

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя
общеобразовательная школа № 19

Принята на заседании
методического совета
МБОУ СОШ №19
от « 31 » __ 08 __ 2017г.
Протокол № __ 1 __

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МБОУ СОШ №19
С.А. Ширина
2017г.



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
Социально – педагогической направленности
«Стрижи»

Возраст обучающихся: 10 – 17 лет
Срок реализации программы 5 лет
Количество часов в год: 152 часа

Педагог, реализующий программу:
Ажибаев Азамат Жуламаевич

г. Сургут
2017

Паспорт дополнительной общеобразовательной программы
МБОУ СОШ № 19

Название программы:	«Стрижи»
Направленность программы:	Социально – педагогическая
ФИО педагога:	Ажибаев Азамат Жуламаевич
Год разработки:	2017
Где, и когда и кем утверждена программа:	МС МБОУ СОШ № 19 протокол от 31.08. 2017 № 1
Уровень программы:	Базовый
Информация о наличии рецензии:	Нет
Цель:	Развитие гражданственности и патриотизма, как важнейших духовно- нравственных и социальных ценностей;
Задачи:	<p>Задачи на первые три ступени программы, 1 блок:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. дать знания о родном городе Сургуте, Ханты - Мансийском автономном округе (воинской славе, патриотах, трудовых подвигах нефтяников и газовиков); 2. развить общефизическую подготовку; памятникам воинской славы; 3. сформировать отрицательное отношение к вредным привычкам; 4. дать знания о военной технике, разных родов войск РА (истории, создателях, технических характеристик). <p>Задачи на вторые три ступени программы, 2 блок:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. чтить традиции дедов и отцов (воинские, патриотические и гражданские); 2. улучшить физическую подготовку, закалить тело и дух; 3. развить навык бережного и трепетного отношения к памятникам воинского и культурного наследия города Сургута и Ханты – Мансийского автономного округа, ветеранам и семьям погибших защитников Отечества; 4. освобождение от вредных привычек; теоритическое знакомство с военной техникой.
Ожидаемые результаты:	Знают что такое строевая стойка, поворот налево, направо, шеренга, колонна, строевой шаг, походный шаг.

	Знают знаки отличия, должностные инструкции курсанта, рода войск РА. Знают основы гигиены, первую доврачебную помощь, приемы транспортировки пострадавшего.
Срок реализации программы:	5 лет
Количество часов в год/неделю:	152/4
Возраст воспитанников:	11-17 лет
Формы занятий:	Теоретические, практические
Методическое обеспечение, техническое, материальное обеспечение:	<ul style="list-style-type: none"> - пособие для учебных занятий: «Основы безопасности жизнедеятельности» А. Т. Смирнов; - медико-санитарная подготовка учащихся, П. А. Курцева; - Автомат Ключникова – 74; - пневматическая винтовка – МР 512; - ГП – 5, ГП – 7; - ОЗК; - робот-тренажер «Максим»; - военная форма.
Условия реализации программы:	Занятия проводятся в кабинете ОБЖ, спортивном зале МБОУ СОШ №19.

Пояснительная записка.

Любое государство желает видеть молодое поколение достойными гражданами и патриотами своей Родины. Не равнодушное и бессильное молодое поколение ждет Отечество, а смелых, пытливых, упорных людей, которые могут поставить цель, достичь ее, при этом предвидя и отвечая за результаты содеянного. В последние годы изменилось мировое сообщество людей, появились глобальные перемены в их сознании и отношении к таким общечеловеческим ценностям, как: Человек, Мир, Свобода, Демократия, Право. В России также строится демократическое общество. Образовательная программа

«СТРИЖИ» разработана в 2017 году и основана на:

- Конституции Российской Федерации;
- Конвенции о правах ребенка, принятой ООН 5 декабря 1989г.;
- Федерального закона от 24 июля 1998г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (с изменениями от 20 июля 2000г.);
- Закона РФ «Об образовании» от 10 июля 1992г. №3266-1 в редакции Федеральных Законов от 13 января 1996 г. № 12-ФЗ;
- «Национальной доктрины образования в Российской Федерации», утвержденной Постановлением правительства РФ от 4 октября 2000г. № 751;
- «Федеральной целевой программы развития образования», утвержденной Распоряжением Правительства РФ от 3 сентября 2005г. № 1340-р;
- «Концепции модернизации российского образования на период до 2010 года», одобренной Распоряжением Правительства РФ от 29 декабря 2001г. №1756-р и утвержденной решением коллегии Минобразования и науки РФ от 06.10. 2004г. № ПК-2;
- «Концепции модернизации дополнительного образования РФ до 2010 года», утвержденной решением коллегии Минобразования и науки РФ от 06.10.2004г. № ПК-2;
- Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 3 апреля 2003г. №27 «О введении в действие нормативов СанПиН 2.4.4. 1251-03»;
- Типового положения об образовательном учреждении дополнительного образования детей, утвержденным постановлением Правительства РФ от 7 марта 1995г. № 233 с дополнениями, утвержденными постановлением Правительством РФ от 22 февраля 1997г. №212;
- Закон ХМАО - Югры от 30 декабря 2005г. №154-03 «О программе ХМАО - Югры «Реализация приоритетного национального проекта «Образование» в Ханты- Мансийском автономном округе - Югре» на 2006- 07 годы» (с изменениями от 16 октября 2006г.);
- Закон ХМАО - Югры от 26 декабря 2005 г. № 148-оз «О программе ХМАО - Югры «Дети Югры» на 2006-10 годы»;
- Решение Сургутской городской Думы от 20 февраля 2004 г. №304-/ГД «Об утверждении городской целевой программы «Дети Сургута» на 2004-07годы»;

- Постановление Администрации города от 05.05.2006г. № 812 «Об утверждении проекта программы по реализации приоритетного национального проекта «Образование» в городе Сургуте на 2006-07 годы»

- Решение Сургутской городской Думы от 26 октября 2005г. №509-/ГД «О комплексной программе по профилактике правонарушений и преступности в городе Сургуте на 2006-10 годы»;

- Устава МБОУ СОШ №19 г. Сургута.

Пути гражданского и патриотического воспитания намечены в Концепции модернизации образования и Письме Министерства образования РФ «О гражданском образовании учащихся общеобразовательных учреждений Российской Федерации» (от 15.01.2003г.), в постановлении Правительства Российской Федерации от 11 июля 2005г. № 422 «О государственной программе «Патриотического воспитания граждан Российской Федерации на 2006-2010 годы».

Предлагаемая программа разработана на базе муниципального образовательного учреждения дополнительного образования детей «Станция юных техников» и была апробирована в качестве эксперимента на базе МОУ СОШ №19 г. Сургута.

На сегодняшний день, в военно-патриотическом клубе «СТРИЖИ» Состоят учащиеся 5-11 классов, сформирован взвод, что помогает решать одну из проблем патриотического воспитания - преемственности лучших традиций, связанных со служением Отечеству. В учебном процессе образовательного учреждения программа тесно взаимодействует с такими предметами как: история России, основы безопасности жизнедеятельности, физическая культура, биология, краеведение, бальные танцы, кроме этого изучаются предметы этика, эстетика. Воспитанники клуба активно участвуют в воспитательном пространстве образовательного учреждения, в мероприятиях муниципального и региональных уровней, проводят акции, посвященные дням воинской славы ВС РФ, организовываются встречи с ветеранами Великой Отечественной Войны, Демократической республики Афганистан, Чеченских событий и ветеранов родов войск ВС РФ. К проведению занятий привлекаются работники правоохранительных органов, медицинские работники, ветераны элитных родов войск ВС РФ.

Программа предполагает не только проведение теоретических занятий, но и использование активных, нестандартных форм работы через коллективно- творческую деятельность, практических занятий. В процессе усвоения материала воспитанники идут от простого к сложному, но, не освоив в совершенстве необходимую технику или дисциплину курсант не может перейти на другую ступень. Каждая ступень возвращает к тем же блокам и модулям, но уже на другом уровне, с учетом приобретенного опыта и знаний по мере взросления.

В период смены эпох, а вместе с ними и ценностей, меняется и сознание человека. Прерывается связь поколений, в связи с чем, отсутствуют механизмы передачи опыта старшего к младшему. Исходя из вышесказанного, личного спортивного прошлого и воинской службы в Демократической республики Афганистан, работе в клубе военной - спортивной подготовки и имея богатый опыт работы с подростками мною разработана программа «СТРИЖИ». Содержание программного материала отражает мой опыт и интересы. В том и загадка души российского народа, что встречаются люди,

кому не чуждо понятие долга, а самоотдача является не пустым словом, а смыслом жизни на благо Отечества. Вековые устои традиционно заложены в генетической памяти русского человека. Патриотизм является важнейшим духовным достоянием личности, характеризует высший уровень ее развития и проявляется в ее активной деятельности, самореализации на благо Отечества. Одной из проблем, на решение которой направлена данная программа, является проблема, повышенной агрессивности подростков, заложенной современной видеокультурой. Виды деятельности подростков, в рамках программы, позволяют дать выход агрессии подростков на занятиях по военно-прикладным видам спорта, различными видами единоборств, занятия спортивным туризмом, изучению и вождению техники, парашютным спортом, горной подготовке и альпинизму.

Цели программы:

- развитие гражданственности и патриотизма, как важнейших духовно- нравственных и социальных ценностей;
- формирование профессионально значимых и волевых качеств, умений, физической подготовленности, готовности к воинской службе;
- воспитание чувства верности конституционному и воинскому долгу, высокой ответственности и дисциплинированности;
- развитие способностей к самоорганизации, самореализации, саморазвитию.

Человек имеет тонко развитую психику - это качество заложено в нас самой природой и необходимо для того, чтобы не находиться в постоянном конфликте с окружающим миром, а легко приспосабливаться к нему. Но тонкая, легко возбудимая психика часто является причиной возникновения у людей не только естественных страхов, но и большого количества страхов мнимых, создаваемых собственным воображением. Предлагаемая программа способствует преодолению собственных тревог и страхов, позволяет сохранять уверенность в себе и присутствие духа в любых ситуациях. Самое важное – научить детей правилам жизни во взрослом мире, мире который энергично меняется. Речь идет не столько о том, что бы муштровать детей по средствам начальной - военной подготовки, сколько о воспитании патриотизма.

Патриотизм - это особая направленность самореализации и социального поведения граждан, критериями для которых являются любовь и служение Отечеству, обеспечение целостности и суверенитета России, ее национальная безопасность, устойчивое развитие, долг и ответственность, предполагающие приоритет общественных и государственных начал над индивидуальными интересами и устремлениями, выступающие как высший смысл жизни и деятельности личности, всех социальных групп и слоев общества. Программа построена по блочно-модульному принципу организации содержания занятий. Каждый блок является логически законченным материалом, направленным на решение одной из задач.

Материал блоков ориентирован на разный возраст воспитанников, а модули учитывают разносторонность интересов. В рамках

модулей есть разные виды деятельности, что позволяет ребятам сделать выбор вида занятия и уровень сложности учебного материала. Общая структура образовательной программы отражает принцип концентрического подхода к расположению материала.

Задачи на первые три ступени программы, 1 блок:

- дать знания о родном городе Сургуте, Ханты - Мансийском автономном округе (воинской славе, патриотах, трудовых подвигах нефтяников и газовиков);
- развить общефизическую подготовку;
- памятникам воинской славы;
- сформировать отрицательное отношение к вредным привычкам;
- дать знания о военной технике, разных родов войск РА (истории, создателях, технических характеристик).

Задачи на вторые три ступени программы, 2 блок:

- чтить традиции дедов и отцов (воинские, патриотические и гражданские);
- улучшить физическую подготовку, закалить тело и дух;
- развить навык бережного и трепетного отношения к памятникам воинского и культурного наследия города Сургута и Ханты – Мансийского автономного округа, ветеранам и семьям погибших защитников Отечества;
- освобождение от вредных привычек;
- теоритическое знакомство с военной техникой.
- Раздел «Огневой подготовки» входит в раздел «Начальной военной подготовки».

В первом блоке программа предусматривает базовую подготовку воспитанников по военно-прикладному многоборью. Обучение предусматривает введение в образовательную программу игр, конкурсов, соревнований. Работа по программе дает возможность учащимся не изучать механические ответы на вопросы, а изучать и понимать их. На третьем году обучения предполагается прохождение военно-спортивных сборов. По результатам сборов воспитанники принимают торжественную присягу и переходят к следующему блоку обучения, которая включает в себя следующие разделы:

- «Начальная военная подготовка» (включает темы «Первой медицинской подготовки»);
- «Искусствоведение»;
- «История России»;
- «Огневая подготовка».
- Программа предусматривает курс «Бальных танцев» по отдельной рабочей программе на весь период обучения.

Во втором блоке обучения воспитанник определяет свою специализацию, учитывающую его интересы. Либо воспитанник выбирает направление военного человека-патриота, и проходит программу подготовки в полном объеме, либо патриота, готового на вооруженную защиту Отечества, и проходит программу по выбранной дисциплине или направлению. В процессе подготовки воспитанников учитывается то, что в клуб вступают дети и

подростки разного возраста. При переводе воспитанника на следующую ступень обучения учитываются его индивидуальные особенности, способности.

Ханты – Мансийский автономный округ - край нефтяников и газовиков, поэтому предусматривается встреча воспитанников с ветеранами и руководством предприятий города, изучать их историю, посещать объекты данной категории организаций, а так же с организациями участников Великой Отечественной Войны, участников событий Чеченской республики и воинов-интернационалистов. Демократической республики Афганистан. Оберегать памятники и ухаживать за могилами воинов, отдавших свои жизни во славу Отечества; оказывать посильную помощь семьям погибших воинов, заниматься исследовательской и проектной деятельностью по увековечению памяти героев, без вести пропавших воинов в Великую Отечественную Войну.

После прохождения 5 - летнего курса у воспитанников предполагается сформировать:

- гражданственность и патриотизм, как важнейшие духовно-нравственные и социальные ценности;
- профессионально значимые качества, умения в различных сферах жизни общества, особенно волевые качества и физическую готовность к воинской службе;
- верность конституционному и воинскому долгу, высокую ответственность и дисциплинированность;
- способность к самоорганизации, самореализации, саморазвитию.

**Содержание
образовательной программы «СТРИЖИ»
(1 блок)**

5 класс 1 ступень	6 класс 2 ступень	7 класс 3 ступень	Ожидаемые результаты
Разделы			
Начальная военная подготовка			

<p><i>модуль</i> - строевая подготовка;</p> <p><i>модуль</i>-знаки отличия;</p> <p><i>модуль</i>-основы гигиены</p>	<p><i>модуль</i>-строевая подготовка;</p> <p><i>модуль</i>-должностные инструкции;</p> <p><i>модуль</i>-первая доврачебная помощь.</p>	<p><i>модуль</i>-строевая подготовка;</p> <p><i>модуль</i>-рода войск РА;</p> <p><i>модуль</i>-форма одежды РА;</p> <p><i>модуль</i>-приемы транспортировки пострадавшего.</p>	<p>Знают что такое строевая стойка, поворот налево, направо, шеренга, колонна, строевой шаг, походный шаг.</p> <p>Знают знаки отличия, должностные инструкции курсанта, рода войск РА.</p> <p>Знают основы гигиены, первую доврачебную помощь, приемы транспортировки пострадавшего.</p> <p>Тесты, зачеты, опрос (ниже среднего, средний, выше среднего).</p>
<p>Огневая подготовка</p>			
<p>модуль - знакомство с оружием, техника безопасност и при работе с оружием</p> <p>модуль-техника безопасност и при работе с оружием</p> <p>модуль-разборка-сборка АК-74</p>	<p>модуль-разборка-сборка АК-74</p> <p>модуль-с стрельба из пневматической винтовки</p>	<p>модуль-разборка-сборка АК-74</p> <p>модуль-с стрельба из пневматической винтовки</p>	<p>воспитанники знают элементы автомата Калашникова, умеют стрелять из пневматической винтовки.</p> <p>Тесты, зачеты, опрос, соревнования (ниже среднего, средний, выше среднего).</p>
<p>Основы физической подготовки</p>			

<p><i>модуль-</i>врачебный контроль, самоконтроль, предупреждение травм; <i>модуль-</i>Общая физическая подготовка.</p>	<p><i>модуль-</i>спортивные игры; <i>модуль-</i>эстафеты; <i>модуль-</i>гимнастика; <i>модуль-</i>выносливость</p>	<p><i>модуль-</i>спортивные игры; <i>модуль-</i>легкая атлетика; <i>модуль-</i>гимнастика; <i>модуль-</i>выносливость.</p>	<p>знают краткие сведения о строении организма человека, костно-мышечного аппарата, внутренних органов; врачебный контроль, самоконтроль, предупреждение травм, знают правила игр и их историографию, выполняют гимнастические элементы, отжимаются, подтягиваются, бег 60 м., 1000-1500 м.. Тесты, зачеты, соревнования (ниже среднего, средний, выше среднего) см. приложение.</p>
Краеведение			
<p><i>модуль-</i>история Сургута; <i>модуль-</i>знакомство с памятниками воинской славы города</p>	<p><i>модуль-</i>история Сургута; <i>модуль-</i>знакомство с ветеранами В.О.В., ДРА и Чечни.</p>	<p><i>модуль-</i>история ХМАО; <i>модуль-</i>знаменательные даты воинской славы России; <i>модуль-</i>спортивный туризм.</p>	<p>знают историю Сургута, Ханты - Мансийского автономного округа, историографию памятников воинской Славы г. Сургута, знают и общаются с ветеранами, знают знаменательные даты воинской славы России, природные особенности и экологию.</p>

**Содержание
образовательной программы «СТРИЖИ»
(2 блок)**

8 класс 4 ступень	9 класс 5 ступень	Результаты готовности
Разделы		
Начальная военная подготовка		
<p><i>Модуль - ВПМ</i> <i>Модуль -</i> курс молодого бойца; <i>модуль -</i> строевая подготовка; <i>модуль-</i> огневая подготовка; <i>модуль-</i> горная подготовка; <i>модуль-</i> торжественная клятва.</p>	<p><i>Модуль -</i> ВПМ; <i>Модуль -</i> Уставы РА; <i>Модуль -</i> строевая подготовка; <i>модуль -</i> огневая подготовка; <i>модуль-</i> горная подготовка;</p>	<p>Получают возможность получить спортивный разряд, знают Уставы РА, рода войск РА, имеют навыки огневой подготовки, строевой подготовки, горной подготовки, альпинисткой подготовки, парашютной подготовки. Тесты, зачеты, соревнования, сборы, полигоны (ниже среднего, средний, выше среднего). см. приложение</p>
Искусствоведение		
<p><i>модуль –</i> этика; <i>модуль-</i> эстетика; <i>модуль-</i> бальные танцы</p>	<p><i>модуль-</i> этика; <i>модуль-</i> эстетика; <i>модуль-</i> бальные танцы</p>	<p>знают историографию этики, эстетики, бальных танцев, знают о воинском этикете (внешний вид, поведение в общественных местах, на торжественных вечерах, балах и т.д.) Тесты, зачеты, клубные и городские мероприятия (удовлетворительно, хорошо, отлично).</p>

История России		
<p>модуль- возникновение Руси;</p> <p>модуль- Великие сражения воинов Руси;</p> <p>модуль- Встречи с ветеранами ВОВ, участниками боевых действий и помощь семьям погибших защитников Отечества.</p>	<p>модуль- Посещение музеев В.О.В. воинов-интернационалистов;</p> <p>модуль- уход за памятниками и мемориалами боевой славы.</p>	<p>знают все сражения, которые имели историческое значение, как для России, так и для народов мира; знают командующих этих сражений стратегию и тактику ведения боев; о духе и воле защитников Отечества.</p> <p>участие в Почетных караулах, митингах и мероприятиях направленных на увековечение памяти защитников Отечества.</p> <p>Тесты, зачеты, исследовательские проекты (хорошо или отлично)</p>

Средствами патриотического воспитания курсантов являются: пример взрослых, биографии великих людей, историко-краеведческая литература, фильмы, беседы и диспуты о лучших людях Отечества, о родной природе и крае, примеры из истории Отечества, об интернационализме россиян и многонациональном нашем народе. Участие воспитанников клуба в исследовательских проектах по увековечению памяти защитников Отечества (в рамках подготовки детей к конференции молодых исследователей «Шаг в будущее»), в мероприятиях, направленных на общее благо образовательных учреждений, района, города.

Включение подростка в деятельность происходит с помощью:

- коллективной творческой деятельности с опорой на самовоспитание;
- использование социокультурного природного пространства города и района, округа, страны, где могут проявиться разные формы самоутверждения воспитанника;
- организацию самостоятельной и творческой деятельности на занятиях.

В основном занятия строятся следующим образом:

Вводная часть	1.Приветствие педагога 2.Сообщение темы и цели занятия 3.Разминка (ОФП).
Основная часть	1.Актуализация знаний; 2.Изучение нового материала. Примененные методы, приемы, средства (показ и объяснения педагога, беседа, рассказ, тест, демонстрация НСО и ТСО); 3.Практическая работа детей: индивидуальная, в парах, групповая работа. 4.Контроль и оценка: самоанализ воспитанников, анализ др. детей, оценка педагога в устной форме.
Заключительная часть	Подведение итогов занятия: (что нового узнали, чему научились).

Предполагается максимально самостоятельная деятельность и самоорганизация воспитанников, а также помощь старших – младшим.

Распределение учебной нагрузки для всех воспитанников

№ п/п	Класс (возраст)	Название группы	Почасовая нагрузка в неделю	Количество детей в группе
1-ступень	5 класс (10-11 лет)	младшая подготовительная	2	12-15
2-ступень	6 класс (11-12 лет)		12-15	
3-ступень	7 класс (12-13 лет)	средняя подготовительная		12-15
4-ступень	8 класс (13-14 лет)			10-12
5-ступень	9 класс (15-16 лет)	старшая		10-12

Во время обучения по первым трем ступеням занятия проводятся 2 раза в неделю по 1 часу (76 часов в год часа в год).

Практические занятия включают в себя теоритическую часть на всех периодах обучения.

В клуб принимаются дети на основе заявления ребенка и родителей с предоставлением справки о состоянии здоровья. Комплектование групп происходит по возрасту.

Для желающих в летнее время организуются поездки в военно-патриотические лагеря.

Тематическое планирование 1-ступень (младшая группа – 5 класс)

Содержание тем	Количество часов			Результаты
	теор.	прак.	всего	
Введение				Знакомы с пожарной безопасностью и ТБ на занятиях; знают, как готовиться к занятиям.
Начальная военная подготовка <i>Модуль</i> - строевая подготовка; <i>Модуль</i> - знаки отличия; <i>Модуль</i> - основы гигиены и первая медицинская помощь				Владеют знаниями о строевой стойке, строе; знают знаки отличия, основы личной гигиены.
Основы физической подготовки <i>Модуль</i> - врачебный контр. самоконтроль, предупреждение травм; <i>модуль</i> - общая физическая подготовка				Знают о строении человеческого организма, косо- связочный аппарат, строение внутренних органов; ведут дневник самоконтроля; знают правила игр, умеют правильно выполнять страховку при падении, знакомы с упражнениями на ловкость, силу, гибкость и на расслабление.
Краеведение <i>модуль</i> - история Сургута; <i>модуль</i> - памятники и мемориалы воинской славы города, культурные памятники Сургута				Знают историю казачества и роль казаков в истории становления города Сургута; знают памятники и мемориалы воинской славы города, культурные памятники, мемориальные доски в школах погибшим защитникам Отечества Сургута, знают как надо и оберегать, и заботиться об их состоянии.

<p>Огневая подготовка модуль - знакомство с оружием, техника безопасности при работе с оружием модуль- техника безопасности при работе с оружием модуль- разборка-сборка АК-74</p>				<p>воспитанники знают элементы автомата Калашникова, умеют стрелять из пневматической винтовки. Тесты, зачеты, опрос, соревнования (ниже среднего, средний, выше среднего).</p>
<p>ИТОГО:</p>			<p>152</p>	

**Тематическое планирование
2-ступень (младшая группа группа – 6 класс)**

Содержание тем	Количество часов			Результаты
	теор	прак	всего	
Введение				Знают инструктаж по ТБ и пожарной безопасности, знают как подготавливаться к занятиям.
Начальная военная подготовка <i>модуль</i> - строевая под-ка; <i>модуль</i> - должностные инструкции; <i>модуль</i> - первая доврачебная помощь				Знают строевой шаг, одиночные повороты и отделением; знают должностные инструкции; знают, как оказывать первую доврач. помощь.
Основы физической подготовки <i>модуль</i> - спортивные игры <i>модуль</i> - эстафеты; <i>модуль</i> - гимнастика; <i>модуль</i> - выносливость				Знают правила, умеют играть; знают, как правильно тянуть различную группу мышц, знают упражнения для развития вестибулярного аппарата, знают упражнения на выносливость, знают как правильно делать кувырок и страховку.
Краеведение <i>модуль</i> - история Сургута; <i>модуль</i> - ветераны В.О.В., ДРА., Чечни.				Знают климат, рельеф, полезные ископаемые, краеведческие музеи, промышленность; знают как нужно заботиться о ветеранах.
Огневая подготовка модуль - работа с оружием, техника безопасности при работе с оружием модуль - техника безопасности при работе с оружием модуль - разборка-сборка АК-74				воспитанники знают элементы автомата Калашникова, умеют стрелять из пневматической винтовки. Тесты, зачеты, опрос, соревнования (ниже среднего, средний, выше среднего).
ИТОГО:				

Тематическое планирование
3- ступень (средняя подготовительная группа – 7 класс)

Содержание тем	КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ			РЕЗУЛЬТАТЫ
	теория	практика	всего	
Введение				Знают инструктаж по ТБ и пожарной безопасности
Начальная военная подготовка <i>модуль</i> - строевая подг. <i>модуль</i> - рода войск РА; <i>модуль</i> - форма РА; <i>модуль</i> - мед. подготовка.				Умеют поворачиваться строем, строятся в одну и две шеренги, в одну и две колонны; знают рода войск РА и форму одежды; могут правильно транспортировать пострадавшего от ран и ушибов, оказывать первую доврачебную помощь
Основы физической подготовки <i>модуль</i> - спорт. игры; <i>модуль</i> - легкая атл.; <i>модуль</i> - выносливость				Умеют применять приемы и финты, знают тактику и стратегию командной игры; знают, что такое взрывная скорость и изометрия, как расслаблять правильно мышцы, как правильно дышать при беге на длинную дистанцию, знают, как бороться в себе усталость и выполнить поставленную задачу.

<p>Краеведение модуль- история ХМАО; модуль- знаменательные даты воинской славы России; модуль- спортивный туризм</p>			<p>знают родной край, его историю, природные особенности; Флора, фауна, экология родного края; знают даты воинской славы РА, умеют оберегать и ухаживать за памятниками, стоять в почетных караулах. Умеют вязать узлы, ориентироваться на местности, охранять природу и психологически настраиваться в походе.</p>
--	--	--	--

На летний по желанию период лучшие воспитанники выезжают в военно-патриотический лагерь (ЦСП «Сибирский легион»)

Тематическое планирование 4 - ступень (средняя группа – 8 класс)

Блок тем	Количество часов			Результаты
	теория	практ.	всего	
Введение				знают, как действовать при пожаре; ТБ на занятиях
Начальная военная подготовка <i>Модуль</i> - ВПМ; <i>модуль</i> -курс молодого бойца; <i>модуль</i> - строевая подготовка; <i>модуль</i> - огневая подготовка; <i>модуль</i> - горная подготовка; <i>модуль</i> - торжественная клятва				знают нормативы ВПМ, умеют подшивать, пришивать погоны и шевроны, чистить сапоги, заправлять койку, обязанности солдата, знают мат. часть АК, умеют пользоваться горным снаряжением, принимают торжест. клятву.
Искусствоведение <i>модуль</i> - этика; <i>модуль</i> - эстетика;				-знают, откуда пришло понятие этикета, эстетика;
История России <i>Модуль</i> - возникновение Руси; <i>модуль</i> - великие сражения Российской армии <i>модуль</i> - встречи с ветеранами В.О.В, ДРА, помощь семьям погибших				-знают, когда зародилась Русь, знают даты и ход сражений, кто командовал, оружие победителей, знают как работать с картой, технику и тактику ; знают руководителей организаций ветеранов, помогают им в
				сборе медикаментов и продуктов питания
ИТОГО:				выезд в ЦСП «Сибирский легион»

**Тематическое планирование
5- ступень (старшая группа –
9 класс)**

Блоки тем	Количество часов			Результаты
	теория	практ	всего	
Введение				Знают ТБ и пожарную безопасность, как готовиться к занятиям
Начальная военная подготовка <i>Модуль</i> - ВПМ; <i>Модуль</i> - уставы РА; <i>модуль</i> - строевая подготовка <i>Модуль</i> - огневая подготовка				Умеют преодолевать полосу препятствий, марш- бросок 3 км, знают обязанности дневального и дежурного по клубу, караульный устав, умеют собирать и разбирать АК, отход подход к начальнику отдавание чести строем.
Искусствоведение <i>модуль</i> - этика <i>модуль</i> - эстетика <i>модуль</i> - бальные танцы				знают и умеют вести себя в школе, общественных местах, могут читать картины, умеют наслаждаться красивыми вещами, умеют танцевать танго.
История России <i>модуль</i> - посещение музеев В.О.В., ДРА <i>модуль</i> - уход за памятниками и мемориалами боевой славы.				знают, где находится дом ветеранов В.О.В., клуб «Саланг», умеют общаться с ветеранами и заботиться о них; умеют оберегать и ухаживать за памятниками и мемориалами защитников Отечества.
ИТОГО:				

Контроль освоения знаний, умений и навыков:**Знания** - тесты, зачеты, доклады, проекты.**Умения** - сдача нормативов, участие в парадах, в соревнованиях и военно-спортивных играх.**Навыки**- походы, сборы, полигоны.

Показатели (оцениваемые параметры)	Критерии	Степень выраженности оцениваемого качества	Возмож- ное кол- во баллов	Методы диагностики
1.Теоретическая подготовка ребенка				
1.1. Теоретические знания (по основным разделам учебно-тематического плана программы)	Соответствие теоретических знаний ребенка программным требованиям	-ниже среднего уровня (ребенок овладел менее чем $\frac{1}{2}$ объема знаний, предусмотренных программой); -средний уровень (объем усвоенных знаний составляет более $\frac{1}{2}$); -выше среднего (ребенок освоил практически весь объем знаний, предусмотренных программой за конкретный период)	1 5 10	наблюдение, тестирование контрольный опрос и др.
1.2. Владение специальной терминологией	Осмысленность и правильность использования специальной терминологии	-ниже среднего (ребенок, как правило, избегает употреблять специальные термины); -средний уровень (ребенок сочетает специальную терминологию с бытовой);	1 5	собеседовани е

		-выше среднего (специальные термины употребляет осознанно и в полном соответствии с их содержанием)	10	
2. Практическая подготовка ребенка				
2.1. Практические умения и навыки, предусмотренные программой (по основным разделам учебно-тематического плана программы)	Соответствие практических умений и навыков программным требованиям	-ниже среднего (ребенок овладел менее чем ½ предусмотренных умений и навыков);	1	Контрольное задание
		-средний уровень (объем усвоенных умений и навыков составляет более чем ½);	5	
		-выше среднего (ребенок овладел практически всеми умениями и навыками, предусмотренными программой за конкретный срок)	10	
2.2. Владение специальным оборудованием и оснащением	Отсутствие затруднений в использовании специального оборудования и оснащения	-ниже среднего (ребенок испытывает серьезные затруднения при работе с оборудованием);	1	Контрольное задание
		-средний уровень (работает с оборудованием с помощью педагога);	5	
		-выше среднего (работает с оборудованием самостоятельно, не испытывает особых трудностей)	10	
2.3. Творческие навыки	Креативность в выполнении практических заданий	-начальный (элементарный) уровень развития креативности (ребенок в	1	Контрольное задание

		состоянии выполнять лишь простейшие практические задания педагога); -репродуктивный уровень (выполняет в основном задания на основе образца); - творческий уровень (выполняет практические задания с элементами творчества)	5 10	
3.Общеучебные умения и навыки ребенка				
3.1.Учебно-интеллектуальные умения: 3.1.1. Умение подбирать и анализировать специальную литературу	Самостоятельность в подборе и анализе литературы	-ниже среднего (обучающийся испытывает серьезные затруднения при работе с литературой, нуждается в постоянной помощи и контроле педагога); -средний уровень (работает с литературой с помощью педагога или родителей); -выше среднего (работает с литературой самостоятельно, не испытывает особых трудностей)	1 5 10	Анализ исследовательских работ
3.1.2.Умение пользоваться компьютерными источниками информации	Самостоятельность в пользовании компьютерными источниками информации	Уровни - по аналогии с п.3.1.1.		Анализ исследовательских работ
3.1.3.Умение осуществлять учебно-исследовательскую работу (писать рефераты,	Самостоятельность в учебно-исследовательской работе	Уровни по аналогии с п.3.1.1.		Анализ исследовательских работ

проводить самостоятельные уч. исследования)				
3.2. Учебно-коммуникативные умения: 3.2.1. Умение слушать и слышать педагога	Адекватность восприятия информации, идущей от педагога	Уровни по аналогии с п.3.1.1.		наблюдение
3.2.2. Умение выступать перед аудиторией	Свобода владения и подачи обучающимся подготовленной информации	уровни – по аналогии с п.3.1.1.		наблюдение
3.2.3. умение вести полемику, участвовать в дискуссии	Самостоятельность в построении дискуссионного выступления, логика в построении доказательств	уровни по аналогии с п.3.1.1.		наблюдение
3.3. Учебно-организационные умения и навыки: 3.3.1. Умение организовать свое рабочее место	Способность самостоятельно готовить свое рабочее место к деятельности и убирать его за собой	Уровни по аналогии с п.3.1.1.		наблюдение
3.3.2. Навыки соблюдения в процессе деятельности правил безопасности	Соответствие реальных навыков соблюдения правил безопасности программным требованиям	- ниже среднего (воспитанник овладел менее чем 1/2 объема навыков соблюдения правил безопасности, предусмотренных программой); - средний уровень (объем усвоенных навыков составляет более 1/2); - выше среднего (воспитанник освоил практически весь	1 5 10	наблюдение

		объем навыков, предусмотренных программой за конкретный период)		
3.3.3. Умение аккуратно выполнять работу	Аккуратность и ответственность в работе	удовлет. – хорошо – отлично		наблюдение

- **1-я группа измеряемых показателей -**

теоретическая подготовка воспитанника включает:

1. Теоретические знания по программе (то, что воспитанник будет знать);
2. Владение специальной терминологией по тематике программы;

- **2-я группа показателей - практическая подготовка воспитанника включает:**

1. Практические умения и навыки, предусмотренные программой (то, что дети будут уметь);
2. Владение специальным оборудованием и оснащением, необходимым для освоения курса;
3. Творческие навыки воспитанника (творческое отношение к делу и умение воплотить его).

- **3-я группа показателей – Общеучебные умения и навыки воспитанника:**

1. Учебно-интеллектуальные умения;
2. Учебно-коммуникативные умения;
3. Учебно-организационные умения и навыки.

Графа «Критерии» содержит совокупность признаков, на основании которых дается оценка искомым показателей и устанавливается степень соответствия реальных знаний, умений, навыков воспитанника тем требованиям, которые заданы программой.

Графа «Степень выраженности оцениваемого качества» включает возможных уровней освоения воспитанником программного материала - от минимального до максимального.

Графа «Возможное количество баллов», которая тщательно продумывается и заполняется самим педагогом перед началом отслеживания результатов.

Графа «Методы диагностики», можно использовать: наблюдение, тестирование, контрольный опрос, анализ контрольного задания, собеседование, анализ исследовательской работы воспитанников, проекты и др.).

Индивидуальная карточка
учета результатов обучения по образовательной программе
(в баллах, соответствующих степени выраженности измеряемого качества)

Фамилия, имя воспитанника.....

Возраст.....

Вид и название клуба.....

Ф.И.О. педагога.....

Дата начала наблюдения.....

Сроки диагностики, показатели	Первый год обучения		Второй год обучения		Трети год обучени я	
	конец 1 полуг.	конец уч.г.	конец полуг.	конец 1 уч.г.	конец 1 полуг.	конец уч. г.
1. Теоретическая подготовка: 1.1. Теоретические знания (указать, какие)						
1.2. Владение специальной терминологией (указать какой)						
2. Практическая подготовка: 2.1. Практические умения навыки, предусмотренные программой (какие) 2.2. Владение специальным оборудованием и оснащением (каким)						

<p>3. Общеучебные умения и навыки:</p> <p>3.1. Учебно-интеллектуальные умения:</p> <ul style="list-style-type: none"> - умение подбирать и анализировать спец. литературу; - умение пользоваться компьютерными источниками информации; - умение осуществлять исследовательскую и проектную работу. <p>3.2. Учебно-коммуникативные умения:</p>			
---	--	--	--

Мониторинг личностного развития воспитанника в процессе освоения им образовательной программы.

Показатели (оцениваемые параметры)	Критерии	Степень выраженности оцениваемого качества	Возможное кол-во баллов	Методы диагностики
1.Организационно волевые качества: 1.1.Терпение	Способность переносить известные нагрузки в течение определенного времени, преодолевать трудности	- терпение хватает меньше чем на ½ занятия; - терпения хватает больше чем на ½ занятия; - терпения хватает на все занятие	1 5 10	наблюдение
1.2. Воля	Способность активно побуждать себя к практическим действиям	-волевые усилия побуждаются извне; -иногда- самим воспитанником; -всегда- самим воспитанником	1 5 10	наблюдение
1.3. Самоконтроль	Умение контролировать свои поступки	-воспитанник постоянно действует под воздействием контроля извне; - периодически контролирует себя сам; - постоянно контролирует себя сам	1 5 10	наблюдение
2.Ориентацион. качества: 2.1.Самооценка	Способность оценивать себя адекватно реальным достижениям	- завышенная; - заниженная; нормальная	1 5 10	анкетирование

2.2. Интерес к занятиям в клубе	Осознанное участие в освоении образовательной программы	- интерес к занятиям продиктован извне; - интерес периодически поддерживается ребенком ;	1 5	тестирование
		- интерес постоянно поддерживается самостоятельно	10	
3. Поведенческие качества: 3.1. Конфликтность	Способность занять определенную позицию в конфликтной ситуации	- периодически провоцирует конфликты; - сам в конфликтах не участвует, старается их избежать; - пытается самостоятельно уладить возникающие конфликты	0 5 10	тестирование, метод незаконченного предложения
3.2. Тип сотрудничества	Умение воспринимать общие дела как свои собственные	- избегает участия в общих делах; - участвует при побуждении извне; - инициативен в общих делах	0 5 10	наблюдение

- **1-я группа** показателей – организационно- волевые качества, выступающие субъективной основой образовательной деятельности любой направленности.

Терпение. Это качество дано ребенку от природы, поддается направленному формированию и изменению. При оценивании наивысший балл присваивается за своего рода осознанную выдержку: если воспитанник выполняет задание в течение всего занятия, без внешних дополнительных побуждений.

Воля. Качество, которое можно формировать с раннего возраста. Вместе с тем заметна зависимость степени развития волевой сферы личности от уровня физической и психической активности – если последние снижены, то слаба и воля. Высшим баллом оценивается способность воспитанника выполнять упражнения за счет собственных волевых усилий, без побуждений со стороны педагога или родителей.

Развитие у воспитанников терпения и воли должно идти одновременно с формированием у ребенка высокой самооценки, веры в свои силы. Поэтому большое значение имеет поощрение ребенка за самые незначительные успехи в проявлении терпения и воли.

Самоконтроль. Эта характеристика позволяет выявить степень самоорганизации воспитанников. Формы самоконтроля : контроль за собственными действиями и вниманием, своей памятью и т. д. Самоконтроль – это интегративная характеристика, свидетельствующая об умении воспитанника регулировать свою природную данность и приобретенные навыки.

- **2-я группа** показателей – ориентационные качества, непосредственно побуждающие воспитанника к активности.

Самооценка. Это представление о своих достоинствах и недостатках и одновременно характеристика уровня притязаний. От взрослых (и в первую очередь- педагога) во многом зависит то, какой уровень самооценки сформируется у воспитанника: заниженный, нормально развитый или завышенный. Педагогу очень важно выявить воспитанников с тем или иным уровнем самооценки, поскольку это составляет основу для индивидуально ориентационной работы в группе.

Интерес к занятиям. Хорошо известно, что дети зачастую начинают заниматься в клубе, секции не потому, что заинтересованы в этом сами, а под влиянием родителей. В связи с этим в таблице выделены три уровня интереса к занятиям у воспитанников: интерес навязан извне; интерес периодически стимулируется извне; интерес поддерживается самостоятельно. Наивысший балл ставиться в том случае, когда интерес поддерживается ребенком самостоятельно. Поэтапное планирование ожидаемого результата – своего рода

«лесенка» - и будет конкретизацией развития воспитанника с точки зрения уровня его интереса. У него появится личный ориентир, стимулирующий собственные усилия. Тем самым традиционный процесс выработки навыков путем систематической тренировки, отработки навыка до автоматизма будет усилен желанием воспитанника подняться на ступеньку выше. Это и будет переход от интереса стимулируемого извне, к интересу, поддерживаемому самостоятельно, от развития, обусловленного внешними факторами, к саморазвитию.

- **3-я группа** показателей – блок поведенческих качеств, отражающих тип общения со сверстниками и определяющих статус ребенка в группе.

Отношение воспитанника к конфликтам в группе и тип сотрудничества –

качества, в большей степени обусловленные воспитанием, нежели природным фактором. Они фиксируют авторитетность воспитанника в группе, его коммуникативную компетентность, степень его управляемости и дисциплинированности. Проблемы общения со сверстниками включены в таблицу потому, что всякое индивидуальное развитие – это в некотором роде соревнования. Именно со сверстниками дети соотносят свои успехи. Особенно значима эта ориентация в подростковом возрасте. Важнейший аспект общения – характер самоутверждения, который определяет уровень самооценки, присущей воспитаннику. Завышенная самооценка нередко ведет к самоутверждению через стремление подчинить себе других воспитанников, господствовать над ними. А дети с заниженной самооценкой часто испытывают неуверенность в себе, скованность, тревожность, что препятствует нормальному общению.

Сотрудничество – это способность ребенка принимать участие в общем деле. Совместная деятельность связана с распределением функций между ее участниками, а следовательно, предполагает умение воспитанника как подчиняться обстоятельствам, считаться с мнением других, так и проявлять инициативу, совершенствовать общее дело. Соответственно этому в таблице выделены несколько уровней сотрудничества – от стремления избежать включения в совместную деятельность до творческого отношения к ней. Первоначальное определение у воспитанников того или иного уровня сотрудничества можно осуществить через общие задания. Уже в процессе его выполнения проявится дифференциация участников по способности к сотрудничеству. Дальнейшая работа преподавателя в этом плане должна быть связана с выяснением индивидуальных причин, обусловивших соответствующий уровень сотрудничества (у одних это элементарная лень, у других – страх показаться неумелым, неловким и т.д.). Работа по предложенной методике позволяет выявить динамику личностного развития ребенка, которая может быть отражена в индивидуальной карточке.

Индивидуальная карточка

учета динамики личностного развития ребенка

(в баллах, соответствующих степени выраженности измеряемого качества)

Фамилия, имя ребенка.....

Возраст.....

Вид и название клуба.....

Ф.И.О. педагога.....

Дата начала наблюдения.....

Сроки диагност	Первый год обучения		Второй год обучения		Третий год обучения	
Показатели	Начало уч. г.	Конец уч.г.	Начало уч. г.	Конец уч.г.	Начало уч. г.	Конец уч.г.
1. Организационно-волевые качества: 1.1. Терпение 1.2. Воля 1.3. Самоконтроль						
2. Ориентационные качества: 2.1. Самооценка 2.2. Интерес к занятиям в клубе						
3. Поведенческие качества: 3.1. Конфликтность 3.2. Тип сотрудничества						
4. Личностные достижения воспитанника 4.1.Гражданственность 4.2. Патриотизм 4.3. Долг						

Заполнять карточки следует два раза в год – в начале и в конце учебного года. Для детального отражения динамики изменений баллы лучше ставить с десятиными долями.

Диагностика уровня сформированности у воспитанников способностей по начально - военной подготовке:

1-ступень: строевая подготовка, знаки отличия, физическая подготовка, водная подготовка.

2-ступень: строевая подготовка, должностные инструкции, первая доврачебная помощь, физическая подготовка, водная подготовка, боевые искусства.

3-ступень: строевая подготовка, рода войск РА, форма РА, медицинская подготовка, физическая подготовка, водная подготовка, боевые искусства. Таким образом, по прохождению трех первых ступеней обучения воспитанник знает: знаки отличия и различия, должностные инструкции курсанта, умеет выполнять элементы строевой подготовки и оказывать первую доврачебную помощь, знает сведения о строении человеческого организма, знают приемы бросковой техники вольной борьбы и спортивного самбо, технику захватов, зацепов, знают стойки. Анализ уровня компетентности обучающихся:

Теоретической:

- знания терминологии;
- теоретическое знания по пройденным темам;

Практической:

- соблюдение и знание правил техники безопасности;
- правильность выполнения, аккуратность;

Результаты оцениваются по десятибалльной системе в соответствии с тремя уровнями:

- низкий (0-4) 20%
- средний(5-6) 60%
- высокий(7- 10) 20%

Воспитанники показавшие высокий уровень подготовки, выезжают в летнее время на полигон (21- день). Обучающиеся делают выбор либо они патриоты - готовые встать на вооруженную защиту своей Родины, либо они- военные патриоты.

4-ступень: строевая подготовка, военно- прикладное многоборье, курс молодого бойца, огневая подготовка, горная подготовка, торжественная клятва.

5-ступень: строевая подготовка, огневая подготовка, военно- прикладное многоборье, Уставы РА.

Теоретический:

- знание терминологии;
- теоретические знания по пройденным темам.

Практический:

- соблюдение и знания правил техники безопасности;
- правильность выполнения, аккуратность.

Результаты оцениваются по десятибалльной системе в соответствии с тремя уровнями:

- низкий (0-4) 10%
- средний (5-6) 50%
- высокий (7-10) 40%

Воспитанники, показавшие высокий уровень, выезжают в часть ВДВ летом на 21 день.

Оценка результатов:

- устная оценка (похвала, педагогическая поддержка)
- присвоения знака (отличника и золотого якоря)
- присвоение очередного звания;
- дипломы, грамоты;
- присвоение классности и разрядов.

Диагностика уровня сформированности патриотизма.

Контроль результатов осуществляется путем:

1. Педагогического наблюдения на занятиях, в акциях проводимых клубом, общественными организациями и городом, направленных на помощь ветеранам Великой Отечественной Войны, Демократической Республики Афганистан, Чеченской республики, а также семьям погибших воинов.
2. Методики выявления уровня сформированности патриотизма по **Иванову.**

Форма оценки результатов:

- самооценка;
- оценка товарищей;
- поддержка товарищей;
- похвала;
- педагогическая поддержка.

Показателями сформированности чувства патриотизма являются:

- любовь и гордость за свою Родину;
- изучение ее историка- культурного и духовного наследия;
- бережное отношение к природе;
- готовность прийти на помощь;
- верность своему гражданскому долгу и готовность к защите Отечества.

Предполагаемые результаты: 1-

2- 3 ступень:

- воспитанник знает историю Сургута, ХМАО;
- историографию памятников воинской славы г. Сургута.
- знает природные особенности и экологию родного края;
- знает и общается с ветеранами, а также знаменательные даты воинской славы России.

5- 6 ступень:

- знает все сражения, которые имели историческое значение как для России, так и для народов мира;
- знают великих полководцев России, стратегию и тактику ведение боев;
- воспитанник имеет навык, как оберегать и ухаживать за памятниками воинской славы, умеет возлагать цветы и нести почетные караулы;
- воспитанник клуба одним из первых встанет на защиту рубежей своего Отечества;
- обладает чувством долга и ответственности перед ветеранами Великой Отечественной Войны, Демократической Республики Афганистан и Чеченской республики, а также семьями погибших.

Ожидаемый результат:

Рациональное внедрение данной программы позволит воспитанникам:

- чтить традиции дедов и отцов;
- подготовит к службе в рядах Российской Армии и Военно-Морском Флоте;
- сформировать отрицательное отношение к вредным привычкам;
- позволит закалить тело и дух;
- социально адаптироваться;
- сформировать чувство восприятия прекрасного;
- приобрести навык воинского этикета;
- приобрести навык бережного обращения с военной техникой.

Методические рекомендации по реализации образовательной программы «СТРИЖИ».

«Постоянная бдительность - такова цена свободы».

Т. Джефферсон.

К защитнику Отечества предъявляются высокие требования: сила, ловкость, выносливость и другие качества, поэтому физическое развитие подростков одна из важнейших дисциплин подготовки.

При наборе обучающихся первого, второго, третьего годов обучения следует комплектовать группы с превышением состава, так как существует естественный отсев членов клуба, и, кроме того, не все дети могут участвовать в учебных или зачетных мероприятиях. Тем более что первые три года обучения являются базовыми, где воспитанники знакомятся с основами начально-военной подготовки, военно-прикладным многоборьем и определяются, каким видом деятельности они будут заниматься.

Постоянное наблюдение за подростками во время учебно-тренировочных занятий и работа по освобождению от вредных привычек, недельный режим учебно-тренировочной работы устанавливается преподавателем в зависимости от периода и задач подготовки, индивидуальных способностей воспитанников. Сокращать количество часов в группе можно по причине слабой динамики развития и индивидуальных способностей. Недельная нагрузка не превышает 6 часов для младших и 9 часов для старших воспитанников.

Предполагается, совместное проведение мероприятий и походов по выходным дням, которые являются одним из лучших методов отработки практических навыков по военно-прикладному многоборью. Учитывая региональный компонент, условия жизни воспитанников в суровых условиях Севера, необходимо научить их выживать самим и уметь оказывать помощь тем, кто получил обморожения, ранения, отравления и т. д.

Для повышения физических характеристик организма, необходимы систематически занятия, включающие в себя бег на короткие дистанции, бег по пересеченной местности, бег с переменной скоростью, гимнастика, акробатика. Надо учитывать ряд аспектов:

1. Учитывать возрастные особенности физического развития ребенка, его индивидуальные возможности давать нагрузку. (не стоит давать в конце занятия упражнения на скорость, выносливость, т.к. к концу занятия ребенок устает и ему нелегко будет выполнять эти упражнения, нельзя начинать занятия с пресса, т.к. подростку будет сложно сохранить осанку, резкие движения могут привести к травмам);
2. Любая нагрузка, на какую-либо группу мышц должна даваться с учетом индивидуальных физических возможностей подростка;
3. Перед каждым занятием интересоваться состоянием воспитанников, болит голова, живот, рука, нога. Родителям говорить, чтобы при первых болевых ощущениях у воспитанников, ставили в известность инструктора.

В большинстве циклических видов спорта, в том числе и военно-прикладном многоборье, тренировочные нагрузки по характеру их энергообеспечения делятся на три вида: выполняемые в аэробном, смешанном (аэробно - анаэробном) и анаэробном режимах.

Тренировочные нагрузки имеют свои биохимические, физиологические и педагогические особенности, которые зависят от длины дистанции и скорости ее

преодоления. Границей между аэробной и смешанной зонами нагрузки является анаэробный порог (АнП), при этом ЧСС находится в пределах 174+6 ударов в минуту.

Границей между смешанной и анаэробной зонами нагрузки считается критическая скорость (КС), при которой организм спортсмена выходит на уровень максимального потребления кислорода (МПК), что соответствует ЧСС=185+10 ударов в минуту. АнП отражает качественные метаболические изменения в организме и является переходным режимом энергообеспечения в организме от преимущественно аэробного к преимущественно анаэробному. Поэтому учет индивидуальной скорости бега на уровне АнП у воспитанников позволит четко определить направленность тренировочного процесса.

Зона энергообразования	Интенсивность нагрузки	ЧСС ударов /мин	Длительность работы.
1. Аэробная (общая выносливость)	низкая	До 150	Несколько часов
2. Пороговая зона	средняя	151- 178	1-2 часа
3. Аэробно-анаэробная	высокая	179-189	до 10 мин.

Занятия по ОФП полезны и необходимы, но они могут нанести вред, если пренебрегать техникой безопасности и здоровье сбережением на занятиях. Во избежание травматизма нужно хорошо разогреть тело, суставы, разминка и только после этого приступать к отработке базовых техник махи ногами, мостик, кувырки, прыжки, падения и т.д., упражнения, которые позволят увеличить силу мышц, эластичность связок, подвижность суставов. Это устранит причины локальных перегрузок и предотвратит возникновение хронического травматизма.

Методы и средства восстановления спортивной работоспособности. Влияние занятий спортом на сердечно-сосудистую систему человека. Частота сердечных сокращений (ЧСС). Средства восстановления: упражнения, рациональное построение тренировочного процесса, чередование нагрузок различной направленности, организация активного отдыха.

Психологические средства восстановления: аутогенная тренировка, психорегулирующие воздействия, положительные эмоции.

Медико-биологические средства восстановления: питание, гигиенические и физиотерапевтические процедуры, баня, массаж, витамины, растения-адаптогены.

Организация предотвращения травматизма на мероприятиях в условиях военно-спортивного лагеря или полигона:

1- 2- 3 ступень.

При предотвращении травматизма необходимо уделять внимание:

1. На овладение правильными техническими действиями;
2. От простого к сложному;
3. Выбор площадки и формы одежды, учитывать время года, перед занятием осмотр снаряжения, одежды, чтоб ничего не висело, одежда была свободной, заколки, сережки, значки и т.п. снять, чтоб не было травм.
4. При проведении военно-спортивных игр нужно учитывать что, продолжительность игры не должна превышать 4 часов, в лесной или парковой зоне нужно провести инструктаж по правилам разведения костра установки палатки о бережном отношении к природе, о ядовитых грибах и ягодах.

4- 5- 6 ступень.

При прохождении обучения воспитанникам нужно понимать самозащиту не только как оборонительный метод, а и перехватив инициативу подчинить противника своей воле. Учебное занятие по боевым искусствам строится по следующему плану:

1 часть – подготовительная 2

часть - основная

3 часть - заключительная

При проведении специальных занятий по изучению боевых приемов нужно помнить, что подготовительная часть занятия не преследует цели подменить ОФП, а служит лишь для приведения мышечно-связочного аппарата в такое состояние, при котором будет безопасно разучивать приемы. Поэтому основное время, нужно тратить по прямому назначению, не увлекаясь ОФП.

Нужно соблюдать безопасность на занятиях по изучению приемов и правил стрельбы. При проведении стрельб обеспечивать четкую их организацию. На занятиях необходимо соблюдать меры безопасности при изучении материальной части АК и патронов, также следить, чтоб подростки не прицеливались, не направляли АК и не производили спуск курка в сторону людей. Не разрешать: брать и заряжать АК без команды руководителя, производить стрельбу из неисправного АК; выносить заряженный АК с огневого рубежа, оставлять, где бы то ни было заряженный АК и передавать его другим людям без команды руководителя, находиться на огневом рубеже, прекращать стрельбу, если в зоне огня находятся люди или животные.

Условия реализации программы

Для успешной реализации программы необходима материально-техническая база:

1. Наглядные пособия:

- схемы;
- таблицы;
- видеоматериалы;
- Уставы РА;

2. Военно-походное снаряжение:

- рюкзаки;
- палатки камуфляжные;
- система для альпинизма
- веревки альпинистские;
- карабины;
- спусковые механизмы;
- туристические коврики;
- походные котлы;
- костровой набор.

3. Пневматическое оружие:

- винтовки;
- пистолеты;
- учебные АК;
- пульки;
- шарики для стрельбы.

4. Спортивная и военная форма:

- камуфляжная форма;
- кимоно, обувь;
- перчатки, варежки;
- берцы;
- береты, шапки;
- груши боксерские;
- снарядные рукавицы;
- перчатки боксерские;
- шлемы, щитки.

5. Спортивный зал и помещение:

- маты;
- борцовский ковер;
- тренажеры для атлетизма;
- гантели и гири.

6. Выезд на полигоны, военно-патриотические лагеря, гвардейские части ВДВ и морской пехоты в летний период.

Литература

Для педагога:

1. Вестник образования, август 4, 2005 г.
2. Социокультурные аспекты воспитания в современном мире (материалы IX конференции молодых ученых) г. Москва, 22-23 мая, 2001 г.
3. Протокол и этика № 1, 2005 г. г. Москва.
4. Этикет М. Равич Санкт-Петербург 1999 г.
5. Все об этикете И.Н. Кузнецов г. Минск, 1988 г.
6. Эстетика Ю. Бореев 1988 г.
7. Красота О. Буткевич г. Ленинград, 1983 г.
8. Эстетика В. Бычков г. Москва, 2005 г.
9. Эстетика Р. Куренкова г. Москва, 2004 г.
10. В.Г. Белинский ПСС г. Москва, 1955 г.
11. Наука логики г. Москва, 1972 г.
12. Сборник нормативных и методических материалов для дополнительного образования детей, Гуманитарный издательский центр г. Москва, 2000 г.
13. Информационный сборник «Юные - Жуковцы» г. Сургут, 2001 г.
14. Система Самбо г. Москва, 2004 г.
15. Динамика карате г. Москва, 1999 г.
16. Рукопашный бой А.Тарас, г. Москва, 2005 г.
17. Спортивные игры: техника, практика обучения. Учебник для студентов высших педагогических учебных заведений Ю.Д. Железняк г. Москва, 2001 г.
18. Наследники великой победы. Выпуск – 1 г. Москва, 2000 г.
19. Подготовка разведчика г. Минск, 2002 г. А. Тарас
20. Верность воинскому долгу. Выпуск – 4, Москва 1998 г.

Для обучающихся:

1. Общевоинские Уставы, Новосибирск – 2006 г.
2. Учебник «Начальная военная подготовка» г. Москва, 1984 г.
3. Отечественная история В. Перхавко – Москва 1997 г.
4. История России, Энциклопедия – Москва – 1999 г.
5. История Ханты-Мансийского автономного округа с древности до наших дней Р. Редин, Екатеринбург, 1999 г.
6. Петрова Л., Показаньев Ф. Сургут – Свердловск, 1987 г.

