

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
«Дом детского творчества»

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МБУДО  
«Дом детского творчества»

Ф.В. Аникеев/Борн  
«28» августа 2024 г.



Рассмотрена  
на методическом совете  
Протокол №4  
от «28» августа 2024 г.

**Дополнительная общеразвивающая программа  
«Юный разведчик»  
(объединение патриотического воспитания)**

Ознакомительный уровень

**Адресат программы:** обучающиеся 11-17 лет

**Срок реализации:** 1 год

**Направленность:** социально-гуманитарная

**Разработчик программы:**  
**Епонечников Виталий Николаевич,**  
педагог дополнительного образования

г. Усолье-Сибирское, 2024

## **Содержание программы**

### **1.Раздел. Комплекса основных характеристик программы**

1.1.	Пояснительная записка	3
1.2.	Цель, задачи программы	4
1.3	Содержание программы. Учебный план	5
1.4	Содержание учебно-тематического плана	6
1.5	Планируемые результаты освоения программы	8

### **2 Раздел. Комплекс организационно-педагогических условий**

2.1	Календарный учебный график	8
2.2	Условия реализации программы	14
2.3	Формы аттестации	14
2.4	Оценочные материалы	15
2.5	Методические материалы	16
2.6	Список литературы	17
2.7.	Календарный график воспитательной работы	18

Приложение 1	19
Приложение 2	22

## Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы

### 1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа «Юный разведчик» разработана с учетом требований Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» (глава 10, статья 75); «Конвенции о правах ребёнка»; Распоряжения правительства РФ N 678-р от 31.03.2022г. «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года»; Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации №629 от 27.07.2022г. «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»; Санитарно-эпидемиологических требований к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи СанПиН 2.4.3648-20, утвержденные Постановлением главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020г. №28; положением «О порядке разработки и реализации дополнительной общеразвивающей программы Муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Дом детского творчества», Уставом Учреждения.

Дополнительная общеразвивающая программа «Юный разведчик» носит *социально-гуманитарную направленность* и нацелена на воспитание у детей чувства гордости за свою Родину и свой народ, уважения к его свершениям и достойным страницам прошлого.

**Актуальность программы** обусловлена важностью военно-патриотического воспитания, развитием общевоинских способностей обучающихся объединения «Юный разведчик».

**Новизной** общеразвивающей программы «Юный разведчик» ознакомительного уровня является содержание в ней авторских методических разработок по использованию опыта работы разработчика программы по организации военно-патриотического воспитания среди подростков.

**Педагогическая целесообразность** данной программы заключается в том, что занятия по ней обеспечивают качественное общее развитие и обучение основам общевоинской подготовки обучающихся, способствуют укреплению психического и физического здоровья обучающихся, помогают вовлечь их в патриотическую деятельность.

**Отличительной особенностью** данной программы является комплексный подход к проведению занятий. В комплекс занятия входит: общевоинская, физическая, специальная подготовки. Программа составлена посредством интеграции нескольких дисциплин, необходимых для общего развития обучающихся и выявления их способностей. Программа дает возможность получить допрофессиональную военную подготовку, совершенствовать знания и навыки по основам воинской службы.

**Адресат программы** – обучающиеся 10-17 лет.

*Характеристика обучающихся 10-13 лет.* Складываются собственные моральные установки и требования, которые определяют характер взаимоотношений со старшими и сверстниками. Появляется способность противостоять влиянию окружающих, отвергать те или иные требования и утверждать то, что они сами считают несомненным и правильным. Они начинают

обращать эти требования и к самим себе. Они способны сознательно добиваться поставленной цели, готовы к сложной деятельности, включающей в себя и малоинтересную подготовительную работу, упорно преодолевая препятствия. Чем насыщеннее, энергичнее, напряженнее их жизнь, тем более она им нравится. Больше не существует естественный авторитет взрослого. Они болезненно относятся к расхождениям между словами и делами взрослого. Они все настойчивее начинают требовать от старших уважения своих взглядов и мнений и особенно ценят серьезный, искренний тон взаимоотношений.

*Характеристика обучающихся 14-17 лет.* Этот возраст называют подростковым. Это наиболее сложный, критический период. Главная особенность подросткового периода – резкие, качественные изменения, затрагивающие все стороны развития личности: стремление к общению со сверстниками и появление в поведении признаков, свидетельствующих о желании утвердить свою самостоятельность, независимость, личную автономию. Несмотря на это, этот возраст – самый благоприятный для творческого и профессионального развития. Он является наиболее интересным в процессе становления и развития личности. Именно в этот период молодой человек входит в противоречивую, часто плохо понимаемую жизнь взрослых, он как бы стоит на ее пороге, и именно от того, какие на данном этапе он приобретет навыки и умения, какими будут его социальные знания, зависят его дальнейшие шаги.

*Принцип комплектования групп:* в объединение принимаются дети и подростки, имеющие медицинскую справку об отсутствии противопоказаний к занятиям физкультурой. Наличие специальных физических способностей к данной предметной области не требуется.

*Наполняемость учебных групп* - 11-17 человек.

*Форма занятий* групповая.

**Объем программы:** 1 год обучения - 108 часов.

**Режим занятий:** 3 часа в неделю (3 раза в неделю по 1 академическому часу).

Продолжительность одного занятия 45 минут.

**Формы организации учебного занятия:** практическое занятие, зачетное занятие, выполнение контрольных упражнений, сдача нормативов, показательные выступления для родителей, соревнования, общеразвивающие экскурсии, военные парады, сборы, просмотр видеоматериала.

Занятия ведутся на базе детского клуба по месту жительства «Космос» муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Дом детского творчества» г. Усолье-Сибирское.

## 1.2. Цель, задачи программы

**Цель:** совершенствование знаний и навыков по основам воинской службы и специальной подготовке, развитие физических способностей.

**Задачи программы:**

**Образовательные:**

- изучить комплекс физических упражнений (с № 1 по № 7 настоящей Программы); способы самообороны и самосохранения; правила

безопасного поведения в повседневной жизни, принципы здорового образа жизни.

- научить приёмам прикладной акробатики, основам рукопашного боя и борьбы самбо; действиям в чрезвычайных ситуациях и экстремальных условиях;
- познакомить с основами и способами стрельбы, строевой подготовки; с военной историей России и её традициями; с историей оружия (лучшими образцами Российского оружия).

**Развивающие:**

- формировать профессионально значимые качества и умения, необходимые для военной службы и освоения воинских профессий;
- развивать навыки саморегуляции, эмоциональной устойчивости, физические способности обучающихся, навыки групповой и коллективной работы и коммуникативные способности обучающихся.

**Воспитательные:**

- ориентировать подростков на профессиональное осуществление воинских специальностей;
- формировать интерес к здоровому образу жизни и активному отдыху;
- воспитывать патриотические чувства и ответственность: гражданское сознание, любовь к Родине, верность Отечеству, готовность к выполнению конституционной обязанности – защита Родины, уважительное отношение к героической истории нашего государства, его вооруженным силам; бережное отношение к героическому прошлому народов России.

**1.3. Содержание программы  
Учебный план**

Наименование раздела	Всего часов	В том числе		Формы аттестации (контроля)
		Теория	Практика	
1. Вводное занятие. Правила по технике безопасности. Введение в образовательную программу.	2	2	-	Опрос Беседа Педагогическое наблюдение. Анализ практических показов.
2. Общая физическая подготовка.	17	-	17	
3. Специальная физическая подготовка (основы рукопашного боя, прикладной акробатики, борьбы самбо)	47	-	47	Полевые выходы. Анализ выполнения упражнений. Самоконтроль.
4. Строевая подготовка.	11	-	11	Смотр. Анализ выполнения упражнений. Самоконтроль.
5. Стрелковая подготовка.	10	-	10	Анализ выполнения

				практической работы. Тактические занятия.
6. Общая медицинская подготовка	5	1	4	Анализ выполнения практической работы. Соревнования.
7. Военно-историческая подготовка (история России, история русского оружия)	8	8	-	Тематическая игра. Урок мужества.
8. Показательные выступления.	6	-	6	Военно-полевые сборы. Анализ практической работы.
9. Промежуточная аттестация	2	-	2	Открытое занятие. Показательное выступление на отчётном родительском собрании.
<b>ИТОГО:</b>	<b>108</b>	<b>14</b>	<b>94</b>	

#### **1.4 Содержание учебно-тематического плана**

##### **Раздел 1. Вводное занятие.**

Введение в общеразвивающую программу «Юный разведчик». Цели и задачи курса. Знакомство обучающихся с правилами объединения «Юный разведчик». Правила по технике безопасности в детском клубе по месту жительства «Космос».

Общеразвивающие упражнения подвижные игры. Беседы по военно-патриотическому воспитанию «Служить Отечеству».

**Раздел 2. Общая физическая подготовка.** Значение ОФП для занятий рукопашным боем. Техника безопасности на занятиях. Комплекс №1 для развития выносливости. Комплекс №2 для развития силы и ловкости и физической подготовке. Комплекс №3 для развития гибкости и физической подготовке. Комплекс №4 «Растяжки». Комплекс №5 «Суставная гимнастика йогов». Комплекс №6 «Суставная гимнастика А.А. Кадочникова». Комплекс №7 «Закалка ударных поверхностей». Итоговое занятие по разделу (зачет)

##### **Раздел 3. Специальная физическая подготовка: основы рукопашного боя, прикладной акробатики, борьбы самбо.**

Возникновение, история и развитие русского стиля рукопашного боя.

Освобождение от захватов (за руку, за обе руки, за одежду, за шею, за тело, за ноги). Удары руками. Удары ногами. Защитная техника от ударов руками. Защитная техника от ударов ногами. Защитная техника от ударов палкой. Защитная техника от ударов ножом. Защитная техника от угрозы пистолетом. Психологическая подготовка рукопашника. Учебные схватки.

##### **• Прикладная акробатика**

Падения: вперед, вбок, назад. Перекаты: боком (ноги вверху), боком (ноги внизу), «штопор». Кувырки: вперед, назад, вбок. Положение страховки:

перекат по плечам назад, мельница ногами, подъем разгибом. Кувырки из верхней стойки. Комбинации элементов.

- **Борьба самбо**

Задняя подножка. Передняя подножка. Бросок через бедро. Подбивы. Подсечки: передняя, задняя и боковая. Болевые приемы. Учебные схватки.

**Раздел 4. Строевая подготовка.**

Строй и управление ими. Обязанности командиров и курсантов перед построением и в строю. Строй отделения и взвода. Строевая стойка. Повороты на месте. Движение строевым и походным шагом. Обозначение шага на месте.

Повороты в движении. Размыкание и смыкание отделения на месте. Перестроение отделения из одной шеренги в две и из двух в одну. Выполнение воинского приветствия на месте и в движении.

**Раздел 5. Стрелковая подготовка.**

Правила обращения с оружием, меры безопасности при пользовании оружием и проведении стрельб в тире или на природе. Основы и способы стрельбы. Назначение, технические характеристики, общее устройство пневматической винтовки. Стрельба из пневматической винтовки МР-512.

**Раздел 6. Общая медицинская подготовка.** Общие правила оказания первой медицинской помощи. Первая медицинская помощь при ранениях. Искусственное дыхание и непрямой массаж сердца. Первая медицинская помощь при обмороке и шоке. Первая медицинская помощь при кровотечениях.

**Раздел 7. Военно-историческая подготовка: история России. История русского оружия.**

Уставы Вооружённых Сил РФ. Холодное оружие. Огнестрельное оружие. Винтовка Мосина. Автомат Калашникова. Модификации АК.

Пистолет Макарова. Снайперская винтовка Драгунова (СВД).

**Раздел 8. Показательные выступления.**

Полевые выходы. Учебные схватки. Смотр. Тематическая игра. Урок мужества. Соревнования по стрельбе из пневматической винтовки МР-512. Транспортировка пострадавших.

На ознакомительном уровне обучения показательная практическая деятельность не должна превышать более 4-6 выступлений за учебный год.

**Раздел 9. Промежуточная аттестация.**

**В конце первого полугодия – открытое занятие для родителей;** в конце второго полугодия – показательное выступление на отчётном родительском собрании объединения патриотического воспитания «Юный разведчик».

### **1.5. Планируемые результаты освоения программы**

К концу освоения программы ознакомительного уровня обучающиеся будут знать:

- комплексы физических упражнений;
- приёмы прикладной акробатики, основы рукопашного боя и борьбы самбо;

- основы и способы стрельбы, строевой подготовки;
- военную историю России и её традиции;
- историю оружия (лучшие образцы Российского оружия);
- правила безопасного поведения в повседневной жизни, принципы здорового образа жизни.

**уметь:**

- действовать в чрезвычайных ситуациях и экстремальных условиях.
- выполнять комплекс физических упражнений: для развития выносливости; для развития силы и ловкости «растяжки»; «Суставную гимнастику А.А. Кадочникова»; упражнение «Закалка ударных поверхностей»;
- приёмы прикладной акробатики, рукопашного боя и борьбы самбо;
- применять технологии проведения болевых приемов борьбы в рукопашном поединке;
- владеть навыками стрельбы, строевой подготовки;
- владеть навыками самообороны и самосохранения.

Будут сформированы следующие личностные качества:

эмоциональная устойчивость в ситуации стресса, усталости; навыки здорового образа жизни; интерес для формирования профессионально значимых качеств и умений, необходимых для военной службы и освоения воинских профессий.

## Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий

### 2.1. Календарно-учебный график

№ Занятия	Наименование разделов и тем	Тема урока	Кол-во часов	Формы текущего контроля/ промежуточная аттестация
1	<b>Вводные занятия.</b>	Правила по технике безопасности.	1	Опрос Беседа
2	<b>Техника безопасности.</b>	Введение в образовательную программу.	1	Беседа
3	<b>Общая физическая подготовка.</b>	Значение ОФП для занятий рукопашным боем.	1	Анализ выполнения упражнений.
4		Техника безопасности на занятиях.	1	Анализ выполнения упражнений.
5		Комплекс №1 для развития выносливости.	1	Анализ выполнения упражнений.
6		Комплекс №1 для развития выносливости.	1	Анализ выполнения упражнений.
7		Комплекс №2 для развития силы и ловкости и физической подготовке.	1	Анализ выполнения упражнений.
8		Комплекс №2 для развития силы и ловкости и физической подготовке.	1	Анализ выполнения упражнений.

9		Комплекс №3 для развития гибкости и физической подготовке.	1	Анализ выполнения упражнений.
10		Комплекс №3 для развития гибкости и физической подготовке.	1	Анализ выполнения упражнений.
11		Комплекс №4 «Растяжки».	1	Анализ выполнения упражнений.
12		Комплекс №4 «Растяжки».	1	Анализ выполнения упражнений.
13		Комплекс №5 «Суставная гимнастика йогов».	1	Анализ выполнения упражнений.
14		Комплекс №5 «Суставная гимнастика йогов».	1	Анализ выполнения упражнений.
15		Комплекс №6 «Суставная гимнастика А.А. Кадочникова».	1	Анализ выполнения упражнений.
16		Комплекс №6 «Суставная гимнастика А.А. Кадочникова».	1	Анализ выполнения упражнений.
17		Комплекс №7 «Закалка ударных поверхностей».	1	Анализ выполнения упражнений.
18		Комплекс №7 «Закалка ударных поверхностей».	1	Анализ выполнения упражнений.
19		Итоговое занятие по разделу.	1	зачет
20	<b>Специальная физическая подготовка: основы рукопашного боя, прикладной акробатики, борьбы самбо.</b>	Возникновение, история и развитие русского стиля рукопашного боя.	1	беседа
21		Освобождение от захватов (за руку, за обе руки, за одежду, за шею, за тело, за ноги).	1	Анализ выполнения упражнений.
22		Освобождение от захватов (за руку, за обе руки, за одежду, за шею, за тело, за ноги).	1	Анализ выполнения упражнений.
23		Освобождение от захватов (за руку, за обе руки, за одежду, за шею, за тело, за ноги).	1	Анализ выполнения упражнений.
24		Удары руками.	1	Анализ выполнения упражнений.
25		Удары руками.	1	Анализ выполнения упражнений.
26		Удары ногами.	1	Анализ выполнения упражнений.
27		Удары ногами.	1	Анализ выполнения упражнений.

28	Защитная техника от ударов руками.	1	Анализ выполнения упражнений.
29	Защитная техника от ударов руками.	1	Анализ выполнения упражнений.
30	Защитная техника от ударов ногами.	1	Анализ выполнения упражнений.
31	Защитная техника от ударов ногами.	1	Анализ выполнения упражнений.
32	Защитная техника от ударов палкой.	1	Анализ выполнения упражнений.
33	Защитная техника от ударов палкой.	1	Анализ выполнения упражнений.
34	Защитная техника от ударов ножом.	1	Анализ выполнения упражнений.
35	Защитная техника от ударов ножом.	1	Анализ выполнения упражнений.
36	Защитная техника от угрозы пистолетом.	1	Анализ выполнения упражнений.
37	Защитная техника от угрозы пистолетом.	1	Анализ выполнения упражнений.
38	Психологическая подготовка рукопашника.	1	Анализ выполнения упражнений.
39	Психологическая подготовка рукопашника.	1	Анализ выполнения упражнений.
40	Учебные схватки.	1	Анализ выполнения упражнений.
41	Учебные схватки.	1	Анализ выполнения упражнений.
42	<b>Прикладная акробатика.</b> Падения: вперед, вбок, назад.	1	Анализ выполнения упражнений.
43	Падения: вперед, вбок, назад.	1	Анализ выполнения упражнений.
44	Перекаты: боком (ноги вверху), боком (ноги внизу), «штопор».	1	Анализ выполнения упражнений.
45	Перекаты: боком (ноги вверху), боком (ноги внизу), «штопор».	1	Анализ выполнения упражнений.
46	Перекаты: боком (ноги вверху), боком (ноги внизу), «штопор».	1	Анализ выполнения упражнений.
47	Кувырки: вперед, назад, вбок.	1	Анализ выполнения упражнений.
48	Кувырки: вперед, назад, вбок.	1	Анализ выполнения упражнений.
49	Кувырки: вперед, назад, вбок.	1	Анализ выполнения упражнений.

50		Положение страховки: пережат по плечам назад, мельница ногами, подъем разгибом.	1	Анализ выполнения упражнений.
51		Положение страховки: пережат по плечам назад, мельница ногами, подъем разгибом.	1	Анализ выполнения упражнений.
52		Положение страховки: пережат по плечам назад, мельница ногами, подъем разгибом.	1	Анализ выполнения упражнений.
53		Кувырки из верхней стойки.	1	Анализ выполнения упражнений.
54		Кувырки из верхней стойки.	1	Анализ выполнения упражнений.
55		Комбинации элементов.	1	Анализ выполнения упражнений.
56		Комбинации элементов.	1	Анализ выполнения упражнений.
57		<b>Борьба самбо.</b> Задняя подножка.	1	Анализ выполнения упражнений.
58		Задняя подножка.	1	Анализ выполнения упражнений.
59		Передняя подножка.	1	Анализ выполнения упражнений.
60		Бросок через бедро.	1	Анализ выполнения упражнений.
61		Подсечки: передняя, задняя и боковая.	1	Анализ выполнения упражнений.
62		Подсечки: передняя, задняя и боковая.	1	Анализ выполнения упражнений.
63		Болевые приемы.	1	Анализ выполнения упражнений.
64		Болевые приемы.	1	Анализ выполнения упражнений.
65		Учебные схватки.	1	Анализ выполнения упражнений.
66		Учебные схватки.	1	Анализ выполнения упражнений.
67	<b>Строевая подготовка.</b>	Строй и управление ими.	1	Анализ выполнения упражнений.
68		Обязанности командиров и курсантов перед построением и в строю.	1	Анализ выполнения упражнений.
69		Строй отделения и взвода.	1	Анализ выполнения упражнений.
70		Строевая стойка.	1	Анализ выполнения упражнений.
71		Повороты на месте.	1	Анализ выполнения упражнений.
72		Движение строевым и походным шагом.	1	Анализ выполнения упражнений.

73		Обозначение шага на месте.	1	Анализ выполнения упражнений.
74		Повороты в движении.	1	Анализ выполнения упражнений.
75		Размыкание и смыкание отделения на месте.	1	Анализ выполнения упражнений.
76		Перестроение отделения из одной шеренги в две и из двух в одну.	1	Анализ выполнения упражнений.
77		Выполнение воинского приветствия на месте и в движении.	1	Анализ выполнения упражнений.
78	<b>Стрелковая подготовка.</b>	Правила обращения с оружием.	1	Анализ выполнения упражнений.
79		Меры безопасности при пользовании оружием.	1	Анализ выполнения упражнений.
80		Правила проведения стрельб в тире или на природе.	1	Анализ выполнения упражнений.
81		Основы и способы стрельбы.	1	Анализ выполнения упражнений.
82		Основы и способы стрельбы.	1	Анализ выполнения упражнений.
83		Назначение, технические характеристики, общее устройство пневматической винтовки.	1	Анализ выполнения упражнений.
84		Назначение, технические характеристики, общее устройство пневматической винтовки.	1	Анализ выполнения упражнений.
85		Стрельба из пневматической винтовки МР-512.	1	Анализ выполнения упражнений.
86		Стрельба из пневматической винтовки МР-512.	1	Анализ выполнения упражнений.
87	<b>Общая медицинская подготовка.</b>	Общие правила оказания первой медицинской помощи.	1	Анализ выполнения упражнений.
88		Первая медицинская помощь при ранениях.	1	Анализ выполнения упражнений.
89		Искусственное дыхание и непрямой массаж сердца.	1	Анализ выполнения упражнений.
90		Первая медицинская помощь при обмороке и шоке.	1	Анализ выполнения упражнений.
91		Первая медицинская помощь при кровотечениях.	1	Анализ выполнения упражнений.
92	<b>Военно-</b>	Уставы Вооружённых Сил РФ.	1	Анализ выполнения упражнений.

93	<b>историческая подготовка: история России. История русского оружия.</b>	Холодное оружие.	1	Анализ выполнения упражнений.
94		Огнестрельное оружие.	1	Анализ выполнения упражнений.
95		Винтовка Мосина.	1	Анализ выполнения упражнений.
96		Автомат Калашникова.	1	Анализ выполнения упражнений.
97		Модификации АК.	1	Анализ выполнения упражнений.
98		Пистолет Макарова.	1	Анализ выполнения упражнений.
99		Снайперская винтовка Драгунова (СВД).	1	Анализ выполнения упражнений.
100	<b>Показательные выступления.</b>	Полевые выходы.	1	Анализ практической работы.
101		Учебные схватки.	1	Анализ практической работы.
102		Смотр. Тематическая игра.	1	Анализ практической работы.
103		Урок мужества.	1	Анализ практической работы.
104		Соревнования по стрельбе из пневматической винтовки МР-512.	1	Анализ практической работы.
105		Транспортировка пострадавших.	1	Анализ практической работы.
106	<b>Промежуточная аттестация.</b>	Подготовка к показательному выступлению.	1	Анализ практической работы.
107		Показательное выступление на отчётном родительском собрании объединения патриотического воспитания «Юный разведчик».	1	Открытое занятие.
108		Показательное выступление на отчётном родительском собрании объединения патриотического воспитания «Юный разведчик».	1	Показательное выступление на отчётном родительском собрании.
				<b>ИТОГО: 108 часов</b>

## 2.2. Условия реализации программы

### Материально-техническое обеспечение:

1. оборудованный спортивный зал;
2. раздевалка для обучающихся;
3. наличие спортивной формы;
4. индивидуального дневника успеваемости;
5. борцовский ковёр (7м\*7м);
2. боксерские мешки и груши (по 2 шт.);
3. боксерские перчатки и перчатки для рукопашного боя (15 комплектов);
4. футбольные мячи (3 шт.);
5. волейбольные мячи (3 шт.);
6. баскетбольные мячи (3 шт.);
7. теннисные мячи (20 шт.);
8. скакалки (15 шт.);

### Военно-спортивное оборудование:

1. массогабаритные модели АК, АКМ, АК-103 (5 шт.);
2. массогабаритные модели ПМ, ТТ, наган (2 шт.);
3. пневматические винтовки (5 шт.);
4. пневматические пистолеты (3 шт.);
5. учебные ножи (15 шт.);

### Кадровое обеспечение.

Программу может реализовывать педагог, имеющий специальную подготовку в области единоборств. В настоящий момент программу реализовывает Епонечников Виталий Николаевич, педагог дополнительного образования, прошедший специальную подготовку в области единоборств.

## 2.3. Формы аттестации

С момента зачисления обучающегося в объединение систематически проводится педагогический мониторинг, направленный на выявление уровня обучения и развития, формирования спортивно-физических способностей, определения задач индивидуального развития:

- первичная диагностика;
- промежуточная аттестация.

Динамика успеваемости и результат освоения программы обучающимися оценивается с помощью *диагностической карты*. Результаты освоения диагностируются путем наблюдения педагогом за успеваемостью обучающихся в процессе как обычных, так и контрольных (открытых) занятий и на показательных выступлениях. Результаты проведения педагогического мониторинга фиксируются согласно уровням: высокий, средний, низкий.

**Вводный контроль** (первичная диагностика) проводится в начале учебного года для определения уровня способностей обучающихся. Форма проведения – педагогическое наблюдение.

Осуществление *текущего контроля теоретических* знаний, практических навыков и умений происходит в течение каждого занятия средствами: беседы, опроса и наблюдения педагога за практической деятельностью, просмотры и

контрольные упражнения, оценка педагогом выполненной работы обучающимися. Уровень умений и навыков проверяется по результатам практической деятельности в соответствии со степенью их усвоения. Важным видом текущего контроля является контроль техники и качества выполнения упражнений, который проводит педагог совместно с воспитанниками в процессе занятий.

**Промежуточная аттестация** проводится в форме комплексного открытого занятия для родителей и включает в себя изученный материал по основам рукопашного боя, прикладной акробатике, борьбе самбо, строевой, стрелковой, общей медицинской и военно-исторической подготовке.

Чтобы оценить динамику развития уровня мастерства обучающихся, открытые занятия проводятся два раза в год – в середине (декабрь) и в конце учебного года (май), а также осуществляется в конце учебного года и кроме открытого занятия для родителей, включает сдачу нормативов при сдаче на шеврон обучающихся в показательных выступлениях объединения «Юный разведчик».

Оценивать обучающегося за старания педагог может как в устной форме, так и с использованием различного оценочного материала, который фиксируется в индивидуальном дневнике успеваемости.

**Формы подведения итогов:** сдача нормативов при сдаче на шеврон, знак отличия, тестов, участия в конкурсах, показательных выступлениях, выполнения практических заданий в условиях военно-полевых сборов, а также наблюдения, анкетирования, тестирования, опроса.

## 2.4. Оценочные материалы

**Таблица оценочной диагностики физических способностей обучающихся (ознакомительный уровень).**

ФИ обучающегося	Дата	Координационные способности челночный бег 3x10м, с	Скоростные качества бег 60 м	Силовые качества подтягивание на высокой перекладине из вися, кол-во раз	Выносливость прыжок в длину с места, см
	первичная диагностика				
	промежуточная диагностика				
	промежуточная диагностика				

### Критерии оценки по параметрам диагностики:

#### 1. Координационные.

Высокий уровень оценки (3 балла) – обучающийся хорошо умеет согласовывать движения различных частей тела, может точно повторить движения за педагогом.

Средний уровень оценки (2 балла) – не всегда присутствует точность движений.

Низкий уровень оценки (1 балл) – обучающийся не может согласовывать движения нескольких частей тела, повторения движений за педагогом слабые, не точные.

#### 2. Скоростные.

**Высокий уровень** оценки (3 балла) – обучающийся проявляет скоростные качества - быстрота торможения, когда в связи с изменением ситуации необходимо мгновенно остановиться и начать движение в другом направлении. Обладает

быстротой реакции, скоростью одиночного движения, частотой (темпом) движений.

**Средний уровень** оценки (2 балла) – проявляет и обладает слабо, не скоро, не очень чётко.

**Низкий уровень** оценки (1 балл)– не проявляет, не чётко в исполнении.

### **3. Силовые.**

**Высокий уровень** оценки (3 балла)– выполняемые упражнения обучающимся соответствуют нормативам.

**Средний уровень** оценки (2 балла)– выполняемые танцевальные движения периодически соответствуют нормативам.

**Низкий уровень** оценки (1 балл)– движения не соответствуют нормативам.

### **4. Выносливость.**

**Высокий уровень** оценки (3 балла) – в полном объеме обладает способностью длительное время поддерживать силовое напряжение.

**Средний уровень** оценки (2 балла) – обладает не длительное время в полном объеме поддерживать силовое напряжение.

**Низкий уровень** оценки (1 балл) – слабые способности проявлять силовое напряжение.

Высокий уровень – 10-12 баллов

Средний уровень – 6-9 баллов

Низкий уровень – 0-5 баллов

## **2.5. Методические материалы**

1. Комплекс военно-спортивных упражнений.
2. Специально-физическая подготовка.
3. Презентации к темам занятий.

### **Методические рекомендации по построению занятия.**

Структура занятия (этапы на усмотрение педагога могут меняться местами):

- Общее построение группы, проверки внешнего вида, самочувствия и состояния здоровья, доведения цели и учебных вопросов, мер безопасности и правил поведения
- Разминка общая (в движении, на месте)
- Разминка специальная (кувырки, падения и самостраховка, элементы акробатики, или выполнения комплексов ударов и блоков)
- Элементы развития разных физических качеств, изучение и совершенствование техники и тактика применения приемов физического воздействия.
- Практическая часть занятия (изучается и совершенствуется не больше двух-трех приемов, развивают одно-два физических качества)
- Усвоение приемов физического воздействия и повышение уровня физической подготовки, приобретение тренировочного опыта.
- Получение стойких навыков выполнения любых технических действий или приемов. Слоган. Организованный выход из спортивного зала.

## 2.6. Список литературы

*Список литературы для педагога:*

1. «Великие битвы в истории России». М.: Дом славянской книги, 2008г.- 480 стр., 2.
2. Видякин М.В. Военно-патриотическое воспитание в школе. Сборник мероприятий к празднованию дня Победы, дня защитника Отечества и другим патриотическим праздникам: сценарии торжественных линейек, вечеров, литературно-музыкальных композиций, классных часов, военно-спортивных игр. Волгоград: «Учитель», 2006. - 115стр.
3. Кадочников А.А., «Армейский рукопашный бой». М., Астрель,2009г.- 317 стр.,
4. Мальцев А.М. «Снайперская подготовка». М., 2006г.- 192 стр.
5. Об утверждении Стратегии развития воспитания в РФ на период до 2025 г. (Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 г. № 996-р.). -[Электронный ресурс] [http://минобрнауки.рф/открытое\\_министерство/стратегия](http://минобрнауки.рф/открытое_министерство/стратегия) (Дата обращения 30.05.2021 г.)
6. «Общие воинские уставы Вооруженных сил Российской Федерации». Новосибирск: Сибирское университетское издательство, 2006г.- 464 стр.
7. Петрусинский В.В. Игры, обучение, тренинг, досуг., М.: «Новая школа», 2009г.- 366 стр.

*Список литературы для обучающихся и родителей:*

1. Александров Р.В., Шишлянников С.М. программа За Россию! Будь готов! М,: 2007, 120 с.
2. Захарьин А.Ф. Справочник руководителя/Организация Российских Юных Разведчиков.: Краснодар: Сов. Кубань, 2001 – 336 с.

*Ссылки:*

1. Видео урок акробатика <https://vse-kursy.com/read/>
2. Презентации: <https://nsportal.ru/shkola/fizkultura>
3. <https://www.youtube.com/user/passion4profession>
4. <http://wodcat.com/wod-catalog>;
5. <https://vse-kursy.com/read/1045>
6. <http://www.podvignaroda.ru> («Подвиг народа»)
7. <http://victory.rusarchives.ru/> («Победа. 1941-1945 гг)
8. <http://www.rusarchives.ru/> («Архивы России»)
9. <http://www.bigwar.msk.ru/> («Великая Отечественная война 1941-1945 гг»)
10. <https://infourok.ru/uchebnoe-posobie-stroevaya-podgotovka-2212102.html>
11. <https://news.myseldon.com/ru/news/index/240821023>
12. Стрелковая подготовка: <https://yandex.ru/video/preview/>
13. Строевая подготовка <http://www.youtube.com/watch?v>

## 2.7. Календарный график воспитательной работы объединения «Юный разведчик»

Программа «Юный разведчик» (ознакомительный уровень).

Месяц	Название мероприятия	Форма проведения	Направление воспитательной деятельности
сентябрь	«Организация и проведение Практическое знакомство с курсом разведчиков»	Совместный поход (эстафетные игры на воздухе)	Здоровый образ жизни, работа с родителями
октябрь	«О полезной и вредной еде»	Беседа (час общения) Приготовления пищи в полевых условиях.	Приглашение специалиста, работа с родителями
ноябрь	«Делай как я»	Мастер-класс (приглашённый класс кадетов)	Наставничество
декабрь	«Дед Мороз – наш друг»	Народные игры на свежем воздухе	Здоровый образ жизни, работа с родителями
январь	«Зимние забавы»	Игровая программа на свежем воздухе.	Здоровый образ жизни, работа с родителями
февраль	«Служу Отечеству!»	беседа ко Дню защитников Отечества с приглашёнными ветеранами войн	Работа с родителями
март	«Поход в зимний лес»	Исполнение в походе задания-разведки и представление о ней устного рапорта. Приметы погоды, умение читать карту погоды.	Здоровый образ жизни, работа с родителями
апрель	«Основание российского разведчества»	Квест-игра на свежем воздухе	Здоровый образ жизни, работа с родителями
май	«Во имя Мира и Весны!»	Спец эстафета, посвящённая Дню Победы 9 мая	Здоровый образ жизни, работа с родителями

## **Инструкция по технике безопасности на занятиях по рукопашному бою, охране жизни и здоровья обучающихся.**

Заниматься на тренировках по рукопашному бою можно только тем учащимся, которые имеют разрешение врача по состоянию своего здоровья и соответствующую медицинскую справку, разрешение на посещение тренировок своих родителей или опекунов.

Приступать к занятиям обучающийся может только после того, как ознакомится со всеми Правилами для занимающихся рукопашным боем, в том числе и с настоящей **Инструкцией по технике безопасности на занятиях по рукопашному бою.**

**1.** Каждый обучающийся должен подготовиться к тренировке заранее: нельзя есть и пить за 1,5 – 2 часа до начала занятия, тренироваться на полный желудок очень вредно для организма. Обязательно нужно сходить в туалет до тренировки, случайный удар в полный мочевого пузыря может быть исключительно опасным. Необходимо также высморкаться, чтобы ничто не мешало правильному и свободному дыханию. Во избежание травм, на руках и ногах ногти должны быть аккуратно подстрижены.

**2.** Запрещается входить в зал без разрешения педагога, самостоятельно брать и пользоваться без разрешения спортивным, специальным или другим инвентарём, кувыркаться на матах, залезать и прыгать вниз со скамеек, подоконников, «Шведских лестниц» и спортивных снарядов. Нельзя открывать окна и двери одновременно, если в зале находятся люди, чтобы не допустить сквозняка. Нельзя баловаться светом и электроприборами.

**3.** Запрещается пользоваться в здании и около него открытым огнём. В случае пожара необходимо немедленно сообщить об этом педагогу и быстро, но, не создавая паники, покинуть помещение или здание, уйти в безопасное место (на улицу) и помочь это сделать тем, кто самостоятельно передвигаться не в состоянии.

**4.** При малейшем недомогании обучающийся должен отпроситься у педагога с тренировки домой или попросить разрешения просто посидеть в зале. При очень плохом самочувствии для оказания ему первой помощи или экстренного вызова скорой медицинской помощи – сообщить об этом своему педагогу. Все учащиеся всегда должны немедленно сообщать педагогу, если кому-то из товарищей на тренировке стало плохо, тем более, если больной сам этого сделать стесняется или не в состоянии.

**5.** Никто не должен приходить в зал на тренировку, если он болен простудными, инфекционными или другими опасными для окружающих заболеваниями. При появлении у ученика высокой температуры, обнаружении у него грибковых заболеваний ног, неизвестном высыпании на коже или других опасных заболеваниях, занимающийся самостоятельно (если он в состоянии) должен немедленно покинуть зал и отправиться домой для принятия экстренных мер, предупредив об этом педагога.

- 6.** Все команды на тренировке выполняются быстро (за 5 секунд), но выполнять их нужно осторожно и аккуратно. Занимая своё место в общем строю, не толкаться, чтобы не сбить своих товарищей с ног.
- 7.** Соблюдать определённый педагогом интервал и дистанцию между занимающимися, чтобы случайно не задеть соседа во время занятия, выполняя упражнения, махи или удары руками и ногами во все стороны. Сосед также не должен никого ударить, случайные столкновения могут привести к травме.
- 8.** Если обучающийся чувствует, что какое-то упражнение ему не под силу, что оно физически для него слишком тяжёлое, он может попросить педагога снизить для него нагрузку (хотя в рукопашном бое это не принято, а нагрузка на занятиях для каждой конкретной группы учеников даётся допустимая).
- 9.** При отработке приёмов в парах, каждый учащийся должен быть очень осторожным и внимательным, чтобы случайно не причинить боль своему партнёру. Особенно контролировать свои действия необходимо при изучении запрещённой техники, или опасных для здоровья приёмов, способных привести к вывихам суставов, растяжениям сухожилий и связок, трещинам или переломам костей, удушениям и так далее.
- 10.** При отработке бросковой техники каждому нужно хорошо знать и правильно выполнять страховку при падениях (акробатические кувырки). Выполняя данную технику, всегда в первую очередь необходимо думать о безопасности своего партнёра и его страховке, обеспечивая ему максимальную безопасность при падении. Прежде, чем сделать подсечку, подножку, подбив или бросок при их изучении и детальной отработке (равно как и в других учебных ситуациях), необходимо сначала убедиться, что партнёр упадёт в безопасное место. Надо быть уверенным в правильности выполнения подобных приёмов прежде, чем их выполнять, и знать последствия неправильного их выполнения. Если обучающийся в чём-то не совсем уверен – необходимо лишний раз проконсультироваться у своего педагога, не стесняться и попросить у него дополнительных объяснений.
- 11.** При возникновении малейшей боли во время проведения болевого приёма, необходимо дать знать об этом своему партнёру, хлопая свободной рукой (или ногой) по нему, по себе или по полу. В этом случае партнёр обязан немедленно ослабить силу давления на ту часть тела, в котором возникла боль.
- 12.** При нанесении партнёром сильных ударов или выполнении им болевых приёмов, при которых он не контролирует себя, необходимо его об этом предупредить. Если он это делает сознательно – немедленно сообщить об этом педагогу. При умышленном причинении своему партнёру или кому-то другому боли, виновный отстраняется от тренировки, отжимается в наказание по правилам рукопашного боя от пола на кулаках и садится на «штрафную скамью», повторно изучая настоящие Правила по технике безопасности на занятиях по рукопашному бою до конца занятия.
- 13.** Ношение очков разрешается, однако во время боёв их необходимо снимать или заменять контактными линзами.
- 14.** Все обучающиеся обязаны соблюдать правила личной гигиены. На тренировке находиться в чистом и отглаженном кимоно, с чистыми ногами и шеей.
- 15.** На занятиях по рукопашному бою строго запрещается:

**15.1.** Вести бой (поединок) в полный контакт без разрешения и контроля педагога или в его отсутствие, особенно с девочками, или более слабыми учениками, или младшими по возрасту, стажу занятий и квалификации, или меньшими по росту и весу, или с целью выяснения «Кто сильнее?», или с целью демонстрации своей силы.

**15.2.** Отрабатывать удары ногами в парах без индивидуальных защитных приспособлений – щитков на ноги (на голень и подъём стопы) во избежание травм голени. Вести контактный бой с партнёром руками без протекторов на руки (перчатки или накладки на кулаки) для страховки рёбер и головы напарника. Кроме того, во время поединков рекомендуется использовать защиту для головы от случайных сильных ударов («Шлем»), защиту на грудь («Защитный жилет») и пах («Раковина»).

**15.3.** Надевать и носить во время тренировки драгоценности или металлические предметы: серёжки, цепи, перстни, кольца, браслеты, брошки, цепочки, часы, значки, булавки, заколки и прочие колющие и режущие предметы, способные нанести ранения и травмы себе и партнёру.

**15.4.** Экспериментировать со своим партнёром: как долго он может пробыть без дыхания при выполнении удушающих приёмов, выдерживать болевой приём, сможет ли он выдержать сильный удар и какой эффект получится от этих и подобных действий. Нельзя такие эксперименты ставить и на себе – это опасно для жизни и здоровья.

**15.5.** При работе с партнёром выполнять в очень быстром темпе (с большой скоростью) любые опасные для жизни и здоровья удары, боевые связки и приёмы.

**15.6.** Совершать сложные акробатические элементы (например, полёт кувырок, сальто и им подобные) без разрешения, контроля, страховки и присутствия педагога.

**15.7.** Выполнять бросковую технику без разрешения, контроля и присутствия педагога, так же, как и без знания страховки при падениях.

**16.** Каждый обучающийся должен строго и точно соблюдать Правила по технике безопасности, беспрекословно и вовремя выполнять все команды педагога, и не делать ничего такого, что опасно для жизни и здоровья, и могло бы привести его самого, его партнёра или окружающих товарищей к травме.

**17.** На занятиях по рукопашному бою необходимо помнить, что жизнь и здоровье всегда стоит на первом месте, и каждый учащийся хочет, должен и обязан вернуться домой в целости и сохранности.

**Перечень необходимых элементов по тактико-тактической подготовке.*****Одиночные и двухударные комбинации разнотипных ударов руками, ногами и защита:***

1. Прямой удар левой рукой в голову, защита уклоном вправо и контратака снизу правой в туловище.
2. Прямой удар левой рукой в голову, защита уклоном вправо и контратака снизу правой в туловище.
3. Прямой удар левой рукой в голову в связке с боковым ударом правой ногой в туловище.
4. Прямой удар правой рукой в голову в связке с боковым ударом левой ногой в туловище.
5. Прямой удар левой рукой в голову, защита уклоном вправо и контратака снизу правой в туловище, боковым левой в голову.
6. Прямой удар левой рукой в голову, защита уклоном вправо и контратака боковым правой в голову.
7. Прямой удар левой рукой в голову, защита уклоном вправо и контратака боковым правой в туловище.
8. Прямой удар левой рукой в голову, защита уклоном влево и контратака боковым левой в голову.
9. Боковой удар левой рукой в голову, в связке с боковым ударом правой ногой в туловище.
10. Боковой удар правой рукой в голову в связке с боковым ударом левой ногой в туловище.
11. Прямой удар левой рукой в голову, защита уклоном влево и контратака боковым левой в туловище.
12. Прямой удар правой рукой в голову, защита уклоном влево и контратака снизу левой в туловище, боковым правой в голову.
13. Прямой удар правой рукой в голову, защита подставкой левого плеча и контратака прямым правой, боковым левой в голову.
14. Атака двухударной комбинацией прямых ударов в голову, защита от первого удара подставкой правой ладони, второй удар встречается прямым левой, боковым правой в голову.
15. Боковой удар правой ногой в туловище в связке с боковым ударом левой ногой наружу с разворотом в голову.
16. Атака двухударной комбинацией прямых ударов в голову, защита от первого удара подставкой правой ладони, второй удар встречается прямым левой в голову, снизу правой в туловище.

***Серии разнотипных ударов руками и ногами:***

1. Атака прямым левой рукой в голову, защита уклоном вправо и контратака ударами руками: снизу правой, левой в туловище и боковым правой в голову (короткий прямой).
2. Атака прямым правой рукой в голову, защита уклоном влево и контратака ударами руками: снизу левой, правой в туловище, боковым левой в голову.

3. Атака прямым левой рукой в голову, защита уклоном вправо и контратака руками: боковыми правой, левой в голову и снизу правой в туловище.
4. Атака прямым правой рукой в голову, защита уклоном влево и контратака ударами руками: боковыми левой, правой в голову и снизу левой в туловище.
5. Атака прямым левой рукой в голову, защита уклоном вправо и контратака ударами руками: снизу правой в туловище, боковыми левой, правой в голову.
6. Атака прямым правой в голову, защита уклоном влево и контратака ударами руками: снизу левой в туловище, боковыми правой, левой в голову.
7. Атака прямым левой рукой, защита уклоном влево и контратака ударами руками: снизу правой, левой, правой в туловище, боковым левой в голову.
8. Атака прямым правой в голову, защита уклоном влево и контратака ударами руками: снизу левой, правой, левой в туловище, боковым правой в голову.
9. Атака двумя прямыми ударами левой – правой рукой в голову в связке с боковым ударом правой ногой в туловище.
10. Атака двумя прямыми ударами правой - левой рукой в голову в связке с боковым ударом левой ногой в туловище.
11. Атака двумя прямыми ударами левой – правой рукой в голову в связке с боковым ударом правой ногой в голову.
12. Атака двумя прямыми ударами правой – левой рукой в голову в связке с боковым ударом левой ногой в голову.

***Броски в положении стоя (в стойке):***

1. Задняя подножка с захватом руки и одноименного отворота.
2. Передняя подножка с захватом руки и отворота.
3. Зацеп снаружи.
4. Бедро.
5. Подхват.
6. Выведение из равновесия рывком с захватом шеи под плечо.
7. Бросок захватом ног.
8. Боковая подсечка.
9. Задняя подсечка.
10. Зацеп изнутри.
11. Подхват с захватом ноги.
12. Выведение из равновесия.
13. Бросок захватом ноги изнутри.
14. Зацеп стопой.
15. Отхват с зацепом ноги.
16. Защита от выведения из равновесия рывком – преставление ног в направлении рывка.
17. Защита от броска захватом ног – увеличение дистанции.
18. Защита от броска захватом ног, отталкивая атакующего.
19. Бросок захватом руки на плечо.
20. Передняя подножка с захватом руки локтевым сгибом.
21. Защита от боковой подсечки – увеличивая сцепление ноги с ковром.
22. Защита от зацепа изнутри – отставление ноги.
23. Защита от подхвата – преставление ноги через атакующую ногу.

24. Выведение из равновесия и как контрприем против выведения из равновесия толчком или рывком.

25. Боковой переворот – как контрприем против выведения из равновесия толчком.

26. Боковое бедро.

27. Защита от задней подножки увеличения дистанции.

28. Подсечка изнутри.

29. Зацеп изнутри – как контрприем против выведения из равновесия рывком.

30. Подхват – как контрприем против выведения из равновесия рывком.

31. Комбинация: выведение из равновесия толчком после захват ноги.

32. Защита от передней подножки, переставляя ногу вперед.

33. Комбинация: зацеп изнутри после выведения из равновесия рывком.

34. Комбинация: подхват после выведения из равновесия рывком.

35. Бросок через голову упором стопой в бедро изнутри.

36. Выведение из равновесия рывком с захватом руки двумя руками.

37. Бросок захватом ног (вынося ноги в сторону).

38. Комбинация: бросок через спину после угрозы выведением из равновесия рывком.

39. Комбинация: бросок через спину после угрозы выведением из равновесия толчком.

40. Задняя подножка при захвате противником пояса.

41. Боковая подсечка – как контрприем против выведения из равновесия рывком.

42. Зацеп снаружи садясь.

43. Отхват.

44. Защита от выведения из равновесия рывком отклонясь.

45. Защита от броска захватом ног: захватить руки атакующего.

46. Защита от броска захватом ног: упор руками в туловище атакующего (плечи).

47. Передняя подножка – как контрприем против выведения из равновесия рывком.

48. Комбинация: боковая подсечка после угрозы выведения из равновесия рывком.

49. Защита от зацепа снаружи – отставить ногу.

50. Защита от подхвата – отталкивать атакующего.

51. Комбинация: выведение из равновесия (посадка) толчком после угрозы захватом ног.

52. Передний переворот – как контрприем против выведения из равновесия толчком.

53. Бросок захватом ног – как контрприем против выведения из равновесия толчком.

54. Боковая подсечка, подготовленная заведением «на перекрест».

55. Зацеп изнутри как контрприем против выведения из равновесия толчком.

56. Отхват – как контрприем против выведения из равновесия рывком.

57. Выведение из равновесия – как контрприем против захвата ног.

58. Комбинация: передний переворот после угрозы выведения из равновесия толчком.