

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

УТВЕРЖДЕНА

Приказом МБОУ ДО ДЮЦ  
им. А. Невского г. Кирова  
от 03.04.2025 № 35

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая  
программа физкультурно-спортивной направленности**

**«ТЫ - ЮНАРМЕЕЦ»**

Рекомендуемый возраст обучающихся: 7 - 18 лет

Срок реализации: 2 года

Составитель:

Федосимова Евгения Викторовна,

Методист отдела ГПВиС

Киров, 2025

Мнение Педагогического совета

МБОУ ДО ДЮЦ Им. А. Невского г. Кирова учтено

(протокол заседания от 01.04.2025 № 3)

## Содержание

### ОСНОВНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ ПРОГРАММЫ

Пояснительная записка .....	3
Цель и задачи программы .....	9
Планируемые результаты программы .....	10
Программа первого года обучения «Юнармеец, вперед!»	
Задачи программы .....	13
Ожидаемые результаты программы (108 часов) .....	13
Ожидаемые результаты программы (216 часов) .....	15
Учебно-тематический план (108 часов) .....	17
Содержание программы (108 часов) .....	18
Учебно-тематический план (216 часов) .....	20
Содержание программы (216 часов) .....	21
Программа второго года обучения «Юнармеец, будь здоров!»	
Задачи программы .....	23
Ожидаемые результаты программы (108 часов) .....	24
Ожидаемые результаты программы (216 часов) .....	25
Учебно-тематический план (108 часов) .....	27
Содержание программы (108 часов) .....	28
Учебно-тематический план (216 часов) .....	30
Содержание программы (216 часов) .....	31
ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ	
Календарный учебный график .....	33
Условия реализации программы .....	33
Методическое обеспечение программы .....	34
Формы контроля и промежуточной аттестации .....	36
Список литературы .....	38
ПРИЛОЖЕНИЯ	
Приложение 1. Инструктаж обучающихся по технике безопасности	40
Приложение 2. Диагностика личностных результатов.....	55
Приложение 3. Диагностика метапредметных результатов .....	72
Приложение 4. Диагностика предметных результатов .....	77

# ОСНОВНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ ПРОГРАММЫ

## Пояснительная записка

### Нормативно-правовое обеспечение

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Ты – юнармеец!» (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 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 2036 года, утвержденной распоряжением Правительства Кировской области от 25.11.2024 № 301;
- 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: КОГ ОБУ ДО «Дворец творчества – Мемориал», РМЦ, 2025. – 20 с.

**Направленность программы** – физкультурно-спортивная.

**Актуальность программы.** Патриотическое воспитание, являясь основополагающей и неотъемлемой частью общего воспитательного процесса, представляет собой систему совместной целенаправленной деятельности органов государственной власти, образовательных учреждений, спортивных и общественных организаций по формированию у подрастающего поколения высокого патриотического сознания, чувства верности своему Отечеству, готовности к выполнению гражданского долга и конституционных обязанностей по защите интересов Родины, и рассматривается как самая главная составляющая в воспитании и формировании личности человека. Актуальность программы обусловлена нацеленностью на развитие чувства патриотизма, необходимостью развития духовно-нравственных ценностей школьников. Программа ориентирована на социальный заказ обучающихся и родителей к подготовке будущих защитников Отечества, способствует личностному развитию детей, профессиональному самоопределению подростков и молодежи, их адаптации к жизни в обществе. МБОУ ДО ДЮЦ им. А. Невского г. Кирова (далее – Учреждение), являясь штабом местного отделения ВВПОД Юнармия по городу Кирову, предлагает ребятам-юнармейцам приобрести уникальный опыт

работы в команде единомышленников, научиться быть самостоятельными, дисциплинированными и организованными, овладеть новыми умениями и навыками, обрести то, что пригодится в жизни, и выбрать то, чем бы можно было увлеченно заниматься в будущем.

**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. Программа обеспечивает социализирующее общение, социальную адаптацию обучающихся и условия для инициативного и поливариативного организованного проведения досуга.

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 обучающихся. Программа в полной мере соответствует стратегическим целям социально-экономической политики региона и муниципалитета, 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 муниципального образования «Город Киров» до 2035 года, утвержденной решением Кировской городской Думы от 28.10.2035 № 39/1.

**Отличительные особенности программы.** 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 в решении жизненно важных задач. 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. Погружая ребенка в атмосферу юнармейского движения, программа дает ему возможность 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.

Программа не имеет цели достижения обучающимися высоких спортивных результатов, а направлена на воспитание гражданско-патриотических чувств, воспитание высокого морального духа, нравственности, мотивации к изучению военного дела. Таким образом, достижение цели программы обеспечивается условиями, при которых каждый член юнармейского коллектива может обрести смысл своей жизни, осознать свою «миссию», поставить перед собой собственную жизненную задачу, проявить субъектную активность не только в рамках детского объединения, а в коллективе городского юнармейского сообщества в процессе осуществления гармоничного комплекса разнообразных видов жизнедеятельности (учебной, культурной, общественной, социально значимой и т.д.).

**Новизна программы.** Программа интегрирована в деятельность местного отделения ВВПОД «Юнармия», штабом которого в муниципальном образовании «Город Киров» является МБОУ ДО ДЮОЦ 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 в возрасте от 7 до 18 лет, не имеющих противопоказаний к занятиям физической культурой и спортом, строевой подготовкой, стрельбой на основании медицинского допуска (справки). На обучение принимаются мальчики и девочки.

**Сроки освоения программы.** Срок реализации программы составляет два учебных года. Общий образовательный ресурс программы составляет 648 часов. Программа первого года обучения «Юнармеец, вперед!» содержит два учебно-тематических плана на 108 и 216 учебных часов; программа второго года обучения «Юнармеец, будь здоров!» содержит два учебно-тематических плана на 108 и 216 учебных часов.

**Форма обучения.** Форма обучения – очная.

**Уровни программы.** Программа является разноуровневой:

– содержание программы первого и второго годов обучения с образовательным ресурсом по 108 часов предполагают использование и реализацию общедоступных и универсальных форм организации материала, минимальную сложность предлагаемого для освоения содержания программы и соответствуют стартовому (ознакомительному) уровню сложности;

– содержание программы первого и второго годов обучения с образовательным ресурсом по 216 часов предполагают использование и реализацию форм организации материала, которые допускают освоение специализированных знаний, гарантированно обеспечивают трансляцию общей и целостной картины в рамках содержательно-тематического

направления программы и соответствуют базовому уровню сложности.

**Особенности организации образовательного процесса.** На обучение принимаются дети, не имеющие противопоказаний к занятиям физической культурой, строевой подготовкой, стрельбой на основании медицинского допуска (справки). Учебные группы формируются с учетом возраста обучающихся. Детям младшего школьного возраста (7 -11 лет) рекомендуется обучаться по программе ознакомительного (стартового) уровня сложности; детям среднего (12 – 15 лет) и старшего (16 – 18 лет) школьного возраста рекомендовано осваивать содержание, соответствующее базовому уровню сложности. В случае комплектования разновозрастной группы теоретический и практический материал даётся с учетом возрастных особенностей обучающихся. Обучающимся предлагаются упражнения разной сложности с учетом уровня знаний по предмету, а также умений и навыков учащихся. При этом используются следующие формы работы: работа в мини-группах, индивидуальная работа, работа в парах, а также наставничество, когда старшие воспитанники объясняют материал более младшим. Такая организация работы объединения обеспечивают лучшее усвоение теоретических знаний и практических умений старшими воспитанниками, а также даёт возможность работать с более младшими воспитанниками в их индивидуальной «зоне ближайшего развития».

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 7 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 или два раза в неделю (в зависимости от уровня сложности) по три академических часа с двумя десятиминутными перерывами; продолжительность академического часа для детей младшего школьного возраста – 40 минут, для детей среднего и старшего школьного возраста - 45 минут.

**Количество обучающихся в учебной группе.** На первом году обучения минимальное количество обучающихся в учебной группе – 12 человек, максимальное – 15 человек; на втором году обучения минимальное количество обучающихся в учебной группе – 10 человек, максимальное количество – 12 человек.

### **Цель и задачи программы**

**Цель программы** – обеспечение гражданско-патриотического и духовно-нравственного воспитания; удовлетворение индивидуальных потребностей обучающихся в интеллектуальном, нравственном развитии и физическом самосовершенствовании через включение в разноплановую деятельность Всероссийского военно-патриотического общественного движения «Юнармия».

## **Задачи программы:**

### **Воспитательные:**

- содействовать воспитанию гражданско-патриотических качеств обучающихся;
- содействовать воспитанию морально-волевых качеств обучающихся;
- содействовать формированию интереса к здоровому образу жизни.

### **Развивающие:**

- развивать физическую форму и укреплять физическое здоровье детей;
- развивать спортивные способности обучающихся;
- способствовать развитию коммуникативных компетенций;
- развивать навыки самостоятельной деятельности.

### **Обучающие:**

- ознакомить с деятельностью, принципами и философией ВВПОД «Юнармия», способствовать интеграции этих принципов в жизнедеятельность подростков;
- обобщить и систематизировать знания по военной истории России;
- сформировать начальные знания в области обороны государства, воинской обязанности граждан, основ военного дела;
- обучить различным видам военно-прикладной деятельности;
- обучить навыкам и приёмам физического самосовершенствования.

## **Планируемые результаты программы**

### **Личностные:**

- сформированность гражданско-патриотических качеств: гордости за сопричастность к героизму старшего поколения; интереса к изучению исторического и героического прошлого своей Родины; потребности и

способности руководствоваться примерами, основанными на высших ценностях и идеалах;

- сформированность морально-волевых и нравственных качеств характера (дисциплинированность, выносливость, упорство, доброта, великодушие, толерантность и т.д.);

- усвоение и соблюдение правил здорового образа жизни, негативное отношение к пагубным привычкам.

Метапредметные:

- улучшение физических показателей, готовность и потребность обучающихся в физическом самосовершенствовании;

- сформированность спортивных способностей (силы, выносливости, быстроты, гибкости, координации) и психологических свойств (стрессоустойчивости, силы воли, нацеленности на результат и т.д.) для дальнейшего саморазвития и самосовершенствования;

- готовность и способности к позитивному общению и сотрудничеству со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях

- сформированность навыков самостоятельности, способность применять их в различных видах деятельности.

Предметные:

Обучающиеся будут знать:

- Устав ВВПОД «Юнармия», его символику, структуру и историю развития.

- основные вехи военной истории России, знаменитых российских полководцев и военачальников.

- современное состояние и состав Вооруженных Сил Российской Федерации; военные профессии.

- даты государственных праздников и памятных дат Российской Федерации.

- теоретические основы строевой, тактической и стрелковой

подготовки, правила оказания первой помощи, основные приемы и техники армейского рукопашного боя, правила и технику безопасности при осуществлении названных видов деятельности;

– устройство автомата Калашникова и пневматической винтовки; правила безопасного поведения в тире, правила соревнований по пулевой стрельбе.

Обучающиеся научатся:

- торжественно вступят в ВВПО «Юнармия», исполнять его Устав;
- применять полученные теоретические знания в различных областях школьного познания (история, география, обществознание, литература, основы безопасности жизнедеятельности, физическая культура и т.д.);
- оказывать первую помощь пострадавшему;
- выполнять основные приемы и техники армейского рукопашного боя; принимать участие в профильных соревнованиях и показательных выступлениях;
- выполнять строевые приемы и действия.
- осуществлять изготовку к пулевой стрельбе; производить стрельбу из пневматической винтовки из различных положений; выполнять нормативы по пулевой стрельбе; участвовать в соревнованиях по пулевой стрельбе.
- осуществлять неполную разборку и сборку автомата Калашникова.
- выполнять комплекс упражнений общей и специальной физической подготовки для поддержания и улучшения физической формы; участвовать в тематических спортивных соревнованиях, выполнять нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне».

## **Программа первого года обучения**

### **«Юнармеец, вперед!»**

#### **Задачи программы:**

#### Воспитательные:

- содействие воспитанию нравственных качеств и патриотических чувств, составляющих базовые ценности человека и гражданина;
- содействие становлению морально-волевых качеств личности;
- содействовать воспитанию привычки здорового образа жизни и способствовать физическому развитию и укреплению здоровья.

#### Развивающие:

- содействовать развитию спортивных способностей;
- развивать интерес к изучению истории, военного дела и воинским специальностям;
- заложить основы коллективных взаимоотношений, личностного общения и совместной деятельности в объединении спортивных способностей, содействовать развитию коммуникативных компетенций;
- содействовать развитию навыков самостоятельной деятельности.

#### Обучающие:

- ознакомить обучающихся с ВВПОД «Юнармия», привлечь к участию в разноплановой деятельности движения;
- ознакомить с военной историей нашего государства, обучить некоторым видам военно-прикладного спорта;
- сформировать начальный объем знаний в области обороны государства, воинской обязанности граждан.

#### **Ожидаемые результаты программы (108 часов):**

##### Личностные:

- сформированность патриотических чувств: гордости за сопричастность к героизму своего многонационального народа, уважения к старшему поколению ветеранов и современных военнослужащих-героев, потребности руководствоваться примерами героизма и мужества российских воинов;

– проявление морально-волевых качеств при изучении программы, положительно эмоциональное восприятие трансформации собственного характера;

– усвоение и соблюдение правил здорового образа жизни, негативное отношение к пагубным привычкам.

Метапредметные:

– способность к постановке целей для дальнейшего развития и личностного роста;

– развитие физических качеств (выносливость, гибкость, координация, быстрота и т.д.), готовность к физическому самосовершенствованию;

– сформированность навыков позитивного и успешного взаимодействия в рамках Устава ВВПОД «Юнармия», навыков совместной деятельности в детско-взрослом коллективе.

Предметные:

Обучающиеся будут знать:

– Устав ВВПОД «Юнармия», его символику, структуру и историю развития;

– основные вехи военной истории России, знаменитых российских полководцев и военачальников;

– современное состояние и состав Вооруженных Сил Российской Федерации; военные профессии;

– даты государственных праздников и памятных дат Российской Федерации;

– теоретические основы строевой, тактической и стрелковой подготовки; правила и технику безопасности при осуществлении названных видов деятельности; военно-прикладные виды спорта;

– устройство автомата Калашникова и пневматической винтовки; правила безопасного поведения в тире, правила соревнований по пулевой стрельбе.

Обучающиеся научатся:

- торжественно вступят в ВВПО «Юнармия», исполнять его Устав;
- применять полученные теоретические знания в различных областях школьного познания (история, география, обществознание, литература, основы безопасности жизнедеятельности, физическая культура и т.д.);
- выполнять основные строевые приемы и действия;
- осуществлять изготовку к пулевой стрельбе; производить стрельбу из пневматической винтовки из различных положений; выполнять нормативы по пулевой стрельбе;
- осуществлять неполную разборку и сборку автомата Калашникова;
- выполнять комплекс упражнений общей физической подготовки для поддержания физической формы.

### **Ожидаемые результаты программы (216 часов):**

Личностные:

- сформированность гражданско-патриотических качеств и нравственных норм и следование им;
- сформированность морально-волевых качеств, составляющих основу характера;
- сформированность привычки здорового образа жизни, негативное отношение к пагубным привычкам.

Метапредметные:

- способность к постановке целей для дальнейшего развития и личностного роста, ориентированность на будущую профессию или вид профессиональной деятельности;
- развитие физических качеств (силы, выносливости, гибкости, координации, быстроты и т.д.), потребность в дальнейшем физическом самосовершенствовании;
- сформированность навыков самостоятельной деятельности:

самоорганизация, самодисциплина, самоконтроль, оценка результатов своих действий;

- сформированность коммуникативных навыков.

Предметные:

Обучающиеся будут знать:

- Устав ВВПОД «Юнармия», его символику, структуру и историю развития;

- основные вехи военной истории России, знаменитых российских полководцев и военачальников;

- современное состояние и состав Вооруженных Сил Российской Федерации; военные профессии;

- даты государственных праздников и памятных дат Российской Федерации;

- теоретические основы строевой, тактической и стрелковой подготовки; правила и технику безопасности при осуществлении названных видов деятельности; военно-прикладные виды спорта;

- устройство автомата Калашникова и пневматической винтовки; правила безопасного поведения в тире, правила соревнований по пулевой стрельбе.

Обучающиеся научатся:

- торжественно вступят в ВВПО «Юнармия», исполнять его Устав;

- применять полученные теоретические знания в различных областях школьного познания (история, география, обществознание, литература, основы безопасности жизнедеятельности, физическая культура и т.д.);

- выполнять основные строевые приемы и действия (строевую стойку, повороты на месте, строевой шаг, походный шаг, повороты в движении, выполнение воинского приветствия на месте и в движении, выход из строя, возвращение в строй);

- принимать участие в торжественных маршах во время празднования государственных праздников, дней воинской славы;
- нести почетный караул в дни памятных дат;
- принимать участие в конкурсных мероприятиях для юнармейцев на всех уровнях участия;
- ремонтировать, обслуживать, чистить и ставить на хранение пневматическую винтовку;
- осуществлять подготовку к пулевой стрельбе; производить стрельбу из пневматической винтовки из различных положений; выполнять нормативы по пулевой стрельбе;
- осуществлять неполную разборку и сборку автомата Калашникова;
- выполнять комплексы упражнений общей физической подготовки для развития и улучшения физической формы;
- выполнять комплексы упражнений специальной физической подготовки для улучшения технико-тактической подготовленности;
- обладать начальными знаниями о функциональной направленности физических упражнений на организм человека;
- соблюдать спортивный режим, добиваться результатов.

### **Учебно -тематический план (108 часов)**

№ п/п	Наименование раздела	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Наше движение	6	3	3	Викторина «Я – юнармеец»
2.	Наша Родина - Россия	12	9	3	Интеллектуальная игра «Этих дней не смолкнет слава»
3.	Мозаика России	12	9	3	Викторина «Мозаика России».

4.	Кто и как нас защищает	12	9	3	Военно-спортивная игра «Я солдат».
5.	Прежде всего - НЕ НАВРЕДИ	12	6	6	Игра «Военный врач – символ доблести и чести».
6.	Плечом к плечу идут Российские войска	18	3	15	Выполнение нормативов по строевой подготовке
7.	Тактика – дело техники	18	3	15	Тест
8.	Стреляй редко, но метко	15	3	12	Выполнение нормативов по стрельбе
9.	Итоговое занятие	3	0	3	Военно-патриотическая игра «Орлята»
	ИТОГО по программе:	108	45	63	

### **Содержание программы (108 часов)**

Раздел 1. Наше движение.

Теория: «От Соколов России до ЮНАРМИИ: история молодежного движения»; «Символы ЮНАРМИИ: преемственность Великой истории». Всероссийское военно-патриотическое общественное движение «Юнармия»: устав, история развития, цвета движения, знаки и флаг юнармии, юнармейские звания и погоны. Клятва юнармейца.

Практика: Викторина «Я - юнармеец».

Раздел 2. Наша Родина – Россия.

Теория: «Герои контрнаступления под Москвой»; «...900 ночей блокадных, 900 блокадных дней...»; «Сталинградский перелом»; «Знамя победы над рейхстагом»; «Великий Парад Героев»;

Практика: Интеллектуальная игра «Этих дней не смолкнет слава».

### Раздел 3. Мозаика России.

Теория: «Формирование границ современной России»; «Национальная структура населения автономий России»; «История формирования сегодняшних национальных республик»; «Русский суперэтнос и его формирование»; «Россия – наша страна». Чтение карт: условные обозначения.

Практика: Викторина «Мозаика России». Чтение карты.

### Раздел 4. Кто и как нас защищает.

Теория: «Наша армия»; «Устав – закон жизни военнослужащего»; «Люди в погонах»; «Оружие нашей армии». Обязанности солдата.

Практика: Военно-спортивная игра «Я солдат».

### Раздел 5. Прежде всего - НЕ НАВРЕДИ.

Теория: «История военной медицины»; «Врач как образ смелости и верности долгу»; Оказание первой помощи.

Практика: Игра «Военный врач – символ доблести и чести».

### Раздел 6. Плечом к плечу идут Российские войска.

Теория: «Главный Парад страны», основные понятия и термины строевой подготовки.

Практика: Практические занятия по строевой подготовке.

### Раздел 7. Тактика – дело техники. Теория: Основные понятия тактики.

Практика: Практические занятия по тактической подготовке.

### Раздел 8. Стреляй редко, но метко.

Теория: «История стрелкового оружия России»; «Оружие Великой Победы». Устройство автомата Калашникова. Основы стрелкового спорта.

Практика: Практические тренировки по стрельбе из пневматической винтовки.

Неполная разборка – сборка автомата Калашникова.

Раздел 9. Итоговое занятие.

Практика: Военно-патриотическая игра «Орлята».

### Учебно -тематический план (216 часов)

Модуль с увеличенным объемом часов предполагает более детальное изучение законодательства о военной службе, специфики родов войск Вооруженных Сил Российской Федерации, строевой, тактической и стрелковой подготовки с целью организации допризывной подготовки обучающихся, профессиональной ориентации и профессионального самоопределения.

№ п/п	Наименование раздела	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Наше движение	12	3	8	Викторина «Я – юнармеец»
2.	Наша Родина – Россия	24	9	15	Интеллектуальная игра «Этих дней не смолкнет слава»
3.	Мозаика России	24	12	12	Викторина «Мозаика России».
4.	Кто и как нас защищает	24	9	15	Военно-спортивная игра «Я солдат».
5.	Прежде всего - НЕ НАВРЕДИ	24	12	12	Игра «Военный врач – символ доблести и чести».
6.	Плечом к плечу идут Российские войска	36	6	30	Выполнение нормативов по строевой подготовке
7.	Тактика – дело	36	6	30	Тест

	техники				
8.	Стреляй редко, но метко	30	6	24	Выполнение нормативов по стрельбе
9.	Итоговое занятие	6	0	6	Военно-патриотическая игра «Орлята»
	ИТОГО по программе:	216	63	152	

### **Содержание программы (216 часов)**

Раздел 1. Наше движение.

Теория: «От Соколов России до ЮНАРМИИ: история молодежного движения»; «Символы ЮНАРМИИ: преемственность Великой истории». Всероссийское военно-патриотическое общественное движение «Юнармия»: устав, история развития, цвета движения, знаки и флаг юнармии, юнармейские звания и погоны. Клятва юнармейца.

Практика: Викторина «Я - юнармеец». Оформление юнармейского уголка (комнаты). Подготовка к смотру-конкурсу юнармейских отрядов, слету юнармейских отрядов.

Раздел 2. Наша Родина – Россия.

Теория: «Герои контрнаступления под Москвой»; «...900 ночей блокадных, 900 блокадных дней...»; «Сталинградский перелом»; «Знамя победы над рейхстагом»; «Великий Парад Героев»;

Практика: Интеллектуальная игра «Этих дней не смолкнет слава». Подготовка к участию в городских торжественных мероприятиях, посвященных памятным датам и государственным праздникам.

Раздел 3. Мозаика России.

Теория: «Формирование границ современной России»; «Национальная структура населения автономий России»; «История формирования сегодняшних

национальных республик»; «Русский суперэтнос и его формирование»; «Россия – наша страна». Чтение карт: условные обозначения.

Практика: Викторина «Мозаика России». Чтение карты. Подготовка и участие в первенстве по скоростной сборке спилс-карт Кировской области и Российской Федерации в рамках Федерального проекта «Знаю Россию».

Раздел 4. Кто и как нас защищает.

Теория: «Наша армия»; «Устав – закон жизни военнослужащего»; «Люди в погонах»; «Оружие нашей армии». Обязанности солдата.

Практика: Военно-спортивная игра «Я солдат». Экскурсия в воинскую часть, расположенную на территории МО «Город Киров».

Раздел 5. Прежде всего - НЕ НАВРЕДИ.

Теория: «История военной медицины»; «Врач как образ смелости и верности долгу»; Оказание первой помощи.

Практика: Игра «Военный врач – символ доблести и чести». Подготовка к военно-спортивным соревнованиям «Тропа выживания»

Раздел 6. Плечом к плечу идут Российские войска.

Теория: «Главный Парад страны», основные понятия и термины строевой подготовки.

Практика: Практические занятия по строевой подготовке. Подготовка к городскому конкурсу юнармейских знаменных групп. Подготовка к прохождению торжественным маршем на городском параде, посвященном празднованию Дня Победы. Тренировка юнармейского парадного расчета к прохождению торжественным маршем на Параде Памяти в г. Самаре.

Раздел 7. Тактика – дело техники. Теория: Основные понятия тактики.

Практика: Практические занятия по тактической подготовке. Подготовка юнармейской команды для участия в городском шахматном турнире «Золотая

пешка» по быстрым шахматам на кубок Атамана.

Раздел 8. Стреляй редко, но метко.

Теория: «История стрелкового оружия России»; «Оружие Великой Победы». Устройство автомата Калашникова. Основы стрелкового спорта. Ознакомление с правилами проведения соревнования по стрелковому спорту.

Практика: Практические тренировки по стрельбе из пневматической винтовки. Неполная разборка – сборка автомата Калашникова. Подготовка участников соревнований по пулевой стрельбе, стрельбе из лазерного пистолета, военному многоборью.

Раздел 9. Итоговое занятие.

Практика: Подготовка и участие юнармейской команды в городской военно-патриотической игре «Орлята».

## **Программа второго года обучения**

### **«Юнармеец, будь здоров!»**

#### **Задачи программы:**

##### Воспитательные:

– продолжать формировать базовые качества обучающихся (гражданско-патриотические, духовно-нравственные, морально-волевые) через включение их в спортивную, общественную и иную социально значимую деятельность;

– содействовать дальнейшему повышению общего культурного уровня.

##### Метапредметные:

– развивать навыки самостоятельной деятельности как алгоритма последовательных действий;

– развивать интерес к изучению основ военного дела, к воинским

специальностям и профессиям, к занятиям военно-прикладными видами спорта.

Обучающие:

- сформировать систему знаний по основам военного дела.
- обучить основам техники различных видов двигательной активности и физической деятельности (бег, прыжки, силовые упражнения, преодоление препятствия, лыжная и туристская подготовка, ориентирование на местности и т.д.), навыкам и приемам физического развития и совершенствования;
- обучить военно-прикладной деятельности с использованием специально-направленных и избирательных средств физической культуры и спорта с целью подготовки к прохождению военной службы в рядах Вооруженных Сил Российской Федерации;
- содействовать формированию у обучающихся прикладных психофизических качеств, необходимых при прохождении военной службы.

**Ожидаемые результаты программы (108 часов):**

Личностные:

- укрепление базовых качеств (гражданско-патриотические, духовно-нравственные, морально-волевые) через вовлечения в систематические занятия спортом;
- осознание физической культуры как неотъемлемой части общей культуры человека.

Метапредметные:

- наличие навыков самостоятельной деятельности как алгоритма последовательных действий (от планирования до анализа результатов и самостоятельного корректирования ошибок) и умение применять в различных видах деятельности;
- наличие устойчивой мотивации к изучению основ военного дела, к воинским специальностям и профессиям, к занятиям военно-прикладными

видами спорта; ориентированность на профессию

Предметные:

Обучающиеся будут знать:

- основы военного дела;
- систему видов двигательной активности, правила техники безопасности;
- правила оказания первой помощи при неотложных состояниях и травмах;
- устройство автомата Калашникова, пневматического винтовки и правила ухода за ней;
- психологические особенности прохождения военной службы;
- систему физических упражнений для развития и совершенствования физической формы.

Обучающиеся научатся:

- применять приемы двигательной активности для поддержания физической формы, соблюдать правила техники безопасности;
- выполнять норматив по неполной разборке / сборке автомата Калашникова, норматив по пулевой стрельбе, выполнять техническое обслуживание, принимать участие в соревнованиях по стрельбе из пневматической винтовки;
- владеть общими психологическим приемами управления своим эмоциональным состоянием;
- выполнять норматив по общей физической подготовке, выполнять комплекс физических упражнений для развития физических качеств.

**Ожидаемые результаты программы (216 часов):**

Личностные:

- укрепление базовых качеств (гражданско-патриотические, духовно-нравственные, морально-волевые) через вовлечения в систематические занятия

спортом;

– осознание физической культуры как неотъемлемой части общей культуры человека.

Метапредметные:

– наличие навыков самостоятельной деятельности как алгоритма последовательных действий (от планирования до анализа результатов и самостоятельного корректирования ошибок) и умение применять в различных видах деятельности;

– наличие устойчивой мотивации к изучению основ военного дела, к воинским специальностям и профессиям, к занятиям военно-прикладными видами спорта; ориентированность на профессию.

Предметные:

Обучающиеся будут знать:

– основы военного дела;

– систему видов двигательной активности, правила техники безопасности;

– правила оказания первой помощи при неотложных состояниях и травмах;

– устройство автомата Калашникова, пневматического винтовки и правила ухода за ней;

– психологические особенности прохождения военной службы;

– систему физических упражнений для развития и совершенствования физической формы;

– систему основных приемов и техник армейского рукопашного боя.

Правила техники безопасности. Систему специальной физической подготовки.

Обучающиеся научатся:

– применять приемы двигательной активности для поддержания физической формы, соблюдать правила техники безопасности;

– выполнять норматив по неполной разборке / сборке автомата

Калашникова, норматив по пулевой стрельбе, выполнять техническое обслуживание, принимать участие в соревнованиях по стрельбе из пневматической винтовки;

- владеть общими психологическим приемами управления своим эмоциональным состоянием;
- выполнять норматив по общей физической подготовке, выполнять комплекс физических упражнений для развития физических качеств;
- владеть основным приемами и техниками армейского рукопашного боя;
- выполнять правила техники безопасности;
- выполнять норматив по специальной физической подготовке.

#### **Учебно-тематический план (108 часов)**

№ п/п	Название раздела	Количество часов			Форма контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	1	1	0	Опрос
2.	Вооруженные силы РФ и Кировской области.	11	10	1	Экскурсия в военную часть
3.	Психологическая подготовка солдата.	3	3	0	Тестирование
4.	Устройство и назначение автомата Калашникова.	9	3	6	Выполнение норматива по неполной разборке/сборке
5.	Стрелковая подготовка.	24	3	21	Выполнение норматива по стрельбе
6.	Первая помощь.	12	6	6	Тестирование

7.	Общая физическая подготовка.	27	3	24	Выполнение норматива по ОФП
8.	Тактическая подготовка.	15	3	12	Тестирование
9.	Итоговое занятие. Контроль изученного материала.	6	0	6	Тест «Основы военной службы»
	<b>И Т О Г О:</b>	108	32	76	

### **Содержание программы (108 часов)**

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: Общевоинские уставы ВС РФ. Воинские звания и различия ВС РФ. Войска национальной гвардии РФ. Погоны армии РФ.

Практика: Экскурсия в воинскую часть.

Раздел 3. Психологическая подготовка солдата.

Теория: Психологические аспекты прохождения службы. Психологические приемы. Морально-волевая подготовка будущего солдата.

Раздел 4. Автомат Калашникова.

Теория: История создания АК. Биография создателя. Изучение устройства, работы механизмов и принципов стрельбы из АК.

Практика: Неполная разборка-сборка АК.

Раздел 5. Стрелковая подготовка.

Теория: История стрелкового спорта. Устройство пневматической винтовки.

Теория выстрела, прицеливания.

Практика: Практические занятия по стрельбе из ПВ с 5 м. и 10 м.

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.

Раздел 7. Общая физическая подготовка.

Практика: Выполнения упражнений на развитие скорости, быстроты, выносливости.

Раздел 8. Тактическая подготовка.

Теория: Основные понятия боя. Система условных знаков, применяемых в бою.

Практика: Тактика ведения боя в современных условиях. Подготовка юнармейской команды для участия в городских соревнованиях по военному многоборью.

Раздел 9. Итоговое занятие. Контроль изученного материала.

Практика: Выполнение теста по основным понятиям программы. Выполнение спортивных нормативов.

### **Учебно-тематический план (216 часов)**

Модуль с увеличенным объемом часов предполагает включение в содержание программы изучение техники армейского рукопашного боя и

комплекса упражнений специальной физической подготовки с целью организации допризывной подготовки обучающихся, профессиональной ориентации и профессионального самоопределения.

№ п/п	Название раздела	Количество часов			Форма контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	3	1	2	Опрос
2.	Вооруженные силы РФ и Кировской области.	24	9	15	Экскурсия в военную часть
3.	Психологическая подготовка солдата.	6	3	3	Тестирование
4.	Устройство и назначение автомата Калашникова. Участие в соревнованиях..	27	3	24	Выполнение норматива по неполной разборке/сборке
5.	Стрелковая подготовка. Участие в соревнованиях	27	3	24	Выполнение норматива по стрельбе
6.	Первая помощь.	27	9	18	Тестирование
7.	Общая физическая подготовка.	39	3	36	Выполнение норматива по ОФП
8.	Основы армейского рукопашного боя.	42	12	30	Выполнение нормативов по СПФ. Контроль выполнения основных атакующих и защитных действий

9.	Итоговое занятие. Контроль изученного материала.	21	3	18	Тест «Основы военной службы» Однодневные военно-полевые сборы
	ИТОГО по программе:	216	46	170	

### **Содержание программы (216 часов)**

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: Общевоинские уставы ВС РФ. Воинские звания и различия ВС РФ. Войска национальной гвардии РФ. Погоны армии РФ.

Практика: Экскурсия в воинскую часть. Подготовка и прохождение учебной полосы препятствий на территории воинской части, учебные стрельбы.

Раздел 3. Психологическая подготовка солдата.

Теория: Психологические аспекты прохождения службы. Психологические приемы. Морально-волевая подготовка будущего солдата.

Раздел 4. Автомат Калашникова.

Теория: История создания АК. Биография создателя. Изучение устройства, работы механизмов и принципов стрельбы из АК.

Практика: Неполная разборка-сборка АК. Подготовка к участию в юнармейских соревнованиях по выполнению норматива неполной разборки-сборки автомата Калашникова на время.

## Раздел 5. Стрелковая подготовка.

Теория: История стрелкового спорта. Устройство пневматической винтовки.

Теория выстрела, прицеливания.

Практика: Практические занятия по стрельбе из ПВ с 5 м. и 10 м. Подготовка к соревнованиям по пулевой стрельбе, стрельбе из лазерного пистолета, военному многоборью.

## 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. Подготовка юнармейской команды к участию в спортивных соревнованиях «Школа безопасности».

## Раздел 7. Общая физическая подготовка.

Практика: Выполнения упражнений на развитие скорости, быстроты, выносливости. Подготовка юнармейской команды к участию в городских спортивных соревнованиях различного профиля.

## Раздел 8. Тактическая подготовка.

Теория: Основные понятия боя. Система условных знаков, применяемых в бою.

Практика: Тактика ведения боя в современных условиях. Организация тренировочных мероприятий в условиях воинской части.

## Раздел 8. Основы армейского рукопашного боя.

Теория: Армейский рукопашный бой – универсальная система приёмов защиты и нападения. АРБ – боевая техника и вид спорта. Техника безопасности на занятиях по АРБ.

Практика: Выполнение комплекса упражнений общей физической подготовки. Разучивание, выполнение и закрепление упражнений и приемов специальной физической подготовки. Основы тактико-технической подготовки.

Раздел 9. Итоговое занятие. Контроль изученного материала.

Практика: Выполнение теста по основным понятиям программы. Выполнение спортивных нормативов.

## **ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ**

### **Календарный учебный график**

Календарный учебный график план составляется педагогом дополнительного образования 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 проверяется и визируется заместителем директора по УВР (или курирующим направление образовательной деятельности методистом) и прикладывается к программе.

### **Условия реализации 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 включает в себя:

- Спортивный зал, соответствующий санитарно-гигиеническим нормам.
- Спортивный инвентарь: мячи, гимнастические палки, гантели, шведская стенка, перекладины, спортивные маты.

- Оборудованный стрелковый тир, пневматические винтовки.
- Плакаты, учебные пособия, зачетные таблицы и протоколы.
- Макеты автомата Калашникова.
- Манекен для занятий по первой помощи.

Для занятий физической культурой и единоборствами обучающиеся могут приобрести специальную форму одежды.

Информационное обеспечение: компьютер, мультимедийная техника; демонстрационные тематические плакаты.

Кадровое обеспечение: к преподаванию допускается педагог дополнительного образования, соответствующий профессиональному стандарту «Педагог дополнительного образования детей и взрослых», владеющий методикой преподавания военно-прикладных дисциплин, спортивных единоборств.

Соблюдаются требования к безопасности образовательной среды. Перед каждым занятием педагог проверяет учебное оборудование на целостность и соответствие правилам безопасного использования в образовательном процессе. Обучающиеся проходят дважды в учебном году инструктажи по технике безопасности на занятиях.

### **Методическое обеспечение программы**

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 учебного материала** представляет собой систему постоянно усложняющихся заданий с разными вариантами сложности, что обеспечивает усвоение учебного материала всеми детьми.

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

- Практические: физические упражнения, практическая отработка навыков.
- Наглядные: иллюстрация, демонстрация, показ и т.д.
- Словесные: объяснение, рассказ, беседа, инструктаж и т.д.
- Видео-методы: видео-актуализация, видео-иллюстрация.
- Контроль: текущий, промежуточная аттестация, анализ личных достижений и результатов.

Учебные занятия имеют, как правило, структуру комбинированного урока, то есть включают в себя несколько этапов, что делает образовательный процесс гибким и позволяет решить широкий круг задач. Содержание программы учитывает индивидуальные, возрастные и психофизиологические особенности детей, поэтому предусматривает использование следующих **форм организации обучения:**

- По продолжительности: продолжительность академического часа для младших школьников – 40 минут, для детей среднего и старшего школьного возраста – 45 минут. Детям предоставляется право самостоятельного выбора содержания (108 или 216 часов) в зависимости от степени их занятости, физической подготовленности или иных причин.

- 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.** Использование педагогических технологий направлено на:

- создание педагогических ситуаций общения на занятии, что позволяет каждому обучающемуся проявить творческую инициативу и самостоятельность;
- создание атмосферы заинтересованности каждого ребенка в работе группы, создание ситуации успеха, повышение мотивации к занятиям;

- обеспечение деятельностного характера учения;
- стимулирование обучающихся к использованию различных способов выполнения творческого задания без боязни ошибиться.

В случае чрезвычайных мер (ограничительных, карантинных и т.д.) в учреждении созданы условия для перевода обучения с согласия родителей (законных представителей) обучающихся в режим электронного/дистанционного обучения (**технология дистанционного обучения**).

### **Формы контроля и промежуточной аттестации:**

Для проверки предметных результатов обучения используются следующие виды контроля:

- текущий контроль (выполнение викторин, участие в играх, конкурсах, соревнованиях, военных сборах и т.д.);
- промежуточная аттестация осуществляется в форме практических заданий (участие в игре «Орлята», «Зарница»), выполнении спортивных нормативов; результаты фиксируются в картах показателей общей подготовленности обучающихся и в индивидуальных диагностических картах.

### **Способы определения результативности программы**

Результаты программы	Способы оценивания результатов	Форма регистрации результатов
Предметные	Военно-патриотическая игра «Орлята». Выполнение норматива «Уровень общей физической подготовленности» Выполнение норматива «Неполная разборка – сборка автомата Калашникова»	Диагностическая карта

	<p>Тест «Безопасность а тире. Организация и проведение стрельб»</p> <p>Тест «Стрелковая подготовка»</p> <p>Тест «Первая помощь»</p> <p>Проверка и оценка приемов армейского рукопашного боя</p>	
Метапредметные	Диагностика метапредметных результатов	Диагностическая карта
Личностные	<p>Методика «Я – патриот»</p> <p>Анкета «С чего начинается Родина»</p> <p>Методика «Неоконченные предложения»</p> <p>Анкета «Отношение к патриотическим ценностям»</p>	Диагностическая карта

## Список литературы

### Для педагога:

2. Байрамуков Ю.Б. Общая тактика: учебник / Ю.Б. Байрамуков, В.С. Янович, С.В. Гончарик. Красноярск: СФУ, 2017. 346 с.
3. Баранова А.В., Тараканова А. Русская идея и Всероссийское военно-патриотическое движение «ЮНАРМИЯ»: философский аспект анализа. Инновационная наука, 2018, № 11. 106-108 с.
4. Военно-правовое исследование участия граждан в обеспечении обороны страны и безопасности государства: монография / Ю.Г. Федотова. М.: ИНФРА-М, 2019. 330 с.
5. Волощенко, А. Е. Безопасность жизнедеятельности / Волощенко А.Е., Прокопенко Н.А., Косолапова Н.В.; Под ред. Арустамова Э.А., - 20-е изд., перераб. и доп. М.: Дашков и К, 2018. 448 с.
6. Жичкина С.В., Белякова Э.М. Культурно-исторические предпосылки развития и становления всероссийского юнармейского движения. В сборнике: Правовые основы становления и укрепления Российской государственности. Сборник статей Международной научно-практической конференции. Уфа: ООО «Аэтерна», 2018. 24-26 с.
7. Зеленков М.Ю. Морально-психологическое обеспечение деятельности войск, воинских формирований и органов: учебник / М.Ю. Зеленков. М.: ИНФРА- М, 2017. 498 с.
8. Литвин К.С., Некишев В.Л. Актуальные проблемы формирования юнармейского движения в России. Студенческий вестник, 2018, № 23-2 (43). 23-26 с.
9. Локальная война в военно-политической стратегии США в начале XXI века / В.И. Батюк. М.: Весь Мир, 2017. 328 с.
10. Малоземов А.В., Калмыков В.Е. Юнармейское движение как социальная среда воспитания и развития качеств гражданина-патриота. В сборнике: Социологические и педагогические аспекты образования. Сборник статей Международной научно-практической конференции. Чебоксары: ИД

«Среда», 2019. 157-161 с.

11. 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.

12. Мясников Ю.С., Ральников Д.С. Патриотическое воспитание молодежи на современном этапе. Теория и практика современной науки, 2018, № 12 (42). 583-587 с.

13. Никифоров, Л.Л. Безопасность жизнедеятельности / Никифоров Л.Л. М.: Дашков и К, 2017. 496 с.

14. Положение о порядке прохождения военной службы. - 2-е изд. М.: ИНФРА-М, 2018. 95 с.

15. Холостова, Е.И. Безопасность жизнедеятельности / Холостова Е.И., Прохорова О.Г. М.: Дашков и К, 2017. 456 с.

**Для обучающихся:**

1. Демирова Н. Военная история России. Ростов: Издательский Дом «Проф-Пресс», 2018. 96 с.

2. Ликсо В.В. Оружие и военная техника. Самая интересная книга для настоящих мальчишек. М.: Издательство АСТ, 2016. 162 с.

3. Ликсо В.В., Мороз А.И. Настольная книга юного полковника. М.: Издательство АСТ, 2018. 160 с.

4. Мерников А.А., Проказов Б.Б. Большая детская энциклопедия военного дела. М.: Издательство АСТ, 2021. 191 с.

5. Павлов Д. Военная техника России. Ростов: Издательский Дом «Проф-Пресс», 2018. 96 с.

6. Печерская А. Юные герои Великой Отечественной. М.: Детская литература, 2017. 184 с.

7. Семяновский Ф.М. Повесть о фронтовом детстве. М.: Детская литература, 2020. 158 с.

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение  
дополнительного образования «Детско-юношеский центр гражданского,  
патриотического и духовно- нравственного воспитания имени святого  
благодарного 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. Воспитанники 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 прицелились, 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 непрочного 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 случившемся 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.

Помните – вы ученики, сами несете ответственность принимая решения тренироваться не зависимо от того прошли вы медкомиссию или нет.

2.2. Приступать 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.

2.3. 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.

2.4. Запрещается входить в зал без разрешения педагога, самостоятельно брать и пользоваться без разрешения спортивным, специальным или другим инвентарём, кувыраться 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.

2.5. 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.

2.6. 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.

2.7. 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 заболеваний, 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: серьжки, цепи, перстни, кольца, браслеты, брошки, 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.

Требования по соблюдению мер безопасности по окончании занятий.

4.2. Сообщить о плохом самочувствии учителю по окончании урока/занятия по физической культуре.

4.3. Соблюдать дисциплину в раздевалке спортивного зала.

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  
благодарного князя Александра Невского» города Кирова

ИНСТРУКЦИЯ

по технике безопасности на занятиях по единоборствам (армейскому рукопашному бою, рукопашному бою, греко-римской борьбе, самообороне и т.д.)

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 единоборствам:

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

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

1.3. На занятиях по единоборствам необходимо соблюдать правила поведения в спортивном зале.

1.4. Соблюдать в процессе занятий порядок выполнения упражнений.

- 1.5. При несчастном случае пострадавший или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить о случившемся педагогу.
2. Требования по соблюдению мер безопасности перед началом занятий
  - 2.1. Надеть спортивный костюм и спортивную обувь с нескользкой подошвой.
  - 2.2. Внимательно прослушать инструктаж педагога о порядке, последовательности и мерах безопасности при выполнении физических упражнений. Заниматься на тренировках можно только тем ученикам, которые имеют разрешение врача по состоянию своего здоровья и соответствующую медицинскую справку.
  - 2.3. Приступать к занятиям ученик может только после того, как ознакомится с настоящей Инструкцией.
  - 2.4. Каждый ученик 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.
  - 2.5. Запрещается входить в зал без разрешения педагога, самостоятельно брать и пользоваться без разрешения спортивным, специальным или другим инвентарём, кувыраться на матах, залезать и прыгать вниз со скамеек, подоконников, «шведских лестниц» и спортивных снарядов. Нельзя открывать окна и двери одновременно, если в зале находятся люди, чтобы не допустить сквозняка. Нельзя баловаться светом и электроприборами.
  - 2.6. Запрещается пользоваться в здании и около него открытым огнём. В случае пожара необходимо немедленно сообщить об этом педагога 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.

- 2.7. При малейшем недомогании ученик должен отпроситься у педагога с тренировки домой или попросить разрешения просто посидеть в зале. При очень плохом самочувствии для оказания ему первой помощи или экстренного вызова скорой медицинской помощи – сообщить об этом своему педагогу. Все ученики всегда должны немедленно сообщать педагогу, если кому-то из товарищей на тренировке стало плохо.
- 2.8. Обучающийся не должен приходить в зал на тренировку, если он болен простудными, инфекционными или другими опасными для окружающих заболеваниями. При появлении у ученика высокой температуры или других опасных заболеваний он должен сообщить об этом педагогу.
3. Требования по соблюдению мер безопасности при проведении занятий и после окончания
- 3.1. Все команды на тренировке выполняются быстро (за 5 секунд), но выполнять их нужно осторожно и аккуратно. Занимая своё место в общем строю, не толкаться, чтобы не сбить своих товарищей с ног.
- 3.2. Соблюдать определённый педагогом интервал и дистанцию между занимающимися, чтобы случайно не задеть соседа во время занятия, выполняя упражнения, махи или удары руками и ногами во все стороны. Сосед также не должен никого ударить, случайные столкновения могут привести к травме.
- 3.3. Если ученик 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 ученик 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 отработке бросковой техники каждому нужно хорошо знать и правильно выполнять страховку при падениях (акробатические кувырки). Выполняя данную технику, всегда в первую очередь необходимо думать о безопасности своего партнёра и его страховке, обеспечивая ему максимальную безопасность при падении. Прежде, чем сделать подсечку, подножку, подбив или бросок при их изучении и детальной отработке (равно как и в других учебных ситуациях), необходимо сначала убедиться, что партнёр упадёт в безопасное место. Надо быть уверенным в правильности выполнения подобных приёмов прежде, чем их выполнять, и знать последствия неправильного их выполнения. Если ученик в чём-то не совсем уверен – необходимо лишний раз проконсультироваться у своего педагога, не стесняться и попросить у него дополнительных объяснений.
- 3.6. 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.
- 3.7. При нанесении партнёром сильных ударов или выполнении им болевых приёмов, при которых он не контролирует себя, необходимо его об этом предупредить. Если он это делает сознательно – немедленно сообщить об этом педагогу. При умышленном причинении своему партнёру или кому-то другому боли, виновный отстраняется от тренировки, садится на «штрафную скамью» до конца занятия.
- 3.8. Ношение очков разрешается, однако во время боёв их необходимо снимать или заменять контактными линзами.
- 3.9. Все ученики обязаны соблюдать правила личной гигиены. На тренировке находиться в чистой и отглаженной форме, в чистой обуви. После тренировки принять душ (смыть с себя мылом пот) и сменить нижнее

бельё. Форму аккуратно дома развесить сушиться. Стирать и гладить форму, чистить обувь сразу по мере загрязнения.

4. На занятиях по единоборствам строго запрещается:

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

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

4.3. 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.

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

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

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

4.7. 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.

- 4.8. Каждый ученик должен строго и точно соблюдать настоящую Инструкцию, беспрекословно и вовремя выполнять все команды педагога, и не делать ничего, что опасно для жизни и здоровья, и могло бы привести его самого, его партнёра или окружающих товарищей к травме.
- 4.9. Ученик, нарушивший настоящую Инструкцию или намеренно нанёсший ущерб здоровью кому-либо, несет персональную ответственность за свои действия.
- 4.10. На занятиях по единоборствам необходимо помнить, что жизнь и здоровье учащихся всегда стоит на первом месте.
5. Техника безопасности при занятиях спортом, единоборствами:
- 5.1. Одежда должна соответствовать виду единоборств. Если у ученика нет специальной амуниции, то необходимо надеть спортивную одежду с учетом рекомендаций педагога. Ногти на ногах и руках должны быть подстрижены, чтобы не ранить партнера по занятиям.
- 5.2. При занятиях единоборствами снимаются все украшения — кольца, серьги, цепочки и крестики. В случае отказа снять украшения инструктор имеет право удалить занимающегося из зала.
- 5.3. При наличии противопоказаний к занятиям, временных травм или иных причин, мешающих занятиям, необходимо незамедлительно сообщить педагогу.
- 5.4. Все занимающиеся должны беспрекословно выполнять педагога. Нарушение приказов и инструкций может привести к травмам. В этом случае ответственность лежит на ученике, нарушившем указание педагога.
- 5.5. Родители ожидают своих детей вне зала для занятий.
- 5.6. Нельзя пользоваться во время занятий помадой, сильными духами или одеколоном.
- 5.7. Если у вас не получаются определенные действия, то обратитесь к педагогу.

- 5.8. Люди, занимающиеся в зале равны друг перед другом независимо от опыта и социального положения.
- 5.9. Покидать зал во время занятий запрещено без разрешения. Самовольный уход из зала во время занятий снимает с педагога ответственность за обучающегося.
- 5.10. При отработке приёмов в парах, каждый ученик 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.
- 5.11. При отработке бросковой техники каждому нужно хорошо знать и правильно выполнять страховку при падениях (акробатические кувырки). Выполняя данную технику, всегда в первую очередь необходимо думать о безопасности своего партнёра и его страховке, обеспечивая ему максимальную безопасность при падении. Прежде, чем сделать подсечку, подножку, подбив или бросок при их изучении и детальной отработке (равно как и в других учебных ситуациях), необходимо сначала убедиться, что партнёр упадёт в безопасное место. Надо быть уверенным в правильности выполнения подобных приёмов прежде, чем их выполнять, и знать последствия неправильного их выполнения. Если ученик в чём-то не совсем уверен – необходимо лишний раз проконсультироваться у своего тренера, не стесняться и попросить у него дополнительных объяснений.
- 5.12. 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.

- 5.13. 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, садится на «штрафную скамью», повторно изучая настоящие Правила по технике безопасности на занятиях по рукопашному бою до конца занятия.
- 5.14. Каждый ученик должен строго и точно соблюдать настоящую Инструкцию, беспрекословно и вовремя выполнять все команды педагога, и не делать ничего такого, что опасно для жизни и здоровья, и могло бы привести его самого, его партнёра или окружающих товарищей к травме.
- 5.15. Ученик, нарушивший правила техники безопасности, или намеренно нанёсший ущерб здоровью кому-либо, несет персональную ответственность за свои действия.
- 5.16. На занятиях по единоборствам необходимо помнить, что жизнь и здоровье учащихся всегда стоит на первом месте.
- 5.17. Все ученики обязаны соблюдать правила личной гигиены. На тренировке находиться в чистой и отглаженной спортивной форме, в чистой обуви. После тренировки принять душ (смыть с себя мылом пот) и сменить нижнее бельё. Спортивную форму аккуратно дома развесить сушиться. Стирать и гладить форму, чистить обувь сразу по мере загрязнения.
6. Требования по соблюдению мер безопасности в аварийных ситуациях
- 6.1. При возникновении чрезвычайных ситуаций природного, техногенного или социального характера немедленно прекратить занятия и точно следовать командам учителя по эвакуации.

Инструкцию разработал:

Зам директора по УВР С.М. Юферев

## **Диагностика личностных результатов**

### **Методика «Я - патриот»**

Для диагностики формирующихся гражданско-патриотических качеств у учащихся младших классов используется комплексная методика «Я - патриот», включающая анкету и методику «Незаконченные предложения».

Воспитанникам предлагается ответить на вопросы анкеты «С чего начинается Родина?» (автор: В.М. Хлыстова). Анкета состоит из десяти вопросов. Ответы на эти вопросы показывают, какие знания, представления о стране, своей семье и городе сформированы у учащихся.

Оценивание гражданско-патриотических качеств у младших школьников по результатам анкетирования проводится по полноте представлений о патриотизме. Поскольку полнота определяется показателем объема фактического знания, на основе проведенного анализа ответов учащихся были выделены следующие уровни:

1. 8-10 баллов – высокий уровень;
2. 5-7 баллов – средний уровень;
3. 0-4 балла – низкий уровень.

### **Анкета «С чего начинается Родина?»**

1. Что такое Родина?
2. Как называется твоя Родина?
3. Как ты понимаешь выражение «малая родина»?
4. Как называется твоя малая родина?
5. Какие города России ты знаешь?
6. Какие реки России ты знаешь?
7. Какая птица изображена на гербе нашей страны?
8. Какие цвета присутствуют на нашем государственном флаге?

9. Назови самые известные памятники своего города?

10. Какие стихотворения и песни о Родине ты знаешь?

Следующий этап диагностики - методика «Незаконченные предложения» (авторы: Е.В. Федотова, И.В. Скворцова). Методика состоит из 13 незаконченных предложений, которые учащиеся должны дописать, так как они посчитают нужным. За правильный ответ учащийся получал 1 балл, за неправильный – 0 баллов. Максимальное количество баллов – 13. Затем по полученным учащимися баллам определялся уровень патриотической воспитанности по когнитивному компоненту:

11-13 баллов – учащийся обладает высоким уровнем знаний об Отечестве и малой Родине;

7-10 баллов – учащийся показал средний уровень знаний об Отечестве и малой Родине;

5-6 баллов – уровень патриотических знаний учащегося ниже среднего;

0-4 балла – низкий уровень патриотических знаний учащегося.

### **Методика «Неоконченные предложения»**

1. Патриот – это ...
2. Настоящий патриот обладает качествами ...
3. Гражданин – это ...
4. Гимн – это ...
5. Флаг – это ...
6. 9 мая Россия отмечает ...
7. Президент Российской Федерации – ...
8. Какие интересные места есть в России, где ты хотел бы побывать? Я хотел бы побывать ...
9. Любить свою Родину значит ...
10. Защищать свою Родину значит ...
11. Чем знаменит город Вязьма? Вязьма знаменит ...

12. Марки отечественных машин ...

13. Русские народные сказки ...

14. Русские писатели и поэты ...

Количество баллов подсчитывалось, и определялась сумма баллов за ответы каждого участника исследования. Максимально количество баллов, которое можно получить, равняется 23.

1. 20-23 баллов (высокий уровень) – уважительное отношение к семье, дому и школе; присутствует желание заботиться о других людях; ярко проявляет стремление к патриотической деятельности; интересуется историей «малой родины» и Отечества;

2. 16-19 балла (средний уровень) – патриотические качества личности проявляются только под контролем учителя; испытывает чувства привязанности и уважительного отношения к семье, дому и школе; выражает желание заботиться о других людях;

3. 12-15 балл (ниже среднего) – желание заботиться о других людях незначительное; активность при патриотической деятельности невысокая; историей страны и родного края интересуется только по заданию учителя; чувства привязанности и уважительного отношения к семье, дому и школе проявляет слабо;

4. 0-14 балла – желание заботиться о других людях практически не показывает; при патриотической деятельности вял и инертен; историей Отечества и родного края не интересуется; чувства уважительного отношения и привязанности к семье, дому и школе проявляется редко.

#### **Критерии оценки гражданско-патриотических качеств обучающихся.**

В итоге, на основе аналитической обработки результатов исследования и получения количественных показателей были взяты три уровня формирующихся гражданско-патриотических качеств обучающихся: низкий, средний и высокий.

**Высокий уровень:** младший школьник проявляет активный познавательный интерес к прошлому и настоящему своего народа, своей семьи и своего Отечества. Знает некоторые сведения об истории своей страны, города,

его достопримечательностях, знаменитых людях. Проявляет гордость за свое Отечество. Активно выражает готовность помочь другим людям и положительное отношение к миру, всему живому. Проявляет стремление к патриотической деятельности. Осознает себя гражданином и патриотом своей страны. Желает служить в армии. Уважает традиции других народов.

**Средний уровень:** младший школьник имеет представление об истории Отечества и родного края, о его природных богатствах и достопримечательностях. Историей родного края и страны интересуется только по заданию учителя. Гордость за Родину проявляется непостоянно. Характерна недостаточно высокая активность при патриотической деятельности. Внимателен к эмоциональному состоянию других, проявляет сочувствие и сопереживание. Национальные традиции знает, но не стремится соблюдать. Не проявляет особого желания служить в армии.

**Низкий уровень:** младший школьник имеет лишь обрывочные и поверхностные сведения о прошлом своего народа, своей стране и культуре. Проявляет неустойчивый интерес к истории родного края и Отечества, его достопримечательностям. Слабо ориентируется в эмоциональных состояниях окружающих. В патриотической деятельности участвует неохотно. Иногда наблюдаются проявления негативного поведения и отношения к окружающему миру. Служить в армии не желает. Не уважает традиции других народов.

#### **Анкета «Отношение к патриотическим ценностям»**

Цель: определить характер отношения обучающихся к Отечеству, государству, миру, труду, культуре, знаниям, человеку.

Целевая аудитория – обучающиеся среднего школьного возраста.

Анкета содержит 56 вопросов. В качестве ответа на каждый вопрос даётся один из вариантов.

Инструкция для обучающихся:

Вам предложено 56 утверждений. Определите, насколько вы согласны или не согласны с ними. Оцените степень вашего согласия или несогласия в баллах (от «+4» до «-4»):

«+4» - несомненно, да (очень сильное согласие);

«+3» - да, конечно (сильное согласие);

«+2» - в общем, да (среднее согласие);

«+1» - скорее да, чем нет (слабое согласие);

«0» - ни да, ни нет;

«-1» - скорее нет, чем да (слабое несогласие);

«-2» - в общем, нет (среднее несогласие);

«-3» - нет, конечно (сильное несогласие);

«-4» - не, абсолютно неверно (очень сильное несогласие).

	+4	+3	+2	+1	0	-1	-2	-3	-4
1. Мне нравится, когда весь наш народ отмечает какой-нибудь государственный праздник									
2. Те, кто критикует происходящее в стране, не могут считаться настоящими патриотами									
3. Любой конфликт можно уладить, не прибегая к силе									
4. Я способен выполнять с радостью разную работу									
5. То, что многие называют культурными ценностями прошлого, на деле часто оказывается примитивной старой рухлядью									
6. Не стоит на уроке обращаться к педагогу с вопросами: они отвлекают от главного									
7. Глупо брать на себя риск ради пользы других людей									
8. Даже самые странные люди с самыми необычными увлечениями и интересами должны									

иметь право защищать себя и свои взгляды									
9. Я смогу прожить счастливо и без своего государства									
10. Я многим обязан своей стране									
11. Люди, выступающие против войны, на самом деле трусоваты									
12. Физический труд, даже на благо Родины - удел неудачников									
13. Внешний вид - показатель уважения не только к себе, но и к окружающим									
14. Я стремлюсь узнать значение незнакомых мне слов									
15. Мне жаль беспомощных людей и хочется им помочь									
16. Есть нации и народы, которые не заслужили, чтобы к ним хорошо относились									
17. Без государственных законов и власти я чувствую себя более свободным									
18. Я готов защищать свою Родину в случае серьезной опасности									
19. Фильмы - боевики со стрельбой и кровью воспитывают мужество									
20. Домохозяйка тоже может быть полезным обществу человеком									
21. Нецензурные выражения в общении - признак бескультуры									
22. Учеба - занятие для «ботаников»									
23. Я испытываю сильные положительные эмоции, когда делаю людям добро									

24. Большинство преступлений в городе совершают приезжие и мигранты									
25. Я горжусь своим государством									
26. День Победы (9 Мая) - праздник только для ветеранов и пожилых людей									
27. На военнопленных не должны распространяться права человека									
28. Я хотел бы поработать в свободное от учебы время									
29. Алкоголь и сигареты – признак взрослой жизни									
30. Человек не может все знать, поэтому я не беспокоюсь по поводу своего незнания некоторых важных вещей									
31. Люди, просящие милостыню, скорее всего, ленивы и лживы									
32. Хорошая работа та, которая позволяет всесторонне использовать свои знания и способности									
33. Рассматривать старые фотографии истории государства - занятие для чудаков									
34. Оказавшись за границей, я постараюсь, чтобы меня не воспринимали как россиянина									
35. Идти на уступки - значит проявлять слабость									
36. Хорошая учеба тоже серьезный труд									
37. Проявление вандализма - одна из форм протеста молодежи									
38. Мне нравится копаться в энциклопедиях,									

журналах, словарях: там можно найти много интересного									
39. Я могу пожертвовать своим благополучием ради помощи незнакомому мне человеку									
40. Несправедливо ставить людей другой расы руководителями над белыми людьми									
41. Человеку необязательно знать историю своей страны									
42. Бывает, что я испытываю сильное волнение, когда слышу песни о Родине									
43. Мы - сильная военная держава, и именно поэтому нас должны уважать									
44. Субботники по очистке территории нашего города - это пережиток прошлого									
45. Я не могу представить русскую разговорную речь без мата									
46. Я думаю, что и без получения хорошего образования смогу в будущем сделать неплохую карьеру									
47. Я готов помогать всем людям, но только за вознаграждение									
48. Власти должны запретить доступ в нашу страну беженцам и мигрантам, так как это повышает уровень преступности.									
49. Меня огорчает, что я не делаю для своего государства всего, что мог бы.									
50. Я хотел бы ездить в другие страны, но жить предпочитаю в своей.									
51. Мне кажется в нашей стране слишком много оружия.									
52. Я могу себя заставить сделать работу, которая									

мне не нравится									
53. Я могу нахамить человеку, если он мне чем-то не нравится.									
54. Телевидение в первую очередь должно быть средством развлечения и отдыха и только во вторую - источником информации о событиях в стране и в мире									
55. Человеку свойственно никогда и ничего не делать без оглядки на собственную выгоду									
56. Истинной религией может быть только одна религия									

При обработке данных ответы обучающихся распределяются по 8 шкалам: им соответствует 8 строк ответов. Результаты получаются путем сложения баллов по каждой шкале.

– Характер отношения обучающихся к государству показывают его оценки высказываний: № 1, 9, 17, 25, 33, 41, 49.

– Характер отношения обучающихся к Отечеству показывают его оценки высказываний: № 2, 10, 18, 26, 34, 42, 50.

– Характер отношения обучающихся к миру показывают его оценки высказываний: № 3, 11, 19, 27, 35, 43, 51.

– Характер отношения обучающихся к труду показывают его оценки высказываний: № 4, 12, 20, 32, 36, 44, 52.

– Характер отношения обучающихся к культуре показывают его оценки высказываний: № 5, 13, 21, 29, 37, 45, 53.

– Характер отношения обучающихся к знаниям показывают его оценки высказываний: № 6, 14, 22, 28, 38, 46, 54.

– Характер отношения обучающихся к человеку как к другому показывают его оценки высказываний: № 7, 15, 23, 31, 39, 47, 55.

– Характер отношения обучающихся к человеку как к иному, как к представителю иной национальности, иной веры, иной культуры показывают его оценки высказываний: № 8, 16, 24, 30, 40, 48, 56.

### 1. Отношение обучающегося к государству

– От +15 до +28 баллов (высокий уровень) - дорожит государственными традициями и устоями. Государственные праздники всегда проходят при его участии и помощи в подготовке.

– От +1 до +14 баллов (средний уровень) - государство для него представляет определенную ценность, но сам факт наличия государства, государственных традиций воспринимается им как естественный («а как же иначе?»). Он принимает участие в подготовке и проведении праздников, но без напоминания не всегда о них вспомнит. Заботу государства воспринимает как само собой разумеющееся.

– От -1 до -14 баллов (низкий уровень) - отношение к государству, как правило, потребительское. Ему все «должны». Сам он, скорее всего, считает, что никому и ничем не обязан.

– От -15 до -28 баллов (нулевой уровень) - государство не представляет для него какой-либо ценности. Такое отношение проявляется в чувстве стыда за свою страну, нацию, власть, сознательном неприятии принятых в государстве норм поведения, представлений о жизни.

### 2. Отношение обучающегося к Отечеству

– От +15 до +28 баллов (высокий уровень) - присущи вполне развитые чувства гражданственности и патриотизма. Родина для него не абстрактная категория, а конкретная страна, где он собирается жить, которой он гордится. Он чувствует свою личную ответственность за судьбу страны. При этом подобные чувства вызваны не модой на патриотизм, а являются глубоко личными, пережитыми.

– От +1 до +14 баллов (средний уровень) - переживает чувство Родины, как чувство родного дома, города. Однако ему кажется, что то, что

происходит в стране и на его малой родине, имеет между собой мало общего. Он встает, когда звучит гимн, скорее не по душевному порыву, а потому, что так принято. При необходимости не откажется помочь ветеранам, хотя сам своей помощи может и не предложить.

– От -1 до -14 баллов (низкий уровень) - старается открыто не проявлять свое отношение к стране. К разговорам об ее «убогости» в принципе равнодушен. Может «правильно» выступить на тему гражданственности и патриотизма, но в зависимости от ситуации по-разному расставить акценты. Умеет угадывать, в какой момент, что патриотично, а что нет. Ему кажется, что то, что происходит со страной и с ним самим, имеет между собой мало общего.

– От -15 до -28 баллов (нулевой уровень) - можно предположить, что обучающего отличает обывательское отношение к своей стране. Родина для него просто место, где он живет, и которое легко можно поменять на любое другое. Все успехи - это его собственные успехи, а в неудачах виновата страна («да разве в этой стране...»). Может быть, сам он не будет участвовать в осквернении памятников, но точно не осудит других, ведь память - это не то, за что можно получить дивиденды.

### 3. Отношение обучающегося к миру

– От +15 до +28 баллов (высокий уровень) - у обучающегося наличествует четко выраженная пацифистская позиция. Считает, что к насилию прибегают только слабые люди и государства. К проявлениям грубой силы относится подчеркнуто отрицательно. Уверен, что всегда есть возможность уладить конфликт, не ущемляя при этом права других людей. Не боится идти на уступки.

– От +1 до +14 баллов (средний уровень) - в целом разделяет идеи мира и ненасилия, но при этом считает, что в отдельных случаях применение силы оправдано. К проявлениям грубой силы относится со смешанным чувством неприятия и страха. Полагает, что в сложном современном мире надо всегда быть готовым к противостоянию, поэтому, к сожалению, нельзя обойтись без

оружия. Старается не идти на уступки, потому, что не хочет показаться слабым в глазах окружающих.

– От -1 до -14 баллов (низкий уровень) - уверен, что мир можно поддерживать, главным образом, силой, угрозами, ультиматумами. Рассматривает войну как один из естественных способов разрешения конфликтов. По его мнению, сильный тот, кого боятся. Считает, что вокруг хватает потенциально враждебных людей и государств. Вряд ли сам будет инициатором насильственного деяния, но сыграть роль «второго плана», скорее всего, не откажется.

– От -15 до -28 баллов (нулевой уровень) - можно предположить, что для обучающегося не существует альтернативы: переговоры или военная операция. Война для него может быть ценностью: с помощью нее можно решить проблемы перенаселения и нехватки продуктов на всех. Он целиком и полностью на стороне силы, а все, кто пытается этому противостоять, для него «слабаки». Скорее всего, это касается и локальных (класс, двор, школа), и крупных конфликтов, где от него пока ничего не зависит.

#### 4. Отношение обучающегося к труду

– От +15 до +28 баллов (высокий уровень) - обучающегося отличает трудолюбие во всем: от уборки кабинета до чтения трудной книги. Получает удовольствие от сложной, трудоемкой, даже нудной работы. Не считает зазорным помочь родителям по хозяйству, может сам предложить что-либо сделать. Подрабатывает где-то или пока еще нет - в любом случае он этого не стыдится.

– От +1 до +14 баллов (средний уровень) - только престижная работа вызывает у него уважение. Хотя если все окружающие заняты чем-то не престижным (например, уборкой территории во время субботника), то может и поучаствовать за компанию. Поможет в домашних делах, но его будет раздражать, что это занимает столько времени.

– От -1 до -14 баллов (низкий уровень) - по возможности переложит часть своей работы на другого. Если узнает, что кто-то из класса работает после учебы, то отреагирует, скорее всего, так: «Тебе что, делать нечего?!». В его представлении «грязная» работа - удел людей второго сорта или тех, кто не сумел устроиться в жизни. Сам-то он уж точно никогда за нее не возьмется.

– От -15 до -28 баллов (нулевой уровень) - сложная работа вызывает у него отвращение. Придумывает массу причин, по которым за нее не стоит браться. С удовольствием воспользуется плодами чужого труда, по возможности выдавая их за свои. Между трудолюбием и жизненным благополучием для него нет никакой связи.

#### 5. Отношение обучающегося к культуре

– От +15 до +28 баллов (высокий уровень) - культурные формы поведения значимы для него и реализуются им в повседневной жизни. Ему чужды хамство, «украшение» речи нецензурными оборотами, он внимателен и тактичен по отношению к другим людям. Понимает необходимость сбережения того культурного достояния, которое досталось нам в наследство от прошлого, и категорически не приемлет вандализма.

– От +1 до +14 баллов (средний уровень) - признает объективную ценность культурных форм поведения, но отнюдь не всегда руководствуется ими в своей повседневной жизни. Он наверняка хотел бы выглядеть культурным человеком, но не готов прикладывать ежедневные усилия к этому. Находит оправдание эпизодическим проявлениям со своей стороны хамства («я хамлю только в ответ»), неряшливости («ну и пусть встречают по одежке, зато провожают по уму»), нецензурной брани («сильные эмоции трудно выразить по-другому») и т.п. Вандалы антипатичны ему.

– От -1 до -14 баллов (низкий уровень) - культурные формы поведения рассматриваются им как нечто догматичное, идущее от мира взрослых, а потому обременяющее его повседневную жизнь. Он сторонник естественного выражения своих мыслей, чувств, желаний и считает, что культурная огранка

только помешает ему быть таким, какой он есть. Слово «культура» наверняка ассоциируется у него с телеканалом «Культура» и навеивает непреодолимую скуку. Вряд ли он сам способен на акт вандализма, но и осуждать вандалов - сверстников, скорее всего, не станет.

– От -15 до -28 баллов (нулевой уровень) - слово «культура» во всех своих формах вызывает у него неприятие и рассматривается как проявление лживости взрослого мира. Он наверняка знает, что представляют собой культурные формы поведения, но в своей повседневности реализует их с точностью до наоборот. Тактичность кажется ему проявлением слабости, хамство и нецензурная брань - силы, потягивание пивка под аккомпанемент матерщины - лучшим времяпрепровождением. Памятники прошлого воспринимаются им, вероятнее всего, как обыкновенная старая рухлядь, поэтому он совсем не против «скинуть их с парохода современности».

#### 6. Отношение обучающегося к знаниям

– От +15 до +28 баллов (высокий уровень) - любознательный человек, имеет устойчивое стремление к познанию нового. Может быть «неудобен» педагогу, так как много спрашивает на уроке, сомневается очевидных вещах. Считает, что успешность профессионального роста, карьеры напрямую связана с глубиной знаний и стремится к их получению.

– От +1 до +14 баллов (средний уровень) - может неплохо учиться, но по своей инициативе вряд ли будет долго копаться в книгах, чтобы найти значение непонятого ему термина или факта. В его сознании знания и будущая карьера, конечно, связаны, но не прикладывает же для этого столько усилий!

– От -1 до -14 баллов (низкий уровень) - никогда не спросит взрослого, если ему что-то непонятно. Откровенно не понимает, как по телевизору можно смотреть научно-популярные программы. Знания носят для него чисто утилитарный характер (выучил, ответил - значит, не нажил неприятностей).

– От -15 до -28 баллов (нулевой уровень) - потребность в получении знаний у него практически отсутствует. Откровенно презирает тех, кто учится,

считает их «ботаниками» - людьми, живущими неполноценной жизнью. Уверен, что уровень и качество его образования не окажут никакого влияния на его дальнейшую жизнь.

#### 7. Отношение обучающегося к человеку как к другому

– От +15 до +28 баллов (высокий уровень) - подлинный альтруист. Всегда готов помочь другим людям, даже незнакомым, не ожидая просьбы с их стороны. В своих действиях на благо других бескорыстен. Всегда готов помочь слабым, нуждающимся. Ради подобной помощи готов рисковать собственным благополучием. Любит дарить подарки просто так.

– От +1 до +14 баллов (средний уровень) - не прочь оказать помощь нуждающимся, но предпочитает делать это тогда, когда его об этом попросят. Он осторожен в своих действиях на благо других, старается не подвергать риску собственное благополучие. Не доверяет искренности просящих милостыню и, если они оказываются поблизости от него, старается сделать вид, что их не замечает. Испытывает удовольствие, делая подарки, но при этом в глубине души рассчитывает на ответный дар. Если этого не случается, расстраивается.

– От -1 до -14 баллов (низкий уровень) - лишь изредка думает о потребностях и чувствах других людей. В большинстве своем это те, от кого он в той или иной степени зависит. Бескорыстие кажется ему расточительством, предпочитает все делать с выгодой для себя, умело это маскируя. Уверен, что всякое доброе дело должно адекватно вознаграждаться, поэтому прежде чем сделать что-либо доброе, не стесняется узнать, а «что ему за это будет».

– От -15 до -28 баллов (нулевой уровень) - сосредоточен исключительно на собственной персоне, искренне полагает себя «центром вселенной». Не то чтобы делать, но даже думать о других не входит в его планы. Во всем ищет выгоду, не очень-то это и скрывая. Бескорыстие кажется ему нелепостью, несусветной глупостью. Он склонен к злословию, циничному отношению к тем, кто в чем-то нуждается, кому необходима помощь. Все нищие

для него - лентяи и лжецы. Гораздо больше, чем дарить, ему нравится принимать подарки, желательно дорогие и полезные.

#### 8. Отношение обучающегося к человеку как иному

– От +15 до +28 баллов (высокий уровень) - признает права людей на иной, отличный от его собственного, образ жизни и свободное выражение своих взглядов. Принимает иные культуры, положительно относится к культурным отличиям, восприимчив к любым проявлениям культурной дискриминации. Стремится к пониманию, проникновению в суть других культур, способен избегать в их оценке культурных предрассудков и стереотипов. В нем также ощутимо стремление рассматривать иные культуры не со своей колокольни, но сквозь призму ценностей и приоритетов самих этих культур.

– От +1 до +14 баллов (средний уровень) - склонен к признанию и принятию культурного плюрализма, уважению самых разнообразных социокультурных групп, но при этом разделяет (зачастую неосознанно), некоторые культурные предрассудки, использует стереотипы в отношении представителей тех или иных культур. Не может самостоятельно увидеть многие, особенно скрытые, проявления культурной дискриминации в повседневной жизни. Ему трудно представить, с какими проблемами могут сталкиваться культурные меньшинства, мигранты или беженцы. Это объясняется непониманием другого, неумением увидеть его изнутри, взглянуть на мир с его точки зрения.

– От -1 до -14 баллов (низкий уровень) - на словах признает права других на культурные отличия, декларирует принцип равенства людей, но при этом испытывает личное неприятие отдельных социокультурных групп. Такой диссонанс между декларируемыми гуманистическими принципами и реальным проявлением нетерпимости подросток пытается оправдать ссылками на общественное мнение («все так считают»), аморальное поведение, якобы свойственное представителям этих групп («все они такие»), личный неудачный опыт взаимодействия с ними («я встречал таких людей и уверен, что...»). Эта

позиция основана на ксенофобии, презумпции вины другого. Отрицая такие вопиющие проявления как фашизм, геноцид, человек при этом может легко навешивать на людей других культур ярлыки «недостойных уважения», «опасных».

– От -15 до -28 баллов (нулевой уровень) - сознательно отказывается признавать, принимать и понимать представителей иных культур. Склонен характеризовать культурные отличия, как девиантность, не желает признавать равные права на существование тех, кто имеет иной физический облик или разделяет иные ценности. Зачастую он демонстративно враждебен и презрителен к таким людям, жаждет «очистить» от них пространство собственной жизни. Не испытывает ни малейшего желания взглянуть на те или иные жизненные ситуации с точки зрения другой культуры.

### Диагностика метапредметных результатов

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.)
------------	---

<b>Показатели развитости коммуникативных навыков</b>	
<b>Возрастная категория 7 – 11 лет</b>	
– Способность к эмпатии, сопереживанию, соучастию	
– Способность к толерантному отношению	
– Усвоение правил речевого поведения	
– Умение строить монологическое высказывание, умение правильно строить диалог	
– Умение договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, стремление к достижению положительного результата деятельности	
<b>Возрастная категория 12-15 лет</b>	
– 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).	
– Умение выражать эмоции в мимике и пантомимике(радость, грусть, удивление и т.д.)	
– Сформированность нравственно-коммуникативных качеств личности (умение сочувствовать, сопереживать, объяснять свои чувства словами, сформированность чувства такта)	
– Умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих	
– Готовность и способность конструктивно разрешать конфликты с учетом интересов сторон; готовность и способность к сотрудничеству	

<b>Возрастная категория 16-18 лет</b>	
– 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).	
– Умение выражать эмоции в мимике и пантомимике(радость, грусть, удивление и т.д.)	
– Сформированность нравственно-коммуникативных качеств личности (умение сочувствовать, сопереживать, объяснять свои чувства словами, сформированность чувства такта)	
– Умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих	
– Готовность и способность конструктивно разрешать конфликты с учетом интересов сторон; готовность и способность к сотрудничеству	
<b>Показатели развитости навыков самостоятельной деятельности</b>	
<b>Возрастная категория 7 – 11 лет</b>	
– Проявление инициативы, самостоятельное определение поля и задач своей деятельности	
– Освоение навыков самостоятельной деятельности, осознанная продуманность действий	
– Стремление к получению результатов деятельности (осуществление поиска средств с способов решения задачи)	

– Способность к адекватной самооценке, самокритичности, рефлексии (чувство личной ответственности за результаты деятельности)	
<b>Возрастная категория 12-15 лет</b>	
– Наличие стремления без посторонней помощи реализовывать свои планы	
– Способность инициативно, творчески ставить и решать учебные и иные задачи	
– Умение замечать необходимость своего участия в тех или иных обстоятельствах	
– Умение проявлять настойчивость и ответственность в достижении поставленной цели	
– Умение осознанно действовать в ситуации заданных требований и условий деятельности	
– Умение осознанно действовать в новых условиях (поставить цель, учесть условия, осуществлять элементарное планирование, получить результат)	
– Способность к самоконтролю и самооценке своих действий и результатов деятельности	
– Умение переносить известные способы действий в новые условия	
<b>Возрастная категория 16-18 лет</b>	
– Готовность и осознание важности образования и самообразования	
– Проявление активной учебно-познавательной деятельности	
– Наличие мотивации на инновационную и творческую деятельность	
– Способность самостоятельной определять цели деятельности и самостоятельно планировать пути их достижения	

– Самоконтроль и самооценка деятельности и ее результатов, в том числе в принятии решений	
– Осуществление творческого подхода к деятельности	
– Готовность осуществлять сотрудничество для достижения результатов деятельности	
– Способность применять полученные знания, умения и навыки на практике, в том числе в иных видах деятельности	

### **Диагностика предметных результатов**

Для проведения тематического контроля и проверки итоговых знаний обучающимся предлагается пройти итоговую игру «Орлята», которая содержит как выполнение заданий по физической подготовке, так и интеллектуальные испытания.

### **Военно-патриотическая игра «Орлята»**

#### **(Разновозрастные команды, для детей 7-11, 12-15, 16-18 лет)**

Для проверки итоговых знаний обучающимся предлагается пройти итоговую игру «Орлята», которая содержит как выполнение заданий по физической подготовке, так и интеллектуальные испытания.

Цель: проверить комплекс знаний, полученный в ходе изучения программы

**Ход игры:** Воспитанники детского объединения разделяются на команды по 5 человек (учитывается, чтоб в команде были и старшие, средние и младшие). Выбирается командир команды, который получает маршрутный лист для прохождения этапов.

#### **1. «Визитная карточка»**

Участники представляют свою команду:

- девиз;
- строевая песня;

#### **2. «Строевая подготовка»**

Участвует отделение в составе 4-6 человек + командир отделения. Для работы на этапе отводится контрольное время – не более 5 минут. Строевой прием, выполненный за пределами контрольного времени не оценивается. Строевые приемы проводятся в соответствии со «Строевым уставом ВС РФ».

#### ***Инструкция:***

*Командир отделения отдает команды:*

*«Отделение! Становись! Шагом марш!» - выводит отделение на середину площадки.*

*«Отделение! На месте! Стой! Налево!»*

*«Отделение! Равняйся! Смирно! Равнение на середину!»*

*«Сдача рапорта» (для сдачи рапорта, командир отделения, кратчайшим путем направляется к судье этапа, останавливается за 3-5 шагов, становится напротив судьи).*

*Командир отделения: «Товарищ капитан, Отделение (название) в количестве \_ человек для выполнения задания построено. Командир отделения (Ф.И.)*

*Капитан: «Здравствуйте, товарищи!»*

*Отделение (хором): «Здравия желаем, товарищ капитан!» Капитан «Вольно!»*

*Командир отделения (дублирует, повернувшись лицом к отделению):*

*«Отделение, вольно!»*

*Капитан: «Отделению приступить к выполнению строевых упражнений!»*

*Командир отделения возвращается к отделению. Порядок выполнения команд:*

*- Отделение! Равняйся! Смирно!*

*- В одну шеренгу становись! В две шеренги становись!*

*- Повороты на месте: направо, налево, кругом!*

*- Становись! Равняйся! Смирно! Шагом марш! Командир в движении подает команду отделению: «Песню запевай!» (отделение исполняет 1 куплет песни, и движется по периметру площадки 1 круг). Проходя мимо судьи этапа, командир отделения подает команду «Отделение! Смирно! Равнение направо!»*

*Отделение поворачивает головы в сторону судьи, руки прижимают вдоль туловища. Командир прикладывает руку к головному убору, и поворачивает голову в сторону судьи. 1 шеренга отделения голову в сторону не поворачивает.*

*Отделение проходит судью, отдается команда «Отделение! Вольно!».*

*Отделение становится на прежнее место.*

*Критерии для этапа «Строевая подготовка»:*

*Оценивают действия по следующим критериям:*

- внешний вид (военизированная или единообразная форма одежды);*
- строевые приемы на месте;*
- ответ на приветствие;*

- перестроения в шеренги и обратно;
- повороты на месте;
- строевой шаг;
- повороты в движении;
- исполнение песни.

Оценочная система всех элементов - от 1 до 5 баллов. По окончании выполнения задания судья объявляет оценки за представленные элементы. В данном виде команда

– победитель определяется по наибольшему количеству набранных баллов.

### **3. «Полоса препятствий»**

Игра предусматривает прохождение на время командой в составе 5 человек полосы комбинированной препятствий с элементами тактической подготовки. В форме эстафеты. Каждый из участников проходит полосу препятствий и передает эстафету следующему. Время останавливается по последнему участнику команды. Победители определяются по наименьшему времени, затраченному на прохождение дистанции.

### **4. «Первая помощь»**

Состав команды 5 человек. Команда самостоятельно выбирает пострадавшего. Участники оказывают первую помощь пострадавшему, используя свои бинты шириной не более 10 см - оказание 1 помощи при переломе голени. После оказания первой помощи, трое участников укладывают своих пострадавших на носилки, надевают им СИЗ, переносят их на расстояние не более 20 метров, используя правильный способ. Учитывается время выполнения данного вида и количество штрафов.

Штрафы:

- не завязаны концы бинта после окончания наложения повязки – 1 балл;
- шина имеет острые, опасные края или концы -2 балла;
- не зафиксированы два сустава – 2 балла;

- слабо наложена повязка – 2 балла;
- витки бинта не покрывают на половину предыдущий виток – 2 балла (за каждый);
- размер шин не соответствует размеру покрываемой площади кости – 3 балла;
- ширина бинта более 10 см – 5 баллов.

Команда – победитель в данном виде определяется по наименьшему времени оказания помощи и переноски пострадавшего и наименьшему результату штрафных баллов.

### **5. Интеллектуальная этап: Тест «Тактика – дело техники»**

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 искусствав/ военное шествие
  - г/ вид военного искусства
2. Кто из военначальников и полководцев внесли в развитие тактики.а/ Калашников  
в/ Македонскийб/ Макаров  
г/ Драгунов
3. Что такое тактическая подготовка?
  - а/ обучение личного состава в подготовке и введении бояб/ нападение на врага
  - в/ отступление
  - г/ все ответы верны
- 4.Когда появилась тактика?
  - а/ в 1941г. б/ в 1942г. в/ с появлением армии 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 б/ звено в/ отряд г/ все ответы верны

**6. «Огневая подготовка» (разборка, сборка автомата Калашникова)**

Участвуют 5 человек. Время разборки и сборки всех участников фиксируется суммарно (эстафета). За нарушение последовательности при разборке – сборке,

нарушение мер техники безопасности участники наказываются штрафом в 1 балл.

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

## **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 шомпола 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 трубки 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 флажок-фиксатор замыкателя газовой трубки, повернуть замыкатель от себя до вертикального положения и снять газовую трубку с патрубков 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 автомату.
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 автомату, 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.

### **Снаряжение магазина автомата Калашникова боеприпасами:**

Снаряжение магазина патронами производится в следующем порядке:

1. взять магазин в левую руку горловиной вверх и выпуклой стороной влево;
2. в правую руку взять патроны пулями к мизинцу так, чтобы дно гильзы немного возвышалось над большим и указательным пальцами;
3. удерживая магазин с небольшим наклоном влево, нажимом большого пальца вкладывать патроны по одному под загибы боковых стенок дном гильзы к задней стенке магазина.
4. По окончании снаряжение магазина сделать делает шаг назад.

К грубым ошибкам относится: – удары магазином по столу; — падение боеприпасов на пол.

### **Критерии оценки:**

Неполная разборка:

Время, сек. (7-9 лет)	Время, сек. (10-12 лет)	Время, сек. (13-15 лет)	Время, сек. (16-18 лет)	Оценка

23	20	17	13	Превосходно
25	22	18	15	Отлично
28	25	22	18	Хорошо

Сборка после неполной разборки:

Время, сек. (7-9 лет)	Время, сек. (10-12 лет)	Время, сек. (13-15 лет)	Время, сек. (16-18 лет)	Оценка
30	27	24	21	Превосходно
33	30	27	24	Отлично
37	34	31	28	Хорошо

Снаряжение магазина патронами:

Время, сек. (7-9 лет)	Время, сек. (10-12 лет)	Время, сек. (13-15 лет)	Время, сек. (16-18 лет)	Оценка
45	42	39	36	Превосходно
50	47	44	41	Отлично
55	52	49	46	Хорошо

### **Выполнение норматива**

#### **«Уровень общей физической подготовленности»**

По итогам каждого года обучения проводится выполнение контрольного комплекса физических упражнений для выявления уровня физической подготовленности обучающихся.

За основу берутся нормативы некоторых испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» I – V ступеней.

## Девочки/девушки

№ п/п	Виды испытаний	Уровень физической подготовки	Возрастные группы				
			I	II	III	IV	V
			ступень	ступень	ступень	ступень	ступень
			7-8 лет	9-10 лет	11-12 лет	13-15 лет	16-18 лет
1.	Бег на 30 м (сек.)	Превосходно	6,2	5,6	5,3	5,0	5,0
		Отлично	6,8	6,2	5,8	5,4	5,5
		Хорошо	7,1	6,4	6,0	5,6	5,7
2.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см (кол-во раз)	Превосходно	11	15	17	12	19
		Отлично	6	9	11	8	13
		Хорошо	4	7	9	6	11
3.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи – см)	Превосходно	+9	+11	+13	+15	+16
		Отлично	+5	+5	+6	+8	+9
		Хорошо	+3	+3	+4	+5	+7
4.	Челночный без 3 x 10 (сек.)	Превосходно	9,5	8,7	8,2	8,0	7,9
		Отлично	10,4	9,5	9,1	8,8	8,7
		Хорошо	10,6	9,9	9,4	9,0	8,9
5.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	Превосходно	135	150	165	180	185
		Отлично	115	130	145	160	170
		Хорошо	105	120	135	150	160
6.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин)	Превосходно	30	36	40	43	44
		Отлично	21	27	30	34	36
		Хорошо	18	24	28	31	33
7.	Плавание		25 м (мин. сек.)	50 м (мин. сек.)	50 м (мин. сек.)	50 м (мин. сек.)	50 м (мин. сек.)
		Превосходно	2,30	2,30	1,05	1,03	1,02
		Отлично	2,40	2,40	1,25	1,20	1,18
		Хорошо	3,00	3,00	1,35	1,30	1,28
8.	Стрельба из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция 10 м (очки)	Превосходно	-	-	20	25	25
		Отлично	-	-	15	20	20
		Хорошо	-	-	10	15	15

## Мальчики/юноши

№ п/п	Виды испытаний	Уровень физической подготовки	Возрастные группы				
			I	II	III	IV	V
			ступень	ступень	ступень	ступень	ступень
			7-8 лет	9-10 лет	11-12 лет	13-15 лет	16-18 лет

			7-8 лет	9-10 лет	11-12 лет	13-15 лет	16-18 лет
1.	Бег на 30 м (сек.)	Превосходно	6,0	5,4	5,1	4,7	4,4
		Отлично	6,7	6,0	5,5	5,1	4,7
		Хорошо	6,9	6,2	5,7	5,3	4,9
2.	Подтягивание из виса на высокой перекладине (кол-во раз)	Превосходно	4	5	7	18	14
		Отлично	3	3	4	12	11
		Хорошо	1	2	3	10	9
3.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи – см)	Превосходно	+7	+8	+9	+11	+13
		Отлично	+3	+4	+5	+6	+8
		Хорошо	+1	+2	+3	+4	+6
4.	Челночный бег 3 x 10 (сек.)	Превосходно	9,2	8,5	7,9	7,2	6,9
		Отлично	10,0	9,3	8,7	7,8	7,6
		Хорошо	10,3	9,6	9,0	8,1	7,9
5.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	Превосходно	140	160	180	215	230
		Отлично	120	140	160	190	210
		Хорошо	110	130	150	170	195
6.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин)	Превосходно	35	42	46	49	50
		Отлично	24	32	36	39	40
		Хорошо	21	27	32	35	30
7.	Плавание на 50 м (мин., сек.)		25 м (мин. сек.)	50 м (мин. сек.)			
		Превосходно	2,30	2,30	1,00	0,55	0,50
		Отлично	2,40	2,40	1,20	1,15	1,05
		Хорошо	3,00	3,00	1,30	1,25	1,15
8.	Стрельба из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция 10 м (очки)	Превосходно	-	-	20	25	25
		Отлично	-	-	15	20	20
		Хорошо	-	-	10	15	15

## Тест «Техника безопасности на занятиях в тире.

### Организация и проведение стрельб»

1. Общие правила безопасного обращения с оружием (Выбери правильные утверждения):

- Всегда считать оружие заряженным +
- Запрещено направлять оружие на людей, животных, здания +
- Пользоваться неисправным оружием +

- Постоянно наблюдаться у офтальмолога;
  - Заряжать оружие в любом помещении;
  - Хранить оружие в недоступном месте +
2. На занятиях руководитель стрельб соблюдает строгий порядок действий (определи правильный порядок действий):
- 5 Назначает огневые рубежи
  - 2 Напоминает и использует набор общепринятых команд;
  - 4 Определяет вид огня, порядок выполнения упражнения;
  - 3 Определяет каждому цель, положение для стрельбы;
  - 1 Проводит обязательный инструктаж по технике безопасности;
3. Стрелка могут удалить с рубежа, а спортсмена дисквалифицировать в случаях, когда (Выбери правильный ответ):
- Стрельба начата с команды «Зарядить» +
  - Стрельба начат до команды «Старт» +
  - Отложил выстрел после команды «По последнему выстрелу»
  - Стрельба ведется после команды «Стоп» +
  - Стрельба ведется после команды «Разрядить» +
  - Прекратил стрельбу по команде «Стоп» и продолжил после команды «Старт»
  - Прекратил стрельбу в результате неисправности оружия
  - Подал знак судье о вылетевшем патроне

### **Тест**

#### **«Стрелковая подготовка»**

Прочитай утверждения и выбери правильный ответ.

1. Пневматическое оружие – это устройство ...:
- Предназначенное для поражения цели при помощи мускульной силы человека при непосредственном контакте с объектом поражения;

- Предназначенное для поражения цели на расстоянии снарядом, получающим направленное движение за счет энергии сжатого газа +;
- Предназначенное для временного химического поражения живой цели путем применения слезоточивых или раздражающих веществ;
- Предназначенное только для подачи световых, дымовых или звуковых сигналов;
- Предназначенное для использования должностными лицами государственных органов и работниками юридических лиц, которым законодательством РФ разрешено ношение, хранение и применение оружия.

2. Происхождение огнестрельного оружия связано с ...:

- Желанием стран усилить свои границы;
- Возникновением порохового порошка +;
- Возникновением понятия «калибр»;
- Возникновением пулевой стрельбы как вида спорта.

3. В царской России участвовать в состязаниях по стрельбе могли...:

- Женщина и дети;
- Крестьяне;
- Офицеры +;
- Придворная знать +.

4. Путь пули от точки выстрела до цели – это...:

- Траектория +;
- Линия цели;
- Угол вылета;
- Прицельная дальность.

5. Угол прицеливания – это...:

- Угол между линией возвышения и линией бросания;
- Угол между линией возвышения и линией цели+;
- Угол между линией прицеливания и горизонтом оружия;
- Угол между линией бросания и горизонтом оружия.

6. Внешняя изготовка – это...

– Видимое положение тела (расположение ступней, положения туловища, рук, головы) +;

– Невидимое состояние напряженности мускулатуры, которое обуславливается степенью натяжения связок и положением частей тела относительно друг друга;

– Положение тела стрелка при стрельбе, применяемое для удержания направленного в мишень оружия;

– Равномерное распределение массы тела, что позволяет произвести выстрел с наименьшими статическими усилиями.

7. На начальном этапе стрелковой подготовки основным средством формирования техники стрельбы является:

- Стрельба без патрона +;
- Стрельба по белому листу;
- Стрельба с закрытыми глазами;
- Стрельба с патроном.

### **Проверка и оценка приемов армейского рукопашного боя**

Проверка качества выполнения приемов АРБ проводится в текущем режиме в процессе обучения несколькими способами:

1. С использованием специальных игровых комплексов, имитирующих ситуации реального боя.
2. По результатам участия в соревнованиях по соответствующему виду единоборств.

#### **Проверка выполнения приемов АРБ в условиях специальных игровых комплексов**

При оценивании техники выполнения приемов используется следующая шкала оценивания:

- «отлично» - прием выполнен технически правильно, уверенно и быстро;
- «хорошо» - прием выполнен в целом технически правильно, уверенно, но были допущены незначительные ошибки;
- «удовлетворительно» - при выполнении приема допущены значительные технические ошибки: сделана остановка там, где требуется слитность движений рук и ног при принятии поступательных движений противника, допущена потеря равновесия при перемещении и т.д., однако прием доведен до завершения;
- «неудовлетворительно» - техника выполнения приема грубо искажена, прием не доведен до завершения.

Оценивание техники выполнения приемов рукопашного боя осуществляется в соответствии с следующими показателями:

Основные приемы АРБ	Применен/ не применен (замечания)	Оценка
<b>Приемы самостраховки (приемы падения и группировки):</b>		
– Группировки		
– Кувырки (в том числе вперед, назад, через плечо)		
– Падение (в том числе вперед, назад, набок)		
<b>Техника ударов (сила удара, дыхание, скорость и резкость удара, жёсткость удара)</b>		
– Удары руками (в том числе на подшаге, на шаге вперед, на шаге влево, на шаге назад, удар ребром ладони, удар		

основанием кулака, удар тыльной стороной кулака, удар по дуге)		
– Удар локтем (в том числе вперед, по дуге, вниз)		
– Удары ногой (в том числе прямой, по дуге, в сторону, назад, пяткой назад по дуге, пяткой вперед по дуге, ребром стопы наружу, прямой удар коленом)		
– Удары голенью		
– Подсечки		
Техника бросков:		
– Броски (в том числе наклоняясь, запрокидываясь, отворачиваясь, прогибаясь)		
Техника защитных приемов:		
– Защита руками (в том числе верхний блок, нижний блок, блок предплечьем вовнутрь, блокирование предплечьем наружу, блокирование предплечьем вниз, блок ребром ладони рубящий, блок скрещенными руками, раздвигающий блок, блок ладонью, блок внешней стороной кисти)		
– Защита ногами (в том числе блок коленом, блок голенью наружу, блок голенью вовнутрь, блок ступней, блок внешним ребром стопы)		
Техника борьбы в партере:		
– Захваты, обхваты, удержание		

– Болевые (удушающие ) приемы		
Тактика атакующих и контратакующих приемов		
Приемы самообороны		

При оценивании техники выполнения приемов по самообороне можно ориентироваться на нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) по виду испытаний «Самозащита без оружия», который предполагает выполнение основных приемов самостраховки и самозащиты:

1. Страховочные приемы:

- 1.1. упасть перекатом на бок;
- 1.2. упасть перекатом на спину;
- 1.3. упасть на руки вперед.

2. Базовые упражнения, броски.

- 2.1. задняя подножка;
- 2.2. захват ноги;
- 2.3. задняя подножка с захватом ноги;
- 2.4. бросок через бедро;
- 2.5. бросок через спину.

3. Болевые приемы:

- 3.1. рычаг руки;
- 3.2. рычаг стопы с упором на Ахиллово сухожилие ассистенту, лежащему на животе.

Качество выполнения данных приемов оценивается по трехбалльной шкале, где:

- 1 балл – выполнение приема с двумя ошибками;
- 2 балла – выполнение приема с одной ошибкой;
- 3 балла – выполнение приема без ошибок.

Испытание считается пройденным, если обучающийся в ходе испытаний набрал от 15 до 30 баллов.

**Тест**  
**«Первая помощь»**

Вопросы	Варианты ответов
1. Какие бывают переломы конечностей?	А) тайный Б) внутренний В) наружный Г) закрытый, открытый
2. Для чего нужна повязка на рану?	А) удерживает руку в нужном положении Б) предохраняет руку В) впитывают выделения Г) останавливает кровотечение
3. При оказании первой помощи в случае перелома запрещается?	А) вызывать врача Б) вставлять на место обломки костей В) останавливать кровотечение Г) давать обезболивающее
4. Как оказать первую помощь при солнечном ударе?	А) перенести пострадавшего в тень Б) уложить так, чтобы голова была ниже туловища В) ничего не делать Г) дать свои игрушки
5. Как оказать первую помощь при переломе?	А) наложить шину Б) позвонить другу В) ничего не делать Г) смазать перелом зелёной
6. Какой вред наносит пожар организму человека?	А) ушиб Б) перелом В) получение ожогов Г) вреда нет

<p>7. Чрезмерное понижение температуры тела человека под воздействием холода – это...</p>	<p>А) обморок Б) болевой шок В) обморожение Г) перелом</p>
<p>8. Чтобы остановить кровь и для обеззараживания раны на улице можно использовать</p>	<p>А) подорожник Б) листья тополя В) листья берёзы Г) плоды яблони</p>
<p>9. Что делать при ожогах в домашних условиях?</p>	<p>А) проколоть появившийся волдырь иглой Б) обработать сам ожог зеленкой В) приложить холод Г) вызвать пожарных</p>
<p>10. Как оказать первую помощь при ушибах?</p>	<p>А) промыть теплой водой Б) смазать йодом В) растереть сухой тряпкой Г) приложить холод</p>
<p>11. Какое повреждение кожи можно получить зимой на улице?</p>	<p>А) ранку Б) ожог В) ушиб Г) обморожение</p>
<p>12. Почему обмороженную кожу нельзя растирать снегом?</p>	<p>А) снег холодный Б) снег грязный В) можно оцарапать кожу Г) можно еще больше замерзнуть</p>
<p>13. При обморожении пострадавшего нужно...</p>	<p>А) оставить в покое и ждать врача Б) приложить холодный компресс и дать питье В) обеспечить тепло и дать горячее питье Г) вызвать врача</p>

14. Укажи, какие травмы можно нанести коже	А) порез Б) ушиб В) перелом Г) ожог
--	--

Ключи (каждый правильный ответ оценивается в 2 балла, максимальное количество баллов - 28):

1- Г;

2- Г;

3- Б;

4 –А;

5 – А;

6 –В;

7 – В;

8 – А;

9 - В;

10 – Г;

12- Г;

13 – В;

14 – В, Г;

15 – А, Г.

Система оценивания:

87- 100% - оценка «Отлично»

75-86 % - оценка «Хорошо»

50 – 74 % - оценка «Удовлетворительно»