

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«Полевской лицей» Курского района Курской области**

Рассмотрено на заседании  
МО учителей эстетического цикла  
Протокол № 5  
от «04» июня 2021 г.

Руководитель МО

Васильева И.И.

Принято на заседании педагогического совета  
Протокол № 4 от «07» июня 2021 г.  
Председатель педагогического совета  
Ильота В.Я. /В. Я. Ильота

Утверждаю:  
директор лицея  
А.А. Алтухов /А.А. Алтухов /  
Приказ № 466 от 08.06.2021 г.



**ПРИМЕРНАЯ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
«ОСНОВЫ ВОЕННОЙ ПОДГОТОВКИ»**

**физкультурно-спортивная направленность**

**Возраст учащихся: 10-16 лет**

**Срок реализации: 3 года**

**Составитель:  
Беляев Сергей Николаевич**

д.Полевая  
2021 год

## **I. Пояснительная записка.**

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа «Основы военной подготовки» (далее – программа) имеет **физкультурно-спортивную** направленность.

Данная программа является практико-ориентированной, призванной привить обучаемым комплекс навыков и умений, позволяет расширить и углубить знания, получаемые учащимися в рамках школьного курса ОБЖ, начальной военной подготовки, что является необходимым в условиях ограниченности учебного времени и меняющихся условиях жизни.

Эта программа является **педагогически целесообразной**, так как позволяет подготовить юношей и девушек к службе в Вооружённых Силах Российской Федерации.

При составлении программы использовались направления (программы) по огневой, строевой и физической подготовке, положения о проведении детско-юношеских оборонно-спортивных игр «Зарница» и соревнований «Школа безопасности».

Данная программа предназначена для детей в возрасте **от 10 до 16 лет**. Реализуется в течение **3 лет, в объеме 216 часов (72 часа в год)**.

Занятия проводятся **в очной форме, в количестве 2 академических часов в неделю**. Проводятся теоретические и практические занятия. Программа также предполагает участие в соревнованиях различного уровня. Учащиеся сформированы в разновозрастные группы, занятия проводятся в группах и индивидуально, состав групп – постоянный. На второй и третий год обучения зачисляются учащиеся успешно закончившие прошедший год обучения.

Занятия по теоретической подготовке учащихся проводятся в классе площадью, практические занятия проводятся в классах, спортивной площадке, спортивном зале, стадионе.

Продолжительность занятий устанавливается в соответствии с образовательной программой дополнительного образования детей, возрастными особенностями и нормами СанПиН:

- младшие школьники – 40 мин., перемена 10 мин.

- средние и старшие школьники – 45 мин., перемена 10 мин. (допускаются двойные занятия с переменной 5 мин.).

Продолжительность массовых праздничных и игровых мероприятий устанавливается для младших школьников – от 1 час. 15 мин. до 1 час. 30 мин.,

- для средних и старших школьников – до 2 час.

Работа в дни школьных каникул организуется в рамках расписания учебных занятий.

**Практическая значимость учебного предмета** «Основы военной подготовки» обусловлена необходимостью: - формирования у обучающихся основных понятий о военной службе;

- получения обучающимися представления о предмете и задачах основ тактики, связи, первой медицинской помощи, военной топографии, радиационной, химической и биологической защите, инженерной подготовке;
- изучения боевых свойств и общего устройства автомата Калашникова;
- изучения законодательной основы общевоинских уставов Вооруженных Сил Российской Федерации, их основные требования, Положение о кадетских училищах;
- получения знаний об основных положениях Строевого устава Вооруженных Сил Российской Федерации; формы организации и методы проведения занятий по строевой подготовке с отделением.

Содержание программы основано на положениях нормативно-правовых актов Российской Федерации:

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации: Федеральный закон РФ от 24.07.1998 г. № 124-ФЗ;
3. Национальный проект «Образование»: утвержден протоколом № 10 от 03.09.2018 г. президиума Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и проектам;
4. Концепция развития дополнительного образования детей, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726-р;
5. Приказ Минпросвещения России от 09.11.2018 N 196 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам"
6. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 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»;
7. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ от 18.11.2015 г. Министерство образования и науки РФ.
8. Приоритетный проект «Доступное дополнительное образование для детей», утвержденный протоколом № 11 от 30.11.2016 г. заседания президиума Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и приоритетным проектам;
9. Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам: утвержден приказом Министерства просвещения Российской Федерации от

09.11.2018 г. № 196;

10. Профессиональный стандарт «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»: утвержден приказом Министерства труда и социальной защиты от 05.05.2018 г. № 298н;

11. Об образовании в Курской области: закон Курской области от 09.12.2013 г. № 121-ЗКО;

12. Государственная программа Курской области «Развитие образования в Курской области»: утверждена постановлением Администрации Курской области 15.10.2013 г. № 737-па;

13. Проект «Доступное дополнительное образование для детей в Курской области»: утвержден протоколом № 3 от 16.11.2017 г. заседания Совета по стратегическому развитию и проектам (программам);

### **Формы организации занятий**

Основными формами учебно-тренировочного процесса являются:

групповые учебно-тренировочные занятия;

групповые и индивидуальные теоретические занятия;

восстановительные мероприятия;

участие в матчевых встречах;

участие в соревнованиях;

инструкторская и судейская практика;

сдача контрольных и контрольно-переводных нормативов.

## **2. Цель и задачи**

### **2. 2. Цель Программы**

Развитие у учащихся гражданственности, патриотизма как важнейших духовно

- нравственных и социальных ценностей, формирование у них моральных и духовных качеств гражданина и патриота (мужество, честь, верность, стойкость, воля, любовь к Отечеству), готовности к активному проявлению этих качеств в различных сферах жизни общества.

#### **Задачи:**

- Осознание учащимися в процессе патриотического воспитания высших ценностей, идеалов и ориентиров, социально значимых процессов и явлений реальной жизни, способность руководствоваться ими в качестве определяющих принципов, позиций в практической деятельности.

- Познание учащимися историко-культурных корней, осознание неповторимости Отечества, его судьбы неразрывности с

ней, формирование гордости за сопричастность к деяниям предков и современников и исторической ответственности за происходящее в обществе.

- Формирование правовой культуры и законопослушности, навыков оценки политических и правовых событий и процессов в обществе и государстве, гражданской позиции, постоянной готовности к служению своему народу и выполнению конституционного долга.

- Формирование у молодёжи высок ого патриотического сознания, идей служения Отечеству, способности к его вооружённой защите, изучение русской военной истории, воинских традиций.

- Пропаганда героических профессий, а также знаменательных героических и исторических дат нашей истории, воспитание чувства гордости к героическим деяниям предков и их традициям.

- Развитие морально волевых качеств, воспитание силы, ловкости.

### **2.3. Содержание программы**

#### ***1 год обучения***

##### ***1. Вводное занятие. Теоретические занятия:***

Организационные вопросы: Комплектование группы. Работа с родителями. Инструктаж по технике безопасности. Введение в предмет.

##### ***2. История Вооруженных сил РФ.***

Теоретические занятия: История создания герба и флага России.

История вооруженных сил, боевых традиций армии и флота, других силовых структур. Подвиги военнослужащих. Юные защитники Отечества.

Дни воинской славы России.

##### ***3. Основы оказания первой помощи***

Теоретические занятия:

Медицинская аптечка.

Природные лекарственные средства, ядовитые растения, грибы, первая помощь при укусах насекомых, змей.

Первая помощь при ожогах, солнечном ударе, утоплении.

Виды ран и их обработка, кровотечения и способы их остановки, правила наложения жгута.

Практические занятия:

Определение природных лекарственных средств, ядовитых растений, грибов. Основы использования медицинской аптечки, обработка ран. Наложение жгута для остановки кровотечения.

##### ***4. Основы гражданской обороны и чрезвычайные ситуации***

Теоретические занятия:

Основы гражданской обороны. Чрезвычайные ситуации. Средства индивидуальной и коллективной защиты.

Практические занятия:

Первичные средства индивидуальной защиты. Действия при поступлении сигналов по гражданской ситуации и чрезвычайных ситуациях. Устройство противогаза. Надевание противогаза.

**5. Основы физической подготовки**

Теоретические занятия:

Краткие сведения о строении и функциях организма человека. Влияние физических упражнений. Инструктаж по технике безопасности.

Практические занятия:

Гимнастика: подтягивание, силовые упражнения. Бег на короткие дистанции.

Полоса препятствий.

**6. Строевая подготовка.**

Теоретические занятия: Воинские звания и знаки различия.

Основы строевой подготовки. Воинские уставы. Строевые приемы на месте и в движении.

Практические занятия: Индивидуальная и коллективная строевая подготовка.

**7. Контрольные и итоговые занятия.**

Теоретическая подготовка:

Зачет теоретической части.

Ознакомление с положениями правилами соревнований. Инструктаж по технике безопасности.

Практические занятия:

Зачет практической части по основам гражданской обороны и чрезвычайным ситуациям, строевой подготовке.

Участие в торжественных мероприятиях и соревнованиях различного уровня

**2 год обучения**

**1. Вводное занятие.**

Теоретические занятия:

Организационные вопросы. Работа с родителями. Инструктаж по технике безопасности.

**2. История Вооруженных сил РФ.**

Теоретические занятия:

Подвиги военнослужащих. Военноначальники и полководцы. История создания стрелкового оружия и военной техники.

**3. Основы оказания первой помощи.**

Теоретические занятия:

Первая медицинская помощь при обморожениях, ожогах, солнечном ударе, утоплении. Виды ран и их обработка, кровотечения и способы их остановки. Правила наложения жгута-закрутки.

Практические занятия:

Переломы костей, растяжение связок, шины и способы их наложения. Основы использования медицинской аптечки, обработка ран. Наложение жгута-закрутки.

Способы транспортировки.

**4. Основы гражданской обороны и чрезвычайные ситуации**

Теоретические занятия:

Основы гражданской обороны. Средства индивидуальной и коллективной защиты. Действия при получении сигналов о чрезвычайной ситуации.

Практические занятия:

Надевание противогаза на себя пострадавшего. Работа с применением тренажера «Максим». Порядок действий при получении сигналов о чрезвычайной ситуации (на улице).

**5. Основы физической подготовки.**

Теоретические занятия:

Полоса препятствий. Инструктаж по технике безопасности.

Практические занятия:

Общая физическая подготовка: подтягивание, силовые упражнения, кросс. Полоса препятствий.

**6. Строевая подготовка.**

Теоретические занятия: Действия командира. Действия дневального, часового. Строевые приемы на месте и в движении. Действия и ритуалы знаменной группы.

Практические занятия:

Строевые приемы на месте (индивидуальные и в группе). Строевые приемы в движении (индивидуальные и в группе).

**7. Основы огневой подготовки**

Теоретические занятия:

Правила поведения в тире, стрельбе, меры безопасности Основы теории стрельбы Устройства пневматической винтовки

Практические занятия:

Освоение технических приёмов, прицеливания, стрельбы.

**8. Контрольные и итоговые занятия.**

Теоретическая подготовка:

Зачет теоретической части.

Ознакомление сположением правилами соревнований. Инструктаж по технике безопасности.

Практические занятия:

Зачет практической части пройденного курса.

Участие в торжественных мероприятиях и соревнованиях различного уровня.

**3 год обучения**

**1. Вводное занятие.**

Теоретические занятия:

Организационные вопросы: Работа с родителями. Инструктаж по технике безопасности.

**2. Основы огневой подготовки.**

Теоретические занятия:

Инструктаж по технике безопасности. Устройство пневматического оружия. Устройство автомата Калашникова. Порядок сборки-разборки автомата Калашникова. Порядок снаряжения магазина патронами.

Практические занятия:

Сборка-разборка АК

Снаряжение магазина патронами. Стрельба из пневматического оружия.

**3. Основы физической подготовки.**

Практические занятия:

Общая физическая подготовка: подтягивание, силовые упражнения, кросс. Прохождение различных полос препятствий.

**4. Строевая подготовка.**

Теоретические занятия:

Действия командира.

Строевые приемы на месте и в движении.

Действия и ритуалы знаменной группы.

Практические занятия:

Строевые приемы на месте (индивидуальные и в группе).

Строевые приемы в движении (индивидуальные и в группе). Действия командира.

Строевые приемы знаменной группы.

**8. Контрольные и итоговые занятия.**

Теоретическая подготовка:

Зачет теоретической части.

Ознакомление сположением правилами соревнований

Инструктаж по технике безопасности.

Практические занятия:

Зачет по практической части.

Участие в торжественных мероприятиях и соревнованиях различного уровня.

## **Учебный план**

### ***1 год обучения***

№ п/п	Наименование раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие	2	2	-	Опрос
2.	История Вооруженных сил РФ	4	4	-	Опрос
3.	Основы оказания первой помощи	12	4	8	Опрос
4.	Основы гражданской обороны и чрезвычайные ситуации	12	4	8	Опрос
5.	Основы физической подготовки	12	2	10	Зачет
6.	Строевая подготовка	16	4	12	Опрос Зачет
7.	Контрольные и итоговые занятия	14	2	12	Зачет

### ***2 год обучения***

№ п/п	Наименование раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие	2	2	-	Опрос
2.	История Вооруженных сил РФ	4	4	-	Опрос
3.	Основы оказания первой помощи	8	4	4	Опрос
4.	Основы гражданской обороны и чрезвычайные ситуации	10	4	6	Опрос
5.	Основы физической подготовки	12	2	10	Зачет
6.	Строевая подготовка	10	2	8	Опрос Зачет
7.	Основы огневой подготовки	14	4	10	Опрос Контрольные стрельбы
8.	Контрольные итоговые занятия	12	2	10	Зачет

### *3 год обучения*

№ п/п	Наименование раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие	2	2	-	Опрос
2.	Огневая подготовка	26	4	22	Опрос

3.	Основы физической подготовки	14	-	14	Зачет
4.	Стрелковая подготовка	16	2	14	Опрос Зачет
5.	Контрольные итоговые занятия	14	2	12	Зачет

## 2.4 Планируемые результаты:

### *Учащиеся приобретут знания:*

По истории Вооруженных сил РФ;

Основ военной службы;

Приемов защиты от оружия массового поражения;

Порядка обращения с оружием, правила поведения в тире;

Порядок неполной разборки и сборки автомата Калашникова;

Освоения технических приёмов прицеливания из пневматического оружия;

Строевого устава и исполнения строевых приёмов;

Методику и правила оказания первой помощи. *умения:*

пользоваться индивидуальными средствами защиты;

оказывать первую помощь;

выполнять стрельбу по мишеням;

преодолевать полосу препятствий;

участия в соревнованиях. *приобретут:*

навыки:

– трудолюбия и самостоятельности в решении поставленных задач;

– коммуникабельности и взаимопомощи в общении с товарищами.

### **Ожидаемые результаты и способы их проверки:**

- Текущая перспективная сохранность контингента;

- Удовлетворенность учащихся и родителей жизнедеятельностью центра;

-Подготовка спортсменов разрядников из наиболее способных учащихся

-Сформированность знаний и умений через систему теоретических и практических занятий, стабильность практических достижений учащихся: участие в соревнованиях, занятия призовых мест

Традиционной промежуточной формой подведения итогов реализации программы являются ежегодные районные и окружные соревнования, согласно плана, спортивно-массовой работы.

## 2.5. Формы аттестации и контроля

### Критерии оценки результатов

Основными критериями оценки качества обучающихся по программе: регулярность посещения учебных занятий, успешное освоение программы, положительная динамика творческой активности, показателей контрольных нормативов, участие в соревнованиях.

Результативность аттестации обучающихся должны оцениваться таким образом, чтобы можно было определить насколько достигнуты прогнозируемые результаты программы каждым обучающимся в и результативность самостоятельной деятельности обучающихся в течении учебного года.

### Формы контроля:

Предварительный контроль - стартовый контроль в форме тестирования уровня физической подготовки;

Промежуточный контроль 2 раза в год в форме выполнения нормативов и разрядных требований.

В качестве *диагностических методик*, позволяющих определить достижения планируемых результатов используются: опрос, зачет, соревнования, приводящиеся на различном уровне (образовательное учреждение, районный и региональный уровень).

## 2.6. ОЦЕНОЧНОЕ И МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

№№ п/п	Тема и раздел программы	Форма организации учебного процесса	Особенности и формы образовательного процесса	Формы аттестации
1.	Вводное занятие	Лекция, беседа	Очная, групповая	Опрос
2.	История Вооруженных сил РФ	Лекция, беседа	Очная, групповая	Опрос

3.	Основы оказания первой помощи	Лекция, беседа, практика	Очная, групповая	Опрос
4.	Основы гражданской обороны и чрезвычайных ситуаций	Лекция, беседа, практика	Очная, групповая	Опрос
5.	Основы физической подготовки	Лекция, беседа, практическое занятие	Очная, групповая	Зачет
6.	Огневая подготовка	Лекция, практика	Очная, групповая	Опрос Контрольные стрельбы
7.	Строевая подготовка	Лекция, беседа, практическое занятие	Очная, групповая	Опрос Зачет
8.	Контрольные и итоговые занятия	Соревнования	Очная, групповая	Зачет

### 2.8.Список Литературы

1. Болотин Д.Н. История советского стрелкового оружия и патронов. Санкт-Петербург: Полигон, 1995.
2. Великая Отечественная Война 1941-1945. Энциклопедия. Москва «Советская энциклопедия», 1985.
3. Военный энциклопедический словарь. М.: Воениздат, 1983.
4. На службе Отечеству: Об истории Российского государства и его Вооруженных силах, традициях и морально-психологических основах военной службы книга для чтения по государственной подготовке солдат (матросов), сержантов (старшин) Вооруженных Сил РФ/ В.О. Дайнес, В.А. Авдеев, Н.И. Бородини др.; Под ред. В.А. Золотарева А.В. Черкасова и А.С. Дудкина. – М: Издательство Русь РКБ, 1998.
5. Государственная символика России. История и современность: Наглядное пособие/ И.В. Можейко, Н.А. Сивова, И.А. Соболева. – М.: ЦНСО, 2003.
6. Гоголев М.И. «Основы медицинских знаний учащихся». М.: Просвещение., 2004.

7. Буянов В.М., Нестеренко Ю.А. Первая медицинская помощь: Учебник. – 7-е изд., перераб. и доп. – М.: Медицина, 2000.
8. Наставление по военному делу. – М.: Воениздат., 1985.
9. Жук А.Б. Справочник по стрелковому оружию. М.: Воениздат, 1993.
10. Методические материалы для использования на занятиях по огневой подготовке в образовательных учреждениях: Методические приемы отработки техники стрельбы из пистолета с использованием лазерных стрелковых тренажеров / Б.М. Абрамкин, В.М. Коржов, В.А. Домбровский. Новосибирск, 2012.
11. Методическое пособие для организаторов военно-спортивных игр с обучающимися ("Зарница", "Орлёнок", "Победа", и др.) М.: Центр гражданского, военно-патриотического воспитания детей и молодежи Минобрнауки России, 2002.
12. Руководство по 5,45 автомату Калашникова. М.: Воениздат, 1984.
13. Сборник нормативов по боевой подготовке сухопутных войск. М.: Воениздат, 1991.
14. Энциклопедия современного оружия и боевой техники. Санкт-Петербург: Полигон, 1997.
15. Правила проведения соревнований по легкой атлетике. Правила соревнований по метанию спортивных гранат. Наставление по стрелковому делу, М. Минобороны, 1978.
16. Наставление по физической подготовке и спорту в Вооруженных Силах Российской Федерации (НФП-2001).
17. Строевой устав Вооруженных Сил Российской Федерации

