Государственное бюджетное учреждение
дополнительного образования Волгоградской области
«ЦЕНТР «СЛАВЯНКА»

Принята на заседании
педагогического совета Центра
от «31» августа 2026 г.
Протокол № 1

Утверждаю:
Директор ГБУ ДО ВО
«Центр «Славянка»
_____ И.В. Плеханова
«31» августа 2026г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая модульная программа «Юный спецназовец»

Возраст обучающихся: 14-17 лет

Срок реализации: 2 года

Авторы-составители:
Коваль Денис Анатольевич,
педагог дополнительного образования;

Волгоград, 2026

1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы.

1.1 Пояснительная записка.

1.1. Пояснительная записка

Направленность программы по функциональному предназначению – общеразвивающей; по форме организации – групповой; по форме организации образовательного процесса – модульной, по уровню усвоения – ознакомительной, по времени реализации – двухгодичной.

Содержание программы «Юный спецназовец» разработано в соответствии с основными нормативными документами:

- Федеральный закон «Об образовании в РФ» от 27.12.2012 г. № 273;
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 9 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- СанПиН 2.4.4. 3172-14 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей (Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 4 июля 2014 г. N 41);
- «Концепция развития дополнительного образования детей» Распоряжение правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. N 1726-р;
- Устав ГБУ ДО ВО «Центр «Славянка»;

Актуальность программы:

В настоящее время необходимо и важно воспитывать в молодёжи такие качества, как патриотизм, любовь к Родине, готовность посвятить свою жизнь служению ей, защите её завоеваний — это является одним из основополагающих принципов государственной политики в области

образования, закреплённых в Федеральном Законе о государственной молодежной политике в Российской Федерации, Законе РФ об образовании, Законе Волгоградской области о государственной молодежной политике в Волгоградской области.

С целью реализации вышеназванных принципов важнейшая из воспитательных возможностей военно-патриотической программы заключается в развитии у воспитанников гражданского отношения к спортивно-оздоровительной стороне жизни, физической культуре, рукопашному бою, к себе как к здоровым и закалённым гражданам общества, готовым к труду и обороне Отечества.

Военно-патриотическая программа помогает воспитанникам выработать быстроту, ловкость, выносливость, коллективизм и дисциплинированность. Она помогает воспитанникам овладеть навыками, необходимыми для службы в армии, прививает азы воинской дисциплины. Всё перечисленное выше происходит с общественно-политическим, умственным, нравственным и художественно-эстетическим развитием обучающихся.

Возраст обучающихся по программе: 14-17 лет.
Примерный возраст 1 года обучения – 14-16лет
Примерный возраст 2 года обучения 15-17 лет

Уровень, объём и сроки реализации программы.

В структуру модульной общеразвивающей программы «Школа для мальчиков «Честь имею» вошли 3 образовательных модуля по отдельным предметам: «Военная подготовка», «Рукопашный бой», «Общая физическая подготовка». «Психология общения» (в формате консультационных часов).

Наименование учебного модуля	Рукопашный бой	Военная подготовка	ОФП	Итого
Кол-во часов 1 года обучения	72	72	36	180
Кол-во часов 2 года обучения	72	72	36	180

Формы и режим занятий.

Формы занятий, планируемых по каждой теме или разделу образовательной программы, можно разделить на *традиционные:* лекция, беседа, дискуссия, практико-ориентированное занятия и *нетрадиционные:* игра, конкурс, праздник, чаепитие, интегрированное занятие и т.д.

Учебные занятия по каждому предмету состоят из теоретических и практических занятий. Практическая деятельность преобладает над

теоретическими часами.

Форма обучения очная, допускается дистанционная форма реализации программы. При введении дистанционной формы работы в календарный учебный график вносятся соответствующие коррективы (лист корректировки утверждается педагогическим советом).

Режим занятий:

180 часов в год (из расчета на 36 учебных недели)

5 учебных часов в неделю.

Продолжительность учебного занятия – 40 минут с 10-минутным перерывом. Состав группы постоянный– 15-20 человек. Группы разновозрастные.

1.2.Цель и задачи программы.

Цель программы: Формирование личности гражданина и патриота России с присущими ему ценностями, взглядами, ориентациями и установками.

Задачи программы:

– проведение работы по профилактике распространения наркомании и связанных с ней правонарушений;
– воспитание чувства патриотизма, формирование у подрастающего поколения верности Родине, готовности к служению Отечеству и его вооружённой защите;
– изучение истории, культуры Отечества и родного края;
– физическое развитие подростков, формирование здорового образа жизни;
– утверждение в сознании и чувствах воспитанников патриотических ценностей, взглядов и убеждений, воспитание уважения к культурному и историческому прошлому России, к традициям родного края;
– формирование гордости за деяния предков и исторической ответственности за происходящее в обществе;
– овладение воспитанниками навыками начальной военной подготовки;
– формирование у воспитанников умений и навыков, необходимых для службы в армии;
– содействие формированию у воспитанников устойчивого интереса к военной службе, ведение профориентационной работы, направленной на ознакомление с военными специальностями; нацеливание подростков на поступление в высшие учебные заведения Вооружённых сил РФ.

1.3. Структура программы.

Данная программа по целевой направленности является учебно-познавательной. По тематической направленности программа является военно-патриотической. Данная программа предусматривает развитие

ребёнка во всех направлениях военно-патриотического и физического характера.

Занятия проводятся в учебных кабинетах для теоретических и практических занятий, в спортивном зале, в тренажёрном зале, на спорт площадке, футбольном поле.

Диагностика результативности программы:

- периодическое выявление знаний воспитанников в предметных областях;
- диагностика взаимоотношений в коллективе;
- проверка адаптации содержания материала к возможностям воспитанников;
- оценка деятельности педагогов путём плановых аттестаций;
- Для оценки результативности проведения предварительной, текущей и итоговой диагностики. Используются разные группы методов диагностики.
- Информационно-констатирующие: анкеты, опросы, беседы индивидуальные и групповые, тесты, анализ документов;
- Оценочные: экспертные оценки, независимые характеристики, педагогические советы;
- Поведенческие: наблюдения, специальные ситуации, игры;
- Продуктивные: анализ продуктивной деятельности, тесты.

Способы оценки эффективности программы:

- победы в соревнованиях и конкурсах районного, городского и областного масштаба;
- независимая экспертная оценка программы;
- анализ количества подростков поступивших в военные вузы страны;
- анализ изменений на уровне ценностной ориентации воспитанника.

Оформление и оснащение учебного кабинета.

Теоретические занятия проходят в кабинете. Освещение смешанное: естественное и лампы дневного света. Помещение сухое, с естественным доступом воздуха, легко проветриваемое.

Красивое оформление учебного кабинета, чистота и порядок в нём, удобно расположенная мебель, отдельное место для матов (татами), учебные парты, имеют большое воспитательное значение. Всё это дисциплинирует воспитанников.

Столы по количеству детей соответствуют физиологическому развитию детей в соответствии с требованиями САНПиН.

Учебное оборудование кабинета должно включать: Комплект мебели, наглядные пособия, необходимые для организации занятий, места для хранения литературы и пособий.

Рабочее место педагога оборудуется столом и стулом. Стол предназначен для работы, размещения литературы, журнала группы, наглядных пособий и материалов.

В кабинете есть настенная магнитно-меловая доска. На ней мелом выполняются пояснения для воспитанников, с помощью магнитов развешиваются плоские наглядные пособия.

Описание учебно-методического комплекса.

- Демонстрационные материалы;
- Подборка тестов по темам;
- Плакаты; книги;
- Журналы;
- Исторические и учебные карты.

Перечень необходимых материалов, инструментов и оборудования.

1. Учебное оружие для проведение занятий по основам стрелкового дела и огневой подготовки:
- макеты массогабаритные;
- пневматическое оружие;
- патроны для пневматического оружия;
- газовые баллоны для пневматических пистолетов.

1. Для проведения занятий по основам здорового образа жизни и первой медицинской помощи:
- перевязочный материал(бинты, лейкопластырь);
- различные учебные шины;
- туристическая аптечка;
- пакеты перевязочные;
- индивидуальная аптечка
- другие материалы.

2. Для просмотра учебного материала и фильмов:
- Компьютер;
- проектор;
- телевизор;
- DVD-проигрыватель.

3. Для проведения занятий по туристической подготовке:
- туристические верёвки различной длинны;
- туристические системы;
- жумар, восьмёрки, карабины;
- репшнуры;
- компас.

4. Для выездных мероприятий:
- палатки;
- спальники;
- туристические пилы;

- топор;
- сапёрные лопаты;
- радиостанции;
- котелки;
- кружки;
- фляжки;
- ножи;
- ложки;
- налобные и ручные фонари;
- рюкзаки.

5. Для проведения занятий по школе выживания:
- НАЗ (носимый аварийный запас);
- различные подручные материалы;
- сигнальные ракеты и флаги.

6. Для проведение занятий по строевой подготовке с оружием и тактической подготовке:
- деревянные макеты автомата.

7. Для проведения занятий по ГО и РХБЗ:
- Приборы радиационной и химической защиты;
- различные виды противогазов и респираторов;
- ОЗК.

8. Для проведения занятий по специальной подготовке:
- метательные ножи;
- стенд для метания ножей.

Темы, рассматриваемые в программе .

История вооружённых сил России, история родного города - История не только просвещает, учит, но и воспитывает. Она - коллективная память народа, обращенная как в прошлое, так и в будущее.

Организовывая воспитательную работу руководитель учитывает, что наше прошлое включает огромный идейный, нравственный заряд, помогающий делать человеческую личность мудрой, гордой за нашу Родину, за наших людей, которые в смертельных схватках с врагами отстояли свободу и независимость нашего государства. Священна память о народных героях всех войн, о всех кто отстоял нашу страну от иноземных захватчиков, бессмертен подвиг советского человека, солдата и труженика в Великой Отечественной войне.

Вот почему в процессе работы по военно-патриотическому воспитанию важно: показывать самоотверженность и героизм русского и других народов нашей страны в борьбе за свободу и независимость; разъяснять всемирно-историческое значение Победы советского народа в Великой Отечественной войне 1941-1945гг. и других войнах; разоблачать

фальсификаторов истории второй мировой войны.

Сегодня, как никогда, важен выбор средств обучения и воспитания, приобщения детей и подростков к миру духовных ценностей истории и культуры.

Изучение истории родной земли, истории нашего Отечества, боевых, трудовых и культурных традиций, устоев народа было и остается важнейшим направлением в воспитании у детей и подростков патриотизма, чувства любви к нашей великой Отчизне, к малой и большой Родине. Особая роль в военно-патриотическом воспитании должна принадлежать военной истории, соприкасаясь с которой подрастающее поколение приобщается к трудовому и ратному подвигу народа, равняется на лучших его представителей, учится на героических примерах жизни и деятельности наших великих предков, дедов и отцов беззаветному служению Отечеству; способствовать его процветанию и безопасности, готовности встать на его защиту. В условиях, когда у нас в стране была предпринята попытка деидео-логизации общества, в том числе и в системе образования и воспитания, военно-историческая подготовка в определенной мере призвана решать задачи духовно-нравственного и идейного обеспечения процесса военно-патриотического воспитания детей и подростков.

Гражданская оборона — это системам мероприятий по подготовке к защите населения, материальных и культурных ценностей, на территории России от опасностей, возникающих при ведении военных действий или в следствии этих действий, а также при возникновении чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Задача данного курса, обучение воспитанников действиям по сигналом гражданской обороны.

РХБЗ — мы живём в век высоких технологий. Уже давно и успешно работают технологии получения ядерной энергии на благо человечества. Но очень мало людей осознают реальную угрозу от «побочных» явлений ядерной, химической и биологической промышленности. Каждый день мы подвержены негативным воздействиям радиации и различных вредных примесей в атмосфере.

Строевая подготовка - Строй - это синоним таким понятиям как организация, порядок. Вот почему под удар критики в свое время попал именно строй (строевая подготовка). Давайте вспомним прессу и высказывания ряд деятелей от педагогики времен перестройки и начала "демократии": "муштра", "военизация детства", "нивелировка личности".

Основная воспитательная задача строевой подготовки заключается в том, чтобы сформировать и закрепить у воспитанников уважительное отношение к строевой выучке как важнейшему традиционному атрибуту воинской службы. Строевая подготовка - предмет сугубо практический. Теоретический (словесный) элемент используется в основном для разъяснения некоторых понятий и порядка выполнения строевых приемов. В

остальном же занятия проводятся посредством показа и тренировок. Методика проведения таких занятий основывается на известном принципе "делай, как я", когда учащиеся точно копируют выполнение строевого приема руководителем.

При обучении выполнению строевых приемов с оружием "на ремень", "на грудь", "за спину" и других воспитательная задача состоит в том, чтобы сформировать у них уважительное отношение к своему личному оружию - автомату, надежному и действенному средству поражения противника в бою огнем, прикладом и штыком в рукопашной схватке. Без этого уважения и любви к оружию невозможно научиться правильно выполнять строевые приемы, а, следовательно, легко и сноровисто владеть им в строю и в бою.

Огневая подготовка - Данный раздел призван воспитывать чувство гордости за наши Вооруженные Силы, любовь к оружию, желание искусного владения оружием, для выполнения своего патриотического долга, организованность, аккуратность, бдительность, дисциплинированность, смелость, храбрость, стойкость в преодолении трудностей, решительность, находчивость, настойчивость, самообладание, внимание, способность ориентироваться в быстро меняющейся обстановке.

В ходе занятий следует постоянно рассказывать воспитанникам о роли и назначении стрелкового оружия, созданного русскими и советскими конструкторами, которое широко использовалось и используется в боях при защите нашего Отечества, показать его преимущество над оружием иностранных армий. Занятия как правило проводятся с использованием специальной учебно-материальной базы, в специально подготовленных местах (тиры, стрельбища).

Основы военной службы - Цель курса сформировать правильное представление о роли государства в области обороны, о Вооруженных Силах и других силовых структурах РФ, о воинской службе, о жизни, быте военнослужащих, их правах и обязанностях, готовность осознанно выполнить свой священный долг по защите Отечества с оружием в руках.

Тактико-специальная подготовка - На занятиях по тактической подготовке проявляются и интегрируются все основные теоретические и практические элементы основ военных знаний. Главное внимание необходимо уделить на приобретение обучаемыми практических навыков и умений передвижения на местности различными способами ("цепью", перебежками, по-пластунски), окапываться. Теоретические вопросы отрабатываются в классе с использованием учебных карт, таблиц, схем, компаса, цветных карандашей, фломастеров, фильмов и др. В основном занятия должны проводится на местности и осуществляются индивидуально-групповым методом, в игровой форме.

У воспитанников воспитывается мужество, чувство товарищества, готовность к взаимопомощи, выполнению поставленной задачи.

Основы пешего туризма - В процессе занятий у воспитанников воспитывается находчивость, самообладание, решительность, смелость.

Главное внимание необходимо уделить на приобретение обучаемыми практических навыков и умений в ориентировании при различных ситуациях. Теоретические вопросы отрабатываются в классе с использованием учебных карт, таблиц, схем, компаса, цветных карандашей, фломастеров, фильмов и др. В основном занятия должны проводится на местности и осуществляются индивидуально-групповым методом, в игровой форме.

Туристская подготовка представляет собой процесс формирования системы знаний, умений, навыков, необходимых для успешного, эффективного и безопасного проведения туристских мероприятий (походов и соревнований).

Школа выживания - получение навыков и знаний, которые могут оказаться полезными в любой момент: как ориентироваться на местности, развести огонь, добыть пищу и воду, соорудить укрытие и подать сигнал бедствия.

Первая медицинская помощь - это простые и необходимые каждому знания, которые могут произвести немедленную помощь пострадавшему прямо на месте происшествия (на улице, дома, в походе и т.д.). Бывают ситуации, когда знания о первой медицинской помощи приходится применять самому пострадавшему. Данный раздел учит воспитанников оказывать первую помощь в различных ситуациях и местах.

Военно-патриотическое воспитание - Военно-патриотическое воспитание – образовательная технология двойного назначения, поскольку всеми доступными формами вооружает юного гражданина важнейшими морально-психологическими качествами, необходимыми как будущему защитнику Родины, так и вполне мирному человеку.

1 год обучения - Самоопределение, вновь прибывший на этом этапе подросток должен определить для себя важность и нужность данного направления обучения. Для ребят продолжающих своё обучение после занятий в других военно-патриотических клубах данный год рассчитан на углубление и расширение уже полученных знаний и умений.

Занятия направлены на военно-прикладные дисциплины, вводятся вопросы начальной военной подготовки, гражданской обороне.

Основное внимание отводится изучению вопросов героико-патриотического воспитания.

К концу года воспитанники должны знать и уметь:

– в полном объёме символику государства;

– понятие о первой медицинской помощи и правила её оказания при различных поражениях;

– правильность определения сторон горизонта по компасу, по небесным светилам и местным предметам;
– уметь определять азимут;
– Историю развития Русской армии;
– историю Сталинградской битвы;
– уметь действовать по сигналам воздушной тревоги;
– знать общее устройство и материальную часть Автомата Калашникова и пистолета Макарова;
– уметь правильно разбирать и собирать АК и ПМ;
– уметь стрелять из пневматического оружия в различных положениях;
– знать структуру и задачи вооружённых сил РФ;
– знать воинские звания и знаки различия войск;
– уметь правильно выполнять строевые команды.

2 год обучения — Учебный год направлен на закрепление полученных знаний, выработку умений и навыков по изучаемым предметам. На воспитание командирских качеств. На подготовку к выпуску.

К концу года воспитанники должны знать и уметь:

- уметь оказывать помощь при радиационном поражении;
- закрепить знания по пройденному материалу ПМП;
- уметь использовать аптечку индивидуальную;
- уметь работать на переправах, на спуске, подъёме и траверсе с оружием;
- знать начальные знания по следопытству;
- закрепить знания по курсу выживания;
- знать наградную систему России и нынешнее вооружение Российской армии;
- знать направления развития города Волгограда;
- уметь метать ножи и подручные материалы;
- знать виды, общее устройство и принцип действия мин;
- уметь работать с личным составом школы и выполнять обязанности командира;

Модуль «Военная подготовка»

Цель модуля: Приобщение и привитие навыков здорового образа жизни, физического развития и основам нравственно-патриотического воспитания.

Задачи подпрограммы:

– воспитание у ребёнка любви и привязанности к своей семье, дому, улице, городу;
– знакомство и изучение символики государства;
– Формирование чувства ответственности и гордости за историю и достижения страны;

- развитие физических способностей ребёнка;
- формирование начальных знаний по дисциплинам военной подготовки.

Тематические планы обучения.

Тематический план 1 года обучения модуля «Военная подготовка»

№ п/п	Раздел	Темы занятий	Часы		
			всего	теория	практика
1	Вводное занятие		2	2	
		Ознакомление обучаемых с целями и задачами модуля; организация учебного процесса; инструктаж по технике безопасности.		2	
2	Город, в котором ты живёшь.		10	10	
		Сталинградская битва (фотографии войны) история победы.		4	
		Памятные исторические места Сталинградской битвы.		2	
		История великих военачальников защитников Сталинграда.		2	
		Встреча с ветеранами локальных войн.		2	
3	Основы безопасности жизнедеятельности		10	10	
		Понятие о чрезвычайных ситуациях и их классификация.		1	
		Техногенные ЧС.		2	
		ЧС природного характера		1	
		Основные способы и средства защиты в случае ЧС, оповещение.		2	
		Городской носимый аварийный запас.		1	
		Простейшие индивидуальные средства защиты органов дыхания.		2	
		Порядок эвакуации из поражённых районов.		1	
4	Основы здорового образа		8	6	2
		Понятие о первой доврачебной помощи		1	

	жизни	Отравления пищевыми продуктами, жидкостями, лекарственными средствами.		1	
		Укусы насекомых, змей животных.		1	
		Обморожение, переохлаждение.		1	
		Виды повязок и техника их наложения		1	1
		Практическая подготовка. Оказание ПМП			1
5	Основы туристической подготовки		6	3	3
		Понятие об ориентирование. Одежда и снаряжение.		1	1
		Определение сторон горизонта.		1	1
		Ориентирование на местности.		1	1
6	Основы стрелкового дела		18	2	16
		Последовательность неполной разборки и сборки автомата Калашникова и пистолета Макарова.			2
		Материальная часть автомата Калашникова и пистолета Макарова.			2
		Тренировки в разборке и сборке автомата и пистолета Макарова.			4
		Практическая подготовка (стрельба из пневматической винтовки и пистолета из положения сидя, стоя)			10
7	Основы строевой подготовки		10		10
		Индивидуальная строевая подготовка			1
		Выход из строя и возвращение в строй, подход к начальнику и отход от него			2
		Строевая песня.			1
		Движение строевым шагом. (с песней)			2
		Комплексные занятия по строевой подготовке			4
8	Сдача зачёта по теоретическим и практическим знаниям	Сдача контрольного зачёта	2		2
9	Основы строевой подготовки		4		4
		Выполнение строевых приемов.			
		Итого	72 часа		

Тематический план 2 года обучения модуля «Военная

подготовка»

№ п/п	Раздел	Темы занятий	Часы		
			всего	теория	практика
1	Вводное занятие		2	2	---
		Ознакомление обучаемых с целями и задачами, организация учебного процесса;		1	---
		инструктаж по технике безопасности.		1	---
2	Военно патриотическое воспитание		2	2	---
		Родина. Твой край родной. Защита Отечества священный долг. (уроки мужества)		2	---
3	Первая медицинская помощь		6	3	3
		Первая медицинская помощь при ранениях.		1	---
		Правило наложения стерильных повязок на живот и верхние конечности.		---	1
		Правило наложения стерильных повязок на промежность и нижние конечности.		---	1
		Первая медицинская помощь при синдроме длительного сдавливания и закрытых повреждениях.		1	---
		Первая медицинская помощь при внезапном прекращении сердечной деятельности и дыхания.		1	---
		Практическая работа. Выполнение нормативов по оказанию первой медицинской помощи		---	1
4	Основы пешего туризма		4	---	4
		Классификация узлов. Виды и правильность вязки		---	1
		Организация переправ		---	1
		Подъём, траверс, спуск.		---	1
		Работа на высоте, спуск, подъём.		---	1
5	Школа выживания		6	5	1
		Стратегия выживания при стихийных бедствиях и катастрофах.		1	---
		Спасение спасателями.		1	---

		Коды: Азбука Морзе, флажный симофор.		1	---
		Сигналы подаваемые телом и руками. Сигнальные ракеты.		1	---
		Изготовление предметов быта и снаряжения в природных условиях.		1	1
6	Вооружённые сил России		10	10	---
		Российский солдат.		1	---
		Воинская обязанность и комплектование ВС РФ личным составом		1	---
		Воинская служба и порядок её прохождения военнослужащими по призыву.		1	---
		Правовой статус военнослужащего		1	---
		Юридическая ответственность военнослужащего.		1	---
		Офицерский корпус России, младший командный состав.		1	---
		Выдающиеся военные учёные и конструкторы России.		1	---
		Военная присяга, история её возникновения, порядок принятия.		1	---
		Боевое знамя воинской части — символ воинской чести, доблести и славы.		1	---
		Патриотизм, верность воинскому долгу, честь солдата.		1	---
7	История родного города		2	2	---
		Основные события в истории родного города.		1	---
		Сталинградская битва, изучение карт. История памятников Сталинградской битвы.		1	---
8	РХБЗ		6	4	2
		Средства коллективной защиты в районах поражения.		1	---
		Спасательные работы в очагах ядерного поражения.		1	---
		Приборы радиационной и химической разведки.		1	---
		Определение и способы проведения санитарной обработки, дезактивации,		1	---

		дегазации, дезинфекции одежды, обуви, средств индивидуальной защиты, оружия, техники.			
		Отработка норматива по надеванию противогаза.		---	1
		Отработка норматива по надеванию ОЗК.		---	1
9	Тактико-специальная подготовка		6	2	4
		Передвижение подразделения боевым порядком. Отработка подачи жестовых сигналов. Команды предупреждения.		---	2
		Засада. Последовательность организации засады.		---	1
		Тактика антизасадных действий.		---	1
		Способы ведения разведки.		1	---
		Действия разведывательного дозора.		1	---
10	Строевая подготовка		8	1	7
		Строй и управление им. Обязанности командиров. Выявление командиров.		---	1
		Строевые приемы и движение с оружием. Строевая стойка с оружием. Выполнение строевых приёмов с оружием на месте.		---	1
		Повороты в движении с оружием.		---	1
		Выполнение воинского приветствия с оружием, выход из строя и возвращение в строй.		1	1
		Строевая песня. Движение с песней.		---	1
11	Огневая подготовка		10	3	7
		Ручные противотанковые гранатометы. Назначение, устройство, принцип действия гранатометов.		1	---
		Ручные гранаты. Виды гранат. Назначение, общее устройство, принцип действия. Порядок осмотра и подготовки гранат к броску. Меры безопасности при обращении с гранатами.		2	---
		Изучение и отработка способов метания гранат из траншеи, положении лёжа, из-за укрытия, стоя с места, в движении		---	1
		Практические тренировки в разборке и сборке АК, ПМ, СВД и РПК на время.		---	1
		Теоретическая и практическая подготовка		---	5

		стрельбы из пневматической винтовки и пистолета (из положения сидя, стоя)			
12	Основы военной службы		4	4	---
		Уставы ВС РФ.		2	---
		Словарь военных обозначений.		2	---
13	Итоговые занятия: сдача контрольных нормативов; аттестация по всем учебным дисциплинам.	Сдача контрольных нормативов по физической культуре. Сдача зачёта по теоретическим знаниям.	6	---	6
		Итого	72		

Модуль «Рукопашный бой»

Цель модуля:

- научить основам рукопашного боя и самообороне;
- привить стремление следования здоровому образу жизни;
- развить интерес к физическим нагрузкам и тренировкам для поддержания спортивной формы.

Задачи:

Основной задачей тренировочного процесса является не столько техническое и физическое развитие ученика, сколько его гармоничное и разностороннее развитие. Необходимо работать над развитием концентрации внимания, реакцией и координацией движений, умением держать низко свой центр тяжести и использовать в каждом движении вес всего тела.

Тематические планы обучения.

Тематический план 1 года обучения модуля «Рукопашный бой»

№ п/п	Тема	Кол-во часов
1.	Вводное занятие. Техника безопасности на занятии.	4
2.	Боевые стойки и позиции: - Положения рук и ног, напряженность и расслабленность тела - Явные и скрытые стойки, позиции готовности к бою - Переходные позиции от схватки до выхода из боя	12

3.	Боевые дистанции и их многослойность - Дальняя - Средняя - Ближняя	4
4.	Передвижения по земле лежа - Перекатами - Неваляшкой - Спиралями	4
5.	Падения на землю - Назад - Вперед - Вбок	4
6.	Выходы в стойку из лежачего положения - Назад - Вперед - Вбок - После переката	4
7.	Боевая акробатика – по возрастному и физическому состоянию - Колесо - Колесо на месте - Колесо через одну руку - Все типы кувырков	10
8.	Связки ударов руками и ногами применяемые: - На дальней дистанции - При переходе от дальней дистанции к средней - При переходе от дальней дистанции к ближней	4
9.	Связки ударов применяемые: - На средней дистанции - При переходе от средней дистанции к дальней - При переходе от средней дистанции к ближней	2
10.	Связки ударов применяемые на ближней дистанции: - Вне захвата - С переходом от положения «вне захвата» на захват - В захвате - С переходом от положения «в захвате» на положение «вне захвата»	2
11.	Защита от ударов противника (руками, ногами, локтями, коленями и головой) различными способами: - Уходами	2

	- Отбивами - Уклонами, нырками, накладками - Подставками, накладками - Стопорящими ударами по атакующим конечностям - Захватом атакующей конечности - Захватом (обхватом противника)	
12.	Броски. Броски против ног (коленей) Броски против рук Контрброски против бросков проводимых в плотном захвате	2
13.	Технические действия, применяемые стоя в захвате: - Рывки, нажатия, сдавливания, укусы, удушения - Болевые приемы на шею, суставы рук (пальцы, запястья, локти и плечевой пояс) - Броски	2
14.	-Технические действия, применяемые при борьбе лежа (сидя наверху, лежа наверху, лежа внизу). - Рывки, нажатия, сдавливания туловища ногами, укусы, удушения. - Болевые приемы на шею, суставы рук и ног.	2
15.	Освобождение от захватов различными способами: - Ударами различными частями тела - Рывками, нажатиями, укусами, сдавливаниями - Болевые приемы на шею, суставы рук, держащих захват - Бросками - Сваливанием противника вместе с собой на землю через различные невысокие преграды (мебель, бордюр, ограда и т.д.)	2
16.	Практика рукопашного боя: - Спарринги руки против рук - Спарринги руки против ног - Спарринги руки против ног - Спарринги ноги против ног - Спарринги ноги против рук - Спарринги руки против ног - Спарринги руки против борьбы - Спарринги борьба против рук - Спарринги борьба против ног - Спарринги руки и ноги	12

	- Спарринги борьба против борьбы - Спарринги по 30 сек – встречный рукопашный бой - Спарринги по заданию против нескольких противников: стоя, сидя, лежа	
17.	Итоговое занятие	2
	Итого:	72

Тематический план 2 года обучения модуля «Рукопашный бой»

№ п/п	Тема	Кол-во часов
1.	Вводное занятие. Техника безопасности на занятии.	4
2.	Боевые стойки и позиции: - Положения рук и ног, напряженность и расслабленность тела - Явные и скрытые стойки, позиции готовности к бою - Переходные позиции от схватки до выхода из боя	12
3.	Боевые дистанции и их многослойность - Дальняя - Средняя - Ближняя	4
4.	Передвижения по земле лежа - Перекатами - Неваляшкой - Спиралями	4
5.	Падения на землю - Назад - Вперед - Вбок	4
6.	Выходы в стойку из лежачего положения - Назад - Вперед - Вбок	4

	- После переката	
7.	Связки ударов руками и ногами применяемые: - На дальней дистанции - При переходе от дальней дистанции к средней - При переходе от дальней дистанции к ближней	4
8.	Связки ударов применяемые: - На средней дистанции - При переходе от средней дистанции к дальней - При переходе от средней дистанции к ближней	2
9.	Связки ударов применяемые на ближней дистанции: - Вне захвата - С переходом от положения «вне захвата» на захват - В захвате - С переходом от положения «в захвате» на положение «вне захвата»	2
10.	Защита от ударов противника (руками, ногами, локтями, коленями и головой) различными способами: - Уходами - Отбивами - Уклонами, нырками, накладками - Подставками, накладками - Стопорящими ударами по атакующим конечностям - Захватом атакующей конечности - Захватом (обхватом противника)	2
11.	Броски. Броски против ног (коленей) Броски против рук Контрброски против бросков проводимых в плотном захвате	2
12.	Технические действия, применяемые стоя в захвате: - Рывки, нажатия, сдавливания, укусы, удушения - Болевые приемы на шею, суставы рук (пальцы, запястья, локти и плечевой пояс) - Броски	4
13.	-Технические действия, применяемые при борьбе лежа (сидя наверху, лежа наверху, лежа внизу). - Рывки, нажатия, сдавливания туловища ногами, укусы, удушения. - Болевые приемы на шею, суставы рук и ног.	4
14.	Освобождение от захватов различными способами:	4

	- Ударами различными частями тела - Рывками, нажатиями, укусами, сдавливаниями - Болевые приемы на шею, суставы рук, держащих захват - Бросками - Сваливанием противника вместе с собой на землю через различные невысокие преграды (мебель, бордюр, ограда и т.д.)	
15.	Практика рукопашного боя: - Спарринги руки против рук - Спарринги руки против ног - Спарринги руки против ног - Спарринги ноги против ног - Спарринги ноги против рук - Спарринги руки против ног - Спарринги руки против борьбы - Спарринги борьба против рук - Спарринги борьба против ног - Спарринги руки и ноги - Спарринги борьба против борьбы - Спарринги по 30 сек – встречный рукопашный бой - Спарринги по заданию против нескольких противников: стоя, сидя, лежа	14
21.	Итоговое занятие	2
	Итого:	72

Модуль «Общая физическая подготовка»

Целью модуля «Общая физическая подготовка» является содействие всестороннему развитию личности посредством формирования физической культуры личности воспитанника.

Достижение цели физического воспитания обеспечивается решением следующих основных задач, направленных на:

• укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию;
• обучение жизненно важным двигательным умениям и навыкам;
• развитие двигательных (кондиционных и координационных) способностей;
• приобретение необходимых знаний в области физической культуры и спорта;
• воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями, сознательно применять их в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья;
• содействие воспитанию нравственных и волевых качеств, развитие

психических процессов и свойств личности.
Система физического воспитания, объединяющая урочные, внеклассные и внешкольные формы занятий физическими упражнениями и спортом, должна создавать максимально благоприятные условия для раскрытия и развития не только физических, но и духовных способностей ребенка, его самоопределения. В этой связи в основе принципов дальнейшего развития системы физического воспитания в школе должны лежать идеи личностного и деятельностного подходов, оптимизации и интенсификации учебно-воспитательного процесса.
Решая задачи физического воспитания, учителю необходимо ориентировать свою деятельность на такие важные компоненты, как воспитание ценностных ориентации на физическое и духовное совершенствование личности, формирование у учащихся потребностей и мотивов к систематическим занятиям физическими упражнениями, воспитание моральных и волевых качеств, формирование гуманистических отношений, приобретение опыта общения. Воспитанников необходимо учить способам творческого применения полученных знаний, умений и навыков для поддержания высокого уровня физической и умственной работоспособности, состояния здоровья, самостоятельных занятий.

Оформление и оснащение учебного зала, борцовского зала, тренажёрного зала.

Освещение залов смешанное: естественное и лампы дневного света.
Помещения сухие, с естественным доступом воздуха, легко проветриваемые.
Оформление спортивных залов, чистота и порядок в них, удобно расположенные тренажёры, отдельное место для матов (татами), имеют большое воспитательное значение. Всё это дисциплинирует воспитанников.
Организация залов соответствуют физическому развитию детей в соответствии с требованиями САНПиН.
Под тренажерный зал используется помещение, соответствующее санитарно-гигиеническим требованиям и нормам для спортивных залов.
Стены зала окрашены с учетом отражения света и влияния цвета на человека. Психологически легче заниматься спортом в помещении, стены которого будут выкрашены в яркие, жизнеутверждающие цвета. Умиротворяющая обстановка, пастельные тона расслабляют и не совсем подходят в ситуации, когда необходимо собраться с силами и действовать энергично.
Для того чтобы следить за правильностью выполняемых упражнений, в тренажёрном и борцовском залах размещены на стенах зеркала.
Пол в зале ровный, без выбоин и выступов, легко моющийся.
Особое гигиеническое значение имеет создание в помещении оптимальных микроклиматических условий: температуры воздуха в диапазоне 15–18 °С, относительной влажности 35–60%, скорости движения воздуха 0,5 м/с.

Описание учебно-методического комплекса.

Методические пособия.

Перечень необходимых материалов, инструментов и оборудования.

Для проведения занятий по физической подготовки:

- метательные гранаты и метательные мячи;
- скакалки;
- мячи;
- спортивные, силовые тренажёры и комплексы;
- гантели разного веса;
- скамьи для пресса живота и спины.
- секундомер.

Для проведения занятий по основам акробатики и специальной акробатике:

- татами;
- учебное оружие;
- мягкие маты.

Для проведения занятий по рукопашному бою:

- перчатки для рукопашного боя;
- защита головы (шлем);
- защита туловища;
- защита паха;
- защита ног;
- лапы боксёрские для рук;
- лапы для ног;
- боксёрские груши.

Тематические планы обучения.

Тематический план 1 года обучения модуля «Общая физическая подготовка»

№ п/п	Наименование дисциплины	Тема занятия	Кол-во часов		
			Всего	Теория	Практика
1.	Общая физическая подготовка	Выполнение общефизических упражнений для разминки мышц рук, туловища, ног. Упражнения в парах. Упражнения на перекладине: подтягивание, поднос прямых ног; Базовые упражнения для растяжки мышц туловища и ног. Упражнения в парах; Челночный бег на короткие	36	---	36

		дистанции; Силовые упражнения: отжимания, пресс, приседания, работа с гантелями. Работа на скорость; Бег на короткие дистанции; Бег на 300-400 м. Кросс 1 км.; Комбинированные эстафеты; Развивающие спортивные игры (футбол, пионербол, и т.д.)			
2.	Основы знаний о физической культуре	В процессе занятия.	---	---	---

Тематический план 2 года обучения модуля «Общая физическая подготовка»

№ п/п	Наименование дисциплины	Тема занятия	Кол-во часов		
			Всего	Теория	Практика
1.	Общая физическая подготовка	Выполнение общефизических упражнений для разминки мышц рук, туловища, ног. Упражнения в парах. Упражнения на перекладине: подтягивание, поднос прямых ног; Базовые упражнения для растяжки мышц туловища и ног. Упражнения в парах; Челночный бег на 100-400 метров с высокого и низкого старта; Силовые упражнения: отжимания, пресс, приседания, работа с гантелями. Работа на скорость; Бег на короткие дистанции;	36	---	36

		Кросс 1 км.; Марш-бросок на 2 км. Комбинированные эстафеты; Развивающие спортивные игры (футбол, волейбол, баскетбол); Занятия в тренажёрном зале.			
2.	Основы знаний о физической культуре	В процессе занятия.	---	---	---
3.	Основы Акробатики	Гимнастические упражнения: Тренировка и выполнение упражнений: на перекладине – подтягивания на количество раз, подъём переворотом на количество раз; на брусьях сгибание и разгибание рук в размахивании. Два кувырка вперёд слитно; мост из положения стоя с помощью руководителя. Общеразвивающие упражнения; то же с различными способами ходьбы, бега, прыжков, вращений; Общеразвивающие гимнастические упражнения с повышенной амплитудой для плечевых, локтевых, локтевых, тазобедренных, коленных суставов и позвоночника. Акробатические упражнения Казачий кувырок назад, вперёд. Выполнение акробатических упражнений колесо, ран дат, фляг вперёд, назад, сальто вперёд.	20	---	20

Уровень физической подготовленности воспитанников при окончании по годового обучения

В результате обучения воспитанники по окончании каждого года должны достигнуть следующего уровня развития:

№ п/п	Физические способности	Контрольное упражнение (зачёт)	Возраст, лет	Уровень					
				мальчики			девочки		
				низкий	средний	высокий	низкий	средний	высокий
1.	Скоростные	Бег 30 м, с	14 15 16 17	6,3 6,0 5,9 5,8	6,1-5,5 5,8-5,4 5,6-5,2 5,5-5,1 5,3-4,9	5,0 4,9 4,8 4,7	6,4 6,3 6,2 6,1	6,3-5,7 6,2-5,5 6,0-5,4 5,9-5,4 5,8-5,3	5,1 5,0 5,0 4,9
2.	Координационные	Челночный бег 3 х10 м, с	14 15 16 17	9,7 9,3 9,3 9,0 8,6	9,3-8,8 9,0-8,6 9,0-8,6 8,7-8,3 8,4-8,0	8,5 8,3 8,3 8,0 7,7	10,1 10,0 10,0 9,9 9,7	9,7-9,3 9,6-9,1 9,5-9,0 9,4-9,0 9,3-8,8	8,9 8,8 8,7 8,6 8,5
3.	Силовые	Подтягивание на высокой перекладине из виса, кол-во раз (мальчики) На низкой перекладине из виса лёжа, кол-во	14 15 16 17	4 5 6 7	7-8 8-9 9-10 11-12	10 12 13 14	 6 7 8 9	 10-14 12-16 13-17 14-18	 20 22 24 26

		раз (девочки)							
4.	Скоростно-силовые	Контрольно-силовое упражнение пресс и отжимания 1мин. времени	14 15 16 17	40 45 50 55	45-50 50-55 55-60 60-65	50 55 60 65	30 35 40 45	35-40 40-45 45-50 50-55	40 45 50 55
5.	Скоростные	Бег 100 метров	14-17 лет	15.5	14.9	14.5	17.8	17.0	16.5

Литература для педагога:

1. Антуфьева О.А., Фалькович Т.А., Обухова Л.А. «Патриотическое воспитание подрастающего поколения» Воронеж. 2006.
2. Балакина Т.И. «История отечественной культуры», М., «Спектр 5», 1994г.
3. Баленко С.В. «Школа выживания», М. 1992.
4. Буторина Т.С., Овчинникова Н.П. «Воспитание патриотизма средствами образования», С.П. «КАРО», 2004г.
5. Быков Д.В., Глыжко Л.И., Сазонов Д.Д. «Нормативные документы и материалы по организации деятельности Постов №1 РФ, оборонно-спортивных лагерей и проведению военно-патриотических игр», Волгоград,РКК «ПРОСТО», 2007.
6. Васильев Н.Н., Константинов В.И. «!00 вопросов, 100 ответов о прохождении военной службы солдатами и сержантами по призыву и контракту», М. «Красмная звезда», 2006г.
7. Воронова Е.А. «Воспитать патриота», Ростов-на Дону, «Феникс», 2008г.
8. Вырщиков А.Н. «Настольная книга по патриотическому воспитанию школьников», М., «Глобус», 2007г.
9. Ключевский В.О. «Русская история», М. «ЭКСМО», 2009.
10. Патрашов С. «История русской армии», М. «ЭКСМО», 2009.
11. Руководство по автомату Калашникова. Военно издательство министерства обороны РФ, М.2002.
12. Сборник методических материалов «России сможем послужить» 3 части, Волгоград, Волгоградское научное издательство, 2008-2010г.
13. Темников Э.В., Сысоева Н.Г., Клюшина В.Н. «Панорама Сталинградской битвы», Волгоград, Издатель, 2003.

14. Общевоинские Уставы Вооруженных сил РФ.
15. Федосеев С.Л. Иллюстрированный справочник «Оружие специальное, необычное, экзотическое», М, «Астрель», 2001г.
16. Федосеев С.Л. «Оружие современной пехоты», М, «Астрель», 2001г.
17. Чемякин Е.А. «Памятники и памятные места Волгоградской области», Волгоград, ООО «Принт», 2009г.
18. Скорая медицинская помощь : краткое руководство / под. ред. А.Г. Мирошниченко, В.В. Руксина, В.М. Шайтор. – М.: ГЭОТАР – Медиа, 2007. – 320 с.
19. Сталинградская область в период Великой Отечественной войны: учеб. пособие / Гос. казён. учреждение Волгоградской области. «Центр патриотической и поисковой работы»; авт. состав. А.Ю. Баженов и др. – Ижевск: КиногоГрад, 2011 – 316 с.
20. История России с древнейших времён / С.М. Соловьёв. – М.: Эксмо, 2009.-1024.
21. Правила хорошего тона. Научно –популярное издание.
22. Царицынский уезд – Сталинградская область: Учебно-методическое пособие / ГКУ ВО «Центр патриотической и поисковой работы»; (авт.-сост. А.Ю Баженов и др.). Волгоград: Волгоградское научное издательство, 2012. – 288 с., 2 л. Ил.
23. Под крылом Сталинград: Информационный сборник, посвященный 100-летию Российской авиации и 70-летию Сталинградской битвы / Авт.-сост. А.Ю Баженов, А.И. Платонов, Е.М. Цунаева. Волгоград: Волгоградское научное издательство, 2012. – 308 с.
24. Патриотическая идея на кануне XXI века: прошлое, или будущее России: Материалы межрегион. Науч.-практ.конф. г. Волгоград, 19-20 ноября 1998 г. – Волгоград: Перемена, 1999. – 300 с.
25. Энциклопедия русского офицера. В 3-х т. –Том 1. / Авт.-сост. А.И. Каменев. –Волгоград: Изд-во «Ин-Фолио», 2008.-910 с., 40л. Ил.
26. Ростовский В.Ю. Патриотические традиции российского офицерства (конец XIX начало XX вв.) Монография. – Волгоград: ВГАФК, 2010. – 135 с.
27. Сборник методических материалов в помощь организаторам патриотического воспитания. / Сост.: Д.В. Быков, Л.И. Глыжко. – Волгоград: Издательство «Панорама», 2006. – 144 с.
28. «Музейно – педагогическая деятельность в системе воспитания и дополнительного образования детей». М.. ООО «Новое образование», 2010. 120 с.