная строевая подготовка.

Строевые приемы и движение без оружия.

Общие положения о строях и управлении ими: строй, шеренга, фланг, тыл, интервал, дистанция, двух-шереножный строй, колонна, походный строй.

Строевые приемы: строевая стойка, перестроение, повороты на месте и в движении, строевой шаг, воинское приветствие, подход к начальнику и отход от него. Рапорт.

2. Огневая подготовка.

История создания стрелкового оружия.

Назначение, устройство пневматической винтовки.

Общие сведения о баллистике.

Техника стрельбы из пневматической винтовки:

- подготовка к стрельбе: со стола с опорой локтями на стол, с колена, лежа, стоя;
- дыхание во время стрельбы;
- правила заряжания и разряжения оружия;
- дисциплина во время стрельбы;
- правила прицеливания.

Основные упражнения по стрельбе:

- стрельба из пневматической винтовки по круглой мишени Ø 80 мм (40 мм), сидя за столом с опорой локтями на стол и упором и без упора;
- стрельба лежа с упором локтями на землю по круглой мишени;
- стрельба из винтовки по падающей мишени из различных положений.

3. Военная топография и ориентирование:

- определение сторон горизонта по местным предметам и с помощью компаса;
- топографические карты и уставные обозначения на картах, масштаб карт;
- ориентирование по топографическим картам, схемам, планам-легендам;
- ориентирование без карты.

4. Действия в экстремальных и чрезвычайных ситуациях.

Как обезопасить себя от других людей:

- от грабежа, разбоя, уличных краж;
- при угрозе насилия, нападения;
- сексуальное насилие, поведение;

- поведение со знакомыми и незнакомыми;
- защита от мошенничества;
- право на необходимую оборону;
- самооборона без оружия;
- оружие обороны.

II. Военно-спортивная работа.

1. Физическая подготовка.

1.1. Общие упражнения на развитие различных физических качеств:

- упражнения на развитие быстроты, бег на 60, 100 м;
- упражнение на развитие выносливости бег на 400м, 600м, 1000м, бег по пересеченной местности;
- упражнения на развитие ловкости и координации движений:
(метание спортивной гранаты на дальность);
- прыжки с места и разбега.

1.2. Общеразвивающие упражнения:

- упражнения комплекса спортивных упражнений;
- упражнения на перекладине, подтягивание;
- сгибание-разгибание ног в положении «вис на перекладине».

1.3. Коллективные игры с мячом: баскетбол, волейбол, футбол, пионербол.

2. Военно-спортивные игры.

2.1. Военно-спортивная игра «Зарница»;

- физическая подготовка: подтягивание на перекладине;
- отжимание от пола;
- разгибание и сгибание тела из положения лежа (пресс);
- прыжки с места на дальность;
- стрельба из пневматической винтовки, сидя с упором на локтях;
- эстафета.

2.3. Соревнования «Движение Юных патриотов»:

- конкурс строевой песни; эстафета: а) стрельба, б) бег в противогазе; в) переползание по-пластунски; г) оказание первой медицинской помощи пострадавшему (наложение шины при переломе ноги); д) переноска пострадавшего; е) другие конкурсы.

3. Туристическая подготовка.

3.1. Техника пешеходного туризма без специального туристического снаряжения:

- передвижение и преодоление препятствий: скорость, дистанция, преодоление подъемов, склонов, спусков, болотистой местности, зарослей, буреломов, водных преград (вплавь и переплавой по бревну);
- определение расстояния и высоты объектов;
- ориентирование с использованием местных предметов;
- ориентирование с использованием компаса и топографических карт;
- практические занятия, разведение костра, установка палатки, подъем, спуск по склону с использованием веревки спортивным способом, преодоление рва по бревну.

3.2. Техника пешеходного туризма с использованием специального снаряжения:

- преодоление препятствий по навесной переправе, по параллельным веревкам; - по «бабочке»; - подъем и спуск по склону по перилам на схватывающем узле.

III. Краеведение.

Родной край- Дубенский район. Его природные особенности, история, известные люди. Походы по родному краю.

Учебно-тематический план третьего года обучения

Перечень разделов	Темы программы	Кол-во часов		
		Теоритические занятия	Практические занятия	Всего
1	2	3	4	5
I. Военно-профессиональная ориентация обучающихся.	<u>1. Одиночная строевая подготовка.</u>	2	18	20
	1.1. Общие положения о строях. Основные термины, определяющие строевую подготовку	2	-	2
	1.2. Строевая стойка.	-	2	2
	1.3. Перестроение.	-	4	4
	1.4. Строевой шаг	-	4	4
	1.5. Повороты на месте и в движении.		4	4
	1.6. Разучивание строевой песни			4
	<u>2. Огневая подготовка.</u>			

II. Военно-спортивная работа.	2.1. Стрелковое боевое оружие, применяемое на вооружении в Вооруженных Силах РФ, его создатели. Боевые свойства.	4	14	18
	2.2. Назначение, устройство пневматического пистолета и мелкокалиберной винтовки.	2	-	2
	2.3. Техника стрельбы из пневматического пистолета.	-	4	4
	2.4. Основные упражнения по стрельбе.	-	4	4
	2.5. Соревнования по стрельбе из пневматической винтовки.	-	4	4
	<u>3. Военная топография и военное ориентирование.</u>	4	4	8
	4.1. Ориентирование по топографическим картам.	2	2	4
	4.2. Ориентирование без карты.	2	2	4
	<u>4. Действия в экстремальных и чрезвычайных ситуациях.</u>			
	5.1. Как вести себя в толпе.			
	5.2. Терроризм – угроза XXI века.	8	4	12
	5.3. Безопасность на дорогах.			
	5.4. Безопасность в быту.	2	-	2
	5.5. Первая медицинская помощь пострадавшим. от ЧС.	2	-	2
		2	-	2
		2	-	2
	<u>1. Военная спортивная подготовка, Физическая подготовка.</u>	-	4	4
	1.1. Общеразвивающие упражнения.			
	1.2. Общие упражнения, направленные на развитие физических качеств.	-	38	38
	1.3. Упражнения на напряжение и расслабление различных групп мышц.	-	12	12
	1.4. Специальная физическая подготовка.			
	1.5. Коллективные игры с мячом.	-	4	4
	<u>2. Военно-спортивные игры.</u>			
	2.1. Военно-спортивная игра «Зарница».	-	10	10
	2.2. Соревнования «Движение Юных патриотов»	-	4	4
	<u>3. Туристическая подготовка.</u>			
	3.1. Техника пешеходного туризма без специального снаряжения.	-	6	6
	3.2. Техника пешеходного туризма со специальным снаряжением.		6	6

III. Краеведческая работа.	3.3.Техника преодоления естественных препятствий		6	6
	<u>Краеведение.</u>	2	26	28
	1. Территория и границы Дубенского района.	-	8	8
	2. История села Дубенки, памятные события, происходившие на его территории. Знаменитые земляки и их роль в истории.	2	8	10
	3. Село в период Великой Отечественной войны.		10	10
	4. Экскурсионные объекты на территории села.	6	8	14
		2	-	2
		2	2	4
		2	-	2
			6	6
	ИТОГО:	26	118	144

Содержание программы третьего года обучения

I. Военно-профессиональная ориентация обучающихся.

1. Одиночная строевая подготовка.

Строевые приемы и движение без оружия. Общие положения о строях и управлении ими: строй, шеренга, фланг, тыл, интервал, дистанция, двухшереножный строй, колонна, походный строй. Строевые приемы: строевая стойка, перестроение, повороты на месте и в движении, строевой шаг, воинское приветствие, подход к начальнику и отход от него. Рапорт.

2. Огневая подготовка.

История создания стрелкового оружия.

Назначение, устройство пневматической винтовки.

Общие сведения о баллистике.

Техника стрельбы из пневматической винтовки:

- изготовка к стрельбе: со стола с опорой локтями на стол, с колена, лежа, стоя;

- дыхание во время стрельбы;
- правила заряжания и разряжания оружия;
- дисциплина во время стрельбы;
- правила прицеливания.

Основные упражнения по стрельбе:

- стрельба из пневматической винтовки по круглой мишени Ø 80 мм (40 мм), сидя за столом с опорой локтями на стол и упором и без упора;
- стрельба лежа с упором локтями на землю по круглой мишени;
- стрельба из винтовки по падающей мишени из различных положений.

3. Военная топография и ориентирование:

- определение сторон горизонта по местным предметам и с помощью компаса;
- топографические карты и уставные обозначения на картах, масштаб карт;
- ориентирование по топографическим картам, схемам, планам-легендам;
- ориентирование без карты.

4. Действия в экстремальных и чрезвычайных ситуациях.

Как обезопасить себя от других людей:

- от грабежа, разбоя, уличных краж;
- при угрозе насилия, нападения;
- сексуальное насилие, поведение;
- поведение со знакомыми и незнакомыми;
- защита от мошенничества;
- право на необходимую оборону;
- самооборона без оружия;
- оружие обороны.

II. Военно-спортивная работа.

1. Физическая подготовка.

1.1. Общие упражнения на развитие различных физических качеств:

- упражнения на развитие быстроты, бег на 60, 100 м;

- упражнение на развитие выносливости бег на 400м, 600м, 1000м, бег по пересеченной местности;
- упражнения на развитие ловкости и координации движений: (метание спортивной гранаты на дальность);
- прыжки с места и разбега.

1.2. Общеразвивающие упражнения:

- упражнения комплекса спортивных упражнений;
- упражнения на перекладине, подтягивание;
- сгибание-разгибание ног в положении «вис на перекладине».

1.3. Коллективные игры с мячом: баскетбол, волейбол, футбол, пионербол.

2. Военно-спортивные игры.

2.1. Военно-спортивная игра «Зарница»;

- физическая подготовка: подтягивание на перекладине;
- отжимание от пола;
- разгибание и сгибание тела из положения лежа (пресс);
- прыжки с места на дальность;
- стрельба из пневматической винтовки, сидя с упором на локтях;
- эстафета.

2.3. Соревнования «Движение Юных патриотов»:

- конкурс строевой песни; эстафета: а) стрельба, б) бег в противогазе; в) переползание по-пластунски; г) оказание первой медицинской помощи пострадавшему (наложение шины при переломе ноги); д) переноска пострадавшего; е) бег «тачанка» вдвоем; ж) другие конкурсы.

3. Туристическая подготовка.

3.1. Техника пешеходного туризма без специального туристического

- передвижение и преодоление препятствий: скорость, дистанция, преодоление подъемов, склонов, спусков, болотистой местности, преодоление подъемов, склонов, спусков, болотистой местности, зарослей, буреломов, водных преград (вплавь и переплавой по бревну);
- определение расстояния и высоты объектов;
- ориентирование с использованием местных предметов;
- ориентирование с использованием компаса и топографических карт;

- практические занятия, разведение костра, установка палатки.
- спуск по склону с использованием веревки спортивным способом,
- преодоление рва по бревну.

3.2. Техника пешеходного туризма с использованием специального снаряжения:

- преодоление препятствий по навесной переправе, по параллельным веревкам;
- по «бабочке»;
- подъем и спуск по склону по перилам на охватывающем узле.

III. Туристско-краеведческая работа.

Краеведение.

Родной край- Дубенский район. Его природные особенности, история, известные люди. Памятники истории и культуры. Походы по родному краю.

Прогнозируемые результаты освоения программы.

1год обучения

- Сформировать у обучающихся высокий уровень общей культуры, патриотических чувств и сознания на основе исторических ценностей России, Мордовии, района, родного села и школы;
 - воспитать любовь к своей «Малой» Родине и её замечательным людям;
 - выработать ответственное понимание своего гражданского долга и конституционных обязанностей;
 - создать благоприятные условия для нравственного интеллектуального и физического формирования личности ребенка и подрастающего поколения.
- Учащиеся будут уметь:
- четко определять свою гражданскую позицию и отстаивать ее.

2год обучения

Обучающиеся освоят правила безопасного поведения в повседневной жизни, принципы здорового образа жизни, способы самообороны и самосохранения, подготовятся к действиям в чрезвычайных ситуациях и экстремальных условиях;

- у детей и подростков сформируется потребность в регулярных занятиях физической культурой, воспитание осмысленного отношения к ним как способу самореализации и личностно значимому проявлению человеческих способностей, разовьют гражданскую позицию;

– компенсируются отсутствующие в основном образовании знания, умения и навыки в области краеведения, физкультуры, медицины, спорта, военной подготовки.

Згод обучения

- развитие военно-профессиональной ориентации обучающихся;
- обучающиеся будут являться инициаторами общественно полезных дел;
- принимать активное участие в соревнованиях военно-спортивной направленности;
- иметь навыки действия в экстремальных и чрезвычайных ситуациях;

7. Оценочный материал программы

Аттестация обучающихся проводится согласно Локального акта «Положение о формах, периодичности, порядке текущего контроля освоения дополнительных образовательных программ, промежуточной и итоговой аттестации обучающихся Муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Центр детского творчества» Дубенского муниципального района Республики Мордовия» и осуществляется в следующих формах: опрос, тестирование, участие в соревнованиях. Анализ полученных результатов позволит педагогу подобрать необходимые способы оказания помощи отдельным детям и разработать адекватные задания и методики обучения и воспитания.

Формы контроля: в начале года - входной контроль:

- педагогическое наблюдение;
- описание и фиксация полученных данных на бумажном и электронном носителях;

В конце первого полугодия - промежуточный контроль:

- сравнение с ожидаемым результатом программы уже достигнутых показателей.
- участие в творческой работе по патриотическому воспитанию (конкурсы, проекты, статьи в СМИ и т. д.);

В конце учебного года – итоговый контроль:

- педагогический анализ результатов выполнения обучающимися диагностических заданий, активности обучающихся на занятиях и т.п. Формы подведения итогов реализации программы: подготовка аналитической справки с приложением фотоотчета.

Методическое обеспечение

Разработки бесед, дидактического материала и т.д. Материально-техническое оснащение столы, стулья, ноутбук или компьютер, доска, шкафы и стеллажи для хранения дидактических пособий и учебных материалов, доступ к сети «Internet». В программе возможны изменения, дополнения. * Общее количество учебных часов по итогам года может отличаться от запланированного.

Список источников

1. Алексеев А.А. Питание в туристском походе. – М. ЦДЮТур МО РФ, 2015;
2. Антропов К., Расторгуев М. Узлы. – М. ЦДЮТур РФ, 2014.
3. Баленко С.В. Школа выживания. /Приложение к журналу «Зарубежное военное обозрение». – М. часть 1 – 2014, часть 2 – 2015 г.
4. Волович В.Г. Академия выживания. –М.: ТОЛК, 2013.
5. Выживание в экстремальных условиях. – М.: ИПЦ «Русский раритет», 2016.
6. Выживание /Сост. С.И. Коледа, П.Н. Драчев. – Минск, ООО «Лазурак», 2015.

Электронные образовательные ресурсы

1. <http://standart.edu.ru> [Сайт Федерального Государственного образовательного стандарта]
2. <http://www.vidod.edu.ru/>[Федеральный портал «Дополнительное образование детей»]
3. www.dopedu.ru[Информационный портал по дополнительному образованию]
4. <http://detskiy-mir.net/rating.php>[Детский мир. Каталог детских ресурсов]
5. <http://vip.km.ru/Megabook/child/index.asp>[Энциклопедии vip.km.ru]
6. <http://www.firo.ru> [Сайт ФГОАУ «Федеральный институт развития образования»]
7. <http://metodsovet.su> [Методический портал учителя «Методсовет»]
8. <http://festival.1september.ru> [Фестиваль педагогических идей «Открытый урок»]
9. <http://pedsovet.org> [Всероссийский интернет-педсовет]
10. <http://easyen.ru> [Современный учительский портал]
11. <http://www.pandia.ru> [Портал «Энциклопедия знаний»]
12. <http://pedrazvitie.ru> [Сайт «Педразвитие.ру»]
13. <http://ped-kopilka.ru> [сайт «Учебно-методический кабинет»]

Методическое обеспечение программы

Нормативы промежуточного контроля обучающихся.

1. Условия выполнения упражнения по технике туризма:

Элементы этапа: 1. Навесная переправа.

2. Спуск по перилам с самостраховкой.

3. Траверс 3 по 7-8 м.

4. Подъем по перилам с самостраховкой.

5. Вертикальный маятник.

Все элементы преодолеваются по судейским веревкам без самосброса. Длина этапа 150-200 м. За каждый штраф (ошибку) – 15 секунд.

2. Теоретические вопросы по специальной подготовке обучающихся:

1. Какие элементы выполняются без снаряжения на соревнованиях по туризму.
2. Виды элементов соревнования по туризму
3. Виды туристических походов.
4. Элементы соревнования «Школа безопасности» по действиям в ЧС.
5. Правила движения пешеходов вне населенных пунктов.
6. Правила движения организованных пеших колонн по дороге.
7. Вид костра в дождливую погоду.
8. Виды дезинфицирующих средств.
9. Способы остановки артериального кровотечения.
10. Первая помощь при ранении в походе.
11. Первая помощь при переломе предплечья.
12. Первая помощь при обморожении щек I степени.
13. Первая помощь при солнечном ожоге спины в походе.
14. Способы переноски огня в походе.
15. Определение сторон горизонта по деревьям.
16. Первая помощь при солнечном ударе.
17. Как предотвратить солнечный и тепловой удар в походе?
18. Виды контроля для подачи сигналов бедствия.
19. Средства подачи сигналов бедствия днем.
20. Средства подачи сигналов бедствия ночью.
21. Определение сторон горизонта по пням деревьев.
22. Определение сторон горизонта по Луне.
23. Определение сторон горизонта по Полярной звезде.
24. Запреты для пассажира автомобильного транспорта.
25. Способы переноски огня в походе.
26. Первая медицинская помощь при высокой температуре.
27. Способы переноски пострадавшего.
28. Значение «легенды» в походе.

Тесты по общей физической подготовке
1-й год обучения

Название теста	МАЛЬЧИКИ		ДЕВОЧКИ	
	Результат	Баллы	Результат	Баллы
1. Подтягивание в висе (к-во раз)	7 и более	9 - 10		
	5-7	7 - 8		
	3-4	5 - 6		
Сгибание, разгибание рук в упоре, лежа (к-во раз)			11 и более	9 - 10
			9-10	7 - 8
			7-8	6

2. Бег – 30 м (сек.)	5с сек. и менее	9 - 10	5,1 сек. и менее	9 - 10
	5,1-5,2с	8 - 7	5,2-5,3	8 - 7
	5,3– 5,4	6 - 5	5,4-5,5	6 - 5

3. Прыжки в длину с места	176 см и более	9 - 10	160см и более	9 - 10
	158-175	8 - 9	141-159	8 - 9
	140-157	7 - 8	125-140	7 - 8

4. Подъем корпуса из положения лежа (к-во раз)	20 и более	9 - 10	15 и более	9 – 10
	15-19	7 – 8	10-14	7 – 8
	10-14	5 - 6	7-9	5 – 6

Тесты по общей физической подготовке
2-й год обучения

азвание теста	МАЛЬЧИКИ		ДЕВОЧКИ	
	Результат	Баллы	Результат	Баллы
1. Подтягивание в висе (к-во раз)	9 и более	9 - 10		
	7-8	7 - 8		
	5-6	5 - 6		
Сгибание, разгибание рук в упоре, лежа (к-во раз)			13 и более	9 - 10
			11-12	7 - 8
			10-9	5 - 6

2. Бег – 30 м (сек.)	4,8 сек. и менее	9 - 10	4,9 сек. и менее	9 – 10
	4,9 – 5,0	7 - 8	5,0 – 5,1	7 - 8

	5,1 – 5,2	5 - 6	5,2 – 5,3	5 - 6
--	-----------	-------	-----------	-------

3. Прыжки в длину с места	180 см и более	9 - 10	170 см и более	9 - 10
	169-179	8 - 9	159-169	7 - 8
	158-168	6 - 7	1148-158	5 - 6

4. Подъем корпуса из положения лежа (к-во раз)	25 и более	9 - 10	20 и более	9 – 10
	20-24	7 – 8	15-19	7 – 8
	15-19	5 - 6	10-14	5 – 6

**Тесты по общей физической подготовке
3-й год обучения**

Название теста	МАЛЬЧИКИ		ДЕВОЧКИ	
	Результат	Баллы	Результат	Баллы
1. Подтягивание в висе (к-во раз)	11 и более	9 - 10		
	9-10	7 - 8		
	7-8	5 - 6		
Сгибание, разгибание рук в упоре, лежа (к-во раз)			15 и более	9 - 10
			13 - 14	7 - 8
			11-12	6

2. Бег – 30 м (сек.)	4,4 сек. и менее	9 - 10	4,5 сек. и менее	9 - 10
	4,5 – 4,6	8 - 7	4,6 – 4,7	8 - 7
	4,7– 4,8	6 - 5	4,8 – 4,9	6 - 5

3. Прыжки в длину с места	210 см и более	9 - 10	190 см и более	9 - 10
	200 - 209	8 - 9	180 – 189	8 - 9
	180- 199	7 - 8	170 - 179	7 - 8

4. Подъем корпуса из положения лежа (к-во раз)	30 и более	9 - 10	25 и более	9 – 10
	25– 29	7 – 8	20 – 24	7 – 8
	20 – 24	5 - 6	15-19	5 – 6

