

**Муниципальное бюджетное учреждение  
дополнительного образования  
«Спортивно-патриотический клуб «ВИТЯЗЬ»**

ПРИНЯТА на заседании  
Педагогического совета  
от «04» августа 2025 г.  
Протокол №01



УТВЕРЖДАЮ  
Директор МБУ СПК «ВИТЯЗЬ»  
А.В. Шпаков  
Приказ от «05» августа 2025 г.  
№ 86-о/д

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
социально-гуманитарная направленности

## **«Юные Патриоты России»**

**Возраст обучающихся: 12-18 лет,  
Срок реализации: 1 год (108 ч.)**

Авторы-составители:  
Шушаков Илья Владимирович,  
тренер-преподаватель  
Коркина Наталья Александровна,  
инструктор-методист

г. Невьянск 2025

## Содержание

1. Комплекс основных характеристик программы .....	3
1.1. Пояснительная записка .....	3
1.2. Цели и задачи программы.....	5
1.3. Содержание программы.....	6
1.4. Учебный план .....	6
1.5. Планируемые результаты .....	10
2. Комплекс организационно-педагогических условий .....	13
2.1. Календарный учебный график .....	13
2.2. Условия реализации программы .....	13
2.3. Формы контроля и оценочные материалы .....	16
Список литературы.....	18
Приложение.....	19

## 1. Комплекс основных характеристик программы

### 1.1. Пояснительная записка

Духовно-нравственное, патриотическое воспитание и развитие обучающихся являются первостепенной задачей современного образования и представляют собой важный компонент социального заказа для образования, которому отводится ключевая роль в духовно-нравственной консолидации российского общества.

Современный национальный воспитательный идеал – это высоконравственный, творческий, компетентный гражданин России, принимающий судьбу Отечества как свою личную, осознающий ответственность за настоящее и будущее своей страны, укорененный в духовных и культурных традициях многонационального народа Российской Федерации.

Рабочая программа «Юные патриоты России» (далее – Программа) социально - гуманитарной направленности предназначена для знакомства обучающихся с героическими страницами истории своей страны, ранней профессиональной ориентации и подготовки молодежи к профессии военного, а также укрепления их здоровья и всестороннего развития физических качеств. Программа формирует патриотическое сознание на основе исторических ценностей и роли России в судьбах мира, развитие чувства гордости за свою страну, чувство верности своей малой Родине и Отечеству, готовность к выполнению гражданского долга и конституционных обязанностей по защите интересов Родины. Любовь к Родине, патриотические чувства формируются постепенно, в процессе накопления знаний и представлений об окружающем мире, об истории и традициях русского народа, о жизни страны, о труде людей и о родной природе.

**Нормативная база для разработки дополнительной общеразвивающей программы:**

- Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в РФ».
- Концепция развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства РФ от 4.09.2014 № 1726-р).
- Приказ Минобрнауки России от 29.08.2013 № 1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
- Методические рекомендации МОиН РФ по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) от 18.11.2015г. (№09-3242).

**Направленность программы** - социально-гуманитарная.

**Актуальность данной программы** состоит в комплексном подходе к воспитанию и обучению воспитанников, позволяющем сочетать патриотическое, духовно- нравственное, эстетическое воспитание обучающихся.

Сегодня патриотическое воспитание — это систематическая и целенаправленная деятельность органов государственной власти и организаций по формированию высокого патриотического сознания, чувства верности своему Отечеству. От уровня сформированности гражданской позиции у подрастающего поколения, уважения к историко-культурному наследию своего народа зависит безопасность нации в целом. Именно поэтому актуальным является продолжение работы по патриотическому воспитанию. Ведущим принципом построения программы является практико-ориентированное обучение - самое необходимое для роста умений и навыков детей, перехода к более сложным индивидуальным работам. Это база, которая поможет добиться хороших результатов: позволит поэтапно формировать у детей умение работать как индивидуально, так и в команде; получить навыки выживания в полевых условиях; пробудить интерес к истории своего Отечества.

Важную роль в подготовке молодежи к жизни играют: готовность к нравственному поведению, идеалы и ценности, в соответствии с которыми они выбирают себе профессию, стиль жизни, строят свое будущее. Военно-патриотическое воспитание является основой для подготовки моральноустойчивых, с активной гражданской позицией, физически развитых

будущих защитников нашего Отечества, готовых к выполнению гражданского и воинского долга.

**Основная идея программы** заключается в формировании патриотических чувств, развитии чувства гордости за свою страну; воспитании личности гражданина – патриота России, способного встать на защиту интересов страны; формирование комплекса нормативного, правового и организационно-методического обеспечения функционирования системы патриотического воспитания.

**Практическая значимость программы** в том, что подрастающее поколение нуждается в обновленном патриотическом воспитании. Очевидно, что при эффективной патриотической работе возможно не только укрепление любви и уважения молодых людей к Родине, своему народу, родному городу, двору, но и резкое снижение среди молодежи криминальной культуры, экстремистского поведения и иных негативных явлений.

**Новизна программы** данной программы состоит в том, что данная программа ставит перед обучающимися новые стратегические цели:

- овладение информационным полем туристско-краеведческой направленности;
- приобретение опыта осуществления деятельности в области начальной военной подготовки, военно-прикладных видов спорта и социального проектирования;
- овладение навыком рефлексии деятельности в данной области;
- развитие способностей к построению коммуникаций и коопераций через коллективную деятельность, подготовку, презентацию и реализацию военно-патриотических проектов

**Педагогическая целесообразность** программы заключается в том, что патриотическое воспитание представляет собой организованный и непрерывный процесс педагогического воздействия на сознание, чувства, волю, психику и физическое развитие подростков с целью формирования у них высоконравственных принципов, выработки определенных норм поведения, должной физической и военно-профессиональной готовности к защите Отечества. Она позволяет усилить ориентацию подростка на развитие его интересов и способностей в выбранной деятельности, приобретении знаний и практических навыков, необходимых при прохождении службы и опыта вхождения в коллектив, межличностных отношений и коллективной деятельности.

**Уровневость программы:** стартовый

Стартовый уровень – общеобразовательный, предполагающий общефизическую подготовку, овладение основами и совершенствование техники вида спорта, использование и реализацию таких форм организации материала, которые допускают освоение специализированных знаний, гарантированное обеспечение трансляции общей и целостной картины в рамках содержательно-тематического направления общеобразовательной программы.

На стартовый уровень программы зачисляются все желающие.

**Адресат программы:** данная программа предназначена к реализации для обучающихся в возрасте 12-18 лет. Программа предусматривает дифференцированный подход к обучению, учет индивидуальных психофизиологических особенностей обучающихся.

**Наполняемость групп:** минимальная – 5 человек, оптимальная – 10 человек; максимальная – 15 человек.

**Сроки реализации программы** и режим занятий.

Программа рассчитана на 1 год обучения по 36 учебных недель в год, занятия проводятся с сентября по май, три раза в неделю, продолжительность одного занятия не превышает 1-го академического часа, общее количество часов в год - 108 часов.

Весь период обучения по программе – 108 ч.

**Форма обучения** по программе «Юные Патриоты России» - очная.

**Особенности организации образовательного процесса** - обучение проходит в форме групповых занятий обучающихся разного возраста; состав группы – постоянный.

## 1.2. Цели и задачи программы

**Цель программы:** Социальное становление, патриотическое воспитание и формирование активной гражданской позиции подростков в процессе интеллектуального, духовно-нравственного и физического развития, подготовка их к защите Отечества.

Для достижения этой цели были поставлены следующие **задачи:**

### **Воспитательные:**

- Воспитать качество силы воли, мужества, стойкости, гражданственности и патриотизма.
- Воспитать уважительное отношение к иному мнению, истории и культуре других народов России;
- Воспитать уважение к людям других национальностей, вероисповедания, культуры на основе понимания и принятия базовых общечеловеческих ценностей.

### **Развивающие:**

- Развивать физические качества обучающихся;
- Сформировать навыки дисциплины, самоорганизации и умения действовать в сложных и экстремальных ситуациях.
- Развивать мотивацию обучающихся к познанию важнейших духовно нравственных ценностей, отражающих специфику формирования и развития нашего общества и государства, национального самосознания, образа жизни, миропонимания и судьбы россиян.

### **Образовательные:**

- Дать знания (на уровне обобщенных представлений и первоначальных понятий) значения ключевых слов, раскрывающих курс: человек, общество, гражданин России, его права и обязанности; Родина, столица, государство, государственная символика, праздники, народы, населяющие Россию (в отдельных примерах); международное сотрудничество, общечеловеческие проблемы; история, предыстория.
- Усвоить первоначальные сведения о правах и свободах человека, об обществе и роли человека в нем.
- Расширить знания, умение и навыки в области истории Отечества и Вооруженных сил, физкультуры, спорта, медицины.
- Формировать интерес к воинским специальностям и сформировать желание получить соответствующую подготовку.
- Выработать готовность к достойному служению обществу и государству.

Достижение поставленных задач предполагается осуществить на основе интереса подростков к военному искусству, физической силе и красоте, мужеству и стойкости, смелости и решительности, стремлению к самоутверждению.

### 1.3. Содержание программы

1. *Теоретическая подготовка.* Теоретическая подготовка проводится с учащимися в форме бесед, лекций непосредственно в тренировочном процессе. Беседы связаны с физической, технико-тактической, морально-волевой и психологической подготовкой. Отдельное место – инструктажи по технике безопасности, которые проводятся ежегодно: вводный в начале учебного года (сентябрь), повторный – в начале календарного года (январь), целевой по мере необходимости.

2. *Общая физическая подготовка.* Общая физическая подготовка направлена на развитие основных физических качеств: скоростно-силовые, скоростные, выносливость, ловкость, гибкость. Подвижные игры.

3. *Специальная физическая подготовка.* Направлена на развитие специфических качеств учащихся: гибкости, реакции, ловкости, быстроты, силы.

4. *Огневая подготовка.* Основные элементы техники выполнения выстрела из пневматической винтовки. Изготовка, прицеливание, дыхание, спуск курка. Техника стрельбы с упора и с руки, с опорой на стол или стойку (сидя, стоя). Тренировка технике стрельбы без пуль. Тренировка в удержании винтовки, прицеливание, нажатие на спусковой крючок. Соблюдение режима дыхания. Назначение, боевые свойства, общее устройство и принцип работы автомата.

5. *Строевая подготовка.* Строй, их элементы. Предварительная и исполнительная команды. Обязанности солдат перед построением и в строю. Ответ на приветствие на месте. Строевая стойка с автоматом. Выполнение приемов "На ремень", "На грудь", "За спину".

6. *Участие в соревнованиях.*

7. *Промежуточная и итоговая аттестация.* Промежуточная аттестация проводится для определения уровня подготовленности спортсменов. Итоговая аттестация является основанием для перевода учащегося в группу следующего года обучения.

### 1.4. Учебный план

#### Распределение учебных часов

Содержание занятия	Количество часов
1. Теоретическая подготовка	18
2. Общая физическая подготовка.	30
3. Специальная физическая подготовка	27
4. Огневая подготовка.	12
5. Строевая подготовка	17
6. Участие в соревнованиях	2
7. Промежуточная и итоговая аттестация	2
<b>ИТОГО</b>	<b>108</b>

**Учебный план программы «Юные Патриоты России»:**

№	Содержание	Количество учебных часов по месяцам									Всего часов
		9	10	11	12	1	2	3	4	5	
1.	Теоретическая подготовка	2	2	2	2	2	2	2	2	2	18
2.	Общая физическая подготовка.	4	3	4	3	3	3	4	3	3	30
3.	Специальная физическая подготовка	4	3	3	3	3	2	4	3	2	27
4.	Огневая подготовка.	1	1	1	2	1	2	1	2	1	12
5.	Строевая подготовка	2	3	2	2	1	2	2	2	1	17
6.	Участие в соревнованиях	-	1	-	-	-	-	-	1	-	2
7.	Промежуточная и итоговая аттестация	-	-	-	1	-	-	-	-	1	2
	<b>ИТОГО</b>	<b>13</b>	<b>13</b>	<b>12</b>	<b>13</b>	<b>10</b>	<b>11</b>	<b>13</b>	<b>13</b>	<b>10</b>	<b>108</b>

• **Перечень тем и краткое содержание материала по теоретической подготовке**

№	Тема	Содержание	Кол-во часов
1	Основы комплексной безопасности	Инструктаж по технике безопасности. Правила дорожного движения. Пожарная безопасность. Безопасность на водоемах. Безопасность на каникулах.	2
2	Основы Безопасности Жизнедеятельности.	Ориентирование на местности с помощью местных предметов. Способы добывания огня и разведения костра, виды костров, меры безопасности. Добывание пищи в лесу. Поиск и подготовка воды для питья.	2
3	Гигиена человека	Личная гигиена. Режим дня. Закаливание и его значение в укреплении здоровья. Рациональное питание. Профилактика заболеваний.	2
4	Основы военной службы и военного дела	Российские Вооруженные Силы на современном этапе, назначение, состав, виды Вооруженных Сил. Военская дисциплина, поощрения и дисциплинарные взыскания	2
5	Медико-санитарная подготовка	Краткие анатомо- физиологические сведения об организме человека. Первая медицинская помощь при ранениях. Наложение повязок на различные части тела. Первая медицинская помощь при кровотечениях. Основы легочной реанимации.	2
6	Топография как наука.	Ориентирование по местным предметам. Понятие «топографическая карта», «план местности». Условные топографические знаки. Ориентирование на местности. Компас. Работа с компасом. Способы измерения расстояний на местности и на карте.	2

7	Огневая подготовка	Назначение, боевые свойства и общее устройство автомата и ручного пулемета Калашникова. Порядок разборки, виды разборки автомата, Основные правила ухода и сбережения АКМ и РПК. Работа частей и механизмов автомата Калашникова. Учет, хранение, сбережение оружия и боеприпасов.	2
8	Строевая подготовка	Строй и управление ими. Обязанности воспитанников клуба перед построением и в строю. Порядок выполнения команд. Выполнение воинского приветствия в движении вне строя. Порядок выполнения приемов с оружием.	2
9	Тактико-специальная подготовка	Использование индивидуальных средств защиты. Частичная и полная специальная обработка. Классификация средств индивидуальной защиты. Способы защиты от оружия массового поражения (ОМП).	2
<b>Всего часов</b>			<b>18</b>

### • Общая физическая подготовка

Общефизическая подготовка (ОФП) – развитие функциональных возможностей организма обучающихся, оказывающих опосредованное влияние на эффективность тренировочного процесса.

ОФП создает «фундамент» для спортивной формы и обеспечивает ее непосредственное становление. В это время происходит увеличение силы, быстроты, гибкости, ловкости, а также идет разносторонняя физическая подготовка. Ее характеризует наибольший объем тренировочной нагрузки и постепенный рост интенсивности соревновательных упражнений. Нарастание объема нагрузки должно идти волнообразно, т.е. месяцы большой нагрузки следует чередовать месяцами с меньшим объемом тренировочной работы.

Средствами ОФП являются:

Общеразвивающие упражнения без предметов:

- упражнения для рук и плечевого пояса: движение руками из различных исходных положений (стоя, сидя, лёжа), сгибание, разгибание, вращение, махи, отведение, приведение, рывковые движения руками одновременно и разноименно во время движения шагом и бегом. Упражнения вдвоём с сопротивлением. Отталкивание.

- упражнения для шеи и туловища: наклоны, вращения и повороты головы. Наклоны туловища вперед, назад, в стороны, круговые движения туловищем, повороты туловища, сочетание поворотов и наклонов туловища, поднимание прямых и согнутых ног в положении лёжа на спине, седы из положения лёжа на спине;

- упражнения для ног: поднимание на носки, различные движения прямой и согнутой ногой, приседания на одной и обеих ногах, выпады, перемены выпадов с дополнительными пружинящими движениями, прыжки на месте.

- упражнения для всех частей тела: сочетания движений различными частями тела (приседания с наклоном вперед и движениями руками, выпады с наклоном и движениями руками, выпады с наклоном и движениями туловища, вращение туловища с круговыми движениями руками и др.), разноименные движения на координацию, упражнения на формирование правильной осанки, упражнения на растягивание и расслабление.

Общеразвивающие упражнения с предметом: упражнения со скакалкой, с гимнастической палкой, с набивными мячами.

Упражнения на гимнастических снарядах: на гимнастической скамейке, на канате; на перекладине, на гимнастической стенке.

Упражнения из акробатики: кувырки, стойки, перевороты.

Лёгкая атлетика: бег на короткие дистанции (30,60,100 м), прыжки в длину с места, прыжки в высоту с места, толкание гири.

Спортивные игры: баскетбол, волейбол, ручной мяч, бадминтон, футбол; спортивные игры по упрощённым правилам.

Подвижные игры: игры с бегом, прыжками, с метаниями, с элементами сопротивления, перетягивание каната, эстафеты.

#### • **Специальная физическая подготовка**

Освоение и совершенствование техники выполнения упражнений, преодоления полосы препятствий, бега по пересечённой местности, в обмундировании. Выработка специальной выносливости — способности длительно выполнять упражнение, не снижая активности работы. Для этого используются тренировки без патрона, длительное время пребывания в позе изготовки без оружия или с оружием. Отработка устойчивости, техники прицеливания и нажима на спусковой крючок в тренировках по огневой подготовке. Тренировки, направленные на укрепление мышц, суставов и связок, что помогает предотвратить возможные травмы при выполнении движений.

#### • **Огневая подготовка**

Назначение, боевые свойства и общее устройство автомата и ручного пулемета Калашникова. Выполнение нормативов разборки, сборки автомата Калашникова.

Работа частей и механизмов автомата Калашникова. Назначение частей и механизмов автомата Калашникова, их положение до приведения автомата в боевую готовность. Использование пороховых газов при автоматическом зарядании автомата, взаимодействие частей и механизмов автомата при производстве выстрела. Отработка навыков разборки механизмов. Учет, хранение, сбережение оружия и боеприпасов.

Осмотр и подготовка оружия к стрельбе. Проведение осмотра автомата, проведение осмотра патронов. Меры безопасности при обращении с автоматом и патронами.

Назначение, боевые свойства и устройства малокалиберной винтовки МК. Проведение осмотра винтовки. Принцип действия. Основные части винтовки, их назначение принцип работы частей при зарядании и производстве выстрела. Определение расстояний до целей при стрельбе из МК.

Ведение огня из автомата. Отработка навыков снаряжения магазина. Порядок производства выстрела. Действия при прекращении стрельбы.

#### • **Строевая подготовка**

Обязанности военнослужащего перед построением в строю. Строи и управление ими. Обязанности воспитанников клуба перед построением и в строю.

Отработка и выполнение команд командира взвода.

Порядок выполнения команд: «Становись» или «Смирно». Действия по команде «Вольно», «Заправиться», «Головные уборы снять (надеть)». Повороты на месте: «Напра – ВО», «Нале- ВО», «Кру – ГОМ».

Движение шагом. Движение бегом. Строевой шаг, Походный шаг. Повороты в движении: «Напра – ВО», «Нале- ВО», «Кругом – МАРШ».

Команды для выхода из строя и возвращения в строй. Порядок действий с оружием и без оружия.

Порядок подхода к начальнику вне строя с оружием и без оружия.

Выполнение воинского приветствия при обгоне начальника (старшего). Строевой смотр ВПК. Выход ВПК на строевой смотр в походном строю. Перестроение в развернутый двухшереножный строй. Встреча командира. Проверка наличия личного состава, внешнего вида обучаемых. Одиночная строевая подготовка. Строевая слаженность ВПК. Прохождение торжественным маршем. Прохождение с песней.

Выполнение приемов с оружием «К оружию», «В ружье», «Ремень – ОТПУСТИТЬ (подтянуть) «Оружие положить».

Тренировка выполнения приемов с оружием.

Выполнение приемов с оружием «Автомат на – ГРУДЬ», «На РЕМЕНЬ», «Оружие – ЗА СПИНУ».

Выполнение воинского приветствия с оружием на месте и в движении. Строевые приёмы с оружием.

Движение строевым шагом с оружием. Повороты в движении с оружием. Повороты кругом с оружием. Отдание воинской чести с оружием.

Тренировка выполнения приемов. Развернутый строй отделения, взвода.

Походный строй отделения, взвода.

Перестроение отделения (взвода) из развернутого строя в колонну. Перестроение отделения (взвода) на месте и в движении.

Строевой смотр подразделения. Несение караульной службы.

Основные правила выноса знамени. Тренировка знамённой группы. Разучивание строевой песни в составе подразделения. Несение караульной службы.

## 1.5. Планируемые результаты

### Личностные результаты:

#### в сфере патриотического воспитания:

- осознание российской гражданской идентичности в поликультурном и многоконфессиональном обществе, проявление интереса к познанию родного языка, истории, культуры Российской Федерации, своего края, народов России;
- ценностное отношение к достижениям своей Родины — России, к науке, искусству, спорту, технологиям, боевым подвигам и трудовым достижениям народа;
- уважение к символам России, государственным праздникам, историческому и природному наследию и памятникам, традициям разных народов, проживающих в родной стране;

#### в сфере гражданского воспитания:

- осмысление исторической традиции и примеров гражданского служения Отечеству;
- готовность к выполнению обязанностей гражданина и реализации его прав;
- уважение прав, свобод и законных интересов других людей;
- активное участие в жизни семьи, образовательной организации, местного сообщества, родного края, страны;
- неприятие любых форм экстремизма, дискриминации; неприятие действий, наносящих ущерб социальной и природной среде;

#### в духовно-нравственной сфере:

- представление о традиционных духовно-нравственных ценностях народов России;
- ориентация на моральные ценности и нормы современного российского общества в ситуациях нравственного выбора;
- готовность оценивать свое поведение и поступки, а также поведение и поступки других людей с позиции нравственных и правовых норм с учетом осознания последствий поступков;
- активное неприятие асоциальных поступков;

#### в понимании ценности научного познания:

- осмысление значения истории как знания о развитии человека и общества, о социальном, культурном и нравственном опыте предшествующих поколений;
- овладение навыками познания и оценки событий прошлого с позиций историзма;

#### в сфере эстетического воспитания:

- представление о культурном многообразии своей страны и мира;
- осознание важности культуры как воплощения ценностей общества и средства коммуникации;

- понимание ценности отечественного и мирового искусства, роли этнических культурных традиций и народного творчества;

- уважение к культуре своего и других народов;

**в формировании ценностного отношения к жизни и здоровью:**

- осознание ценности жизни и необходимости ее сохранения (в том числе — на основе примеров из истории);

- представление об идеалах гармоничного физического и духовного развития человека в исторических обществах (в античном мире, эпоху Возрождения) и в современную эпоху;

**в сфере трудового воспитания:**

- понимание на основе знания истории значения трудовой деятельности людей как источника развития человека и общества;

- представление о разнообразии существовавших в прошлом и современных профессий;

- уважение к труду и результатам трудовой деятельности человека; определение сферы профессионально-ориентированных интересов, построение индивидуальной траектории образования и жизненных планов;

**в сфере адаптации к меняющимся условиям социальной и природной среды:**

- представления об изменениях природной и социальной среды в истории, об опыте адаптации людей к новым жизненным условиям, о значении совместной деятельности для конструктивного ответа на природные и социальные вызовы.

**Метапредметные результаты:**

**в сфере универсальных учебных познавательных действий:**

- владение базовыми логическими действиями:
- систематизировать и обобщать факты и данные (в форме таблиц, схем);
- выявлять характерные признаки явлений, событий;
- раскрывать причинно-следственные связи событий;
- сравнивать события, ситуации, выявляя общие черты и различия;
- формулировать и обосновывать выводы;
- **владение базовыми исследовательскими действиями:**
- определять познавательную задачу;
- намечать путь ее решения и осуществлять подбор исторического материала, объекта;
- систематизировать и анализировать факты, осуществлять реконструкцию исторических событий;
- соотносить полученный результат с имеющимся знанием;
- определять новизну и обоснованность полученного результата;

**работа с информацией:**

- осуществлять анализ учебной и внеучебной исторической информации (учебник, тексты исторических источников, научно-популярная литература, интернет-ресурсы и др.) — извлекать информацию из источника;

- различать виды источников информации;

- высказывать суждение о достоверности и значении информации источника (по критериям, предложенным учителем или сформулированным самостоятельно).

**в сфере универсальных учебных коммуникативных действий:**

- общение;

- представлять особенности взаимодействия людей в исторических обществах и современном мире;

- участвовать в обсуждении событий и личностей прошлого, раскрывать различие и сходство высказываемых оценок;

- выражать и аргументировать свою точку зрения в устном высказывании, письменном тексте;

- публично представлять результаты выполненного исследования, проекта;

- осваивать и применять правила межкультурного взаимодействия в школе и социальном окружении;

**осуществление совместной деятельности:**

- осознавать на основе примеров значение совместной работы как эффективного средства достижения поставленных целей;
- планировать и осуществлять совместную работу, коллективные учебные проекты по истории, в том числе — на региональном материале;
- определять свое участие в общей работе и координировать свои действия с другими членами команды;
- оценивать полученные результаты и свой вклад в общую работу.

**в сфере универсальных учебных регулятивных действий:**

- владение приемами самоорганизации своей учебной и общественной работы (выявление проблемы, требующей решения; составление плана действий и определение способа решения);
- владение приемами самоконтроля — осуществление самоконтроля, рефлексии и самооценки полученных результатов; способность вносить коррективы в свою работу с учетом установленных ошибок, возникших трудностей.

**в сфере эмоционального интеллекта, понимания себя и других:**

- выявлять на примерах исторических ситуаций роль эмоций в отношениях между людьми;
- ставить себя на место другого человека, понимать мотивы действий другого (в исторических ситуациях и окружающей действительности);
- регулировать способ выражения своих эмоций с учетом позиций и мнений других участников общения.

**Предметные результаты:**

- физическая подготовка (развитие выносливости и физической силы через освоения силовых, легкоатлетических, гимнастических и других упражнений для прохождения марш-бросков, полосы препятствий и т.д.);
- огневая подготовка (знания видов оружия и боеприпасов и т.д.);
- общевоинские уставы ВС РФ (права и обязанности военнослужащих и т.д.);
- строевая подготовка (соблюдение воинского порядка и укрепление служебной дисциплины, совершенствование умения владеть своим телом, развитие наблюдательности, чувств коллективизма и исполнительности);
- военная история (военная история разных веков и т.д.);
- тактическая подготовка (действия военнослужащего в обороне, разведке, наступлении).

**Формы отслеживания и фиксация образовательных результатов.**

- -контрольно-переводные нормативы (два раза в год);
- -участие в соревнованиях (в течение года).

Контрольно-переводные нормативы – проводится в форме тестирования по общей физической подготовке, технической и специальной физической подготовке, что позволяет оценить качество проведенной работы, успехи и отставание отдельных спортсменов.

Участие в официальных соревнованиях и проведение соревновательных занятий в форме неофициальных соревнований.

## 2. Комплекс организационно-педагогических условий

### 2.1. Календарный учебный график

Год обучения	1 год обучения
Начало учебного года	1 сентября
Окончание учебного года	Не позднее 31 мая
Количество учебных недель	36 недель
Количество часов в год	СОГ 1 – 108 часов
Продолжительность занятия (академический час)	СОГ 1 – 45 мин (один академический час)
Периодичность занятий	СОГ 1 – 3 часа в неделю; 3 раза в неделю
Промежуточная аттестация	01 декабря – 15 декабря 10 мая – 25 мая
Объем и срок освоения программы	108 часов, 1 год обучения
Режим занятий	В соответствии с расписанием
Каникулы зимние	31 декабря – 8 января
Каникулы летние	01 июня – 31 августа

### 2.2. Условия реализации программы

#### • Материально-техническое обеспечение

Одним из условий успешности реализации программы является соответствие материально-технических возможностей учреждения задачам воспитательно-образовательной деятельности детей по программе «Юные Патриоты России». Данные помещения должны соответствовать санитарно-гигиеническим нормам и требованиям, предъявляемым к спортивным помещениям в соответствии с СанПин 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологических требований к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».

Для реализации учебно-тренировочного процесса необходимо:

- 1) спортивный зал;
- 2) тренажерный зал;
- 3) необходимое оборудование и спортивный инвентарь:

№ п/п	Наименование
1.	мультимедийный проектор
2.	гантели переменной массы от 1 до 6 кг
3.	винтовки
4.	макет автомата Калашникова
5.	мишень
6.	канат для лазанья
7.	противогаз
8.	общевойсковой защитный комплект (ОЗК)
9.	стенка гимнастическая

10.	мяч футбольный
11.	мяч волейбольный
12.	скакалка

#### • Информационное обеспечение

Перечень информационно-методических материалов, рекомендуемых для тренеров-преподавателей, работающих по данной программе, а так же отдельный список рекомендуемой литературы для учащихся и их родителей в помощь в освоении данной программы представлен на странице 18.

#### • Кадровое обеспечение

Требования к квалификации тренера-преподавателя, согласно Приказу Минздравсоцразвития Российской Федерации от 26.08.2010 г. № 761 «Об утверждении Единого квалификационного справочника должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел «Квалификационные характеристики должностей работников образования», реализующего данную дополнительную общеобразовательную общеразвивающую программу: высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование в области физкультуры и спорта без предъявления требований к стажу работы или высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование и дополнительное профессиональное образование в области физкультуры и спорта без предъявления требований к стажу работы.

#### • Методические материалы

Основная цель программы - совершенствование системы военно-патриотического и нравственного воспитания подрастающего поколения и молодёжи, объединение подростков и молодёжи в единую неполитическую общественную организацию, пропагандирующую патриотизм и здоровый образ жизни, воспитание патриотов своего Отечества. Предусмотрено выполнение практических и творческих заданий, участие в торжественных мероприятиях.

#### • Формы, методы и принципы реализации содержания программы:

*Особенности организации образовательного процесса:* образовательный процесс осуществляется в очной форме, возможно дистанционное обучение.

*Методы обучения:*

Реализация программы патриотической направленности в дополнительном образовании требует особого подхода к выбору методов, способствующих формированию у обучающихся стойких позитивных установок по отношению к Родине.

#### **Информационно-познавательные:**

- Изучение исторических документов, воспоминаний участников значимых событий, художественных произведений, отражающих героизм и подвиг советского и российского народов.

- Просмотр документальных фильмов, телепередач, тематических мероприятий.

#### **Игровые технологии:**

- Организация квестов, ролевых игр, викторин, конкурсов, посвященных историческим событиям, героям Отечества, символике государства.

#### **Интерактивные мероприятия:**

- Проведение дискуссий, круглых столов, дебатов, мастер-классов, экскурсионных поездок, посещение музеев, памятников боевой славы, мемориальных комплексов.

#### **Социально-значимая практика:**

- Участие в волонтерской деятельности, акциях памяти, субботниках, благоустройстве памятных мест, мероприятиях по сохранению культурного наследия.

**Творческие мероприятия:**

- Конкурсы рисунков, сочинений, стихов, фотографий, видеороликов, театральных постановок, музыкальных композиций, выражающих любовь к Родине, гордость за её историю и народ.

**Физкультурно-спортивные мероприятия:**

- Спортивные соревнования, военно-патриотические игры, туристские слеты, походы, экскурсии по местам боевой славы.

**Патриотическое воспитание через искусство:**

- Посещение театров, концертов, просмотр спектаклей, кинофильмов, прослушивание классической музыки, участие в конкурсах художественного творчества.

**Работа с семьей и сообществом:**

- Привлечение родителей и общественности к участию в патриотических мероприятиях, организация совместных акций, встреч поколений.

**Использование цифровых технологий:**

- Применение онлайн-ресурсов, виртуальных туров, интерактивных карт, образовательных платформ для изучения и популяризации исторического наследия.

Эти методы позволяют создать условия для всестороннего развития детей и молодежи, воспитания уважения к Отечеству, формирования гражданского сознания и готовности к служению интересам своей страны.

*Формы организации учебного занятия:* занятия проводятся в форме физической тренировки, теоретической подготовки, проведения культурно – массовых мероприятий, соревнований, бесед, конкурсов, игр, помогающих развивать и осуществлять в полной мере технологии и идеи личностно- ориентированного образования. В ходе проведения занятий используется, в том числе и индивидуальный подход. На занятиях по возможности используются технические средства (наглядные пособия и др.)

*Формы организации образовательного процесса:* индивидуальная, индивидуально-групповая и групповая; выбор той или иной формы обосновывается с позиции физкультурно-спортивной направленности.

*Алгоритм учебного занятия:*

Вводная часть. Состоит из построения, приветствия, оглашение темы занятия, техники безопасности, разминки и растяжки.

Основная часть занятия. Работа по программе.

Заключительная часть занятия. Заминка (растяжка, упражнения на расслабление мышц). Подведение итогов занятия.

*Принципы спортивной подготовки:*

– Принцип сознательности и активности. Ясное и отчетливое понимание цели, задач тренировки, средств, методов и т.д. Обеспечивает успешное обучение спортивной техники и тактики, эффективное развитие силы, быстроты, выносливости, воспитание моральных и волевых качеств, результативное участие в соревнованиях.

– Принцип специализации. В зависимости от морфологических, физиологических, психологических особенностей, от уровня подготовки необходима узконаправленная специализация

– Принцип всесторонности. Он определяет необходимость для спортсмена всестороннего развития, включающего в себя высокий моральный и культурный уровень, разносторонние волевые качества, отличную работоспособность всех органов и систем организма, многообразное умение координировать движения физическое, совершенство в целом.

– Принцип возрастающих нагрузок. Правильное использование нагрузок и воздействий в процессе подготовки спортсменов играет одну из решающих ролей в достижении успеха.

– Принцип повторности. Всё многообразие задач спортивной тренировки решаются через повторное выполнение упражнений, действий, заданий, тренировочных работ и занятий,

соревнований и т.д.

– Принцип разнообразия и новизны. Необходим для облегчения и отдыха психической сферы, устающей от привычного фона занятий, для усиления воздействия средств и методов и, следовательно, адаптационных положительных изменений.

– Принцип наглядности. Принцип наглядности очень важен для обучения спортивной техники, тактике. Демонстрация с помощью видеозаписей, кино, фото таблиц, рисунков, моделей того, чему обучают, значительно ускоряет обучение.

– Принцип индивидуализации. Индивидуальный подход диктует реализацию спортивной подготовки соответственно особенностям спортсмена, обеспечивая достижение более эффективных результатов в воспитании, обучении и тренировке.

### **Система воспитательной работы. Организация мероприятий с обучающимися и родителями вне учебного плана**

МБУ СПК «ВИТЯЗЬ» в своей воспитательной работе с детьми ориентируется на военно-патриотическое воспитание, придерживаясь логики во взаимосвязи физкультурно-спортивного воспитания спортсмена-борца и военно-патриотического воспитания гражданина-патриота.

За годы работы в клубе сложились свои традиции. Помимо выездов на соревнования различного уровня, клуб принимает участие и в других мероприятиях.

Ежегодно составляется План воспитательных мероприятий МБУ СПК «ВИТЯЗЬ», кроме того, у каждого тренера-преподавателя имеется индивидуальный план воспитательной работы в группах. Эти планы включают досуговые и тематические воспитательные мероприятия с привлечением к участию родителей воспитанников, специалистов по тематике мероприятия, представителей общественных организаций и др.

Педагогическая целесообразность данного направления воспитательной работы заключается в необходимости воспитания личностных качеств, способных преобразовать духовность окружающего мира, защитить человека от дурных поступков, помыслов и деяний, подготовить молодых людей к службе в армии.

### **2.3. Формы контроля и оценочные материалы**

Для систематического контроля, оценки и анализа уровня подготовки учащихся, их физического развития, состояния здоровья и личностной зрелости необходимо выделять в учебно-тренировочном процессе достаточное время для диагностических, зачётных и аттестационных мероприятий.

Мониторинговые мероприятия проходят в различной форме на разных ступенях обучения:

- входная диагностика: собеседование, сдача контрольных нормативов;
- промежуточная аттестация: сдача контрольно-переводных нормативов, участие в соревнованиях;
- итоговая аттестация: сдача итоговых контрольных нормативов, участие в соревнованиях.

Текущий мониторинг: педагогическое наблюдение.

Входная диагностика проводится в начале учебного периода и направлена на определение степени готовности ребенка к той или иной деятельности. В нее включены: тестирование физических качеств, врачебное освидетельствование. По результатам диагностики анализируются полученные результаты и подбираются индивидуальные нагрузки, определяется формы и методы работы с данными детьми.

В конце учебного года проводится промежуточная аттестация в форме сдачи контрольно-переводных нормативов, призванная определить динамику развития каждого ребенка, правильность подобранных учебно-тренировочных программ. освоения базовыми элементами пауэрлифтинга и уровень развития физических качеств.

Обучение по программе оканчивается сдачей итоговых контрольных нормативов.

Контрольно-переводные нормативы представлены в Приложении 1. Контрольные упражнения и нормативы по их выполнению соответствуют требованиям всероссийского комплекса Готов к труду и обороне. В таблицах указаны нижние границы выполнения норматива на ту или иную оценку.

Задачи, которые решает промежуточный и итоговый контроль обучающихся:

1. Подведение итогов
2. Выяснение результативности, роста каждого ребенка.
3. Расширение образовательного пространства.
4. Связь с родителями.
5. Формирование коммуникативной культуры.
6. Самореализация учащихся, презентация своей деятельности в социуме.
7. Мониторинг образовательной программы.

## Список литературы

### Список литературы для тренера-преподавателя

1. Абрамова, С.В. Система гражданского образования школьников: воспитание гражданской активности, социально-правовое проектирование, изучение гуманитарного права [Текст] – М.: Глобус, 2006. – 224 с.
2. Агапова, И.А. Мы – патриоты! Классные часы и внеклассные мероприятия [Текст]: 1-11 классы. – М.: ВАКО, 2010. – 368 с.
3. Азаров, Ю. Педагогическое искусство патриотического воспитания школьников // Дополнительное образование. – 2013. - №6. – С.3 – 7.
4. Беспятова, Н.К. Военно-патриотическое воспитание детей и подростков методическое пособие / Н.К. Беспятова, Д.Е. Яковлев [Текст] – М.: Айрис Пресс: Айрис дидактика, 2006. – 189 с.
5. Быков, А.К. Событийный подход в патриотическом воспитании школьников // Воспитание школьников. – 2009. - №7. – С.21 – 24.
6. Журавская, Т.В. Патриотическое воспитание: Нормативные правовые документы. – 2-е изд., перераб. – М.: ТЦ Сфера, 2006. – 96 с.
7. Микрюков, В.Ю. Военно-патриотическое воспитание в школе: 1-11 классы [Текст] – М.: ВАКО, 2009. – 192 с.
8. Конасова, Н.Ю. Права детей на дополнительное образование и социально-педагогическую поддержку [Текст]: учеб. – метод. пособие / Н.Ю. Конасова [и др.]. – Санкт-Петербург: КАРО, 2005. – 219 с.
9. О ходе модернизации российского образования // Воспитание школьников. – 2012. №10. – С.3 – 7.
10. Приходько, В. И Актуальность проблемы воспитания патриотизма и готовности молодежи к защите Отечества / В.И. Приходько // Молодежь и общество. – 2011. - №2. С.53 – 57.
11. Шемшурина, А.И. Патриотическое воспитание школьников. Кн. для учителя. Учеб. – метод. пособие / А.И. Шемшурина [Текст] – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2001. – 110 с.
12. Шипов, К. Воспитание на исторических событиях // Патриот Отечества. – 2013. - № 11. – С.34 – 36.

### Список литературы для обучающихся

1. Непобедимые: 50 подвигов, совершенных южноуральцами в Великую Отечественную войну/- Челябинск: Медиацентр Альфа, 2015. – 60 с.
2. Детская книга памяти. Лучшие сочинения проекта «Наши деды ковали Победу!» - Челябинск: Издательство Игоря Розина, 2015. – 518 с.
3. Васнев В. А., Чинённый С. А. Основы подготовки к военной службе: Кн. для учителя. — М.: Просвещение, 2002. – 188 с.
4. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни : учебное пособие / Р. И. Айзман, В. Б. Рубанович, М. А. Суботялов. – 3-е издание, стереотипное. – Новосибирск : Сибирское университетское издательство, 2017. – 214 с.

### Список интернет-ресурсов

1. Образовательные ресурсы Интернета – Безопасность жизнедеятельности <http://www.alleng.ru>
2. <http://www.school-obz.org> Основы безопасности жизнедеятельности.
3. История (topwar.ru) - виды вооружений, ход и итоги военных конфликтов
4. <https://youtu.be/s104kvzpmam> - Дни воинской славы России
5. [https://youtu.be/0cvJpWPwO\\_Y](https://youtu.be/0cvJpWPwO_Y) - Символы воинской чести
6. Звания в армии России (army-blog.ru) - Воинские звания и знаки различия в ВС РФ

**Контрольно-переводные нормативы «Юные Патриоты России»  
(промежуточная и итоговая аттестации)**

Контрольные упражнения		Мальчики			Девочки		
		Оценка					
		5 продвинутый	4 базовый	3 стартовый	5 продвинутый	4 базовый	3 стартовый
<b><i>Общая физическая подготовка</i></b>							
1.	Бег на 30 м, с	≤ 5,4	5,8	6,2	≤ 6	6,3	6,6
2.	Подтягивание на высокой перекладине из виса (кол-во раз)	≥ 8	5	3	-	-	-
	Подтягивание на низкой перекладине из виса лежа (кол-во раз)	-	-	-	≥ 18	12	8
3.	Подъем туловища из положения лежа на спине с фиксированными стопами за 1 мин. (кол-во раз)	≥ 47	37	31	≥ 41	31	27
4.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (кол-во раз)	≥ 25	15	10	≥ 15	9	6
5.	Прыжок в длину с места, см	≥ 165	155	145	≥ 150	140	130
<b><i>Техническая и специальная физическая подготовка</i></b>							
6.	Прыжки со скакалкой без остановки (раз/мин)	≥ 35	30	25	≥ 35	30	25
7.	Кистевая динамометрия (кг)	≥ 24	20	16	≥ 22	18	14
8.	Удержание пистолета в позе изготковке (мин)	≥ 2	1,5	1	≥ 1,5	1	0,5

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 80760091953345287616995357499410305195481097559

Владелец Шпаков Анатолий Валерьевич

Действителен с 10.04.2025 по 10.04.2026