

Департамент образования администрации города Кирова

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования «Детско-юношеский центр гражданского, патриотического и духовно-нравственного воспитания имени святого благоверного князя Александра Невского» города Кирова

ПРИНЯТА

на заседании Педагогического совета МБОУ ДО ДЮЦ им. А. Невского г. Кирова от 01. 09. 2023, протокол № 1

УТВЕРЖДЕНА

приказом МБОУ ДО ДЮЦ им. А. Невского г. Кирова от 01.09.2023 № 11

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности
«ОСНОВЫ ВОЕННОЙ СЛУЖБЫ»**

Возраст обучающихся: 14 -18 лет

Срок реализации: 1 год

Составитель:

Федосимова Евгения Викторовна,
Методист отдела ГПВиС

г. Киров, 2023 г.

Содержание

Пояснительная записка	3
Цель и задачи программы	8
Планируемые результаты программы	9
Учебно-тематический план	10
Содержание программы	11
Календарный учебный график	15
Календарный план воспитательной работы	16
Оценочные материалы, формирующие систему оценивания	22
Способы определения результативности программы	22
Образовательные и учебные форматы	23
Материально-техническое обеспечение программы	27
Перечень информационно-методических материалов	29

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение 1. Инструктажи для обучающихся по технике безопасности на занятиях	31
Приложение 2. Диагностика метапредметных результатов	38
Приложение 3 Диагностика личностных результатов	41
Приложение 4. Диагностика предметных результатов	44

Пояснительная записка

Нормативно-правовое обеспечение программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Основы военной службы» (далее по тексту – программа) разработана в соответствии с требованиями следующих нормативно-правовых документов:

- Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Распоряжения Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;
- Распоряжения Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р «Об утверждении Концепции дополнительного образования детей до 2030 года»;
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Стратегии социально-экономического развития Кировской области на период до 2035 года, утвержденной распоряжением Правительства Кировской области от 28.04.2021 № 76;
- Распоряжения министерства образования Кировской области от 21.12.2022 № 1500 «Об утверждении Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей на территории Кировской области»;

- Стратегии социально-экономического развития муниципального образования «Город Киров» на период до 2035 года, утвержденной решением Кировской городской Думы от 28.10.2020 № 39/1;
- Постановления администрации города Кирова от 03.07.2020 № 1398-п «Об утверждении Положения о персонифицированном финансировании дополнительного образования детей на территории муниципального образования «Город Киров»;
- Устава МБОУ ДО ДЮЦ им. А. Невского г. Кирова, зарегистрированного постановлением администрации города Кирова от 31.07.2018 № 2053-п.

При разработке программы составитель опирался на Методические рекомендации по разработке и реализации дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ (включая разноуровневые и модульные). – Киров: КОГОБУ ДО «Дворец творчества – Мемориал», РМЦ, 2020. – 24 с.

Направленность программы - физкультурно-спортивная.

Актуальность программы. В истории России патриотическому воспитанию молодежи всегда отводилась главенствующая роль. Высокий моральный дух, героизм, мужество, стойкость в бою, сила и отвага российских воинов на полях сражений множилась осознанием славных побед наших предков. Патриотическое воспитание молодежи, приобщение ее к опыту предшествующих поколений является залогом того, что традиционные понятия любви к Отечеству, воинской чести и воинского долга навсегда останутся нравственной нормой нашего общества. Патриотизм - основополагающая составляющая системы нравственных ценностей человека, а еще это важнейший духовно-нравственный фактор сохранения общественной стабильности, независимости и безопасности государства.

Программа является средством развития мотивации, творческого потенциала обучающихся среднего и старшего школьного возраста в процессе формирования гражданского сознания и патриотических чувств, подготовки их

к выполнению конституционного долга в Вооруженных Силах Российской Федерации и дальнейшего профессионального самоопределения.

Значимость программы для региона. Программа направлена на формирование гражданственности – фундаментального качества личности, заключающегося в осознании долга перед обществом и деятельном претворении его в жизнь. В современном социуме дефицита гуманности, социальной напряженности, деформированных мироощущений и ценностных ориентаций физическое воспитание и закалка духа подрастающего поколения подтверждает общественную значимость и педагогическую целесообразность патриотического воспитания.

Программа способствует воспитанию гармонично развитой и социально ответственной личности на основе духовно-нравственных ценностей народов Российской Федерации, формированию у детей и молодежи социально значимых патриотических ценностей, выявлению и развитию способностей и талантов у детей и молодежи в различных видах деятельности, созданию условий для занятий физической культурой и спортом, формированию системы мотивации подрастающего поколения к здоровому образу жизни, ранней профессиональной ориентации и профессиональному самоопределению, повышению уровня подготовки детей и молодежи к военной службе. Программа в полной мере соответствует стратегическим целям социально-экономической политики Кировской области, а именно: развитие и укрепление человеческого капитала, гармоничное становление и развитие личности и ее потенциала. Цель, задачи, содержание и планируемые результаты программы в полной мере соответствуют Стратегии социально-экономического развития Кировской области до 2035 года, утвержденной распоряжением Правительства Кировской области от 28.04.2021 № 76.

Отличительные особенности программы. Программа интегрирована в деятельность местного отделения ВВПОД «Юнармия», штабом которого в муниципальном образовании «Город Киров» является МБОУ ДО ДЮЦ им. А. Невского г. Кирова. Юнармия очень популярна в школьной среде, потому что

это уникальное общественное движение направлено на выявление и поддержку активных детей, получение ими инновационных знаний и практического опыта в различных сферах деятельности. Воспитательная деятельность Юнармии направлена на развитие личности детей и их включение в разнообразие человеческих отношений и межличностное общение со сверстниками. Обучающиеся детского объединения, погружаясь в атмосферу юнармейского движения, приобретают возможность, кроме занятий по программе, открыть в себе положительные качества личности, ощутить дух коллективизма, взаимопомощи, чувство социальной ответственности, осознать себя личностью, повысить самооценку за счет приобретения новых знаний, умений, навыков.

Адресат программы. Программа адресована детям среднего и старшего школьного возраста от 14 до 18 лет. Обучение по программе могут проходить как юноши, так и девушки. На обучение принимаются дети, не имеющие противопоказаний к занятиям физической культурой и спортом, стрелковым спортом, строевой подготовкой на основании медицинского допуска (справки).

Объем программы. Программа рассчитана на один учебный год. Образовательный ресурс программы составляет 108 часов.

Форма обучения. Форма обучения – очная.

Уровень программы. Программа соответствует стартовому (ознакомительному) уровню сложности.

Особенности организации образовательного процесса. На обучение принимаются дети, не имеющие противопоказаний к занятиям физической культурой и спортом, стрелковым спортом, строевой подготовкой на основании медицинской справки или заключения врача о допуске к занятиям. Учебные группы комплектуются с учетом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся, общим уровнем их физической подготовленности. Программа предполагает приоритет специальной подготовки с элементами военной тактики в игровой форме. Основное внимание в программе уделяется обучению основам военной службы через организацию учебных занятий, сочетающих оптимальный объем теории и значительный объем практики. Программа

включает элементы дисциплин физкультурно-спортивной и социально-гуманитарной направленности. Содержание программы будет содействовать обучающимся с пользой организовать свободное от учебы время, улучшить свою физическую форму, получить практические навыки, которые пригодятся при исполнении конституционного долга. Использование в данной программе форм, средств и методов образовательной и воспитательной деятельности, таких как строевые смотры, стрельбы, военно-спортивные игры помогут учащимся отвлечься от современных гаджетов и разнообразить свою жизнь с пользой для физического и психологического здоровья. На учебных занятиях применяются групповые, подгрупповые, индивидуальные организационные формы обучения в зависимости от возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся.

Программа может быть сетевой, то есть может быть реализована с возможностью использования ресурсов муниципальных образовательных учреждений на основе договоров о сетевой форме реализации образовательных программ, а именно: стрелковых тиров, пневматических винтовок, учебных кабинетов с мебелью для теоретических занятий, спортивных залов, рекреаций и пришкольных территорий. Реализация программы в рамках сетевого взаимодействия предусматривает также совместную реализацию с образовательными организациями массовых мероприятий воспитательного характера с целью развития единого образовательного пространства, формирования единой системы духовно-нравственного и гражданско-патриотического воспитания подрастающего поколения. Сетевая форма реализации программы, как модель интеграции общего и дополнительного образования, обеспечивает увеличение охвата детей в возрасте от 14 до 18 лет дополнительным образованием, территориальную доступность дополнительного образования заявленного профиля в пределах муниципального образования «Город Киров», создание новых мест дополнительного образования в соответствии с целевыми установками Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года.

Режим организации образовательной деятельности. Образовательная деятельность с обучающимися по программе организована с учетом «Методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы» (письмо Минобрнауки РФ от 18.11.2015 № 09-3242). Учебные занятия проводятся один раз в неделю по три академических часа с двумя десятиминутными перерывами; продолжительность академического часа для детей среднего и старшего школьного возраста – 45 минут.

Количество обучающихся в учебной группе. Минимальное количество обучающихся – 10 человек, максимальное – 12 человек.

Цель и задачи программы

Цель программы – обеспечение гражданско-патриотического и духовно-нравственного воспитания, удовлетворение индивидуальных потребностей в нравственном и физическом самосовершенствовании, укрепление здоровья и формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, профессиональная ориентация обучающихся через получение первичных знаний и навыков военного дела, необходимых для прохождения воинской службы по призыву, выбора профессии и продолжения дальнейшего обучения.

Задачи программы:

Воспитательные:

- Содействовать становлению морально-волевых и нравственных качеств личности (выносливость, упорство и т.д.);
- Формировать морально-психологические и физические качества, необходимые для прохождения военной службы и обучения в военных учебных заведениях;
- Содействовать воспитанию привычки здорового образа жизни.

Развивающие:

- Способствовать физическому развитию и укреплению здоровья детей.

- Содействовать развитию спортивных способностей.
- Способствовать развитию коммуникативных компетенций как способности к позитивному общению и сотрудничеству со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.

Обучающие:

- Предоставить начальные знания о военной службе, об объеме спортивной подготовки к прохождению военной службы;
- Обучить оптимальным навыкам и умениям, необходимым для прохождения военной службы (строевая, стрелковая, общая физическая, тактическая подготовка);
- Обучить навыкам и приемам физического самосовершенствования.

Планируемые результаты программы.

Личностные результаты:

- Морально-волевые и нравственные качества личности (выносливость, стрессоустойчивость, упорство, смелость, самостоятельность, выдержка, дисциплинированность, аккуратность и т.д.);
- Потребность в соблюдении норм и правил здорового образа жизни;
- Осознание роли и значения воинской службы, армии в целом, в области защиты государства в условиях мирного и военного времени.

Метапредметные результаты:

- Улучшение физических показателей, готовность и потребность обучающихся в физическом самосовершенствовании.
- Развитие физических качеств (сила, выносливость, быстрота, гибкость, координация, скоростно-силовые качества) и психологических свойств (стрессоустойчивость, сила воли, нацеленность на результат и т.д.) для дальнейшего саморазвития и самосовершенствования, достижения высоких спортивных результатов.

– Готовность к социальному взаимодействию на основе нравственных и правовых норм (умение вести диалог, сопереживать, быть доброжелательным, проявлять социальную адекватность в поведении).

Предметные результаты:

- Знание уставных и военноритуальных аспектов военной службы, порядка несения службы; основ строевой, огневой и тактической подготовки;
- Знание устройства и принципов действия основного стрелкового вооружения, умение осуществлять неполную сборку-разборку автомата Калашникова, стрельбу из пневматической винтовки;
- Приобретение практических навыков строевой, огневой и тактической подготовки;
- Умение применять полученные знания на практике, действовать с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
- Умение выполнять комплексы упражнений общей физической подготовки для развития и улучшения физической формы.

Учебно-тематический план

№ п/п	Название раздела	Количество часов			Форма контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	1	1	0	-
2.	Вооруженные силы РФ и Кировской области.	11	10	1	Практическое выполнение строевых приемов.
3.	Психологическая подготовка солдата.	6	2	4	-
4.	Устройство и назначение автомата Калашникова.	9	3	6	Выполнение норматива по неполной

					разборке/сборке
5.	Стрелковая подготовка.	21	3	18	Выполнение норматива по пулевой стрельбе
6.	Первая помощь.	12	6	6	Военно-патриотические игры.
7.	Общая физическая подготовка.	27	6	21	Выполнение норматива по ОФП
8.	Тактическая подготовка.	15	3	12	Выполнение практических заданий на местности.
9.	Итоговое занятие. Контроль изученного материала.	6	1	5	Тест «Основы военной службы». Военно-патриотические игры.
	И Т О Г О по программе:	108	35	73	

Содержание программы

Раздел 1. Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.

Теория: Краткое содержание курса. Инструктаж по технике безопасности на занятиях.

Раздел 2. Вооруженные Силы РФ и Кировской области.

Теория: Защита Отечества – важная функция государства. Нормативно-правовое обеспечение допризывной подготовки молодежи. Составы военнослужащих и воинские звания в ВС РФ. Права и обязанности

военнослужащих. Общевоинские уставы ВС РФ. Войска национальной гвардии РФ. Погоны армии РФ.

Практика: Экскурсия в воинскую часть. Изучение, выполнение и совершенствование элементов одиночной строевой подготовки (строевая стойка, повороты на месте, движение строевым шагом, повороты в движении, выход из строя и подход к начальнику, выполнение воинского приветствия). Строи отделения. Построения отделения в развернутый и походный строй. Отработка строевых приемов в составе отделения. Прохождение торжественным маршем. Порядок и отработка выполнения возложения венков к мемориалам Воинской Славы. Порядок и выполнение несения почётного караула, смены часовых почетного караула. Отработка строевых приемов.

Раздел 3. Психологическая подготовка солдата.

Теория: Психологическая подготовка военнослужащих как система мероприятий, направленная на успешное выполнение поставленных боевых задач в мирное и военное время. Мотивационно-целевая подготовка. Психологическая подготовка к поведению в различных ситуациях. Эмоционально-волевая подготовка. Психологические аспекты прохождения службы. Психологические приемы.

Практика: Практические приемы и методы психологической подготовки: метод психологических упражнений. Выполнение упражнений на тренажерах. Выполнение упражнений по преодолению трудностей. Выполнение психологических упражнений для целенаправленного развития познавательных, эмоциональных и волевых качеств. Психологический тренинг для формирования психологической совместимости и взаимодействий.

Раздел 4. Автомат Калашникова.

Теория: История создания автомата Калашникова (далее – АК). Биография создателя. Назначение и боевые свойства АК. Общее устройство АК. Работа

механизмов и принципы стрельбы из АК. Современные модификации АК, их характеристики.

Практика: Изучение инструкции по неполной разборке-сборке АК. Выполнение неполной разборки-сборки АК с педагогом, самостоятельно. Выполнение норматива по неполной разборке-сборке АК.

Раздел 5. Стрелковая подготовка.

Теория: История стрелкового спорта. Устройство пневматической винтовки.

Меры безопасности при стрельбе из пневматической винтовки. Основы и правила стрельбы из пневматической винтовки.

Практика: Практические занятия по стрельбе из пневматической винтовки. Выполнение манипуляций с оружием: снаряжение, заряжение/разряжение, устранение задержек при стрельбе; прицеливание, стойка, удержание оружия при стрельбе; стрельба из различных положений; обслуживание оружия, чистка, хранение. Изучение и совершенствование техники стрельбы из пневматической винтовки. Практическое выполнение учебных стрельб. Выполнение норматива по пулевой стрельбе. Участие в соревнованиях по пулевой стрельбе.

Раздел 6. Первая помощь.

Теория: Правила оказания первой помощи при неотложных состояниях и травмах. Обеспечение собственной безопасности при оказании первой помощи. Определение признаков жизни. Устойчивое боковое положение. Порядок проведения сердечно-легочной реанимации.

Практика: Тренировки на манекене: непрямой массаж сердца, наложение повязок, жгутов, подготовка к транспортировке. Демонстрация полученных знаний, умений и навыков при участии в военно-патриотических играх и массовых мероприятиях воспитательного характера.

Раздел 7. Общая физическая подготовка.

Теория: Система физической подготовки в Вооруженных Силах Российской Федерации. Роль физической подготовки для допризывной молодежи.

Практика: Выполнение упражнений на формирование двигательных навыков и развитие физических качеств. Разучивание и выполнение комплекса упражнений на развитие силы. Разучивание и выполнение комплекса упражнений на развитие выносливости. Разучивание и выполнение комплекса упражнений на развитие быстроты. Разучивание и выполнение комплекса упражнений на развитие гибкости. Разучивание и выполнение комплекса упражнений на развитие ловкости. Выполнение норматива по общей физической подготовке.

Раздел 8. Тактическая подготовка.

Теория: Инженерные заграждения: инженерные и фортификационные сооружения: история, классификация, общие характеристики. Ориентирование на местности: способы ориентирования на местности, способы измерения расстояний до объектов. Устройство компаса и правила работы с ним. Определение азимута, организация движения по азимуту. Основные понятия боя. Система условных знаков, применяемых в бою. Тактика ведения современного боя.

Практика: Выполнение теоретических и практических заданий в аудиторных условиях. Выполнение практических заданий на местности. Участие и демонстрация полученных знаний, умений и навыков в профильных массовых мероприятиях и соревнованиях.

Раздел 9. Итоговое занятие. Контроль изученного материала.

Теория: Итоги обучения по программе. Коллективные и индивидуальные результаты. Индивидуальные рекомендации.

Практика: Выполнение тестирования «Основы военной службы». Участие и результативность в военно-спортивных играх в полевых условиях.

Календарный учебный график

Календарный учебный график составляется педагогом дополнительного образования на каждую учебную группу накануне учебного года после того, как скомплектована учебная группа, учтены пожелания обучающихся и их родителей относительно времени проведения учебных занятий, составлено и утверждено расписание. Календарный учебный график, включающий число, время проведения и конкретную тему занятия, проверяется и визируется заместителем директора по УВР (или курирующим направление образовательной деятельности методистом).

Примерный календарный учебный график

№ п/п	Месяц	Дата проведения	Форма занятий	Количество часов	Наименование раздела	Место проведения	Форма контроля
1.	Сентябрь	01.09.2023 - 30.09.2023	Групповая	12	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ. Вооруженные Силы РФ и Кировской области.	Г. Киров, ул. Ленина, д. 164, корп. 2	Практическое выполнение строевых приемов.
2.	Октябрь	01.10.2023 – 31.10.2023	Групповая	12	Психологическая подготовка солдата. Устройство и назначение автомата Калашникова.	Г. Киров, ул. Ленина, д. 164, корп. 2	Выполнение норматива по неполной разборке/сборке автомата Калашникова
3.	Ноябрь	01.11.2023 – 30.11.2023	Групповая	15	Стрелковая подготовка.	Г. Киров, ул. Ленина, д. 164, корп. 2	
4.	Декабрь	01.12.2023 – 31.12.2023	Групповая	15	Стрелковая подготовка. Первая помощь.	Г. Киров, ул. Ленина, д. 164, корп. 2	Выполнение норматива по пулевой стрельбе
5.	Январь	01.01.2024 – 31.01.2024	Групповая	9	Первая помощь.	Г. Киров, ул. Ленина, д. 164, корп. 2	Военно- патриотический игры.
6.	Февраль	01.02.2024 –	Групповая	12	Общая	Г. Киров, ул.	

		29.02.2024			физическая подготовка.	Ленина, д. 164, корп. 2	
7.	Март	01.03.2024 – 31.03.2024	Групповая	12	Общая физическая подготовка.	Г. Киров, ул. Ленина, д. 164, корп. 2	Выполнение нормативов по ОФП
8.	Апрель	01.04.2024 – 30.04.2024	Групповая	12	Тактическая подготовка.	Г. Киров, ул. Ленина, д. 164, корп. 2	Выполнение практических заданий на местности
9.	Май	01.05.2024 – 31.05.2024	Групповая	9	Тактическая подготовка. Итоговое занятие.	Г. Киров, ул. Ленина, д. 164, корп. 2	Тест «Основы военной службы». Военно-патриотические игры.

Календарный план воспитательной работы

Календарный план воспитательной работы по программе формируется в соответствии с Программой воспитания МБОУ ДО ДЮЦ им. А. Невского г. Кирова (далее – Учреждение) и содержит следующие направления:

- Гражданско-патриотическое воспитание.
- Духовно-нравственное воспитание.
- Эстетическое воспитание.
- Физическое воспитание, формирование культуры здоровья и эмоционального благополучия.
- Трудовое воспитание.
- Экологическое воспитание.
- Ценности научного познания.

Содержание воспитательной работы с детьми реализуется через следующие виды и формы:

- Городские воспитательные мероприятия для обучающихся.
- Воспитательная работа в коллективе детского объединения.
- Воспитательная работа на учебных занятиях.

- Выездные массовые мероприятия обучающихся.
- Организация предметно-пространственной среды учреждения.
- Работа с родителями (законными представителями) несовершеннолетних обучающихся.
- Профилактическая деятельность.
- Социальное партнерство в организации и реализации массовых мероприятий.
- Профориентационная деятельность.

Содержание воспитательной работы с детьми, обучающимися по программе, изложено Плане воспитательной работы в детских объединениях
Программы воспитания:

Дата проведения	Наименование мероприятия	Место проведения, адрес	Исполнитель
Сентябрь	Воспитательное мероприятие по правилам дорожного движения	Г. Киров, ул. Ленина, д. 164, корп. 2	Отдел ГПВиС
Сентябрь	Воспитательное мероприятие по профилактике коронавируса	Г. Киров, ул. Ленина, д. 164, корп. 2	Отдел ГПВиС
Ноябрь	Воспитательное мероприятие по профилактике вредных привычек	Г. Киров, ул. Ленина, д. 164, корп. 2	Отдел ГПВиС
Декабрь	Акция, посвященная Дню памяти Александра Невского, «Александро-Невская ленточка»	Г. Киров, ул. Ленина, д. 164, корп. 2	Отдел ДНВ
Декабрь	Новогодняя программа для обучающихся детских объединений, по заявкам – для школьников города	Г. Киров, ул. Ленина, д. 164, корп. 2	Отдел ДНВ
Январь	Воспитательное мероприятие по	Г. Киров, ул.	Отдел

	профилактике экстремизма	Ленина, д. 164, корп. 2	ГПВиС
Январь Февраль	Интерактивное занятие «Как слово наше отзовется» ко Дню борьбы со сквернословием). Подготовка для педагогов методических разработок по проведению занятия.	Г. Киров, ул. Ленина, д. 164, корп. 2	Отдел ДНВ
Март	Акция, посвященная Всемирному Дню борьбы с туберкулезом, «Белый цветок»	Г. Киров, ул. Ленина, д. 164, корп. 2	Отдел ДНВ Отдел КиЭ
Март	Подготовка и участие обучающихся детских объединений в конкурсе «Чудеса своими руками»	Г. Киров, ул. Ленина, д. 164, корп. 2	Отдел ДНВ
Март	Воспитательное мероприятие по профилактике правонарушений	Г. Киров, ул. Ленина, д. 164, корп. 2	Отдел ГПВиС
Апрель Май	Просмотр и обсуждение с обучающимися социального спектакля «Бумажная победа»	Г. Киров, ул. Ленина, д. 164, корп. 2	Отдел ДНВ
Май	Акции, посвященные празднованию Дня Победы, «Георгиевская ленточка», «Звезды героев»	Г. Киров, ул. Ленина, д. 164, корп. 2	Отдел ДНВ
Май	Воспитательное мероприятие по профилактике детского травматизма	Г. Киров, ул. Ленина, д. 164, корп. 2	Отдел ГПВиС
Май	Воспитательное мероприятие по соблюдению правил безопасности в период летних каникул	Г. Киров, ул. Ленина, д. 164, корп. 2	Отдел ГПВиС
Май	Экскурсионно-краеведческая игра для обучающихся детских объединений «Ключи от города»	Г. Киров, ул. Ленина, д. 164, корп. 2	Отдел КиЭ

В течение года По четвергам	Участие педагогов, обучающихся детских объединений и их родителей (законных представителей) в Городской «Семейной гостиной», «Литературной гостиной», Городском кинолектории «Мы – вятские»	Г. Киров, ул. Ленина, д. 164, корп. 2	Отдел ДНВ
--------------------------------	---	---------------------------------------	-----------

Городские воспитательные мероприятия для обучающихся реализуются учреждением в рамках муниципальной подпрограммы «Организация предоставления общего и дополнительного образования в муниципальном образовании «Город Киров» муниципальной программы «Развитие образования в муниципальном образовании «Город Киров». Перечень и сроки реализуемых мероприятий представлен в таблице:

№ пункта программы	Наименование	Период проведения
1.8.	Городские смотры, слеты, конкурсы, фестивали патриотической направленности	
1.8.1.	Городские конкурсы по патриотическому и духовно-нравственному воспитанию	
1	Городской конкурс "Семейная акварель"	апрель-май
2	Городской конкурс-проект "Сильные духом"	январь-февраль
3	Городской конкурс "Мы гордимся"	октябрь-декабрь
4	Городской конкурс школьных музеев	март-май
5	Городской конкурс школьных газет	февраль-март
6	Городской конкурс "Юнармейцы вперед"	ноябрь
7	Городской смотр-конкурс юнармейских отрядов ОУ г. Кирова	Сентябрь - апрель
8	Городской смотр-конкурс среди юнармейских отрядов	февраль

	на лучшую юнармейскую комнату	
9	Городской конкурс короткометражных фильмов	ноябрь-декабрь
10	Городской смотр-конкурс знаменных групп среди юнармейских отрядов ОУ г. Кирова	февраль
1.8.2.	Тренировочно-патриотический лагерь	
1.8.3.	Поддержка Кировского (местного) отделения Всероссийского военно-патриотического движения "Юнармия"	
	VI слёт юнармейских отрядов местного отделения ВВПОД ЮНАРМИЯ г. Кирова	
1.8.5.	Слет юнармейских отрядов образовательных организаций города Кирова	
1.8.6.	Городские мероприятия для кадетов	
1	Городское мероприятие "Юнармейский бал"	март
2	Городское мероприятие "День героев отечества"	декабрь
3	Городское мероприятие «Линейка памяти, посвященная борьбе с терроризмом и памяти жертв теракта в Беслане»	сентябрь
4	Городское мероприятие «Прощание с флагом Юнармии, знаменами юнармейских и кадетских объединений школ, посвящение в юнармейцы»	май
5	Городской смотр-конкурс «Парад исторических войск»	февраль
6	Городское мероприятие «Юнармейская Ёлка»	декабрь
1.9.	Городские спортивные и спортивно-технические соревнования	
1	Городские соревнования по военизированному многоборью на приз Якова Падерина	ноябрь
2	Городские соревнования по стрельбе из пневматической винтовки среди учащихся допризывного возраста ОУ г. Кирова на приз Н.И. Галушкина	апрель
3	Городские соревнования по стрельбе из лазерного пистолета среди руководителей и преподавателей ОБЖ ОУ г. Кирова	февраль

4	Городские соревнования по стрельбе из лазерного пистолета среди учащихся ОУ г. Кирова	ноябрь-декабрь
5	Городские соревнования по полиатлону среди юнармейских отрядов города Кирова	октябрь
6	«Школа безопасности»	май
7	Первенство по скоростной сборке спилс-карт Кировской области и Российской Федерации среди обучающихся образовательных организаций города	февраль-март
8	Городской фестиваль «Туристская осень»	сентябрь
9	Городские соревнования по вязке узлов	декабрь
10	Городские соревнования по спортивному туризму	октябрь
11	Городские соревнования по спортивному ориентированию на лыжах "Кросс-классика"	март
12	Городские соревнования по спортивному ориентированию бегом "Кросс-классика"	сентябрь
13	Городские соревнования по спортивному ориентированию "Кросс-выбор"	май-сентябрь
14	Городские соревнования по эстафетному ориентированию бегом	апрель
1.11.	Городские молодежные акции	
1	Организация почетного караула	февраль, май, сентябрь, декабрь
1.12.	Городские конференции, слеты, чтения историко-краеведческой направленности	
1	Городской слет юных геологов	март-май
2	Городская краеведческая конференция школьников «Отчий дом»	январь-февраль
3	Городской слет «Юный знаток природы»	сентябрь
4	Городской конкурс художественной фотографии	октябрь-декабрь

Оценочные материалы, формирующие систему оценивания.

Для проверки предметных результатов обучения используются следующие виды контроля:

- текущий тематический контроль;
- промежуточная аттестация: итоговый тест, выполнение спортивных нормативов, активность и результативность участия обучающихся в военно-патриотических играх.

В качестве результатов обучения могут быть использованы итоги участия обучающихся в различных соревнованиях по видам спорта, активность в массовых мероприятиях воспитательного характера.

Способы определения результативности программы

Результаты программы	Способы оценки результатов	Форма регистрации результатов
Личностные	Педагогическое наблюдение. Анкетирование на определение мотивации к занятиям по ОВС.	Карта оценки выраженности волевых качеств обучающихся. Протокол результатов анкеты.
Метапредметные	Диагностика метапредметных результатов.	Индивидуальная диагностическая карта.
Предметные	Тест «Основы военной службы». Выполнение нормативов по общефизической и стрелковой подготовке. Выполнение нормативов по стрельбе из пневматической винтовки. Выполнение норматива по неполной разборке-сборке автомата Калашникова.	Карта «Показатели общей подготовленности обучающихся».

Образовательные и учебные форматы

Методическое обеспечение программы включает совокупность форм, методов и приемов организации образовательного процесса, а также использование педагогических технологий, что позволяет обучающимся быть успешными в учении.

Содержание программы направлено на воспитание гражданско-патриотических чувств, воспитание высокого морального духа, нравственности, мотивации к изучению истории России и военного дела. Программа представляет собой гармоничное сочетание теоретических часов и практики, лаконично вписывается в воспитательный план учреждения, который охватывает не только участников детского объединения, но и юнармейцев всех школ муниципального образования. Таким образом, достижение задач программы обеспечивается не только в рамках детского объединения (учебной группы), а в коллективе городского юнармейского сообщества в процессе осуществления гармоничного комплекса разнообразных видов жизнедеятельности (учебной, культурной, общественной, социально значимой и т.д.). При этом обеспечиваются условия, при которых каждый член юнармейского коллектива может обрести смысл своей жизни, осознать свою «миссию», поставить перед собой собственную жизненную задачу, проявить субъектную активность.

Под методами обучения следует понимать упорядоченную деятельность педагога и обучающегося, направленную на достижение цели обучения. В программе широко используются следующие методы обучения:

- Практические: творческие задания, практическая работа (прослушивания, просмотры).
- Наглядные: иллюстрация, демонстрация и т.д.
- Словесные: объяснение, рассказ, беседа, инструктаж и т.д.
- Контроль: текущий, промежуточный, анализ личных достижений и результатов.

Содержание программы предусматривает использование следующих форм организации обучения:

- по продолжительности: продолжительность академического часа для обучающихся среднего и старшего школьного возраста – 45 минут. Одно учебное занятие представляет собой три академических часа с двумя десятиминутными перерывами;
- по количеству обучающихся: коллективные (массовые), групповые, парные, индивидуальные.

В образовательном процессе широко используются педагогические технологии, такие как: технология личностно-ориентированного взаимодействия, игровые технологии, мультимедийная технология.

В случае чрезвычайных мер (ограничительных, карантинных и т.д.) в учреждении созданы условия для перевода обучающихся на электронное/дистанционное обучение (технология дистанционного обучения).

В процессе работы с дидактическими материалами у учащихся усиливается мотивация к обучению, происходит развитие определенного вида мышления (наглядно-образного, теоретического, логического), осуществляется процесс формирования культуры учебной деятельности, активизируется взаимодействие интеллектуальных и эмоциональных функций при совместном решении творческих учебных задач.

№ п/п	Наименование раздела	Формы занятий	Методы и приемы	Дидактические и методические материалы, ТСО
1	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности	Групповая с организацией индивидуальных форм работы в группе, подгруппы.	Словесный, объяснение, рассказ, беседа, практические задания.	Специальная литература, справочные материалы, картинки, плакаты. Правила по технике

				безопасности.
2	Вооруженные Силы РФ и Кировской области	Групповая с организацией индивидуальных форм работы в группе, подгруппы.	Словесный, объяснение, рассказ, беседа, практические задания.	Специальная литература, справочные материалы, картинки, плакаты. Правила по технике безопасности.
3	Психологическая подготовка солдата	Групповая с организацией индивидуальных форм работы в группе, подгруппы.	Словесный, объяснение, рассказ, беседа, практические задания.	Специальная литература, справочные материалы, картинки, плакаты. Правила по технике безопасности.
4	Устройство и назначение автомата Калашникова	Групповая с организацией индивидуальных форм работы в группе, подгруппы.	Словесный, объяснение, рассказ, беседа, практические задания.	Таблицы, плакаты, мелкий и средний спортивный инвентарь (малые гантели, лапы, боксерские мешки и груши)
5	Стрелковая подготовка	Групповая с организацией индивидуальных форм работы в группе, подгруппы.	Словесный, объяснение, рассказ, беседа, практические задания.	Таблицы, плакаты, мелкий и средний спортивный инвентарь (малые гантели, лапы, боксерские мешки

				и груши)
6	Первая помощь	Групповая с организацией индивидуальных форм работы в группе, подгруппы.	Словесный, объяснение, рассказ, беседа, практические задания.	Таблицы, плакаты, мелкий и средний спортивный инвентарь (малые гантели, лапы, боксерские мешки и груши)
7	Общая физическая подготовка	Групповая с организацией индивидуальных форм работы в группе, подгруппы.	Словесный, объяснение, рассказ, беседа, практические задания.	Таблицы, плакаты, мелкий и средний спортивный инвентарь (малые гантели, лапы, боксерские мешки и груши)
8	Тактическая подготовка	Групповая с организацией индивидуальных форм работы в группе, подгруппы.	Словесный, объяснение, рассказ, беседа, практические задания.	Таблицы, плакаты, мелкий и средний спортивный инвентарь (малые гантели, лапы, боксерские мешки и груши)
9	Итоговое занятие. Контроль изученного материала	Индивидуальная	словесный; наглядно-практический	Выполнение теоретических и практических заданий

Материально-техническое обеспечение программы

Материально-техническое обеспечение в полной мере обеспечивает возможность проведения образовательного процесса с учетом профиля программы. Помещение, где реализуется программа, удовлетворяет лицензионным требованиям, соответствует государственным санитарно-эпидемиологическим требованиям и требованиям пожарной безопасности.

Материально-техническое обеспечение учебной аудитории для теоретических занятий включает в себя:

- Учебный кабинет, включая типовую школьную мебель.
- Персональный компьютер для работы педагога.
- Многофункциональное устройство.
- Мультимедийный проектор с экраном.
- Школьную доску.

Материально-техническое обеспечение помещения для практических занятий включает в себя:

- Физкультурно-спортивный зал.
- Спортивный инвентарь: мячи, гимнастические палки, гантели, шведская стенка, перекладины, спортивные маты.
- Оборудованный стрелковый тир.
- Пневматические винтовки.
- Макеты автомата Калашникова.
- Манекен для оказания первой помощи.

Личные спортивные принадлежности, необходимые детям для освоения образовательной программы, приобретаются родителями обучающегося:

- Спортивная форма.
- Спортивная обувь.

Кадровое обеспечение. К преподаванию допускается педагог дополнительного образования, соответствующий профессиональному стандарту «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»,

владеющий методикой преподавания военно-прикладных дисциплин, прошедший службу в ВС РФ.

Требования к безопасности образовательной среды. Перед каждым занятием педагог проверяет оборудование на целостность и соответствие правилам безопасного использования в образовательном процессе, а также готовность обучающихся к учебному занятию. Обучающиеся проходят дважды в учебном году инструктажи по технике безопасности на занятиях.

Перечень информационно-методических материалов

Для педагога:

1. Байрамуков Ю.Б. Общая тактика: учебник / Ю.Б. Байрамуков, В.С. Янович, С.В. Гончарик. - Красноярск: СФУ, 2017. - 346 с.
2. Военная доктрина Российской Федерации. - М.: ИНФРА-М, 2018. - 22 с.
3. Военно-правовое исследование участия граждан в обеспечении обороны страны и безопасности государства: монография / Ю.Г. Федотова. - М.: ИНФРА-М, 2019. - 330 с.
4. Волощенко, А. Е. Безопасность жизнедеятельности / Волощенко А.Е., Прокопенко Н.А., Косолапова Н.В.; Под ред. Арутюнова Э.А., - 20-е изд., перераб. и доп. - М.: Дашков и К, 2018. - 448 с.
5. Зеленков М.Ю. Морально-психологическое обеспечение деятельности войск, воинских формирований и органов: учебник / М.Ю. Зеленков. - М.: ИНФРА-М, 2017. - 498 с.
6. Локальная война в военно-политической стратегии США в начале XXI века / В.И. Батюк. - М.: Весь Мир, 2017. - 328 с.
7. Микрюков В.Ю. Основы военной службы: строевая, огневая и тактическая подготовка, военная топография: учебник / В.Ю. Микрюков. - 2-е изд., испр. и доп. - М.: ФОРУМ: ИНФРА-М, 2019. - 384 с.
8. Никифоров, Л.Л. Безопасность жизнедеятельности / Никифоров Л.Л. - М.: Дашков и К, 2017. - 496 с.
9. Положение о порядке прохождения военной службы. - 2-е изд. - М.: ИНФРА-М, 2018. - 95 с.
10. Холостова, Е.И. Безопасность жизнедеятельности / Холостова Е.И., Прохорова О.Г. - М.: Дашков и К, 2017. - 456 с.

Для обучающихся:

1. Бурдейный М.А. Все о призывах и военной службе. – М.: Вече, 2008. – 208 с.

2. Доценко В.Д. Тайны российского флота. - М.: Эксмо, 2005. – 464 с.
3. Евтифьев М.Д. Огненные крылья: история создания реактивной авиации СССР (1930-1946). – М.: Вече, 2005. – 384 с.
4. Ионин С.Н. Военная авиация России. – М.: Вече, 2005. – 416 с.
5. Краснов А. Книга для призывников и их родителей. – Санкт-Петербург: Питер, 2003. – 320 с.
6. Миллер Д. 1000 образцов стрелкового оружия. – Смоленск: Русич, 2006. – 408 с.

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
дополнительного образования «Детско-юношеский центр гражданского,
патриотического и духовно-нравственного воспитания имени святого
благоверного князя Александра Невского» города Кирова

ИНСТРУКЦИЯ
по технике безопасности на
занятиях по стрелковой
подготовке, охране жизни и
здоровья учащихся

УТВЕРЖДЕНА
Приказом МБОУ ДО ДЮЦ
им. А. Невского г. Кирова
от 11.01.2021 № 07

1. Общие требования:

1.1. Правила обязательны абсолютно для всех участников стрельбы из всех видов оружия.

1.2. Обучающиеся обязаны соблюдать представленные правила безопасности, а также имеют право требовать их исполнения от иных участников.

1.3. Заниматься стрельбой могут только те лица, которые были проинструктированы по правилам техники безопасности и ведения стрельбы.

2. Во время стрельбы (независимо от вида оружия) ЗАПРЕЩЕНО:

2.1. Использовать спортивный инвентарь, оружие, магазины, патроны, (далее – оружие, инвентарь) выходить на рубеж для ведения стрельбы, а также стрелять без разрешительной команды инструктора, находиться и перемещаться по стрелковой галерее и на линии огня без разрешения инструктора.

2.2. Передавать другому участнику стрельбы заряженное либо взведенное оружие, передвигаться, держа взведенное/заряженное оружие.

2.3. Брать в руки оружие, магазины, патроны и иные предметы и проводить другие действия без разрешения инструктора. Брать в руки оружие, если в зоне мишеней находится человек, даже при условии невзведенного/незаряженного оружия.

2.4. Не выполнять требования инструктора по организации стрельбы и меры безопасного обращения с оружием.

3. Правила техники безопасности в тире во время стрельбы

3.1. Запрещается направлять свое оружие на то, что не является целью.

Категорически запрещается направлять оружие на человека.

3.2. Запрещается вести огонь без команды.

3.3. Запрещается использовать для стрельбы неисправное оружие.

3.4. Запрещается выносить заряженное оружие со стрелковой позиции.

3.5. Запрещается стрелять по иным предметам, не относящимся к выполнению упражнения.

3.6. Запрещается целиться и стрелять в мишень другого стрелка.

3.7. Запрещено держать палец на спуске, даже если ваше оружие не взведено и/или разряжено. Касайтесь пальцем спуска только после того, как прицелитесь, до этого момента держите палец на предохранительной скобе.

3.8. Взводить/заряжать оружие вы можете исключительно на линии стрельбы, к тому же строго в направлении своей мишени, после разрешения инструктора.

3.9. Перед стрельбой необходимо проверить техническое состояние оружия плюс затяжку крепежных винтов (при помощи инструктора).

Инструкцию разработал:

Зам директора по УВР С.М. Юферев

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
дополнительного образования «Детско-юношеский центр гражданского,
патриотического и духовно-нравственного воспитания имени святого
благоверного князя Александра Невского» города Кирова

ИНСТРУКЦИЯ
по технике безопасности на
занятиях по ОФП, охране
жизни и здоровья учащихся

УТВЕРЖДЕНА
Приказом МБОУ ДО ДЮЦ
им. А. Невского г. Кирова
от 11.01.2021 № 07

1. ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ

1.1. Возможное воздействие на обучающихся опасных факторах при проведении занятий по ОФП:

- использование неисправного спортивного оборудования и инвентаря;
- падение на скользком полу, грунте или площадке;
- нарушение правил использования тренажеров;
- использование непрочно установленного и незакрепленного оборудования;
- выполнение упражнений без страховки и самостраховки.

1.2. На занятии по ОФП соблюдать правила пожарной безопасности, знать места расположения первичных средств пожаротушения и плана эвакуации.

1.3. На занятиях по ОФП соблюдать правила поведения в спортивном зале.

1.4. Соблюдать в процессе занятий по ОФП порядок выполнения упражнений.

1.5. При несчастном случае пострадавший или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить о случившимся учителю (преподавателю, воспитателю), который сообщает об этом администрации учреждения.

2. МЕРЫ БЕЗОПАСНОСТИ ПЕРЕД НАЧАЛОМ ЗАНЯТИЙ

2.1. Внимательно прослушать инструктаж педагога о порядке, последовательности и мерах безопасности при выполнении физических упражнений. Заниматься занятиях по ОФП можно только тем ученикам, которые имеют разрешение врача по состоянию своего здоровья и соответствующую медицинскую справку, разрешение на посещение тренировок своих родителей или опекунов. Приступить к занятиям обучающийся может только после того, как с настоящей Инструкцией по технике безопасности, и поставит свою подпись о своём согласии и готовности их не нарушать.

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

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

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

2.5. Все обучающиеся всегда должны немедленно сообщать педагогу, если кому-то из товарищей стало плохо, тем более, если больной сам этого сделать стесняется или не в состоянии.

2.6. Никто не должен приходить в зал, если он болен простудными, инфекционными или другими опасными для окружающих заболеваниями. При появлении у ученика высокой температуры или других опасных заболеваниях, занимающийся самостоятельно (если он в состоянии) должен немедленно покинуть зал и отправиться домой для принятия экстренных мер, предупредив об этом педагога.

3. МЕРЫ БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ ПРОВЕДЕНИИ ЗАНЯТИЙ И ПОСЛЕ ИХ ОКОНЧАНИЯ

3.1. Все команды на занятии выполняются быстро (за 5 секунд), но выполнять их нужно осторожно и аккуратно. Занимая своё место в общем строю, не толкаться, чтобы не сбить своих товарищей с ног.

3.2. Соблюдать определённый интервал и дистанцию между занимающимися, чтобы случайно не задеть соседа во время занятия, выполняя упражнения. Сосед также не должен никого ударить, случайные столкновения могут привести к травме.

3.3. Если обучающийся чувствует, что какое-то упражнение ему не под силу, что оно физически для него слишком тяжёлое, он может попросить педагога снизить для него нагрузку.

3.4. При отработке приёмов в парах, каждый обучающийся должен быть очень осторожным и внимательным, чтобы случайно не причинить боль своему партнёру. Особенно контролировать свои действия необходимо при изучении запрещённой техники, или опасных для здоровья приёмов, способных привести к вывихам суставов, растяжениям сухожилий и связок, трещинам или переломам костей, удушениям и так далее.

3.5. При возникновении малейшей боли во время проведения болевого приёма, необходимо дать знать об этом своему партнёру, хлопая свободной рукой (или ногой) по нему, по себе или по полу. В этом случае партнёр обязан немедленно ослабить силу давления на ту часть тела, в котором возникла боль.

3.6. При нанесении партнёром сильных ударов или выполнении им болевых приёмов, при которых он не контролирует себя, необходимо его об

этом предупредить. Если он это делает сознательно – немедленно сообщить об этом тренеру. При умышленном причинении своему партнёру или кому-то другому боли, виновный отстраняется от тренировки.

3.7. Ношение очков разрешается, однако во время боёв их необходимо снимать или заменять контактными линзами.

3.8. Все ученики обязаны соблюдать правила личной гигиены.

3.9. На занятиях по ОФП строго запрещается:

- Надевать и носить во время тренировки драгоценности или металлические предметы: серёжки, цепи, перстни, кольца, браслеты, броши, цепочки, часы, значки, булавки, заколки и прочие колющие и режущие предметы, способные нанести ранения и травмы себе и партнёру.
- Экспериментировать со своим партнёром: как долго он может пробыть без дыхания при выполнении удушающих приёмов, выдерживать болевой приём, сможет ли он выдержать сильный удар и какой эффект получится от этих и подобных действий. Нельзя такие эксперименты ставить и на себе – это опасно для жизни и здоровья. Нельзя экспериментировать с техническими элементами данными тренером.
- При работе с партнёром выполнять в очень быстром темпе (с большой скоростью) любые опасные для жизни и здоровья удары, боевые связки и приёмы.
- Совершать сложные акробатические элементы (например, полёт-кувырок, сальто и им подобные) без разрешения, контроля, страховки и присутствия тренера.
- Выполнять бросковую технику без разрешения, контроля и присутствия тренера, так же, как и без знания страховки при падениях.

- Использовать макеты оружия не по назначению, нельзя применять технику ножевого боя на тренировках, не соблюдая простых правил безопасности и не убедившись, что противник, как и вы, надели защиту для глаз и лица.
- Каждый ученик должен строго и точно соблюдать Правила по технике безопасности, беспрекословно и вовремя выполнять все команды тренера, и не делать ничего такого, что опасно для жизни и здоровья, и могло бы привести его самого, его партнёра или окружающих товарищей к травме.
- Обучающийся, нарушивший Правила по технике безопасности, или намеренно нанёсший ущерб здоровью кого-либо, несет персональную ответственность за вытекающие из его действий последствия.

4. МЕРЫ БЕЗОПАСНОСТИ В АВАРИЙНЫХ СИТУАЦИЯХ

4.1. При возникновении чрезвычайных ситуаций природного, техногенного или социального характера немедленно прекратить занятия и точно следовать командам учителя по эвакуации.

4.2. Требования по соблюдению мер безопасности по окончании занятий.

4.3. Сообщить о плохом самочувствии учителю по окончанию урока/занятия по физической культуре.

4.4. Соблюдать дисциплину в раздевалке спортивного зала.

Инструкцию разработал:

Зам директора по УВР С.М. Юферев

Диагностика метапредметных результатов

Метапредметные результаты обучения по программе снабжают обучающихся приемами использования универсальных действий в различных ситуациях, обеспечивают способность детей к самостоятельному усвоению новых знаний и умений, к саморазвитию и самосовершенствованию.

Педагогическое наблюдение во время образовательного процесса позволяет собрать оптимальную информацию о состоянии и динамике степени (уровня) выраженности универсальных действий в условиях освоения дополнительной общеобразовательной программы. Диагностика проводится в конце учебного года (апрель – май). Оценивается степень выраженности универсальных действий в различных видах деятельности: высокая, средняя, низкая.

Метапредметные результаты обучения по программе представляют собой обобщенные способы деятельности, освоенные в процессе обучения, необходимые для самостоятельного успешного усвоения новых знаний и умений; они обеспечивают:

- готовность и способность к реализации творческого потенциала в иных видах деятельности,
- готовность и способность к самоанализу и самооценке, к постановке целей саморазвития в избранном виде деятельности;
- способность к сотрудничеству в рамках совместной деятельности, готовность к открытой коммуникации в условиях ценностно-значимого общения;
- способность находить и использовать информационные источники в интересующей области.

Педагогическое наблюдение во время образовательного процесса позволяет собрать оптимальную информацию о состоянии и динамике степени выраженности этих способностей. Диагностика проводится в конце учебного

года (апрель – май). Степень выраженности способностей оценивается следующим образом: высокая (показатель проявляется ярко) – 3 балла, средняя (показательно проявляется ограниченно) – 2 балла, низкая (показатель проявляется слабо) – 1 балл. Результаты наблюдений фиксируются в индивидуальной диагностической карте.

Показатели	Степень выраженности (высокая – 3 б., ограниченная – 2 б., слабая – 1 б.)
Показатели развитости коммуникативных навыков	
Возрастная категория 11-15 лет	
<ul style="list-style-type: none"> – Усвоение правил речевого этикета (умение слушать, умение говорить полными предложениями, умение уважительно относиться к собеседнику, умение давать возможность высказаться собеседнику, умение аргументировать свое мнение, умение говорить по существу вопроса или темы). 	
<ul style="list-style-type: none"> – Умение выражать эмоции в мимике и пантомимике(радость, грусть, удивление и т.д.) 	
<ul style="list-style-type: none"> – Сформированность нравственно-коммуникативных качеств личности (умение сочувствовать, сопереживать, объяснять свои чувства словами, сформированность чувства такта) 	
<ul style="list-style-type: none"> – Умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих 	
<ul style="list-style-type: none"> – Готовность и способность конструктивно разрешать конфликты с учетом интересов сторон; готовность и способность к сотрудничеству 	

Возрастная категория 15-18 лет	
<ul style="list-style-type: none"> – Усвоение правил речевого этикета (умение слушать, умение говорить полными предложениями, умение уважительно относиться к собеседнику, умение давать возможность высказаться собеседнику, умение аргументировать свое мнение, умение говорить по существу вопроса или темы). 	
<ul style="list-style-type: none"> – Умение выражать эмоции в мимике и пантомимике(радость, грусть, удивление и т.д.) 	
<ul style="list-style-type: none"> – Сформированность нравственно-коммуникативных качеств личности (умение сочувствовать, сопереживать, объяснять свои чувства словами, сформированность чувства такта) 	
<ul style="list-style-type: none"> – Умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих 	
<ul style="list-style-type: none"> – Готовность и способность конструктивно разрешать конфликты с учетом интересов сторон; готовность и способность к сотрудничеству 	

Диагностика личностных результатов.

Карта оценки выраженности

морально-нравственных и волевых качеств обучающихся

Метод педагогического наблюдения является когнитивным компонентом научного познания, который основан на чувственном и инструментальном измерении, описании. Метод педагогического наблюдения организован с помощью «Карты оценки выраженности морально-нравственных и волевых качеств обучающихся».

Данная карта заполняется педагогом и помогает дать оценку выраженности морально-нравственных и волевых качеств каждого обучающегося по критериям: низкий уровень – 0 баллов, средний уровень – 1 балл, высокий уровень – 2 балла.

В зависимости от выполняемых упражнений, педагогических ситуаций, отражающий уровень выраженности качества на данный период времени. Всего по данной методике предлагается организовать два среза: в начале учебного года обучения и по его окончании. По результатам наблюдения возможно определить динамику показателей уровня морально-нравственной и волевой подготовленности.

№ п/п	Ф.И.О. обучающегося	Морально-нравственные и волевые качества воспитанников											
		Целеустр емленнос ть		Настойчи вость и упорство		Смелость и решитель ность		Инициат ивность и самостоя тельность		Самообра дание и выдержка		Дисципл ина и организо ванность	
		1 срез	2 срез	1 срез	2 срез	1 срез	2 срез	1 срез	2 срез	1 срез	2 срез	1 срез	2 срез
1.													

Анкета

на определение мотивации к занятиям по Основам военной службы

Просим Вас внимательно прочитать каждый вопрос и обвести кружком тот вариант ответа, который отражает Ваше личное мнение

1. Почему ты занимаешься Основами военной службы?

- нечем заняться в свободное время;
- хочу быть сильным, выносливым, меньше болеть;
- хочу добиться высоких результатов в спорте;
- что еще, напишите _____

2. Обязывают ли тебя (родители, педагог) заниматься Основами военной службы?

- да;
- нет;
- затрудняюсь ответить;
- что еще, напишите _____

3. Будешь ли ты стараться на тренировках для того, чтобы показывать наилучший результат среди ребят своей группы?

- да, буду прилагать все усилия;
- результат не главное;
- пока не знаю;
- что еще, напишите _____

4. Ты занимаешься Основами военной службы для того, чтобы:

- чтобы потом стать тренером или профессиональным военным;
- чтобы быть здоровым, физически развитым;
- мне просто нравятся занятия и соревнования;
- хочу, чтобы родители были мною довольны;
- что еще напишите _____

5. Что для тебя занятия по Основам военной службы?

- вторая обязанность после школы;
- отдых, разрядка после уроков;

- средство общения с друзьями;
- это мое увлечение.

6. Если ты не хочешь изучать Основы военной службы, то почему:

- заинтересовался другим видом спорта;
- не понравилось, как тренер проводит занятия;
- занятия в секции стали платными;
- понизилась успеваемость в школе и учителя запретили посещение секции;
- не разрешают родители;
- не позволяет состояние здоровья;
- не нравятся ребята в группе;
- что еще, напишите _____

Диагностика предметных результатов

Тест «Основы военной службы»

Для проверки теоретических знаний обучающимся предлагается пройти тест по основам военной службы. Тест содержит 45 вопросов, максимальное время прохождения теста – 40 минут.

1.Что такое тактика?

- а/ правила поведения
- б/ составная часть военного искусства
- в/ военное шествие
- г/ вид военного искусства

2.Кто из военноначальников и полководцев внесли в развитие тактики.

- а/ Калашников
- в/ Македонский
- б/ Макаров
- г/ Драгунов

3.Что тактическая подготовка?

- а/ обучение личного состава в подготовке и введении боя
- б/ нападение на врага
- в/ отступление
- г/ все ответы верны

4.Когда появилась тактика?

- а/ в 1941г.
- в/ с появлением армии
- б/ в 1942г. г/ в 1965г.

5.Чем отличается БМП (боевая машина пехоты) от БТР (бронетранспортер)

- а/ БМП гусеничная, БТР колесная
- б/ БМП бронированная, БТР бронированный
- в/ БМП и БТР не отличаются

г/ отличаются в заглавных буквах

6. Что такое бой?

- а/ стрельба из всех видов оружия
- б/ уничтожение боевой техники
- в/ уничтожение живой силы противника

г/ основная форма тактических действий войск авиации и флота, воюющих сторон.

7. Что такое удар?

- а/ стрельба из всех видов оружия
- б/ составная часть боя, заключающаяся в одновременном поражении группировок войск
- в/ уничтожение живой силы противника
- г/ основная форма тактических действий войск авиации и флота, воюющих сторон.

8. Что такое огонь?

- а/ стрельба из всех видов оружия
- б/ уничтожение боевой техники
- в/ одно из основных средств уничтожения противника в бою на суше, на море и в воздухе
- г/ основная форма тактических действий войск авиации и флота, воюющих сторон.

9. Что такое маневр?

- а/ стрельба из всех видов оружия
- б/ уничтожение боевой техники
- в/ уничтожение живой силы противника
- г/ организованное передвижение войск в ходе боя на новое направление

10. Походный порядок отделения – это...

- а/ колонна
- в/ отряд

б/ звено

г/ все ответы верны

11. Боевой порядок – это...

а/ колонна

б/ построение отделения для введения боя

в/ отряд

г/ все ответы верны

12. Сколько шагов между солдатами цепи?

а/ 15 – 18

б/ 25 - 40

в/ 6 – 8

г/ 13 – 20

13. Обязанности солдата в бою.

а/ знать боевую задачу отделения и свою задачу

б/ знать своего противника

в/ знать, как уничтожить противника

г/ нет верного ответа

14. Что такое комбинированные инженерные заграждения?

а/ это минное поле

б/ это минное поле с использованием подручных материалов

в/ это заграждения солдат

г/ это заграждения противника

15. Какие мины вы знаете?

а/ убойные

б/ слабые

в/ противопехотные, противотанковые

г/ все ответы верны

16. Кто такой дозорный?

а/ наводчик оператор

б/ механик водитель

в/ управляющий

г/ разведчик

17. Устав внутренней службы – это...

а/ устав определяет основные положения уклада в воинских частях

б/ устав определяет предположения уклада в воинских частях

в/ устав определяет сущность воинской дисциплины

г/ устав определяет организации и несения службы суточным и гарнизонным нарядом

18. Что такое суточный наряд роты?

а/ обязанность

б/ наказание

в/ это дежурство солдат 24 часа

г/ приказ

19. Кто такой часовой?

а/ это командир

б/ это рядовой

в/ это солдат

г/ это вооруженный караул

20. Что решает тактика как составная часть военного искусства?

а/ надежность охраны и обороны военных объектов

б/ теорию и практику подготовки и ведения боя подразделениями и частями

в/ искусство ведения оборонительного боя

г/ способы ведения боя воинскими формированиями иностранных армий

21. Из каких составных частей состоит военное искусство?

а/ оборона и наступление

б/ военная наука, теория и практика

в/ тактика, оперативное искусство, стратегия

г/ изучение вопросов войны и мира

22. Какова ширина позиции отделения в обороне?

а/ до 50 м

б/ до 70 м

в/ до 100 м

г/ до 120 м

23. Тактика – это составная часть...

а/ боя в/ обучение

б/ военного искусства

г/ вооруженных сил

24. Какова предельная дальность полета пули у АК-74?

а/ 3км

б/ 2км

в/ 4км

г/ 1км

25. Какие действия военнослужащего, услышавшего свою фамилию:

а/ Выходит из строя

б/ Делает два шага вперёд

в/ Принимает строевую стойку, отвечает «Я»

г/ Принимает строевую стойку

26. Сколько патронов вмещает магазин АК-74?

а/20

б/35

в/30

г/ 40

27. Назовите высшее воинское звание:

а/ Генерал

б/ Подполковник

в/Полковник

г/ Адмирал

28. Младшее воинское звание:

а/ Солдат

б/ Лейтенант

в/ Рядовой

г/ Сержант

29.Что запрещается дневальному по роте?

а/ Сидеть, читать

б/ Снимать снаряжение

в/ Ходить, курить

г/Садиться, снимать снаряжение и расстегивать одежду

30. Строем называется.

а/Строй – размещение военнослужащих, подразделений для их совместных действий в пешем порядке и на машинах.

б/Строй – установленное Уставом размещение военнослужащих, подразделений и частей для их совместных действий в пешем порядке и на машинах.

в/Строй – установленное Уставом или командиром размещение военнослужащих, подразделений и частей для их совместных действий в пешем порядке и на машинах.

г/Строй – установленное Уставом или командиром размещение военнослужащих, подразделений и частей для их совместных действий.

31. Шеренгой является.

а/Шеренга – строй, в котором военнослужащие размещены в затылок друг другу, а подразделения одно за другим на дистанции установленной Уставом или командиром.

б/Шеренга – строй, в котором военнослужащие размещены на установленных интервалах.

в/Шеренга - строй, в котором военнослужащие размещены один возле другого на одной линии на установленных интервалах.

г/Шеренга — построение, в котором военнослужащие размещены в затылок друг другу, а подразделения одно за другим на дистанции установленной Уставом или командиром.

32. Шириной строя является.

а/Ширина строя — расстояние по фронту между военнослужащими (машинами), подразделениями и частями.

б/Ширина строя — расстояние в глубину между военнослужащими (машинами), подразделениями и частями.

в/ Ширина строя — расстояние между флангами.

г/ Ширина строя — расстояние между колоннами по фронту.

33. Глубиной строя называется.

а/Глубина строя — расстояние от первой шеренги до последней линии.

б/Глубина строя — расстояние между флангами.

в/Глубина строя — расстояние в глубину между военнослужащими (машинами), подразделениями и частями.

г/Глубина строя — расстояние в глубину между шеренгами.

34. Рядом называется.

а/Ряд — строй в котором военнослужащие расположены один возле другого.

б/Ряд — два военнослужащих, стоящих в двухшереножном строю в затылок один другому.

в/Ряд — строй в котором военнослужащие расположены в затылок друг другу.

г/Ряд — строй, в котором военнослужащие расположены в затылок друг другу на дистанции одного шага.

35. Колонной называется.

а/Колонна — строй, в котором военнослужащие расположены один возле другого на одной линии, на установленных интервалах.

б/Колонна — строй, в котором военнослужащие расположены один возле другого на одной линии.

в/Колонна — строй, в котором военнослужащие расположены в затылок друг другу, а подразделения (машины) — одно за другим на дистанциях, установленных Уставом или командиром.

г/Колонна — два военнослужащих, стоящих в двухшереножном строю в затылок один другому.

36. Указанный сигнал означает



- а/Вперёд (ко мне).
- б/Направо.
- в/Налево.
- г/В колонну.

37. Указанный сигнал означает



- а/Вперёд (ко мне).
- б/Налево.
- в/Направо.
- г/Заводи.

38. Какова длина окопа?

а/ 170см

б/ 160см

в/ 165см

г/175см

39. Какова ширина окопа?

а/50см

б/60см

в/70см

г/80см

40. Назовите вариант остановки венозного кровотечения:

а/ Наложить жгут выше раны

б/Наложить жгут ниже раны

в/перевязать рану

г/затянуть рану

41. Назовите вариант остановки артериального кровотечения:

а/ Наложить жгут выше раны

б/Наложить жгут ниже раны

в/перевязать рану

г/затянуть рану

42. Назовите вынужденный вид боя:

а/ Охват

б/Захват

в/Оборона

г/Западня

43. Для чего предназначен автомат Калашникова?

а/Для защиты от агрессора

б/Для уничтожения живой силы противника?

в/Для рукопашного боя

г/Для уничтожения противника

44.Что такое маневр?

а/ стрельба из всех видов оружия

б/ уничтожение боевой техники

в/ уничтожение живой силы противника

г/ организованное передвижение войск в ходе боя на новое направление

45. Как называется исторически сложившиеся в армии и на флоте и передающиеся из поколения в поколение правила, обычаи и нормы поведения воинов в бою и при несении воинской службы?

- а/ войсковое товарищество
- б/ содружество воинов
- в/ героизм
- г/ боевые традиции

Показатели успешности прохождения теоретического теста

Оценка	Кол-во ответов
Низкая	15 - 25
Средняя	26 - 34
Высокая	35 - 45

Выполнение норматива

«Неполная разборка/сборка автомата Калашникова»

Порядок неполной разборки автомата Калашникова

1. Отделить магазин. Удерживая автомат левой рукой за шейку приклада или цевье, правой рукой обхватить магазин; нажимая большим пальцем на защелку, подать нижнюю часть магазина вперед и отделить его и положить на стол.

2. Произвести контрольный спуск. Опустить переводчик вниз, отвести рукоятку затворной рамы назад, осмотреть патронник, отпустить рукоятку затворной рамы и спустить курок с боевого взвода.

3. Вынуть пенал с принадлежностью. Утопить пальцем правой руки крышку гнезда приклада так, чтобы пенал под действием пружины вышел из

гнезда; раскрыть пенал и вынуть из него протирку, ершик, отвертку, выколотку и шпильку.

4. Отделить шомпол. Оттянуть конец шомполя от ствола так, чтобы его головка вышла из-под упора на основании мушки, и вытянуть шомпол вверх.

5. Отделить крышку ствольной коробки. Левой рукой обхватить шейку (переднюю часть) приклада, большим пальцем этой руки нажать на выступ направляющего стержня возвратного механизма, правой рукой приподнять вверх заднюю часть крышки ствольной коробки и отделить крышку (повернуть до упора ограничителей угла поворота крышки в опорные площадки основания для крепления газовой трубы и крышки ствольной коробки).

6. Отделить возвратный механизм. Удерживая автомат левой рукой за шейку приклада, правой рукой подать вперед направляющий стержень возвратного механизма до выхода его пятки из продольного паза ствольной коробки; приподнять задний конец направляющего стержня и извлечь возвратный механизм из канала затворной рамы.

7. Отделить затворную раму с затвором. Продолжая удерживать автомат левой рукой, правой рукой отвести затворную раму назад до отказа, приподнять ее вместе с затвором и отделить от ствольной коробки.

8. Отделить затвор от затворной рамы. Взять затворную раму в левую руку затвором кверху; правой рукой отвести затвор назад, повернуть его так, чтобы ведущий выступ затвора вышел из фигурного выреза затворной рамы, и вывести затвор вперед.

9. Отделить газовую трубку со ствольной накладкой. Удерживая автомат левой рукой, пальцами правой руки повернуть флагок-фиксатор замыкателя газовой трубы, повернуть замыкатель от себя до вертикального положения и снять газовую трубку с патрубка газовой камеры.

10. К грубым ошибкам относится: – отведение рукоятки затворной рамы назад при не отомкнутом магазине; – произведение контрольного спуска, если ствол направлен под углом менее 45 градусов от горизонтальной

плоскости; – не произведен контрольный спуск с боевого взвода; – наличие после сборки автомата лишних деталей или потеря деталей автомата; — нарушение установленного порядка разборки автомата; — падение на пол или друг на друга деталей.

Порядок сборки автомата после неполной разборки автомата Калашникова

Исходное положение: детали автомата лежат на столе в том положении, в котором они оказались по окончании неполной разборки автомата.

1. Присоединить газовую трубку со ствольной накладкой.
2. Присоединить затвор к затворной раме.
3. Присоединить затворную раму с затвором к ствольной коробке.
4. Присоединить возвратный механизм.
5. Присоединить крышку ствольной коробки.
6. Спустить курок с боевого взвода и поставить на предохранитель.
7. Присоединить шомпол.
8. Вложить пенал в гнездо приклада.
9. Присоединить магазин к автоматау.
10. Выполнив сборку, сделать шаг назад на исходное положение, оставляя автомат на столе.

К грубым ошибкам относится:

- присоединение магазина до произведения контрольного спуска;
- присоединение магазина к автоматау, не поставленному на предохранитель;
- произведение контрольного спуска, если ствол направлен под углом менее 45 градусов от горизонтальной плоскости;
- отсутствие фиксации газовой трубки;
- наличие после сборки автомата лишних деталей или потеря деталей автомата;
- нарушение установленного порядка сборки автомата;
- падение на пол или друг на друга деталей.

Критерии оценки:

Неполная разборка:

Время, сек. (14-15 лет)	Время, сек. (16-18 лет)	Оценка
17	13	Превосходно
18	15	Отлично
22	18	Хорошо

Сборка после неполной разборки:

Время, сек. (14-15 лет)	Время, сек. (16-18 лет)	Оценка
24	21	Превосходно
27	24	Отлично
31	28	Хорошо

Снаряжение магазина патронами:

Время, сек. (14-15 лет)	Время, сек. (16-18 лет)	Оценка
39	36	Превосходно
44	41	Отлично
49	46	Хорошо

После прохождения всех этапов игры, участники финишируют и сдаю свои маршрутные листы с отметками организатору. По маршрутным листам и времени прохождению выбирается победитель.

Выполнение норматива по стрельбе из пневматической винтовки

Формой промежуточной аттестации обучающихся по окончанию реализации образовательной программы можно считать выполнение ими зачетных стрельб на оценку. При выполнении зачетных стрельб можно ориентироваться на Нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

**Норматив по стрельбе по виду испытаний
«Стрельба из положения сидя (или стоя – с 14 лет) с опорой локтей
о стол и с упора для винтовки, дистанция 10 м из пневматической винтовки
с открытым прицелом (очки)»**

№ п/п	Категория испытуемых	Уровень подготовки	Возраст обучающихся, лет		
			14-15	16-17	18
1.	Девочки / девушки	Высокий	25	25	25
		Средний	20	20	20
		Низкий	15	15	15
2.	Мальчики / юноши	Высокий	25	25	25
		Средний	20	20	20
		Низкий	15	15	15

Выполнение нормативов по общефизической и стрелковой подготовке

По итогам обучения проводится выполнение контрольного комплекса физических упражнений для выявления уровня физической подготовленности обучающихся. За основу берутся нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» IV – V ступеней.

Девочки/девушки

№	Виды испытаний	Уровень	Возрастные группы
---	----------------	---------	-------------------

п/п		физической подготовки	IV ступень	V ступень
			13-15 лет	16-18 лет
1.	Бег на 30 м (сек.)	Превосходно	5,0	5,0
		Отлично	5,4	5,5
		Хорошо	5,6	5,7
2.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см (количество раз)	Превосходно	12	19
		Отлично	8	13
		Хорошо	6	11
3.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи – см)	Превосходно	+15	+16
		Отлично	+8	+9
		Хорошо	+5	+7
4.	Челночный бег 3 х 10 (сек.)	Превосходно	8,0	7,9
		Отлично	8,8	8,7
		Хорошо	9,0	8,9
5.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	Превосходно	180	185
		Отлично	160	170
		Хорошо	150	160
6.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин)	Превосходно	43	44
		Отлично	34	36
		Хорошо	31	33
7.	Стрельба из положения сидя или стоя с опорой	Превосходно	25	25

	локтей о стол или стойку, дистанция 10 м (очки)	Отлично	20	20
		Хорошо	15	15

Мальчики/юноши

№ п/п	Виды испытаний	Уровень физической подготовки	Возрастные группы	
			IV ступень	V ступень
			13-15 лет	16-18 лет
1.	Бег на 30 м (сек.)	Превосходно	4,7	4,4
		Отлично	5,1	4,7
		Хорошо	5,3	4,9
2.	Подтягивание из виса на высокой перекладине (кол-во раз)	Превосходно	18	14
		Отлично	12	11
		Хорошо	10	9
3.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи – см)	Превосходно	+11	+13
		Отлично	+6	+8
		Хорошо	+4	+6
4.	Челночный бег 3 x 10 (сек.)	Превосходно	7,2	6,9
		Отлично	7,8	7,6
		Хорошо	8,1	7,9
5.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	Превосходно	215	230
		Отлично	190	210

		Хорошо	170	195
6.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин)	Превосходно	49	50
		Отлично	39	40
		Хорошо	35	30
7.	Стрельба из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция 10 м (очки)	Превосходно	25	25
		Отлично	20	20
		Хорошо	15	15

Результаты контрольных мероприятий фиксируются в диагностической карте «Показатели общей подготовленности обучающихся».

Показатели общей подготовленности обучающихся

№ п/п	Ф.И.О. обучающегося	Оценка	Тестирование «Основы	Аттестация по стрельбе	Неполная сборка АК	Сборка после неполной	Снаряжение магазина АК	Прыжок вверх с места, см.	Прыжок в длину с места, см.	Челночный бег 3 x 10, сек.	Подтягивание на высокой	Отжимание от пола, кол-во
1.	Ф.И.О.	Высокая										
		Средняя										
		Низкая										
2.		Высокая										
		Средняя										
		Низкая										
3.		Высокая										
		Средняя										
		Низкая										