

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Департамент образования Вологодской области
управление образования администрации Кичменгско-Городецкого
муниципального округа Вологодской области
МАОУ "Кичменгско-Городецкая средняя школа"

УТВЕРЖДЕНО

приказом директора

МАОУ «Кичменгско-Городецкая средняя
школа»

от 25 сентября 2023 г. № 179

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

курса внеурочной деятельности
«Зарница»

10 класс

Составители:

с. Кичменгский Городок

2023год

Пояснительная записка

Программа внеурочной деятельности "Зарница" предназначена для работы с обучающимися 10 классов, проявляющими интерес к физической культуре и спорту, к военно-прикладным видам спорта, Создаются условия для социальной практики ребенка в его реальной жизни, накопления нравственного и практического опыта.

Программа составлена в соответствии с Федеральными нормативными документами:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ
- Стратегия национальной безопасности Российской Федерации, Указ Президента Российской Федерации от 2 июля 2021 г. № 400 «О Стратегии национальной безопасности Российской Федерации».
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021 № 287
- «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования» (Зарегистрирован Минюстом России 05.07.2021 № 64101).
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 18.07.2022 № 568 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования» (Зарегистрирован Минюстом России 17.08.2022 № 69675).
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 18.05.2023 № 370
- «Об утверждении федеральной образовательной программы основного общего образования» (Зарегистрирован Минюстом России 12.07.2023 № 74223).
- Письма Министерства просвещения Российской Федерации от 05.07.2022 № ТВ-1290/03 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Информационно-методическим письмом об организации внеурочной деятельности в рамках реализации обновленных федеральных государственных образовательных стандартов начального общего и основного общего образования»);
- Письма Департамента образования Вологодской области от 14.07.2023 №ИХ.20-6520/23 «О направлении методических рекомендаций по разработке планов внеурочной деятельности общеобразовательной организации в соответствии с обновленными ФГОС общего образования и ФООП».
- С Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 30 июня 2020 г. N 16 "Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил СП 3.1/2.4.3598-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)"
- 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»;
- С Указом Президента РФ от 21 июля 2020 года № 474 « О национальных целях развития РФ на период до 2030 года».
- с Государственной программой «Патриотическое воспитание граждан РФ на 2020-2025 годы»
- Положение о рабочей программе учебного предмета, курса, дисциплины (модуля) МАОУ «Кичменгско-Городецкая средняя школа»
- Уставом МАОУ «Кичменгско-Городецкая средняя школа».

Актуальность данной программы. Происходящие в нашей стране процессы общественно-политических и социально-экономических преобразований выдвинули ряд важных, качественно новых задач в области образования по созданию демократического государства, обеспечивающего конституционные свободы, права и обязанности его граждан. Решение этих задач требует глубокого осмысления педагогической общественностью всего происходящего в современной школе как институте становления личности, выработки активной жизненной позиции будущих граждан России и повсеместного вовлечения их в полноценную практическую деятельность в интересах общества и государства. Сейчас много говорят о возрождении России, а это возможно только при повышении уровня общественного сознания граждан. Распространение в обществе таких понятий, как «высокая духовность», «гражданская позиция», «патриотическое сознание».

Программа работы военно-патриотического отделения «Зарница» относится к социально-педагогической направленности. По функциональному предназначению - воспитательной, по форме организации - групповой, по времени реализации - долгосрочной.

Данная программа внеурочной деятельности предусматривает расширение и совершенствование функциональных возможностей организма, повышение спортивных результатов, изучение практических приемов основ безопасности жизнедеятельности, освоение начальной военной подготовки.

Цель программы: создание условий, способствующих патриотическому, физическому, интеллектуальному развитию личности гражданина России, его лидерских качеств.

Задачи:

Подготовка команды для участия в соревнованиях военно-спортивной направленности.

Образовательные:

-Использование приобретенных знаний и умений в практической деятельности в повседневной жизни;

-Подготовка подрастающего поколения к военной службе и воспитание уважения к Российской армии;

-Формирование профессионально значимых качеств и умений, верности конституционному и военному долгу.

Развивающие:

-Формирование потребности воспитанников в постоянном пополнении своих знаний в укреплении своего здоровья;

-Формирование потребности к самообразованию, самоопределению, самореализации и выработке адекватной самооценки;

-Развитие у воспитанников чувства уважения к российской армии и желание служить в ней, защищая свое Отечество.

Воспитательные:

- Воспитание морально-волевых качеств;
- Воспитание сознательной дисциплины и культуры поведения;
- Воспитание ответственности за порученное дело;
- Формирование стремления к взаимоуважению и взаимопониманию;

Особенности возрастной группы детей, которым адресована программа.

Программа предназначена для обучающихся 10 классов. Данным направлением занимаются юноши и девушки. Этот период отличается повышенной интеллектуальной активностью, желанием развивать, демонстрировать свои способности, стремление получать высокую оценку со стороны.

На каждом возрастном этапе социализации можно наблюдать определенные особенности развития личности. Дети подросткового возраста включаются в качественную новую систему отношений с товарищами и взрослыми в школе. Изменяется и фактическое место в семье, а также среди сверстников в повседневной жизни. У подростка значительно расширяется сфера деятельности, а главное – качественно изменяется характер этой деятельности, значительно усложняются ее виды и формы. Подростки участвуют во многих разнообразных видах деятельности: в учебно- образовательном процессе, в общественной культурно-массовой работе, в физкультурно- спортивной деятельности, в организаторской, в хозяйственном труде школы, во внешкольной предпринимательской деятельности, в творческой деятельности.

Особенности набора учащихся: наличие хороших физических данных, учащиеся, которые относятся к основной группе здоровья и желание самого подростка заниматься в военно-патриотическом отделении «Зарница».

Ожидаемые результаты

Выполнение программы приведёт к оздоровлению общества – совершенствованию и развитию системы, обеспечивающей целенаправленное формирование у молодежи высокой социальной активности, гражданственности и патриотизма, чувства гордости и верности своему Отечеству, готовности к выполнению гражданского долга и конституционных обязанностей.

Главными показателями эффективности работы с подрастающим поколением по данной программе является:

- повышение нравственности, духовности;
- рост личностных достижений, повышение познавательной активности;
- установление гуманных отношений партнерского сотрудничества;
- рост уровня воспитанности, соответствующий гармонично развитой личности;
- улучшение физического здоровья, пропаганда здорового образа жизни;
- повышение психологической самооценки обучающихся, воспитание

лидерских качеств;

формирование глубоких теоретических знаний военного дела, истории военного искусства.

выступление на соревнованиях разного уровня.

Учебно-тематический план

№	Наименование разделов и тем	Общее количество часов	в том числе	
			теоретических	практических
1.	Огневая подготовка	10	2	8
2.	Строевая подготовка	12	2	10
3	Основы первой медицинской помощи	6	3	3
4	Военно-исторические знания.	6	5	1
5	Туристская подготовка	6	2	4
6	Топография и ориентирование	6	2	4
7	Военная теория.	6	5	1
8	Прикладная физическая подготовка.	12	2	10
9	Радиационно-химическая и биологическая защита	4	1	3
	итого	68	24	44

Содержание программы

Раздел 1. Огневая подготовка

Теория: 1. Пулевая стрельба в России. История и задачи развития пулевой стрельбы в России. Успехи российских стрелков на международной арене. Победители и призеры чемпионатов Европы, мира и Олимпийских игр.

Практика: составление проекта «Победители и призеры чемпионатов Европы, мира и Олимпийских игр».

2. **Теория:** Теоретические основы стрельбы. Выстрел. Отдача винтовки. Элементы траектории полета пули. Стабилизация полета пули. Рассеивание пуль. Определение средней точки попадания. Влияние однообразия прикладывания винтовки к плечу. Углы возвышения и бросания. Диоптрический прицел.

Практика: Стрельба из пневматической винтовки в тире по мишенях №8

3. **Теория:** Устройство пневматической винтовки МР-532 калибра 4,5 мм. Общие сведения. Назначение и устройство основных частей. Работа частей и механизмов. Хранение оружия. Углубленное изучение устройства винтовки и работы ее частей и механизмов.

Практика: Стрельба из пневматической винтовки в тире по мишенях №8. Корректировка выстрела.

4. **Теория:** Меры безопасности при стрельбе и правила обращения с оружием. Права и обязанности стрелка. Правила выполнения стрельбы. Правила обращения с оружием. Правила проведения соревнований по стрельбе.

Практика: Стрельба из пневматической винтовки в тире по мишенях №8. Тест по правилам безопасности. Подсчет результатов по стрельбе.

5. **Теория:** Подготовка пневматической винтовки к стрельбе. Заряжание винтовки. Принятие положения для стрельбы сидя за столом или стоя около стойки с опорой локтями на стол или стойку. Прицеливание с открытым прицелом, наводка, нажатие на спусковой крючок, режим дыхания. Проверка боя винтовки. Регулировка прицела по вертикали и по горизонтали. Контроль прицела.

Практика: Стрельба из пневматической винтовки в тире по мишенях №8. Стрельба из винтовки из положения сидя за столом.

6. **Теория:** Функциональная подготовка стрелков. Всесторонняя подготовка стрелков, включающая общую и специальную физическую, теоретическую, техническую и психологическую подготовку.

Практика: Стрельба из пневматической винтовки в тире по мишенях №8. Стрельба из винтовки из положения сидя за столом, из положения стоя.

7. **Теория:** Назначения и боевые свойства автомата Калашникова. Неполная разборка и сборка автомата. Правила стрельбы из автомата.

Практика: Неполная разборка и сборка автомата.

Раздел 2. Строевая подготовка

1. **Теория:** Строевой Устав Вооруженных Сил Р.Ф.

2. **Теория:** Строй и его элементы. Понятия строй, шеренга, линия машин, колонна. Понятия элементов строя: фланг, фронт, тыльная сторона строя, интервал, дистанция, ширина строя, глубина строя.

Практика: Строй, построение в шеренгу, в колонна. интервал, дистанция, ширина строя, глубина строя. Перестроение из одной шеренги в две и обратно. Перестроение на месте и в движении.

3. **Теория:** Строевые приёмы и движение без оружия.

Практика: Строевые приёмы в движении без оружия. Перестроение в колонну, повороты в движении, поворот «кругом» в движении

4. **Теория:** Строи отделения и взвода. Развернутый строй, двухшереножный строй, походный строй. Понятия ряда, направляющего, замыкающего. Обязанности военнослужащего перед построением в строю.

Практика: Строи отделения и взвода. Развернутый строй, двухшереножный строй, походный строй.

Строевая стойка и выполнение команд. Правила принятия строевой стойки. Команды: «Смирно!», «Становись!», «Вольно!», «Заправиться!»

Повороты на месте. Приемы поворотов. Команды «Напра-во!», «Нале-во!», «Кру-гом!»

Движение. Строевой шаг, походный шаг, движение бегом. Повороты в движении. Воинское приветствие. Понятие воинского приветствия. Обязанности военнослужащего при выполнении воинского приветствия. Выполнение воинского приветствия на месте: без головного убора, при надетом головном уборе. Выполнение воинского приветствия в движении: без головного убора, при надетом головном уборе, при обгоне начальника. Выход из строя и возвращение в строй. Команды, выполняемые при выходе из строя и возвращении в строй.

4. **Теория:** Правила выхода и возвращения в строй. Правила подхода и отхода от начальника.

Практика: выход и возвращение в строй, подход и отход от начальника.

Раздел 3. Основы первой медицинской помощи.

1. **Теория:** Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи.

Практика: Осмотр пострадавшего.

2. **Теория:** Обращение с пострадавшим. Правила снятия одежды с пострадавшего.

Практика Особенности снятия одежды при повреждении конечностей, кровотечениях, ожогах.

3. **Теория:** Средства первой помощи. Стандартные средства медицинской помощи: аптечки, перевязочный материал, шкафчики, санитарные сумки. Импровизированные средства медицинской помощи: платки, простыни, палки, доски, зонты и т.д.

Практика: Кровотечение. Понятие кровотечений. Виды кровотечений.

4. **Теория:** Остановка внешнего кровотечения. Остановка капиллярного, венозного и артериального кровотечений. Использование средств медицинской помощи при остановке кровотечений. Правила остановки кровотечений из уха, из легких, из пищеварительного тракта, из носа и после удаления зуба

Практика: применение остановки иных наружных кровотечений.. Правила использования средств медицинской помощи. Правила обращения с пострадавшим при наружных кровотечениях.

5. **Теория:** Правила остановки кровотечений из уха, из легких, из пищеварительного тракта, из носа и после удаления зуба. Внутреннее кровотечение. Кровотечение в брюшную полость. Кровотечение в плевральную область. Причины возникновения внутренних кровотечений. Признаки внутренних кровотечений. Правила обращения с пострадавшим при внутренних кровотечениях.

Практика: Наложение повязки при кровотечениях.

6 **Теория:**. Первая медицинская помощь при ушибах, растяжениях, разрывах связок и мышц, вывихах и переломах.

Практика: Наложение повязки.

7. **Теория:** Первая медицинская помощь при черепно-мозговой травме.

Практика: Наложение повязки.

8. **Теория:** Первая медицинская помощь при остановке сердца.

Практика: искусственное дыхание

11. **Теория:** Тепловые и солнечные удары. Термические ожоги.

Практика: оказать мед. Помощь при тепловом и солнечном ударе.

Раздел 4. Военно-исторические знания.

1. **Теория:** История родного края.

2. **Теория:** Участники ВОВ из числа жителей села Кичменгский Городок. Районные Военно-исторические сборы на родине героев Советского Союза.

3. **Теория:** История подвига Героя России-Сергея Приминина.

Практика: выполнить проект «Участники ВОВ из числа жителей села Кичменгский Городок»

4. **Теория:** Дни воинской славы. История возникновения дней воинской славы. Федеральный Закон «О днях воинской славы».

Практика: выполнить тест «Дни воинской славы»

5. **Теория:** Правила приема в военно-учебные заведения. Военные образовательные учреждения Министерства обороны Российской Федерации. Кандидаты для зачисления в военно-учебные заведения. Профотбор в военно-учебные заведения. Нормативы физической подготовки. Общеобразовательная подготовка при поступлении.

6. **Теория:** Великие полководцы, военачальники.

Практика: определить полководцев по фотографиям

7. **Теория:** Герои России. Герои Советского Союза. Герои Социалистического труда.

8. **Теория:** Города - герои.

Раздел 5 . Туристская подготовка

1. **Теория:** Узлы, виды узлов, их применение. Личное и групповое туристское снаряжение. Подбор, подгонка, ремонт. Туристский быт: правила безопасного поведения в лесу и у воды.

Практика: вязка узлов, укладка рюкзака

2. **Теория:** Техника преодоления естественных препятствий в условиях турпохода и на соревнованиях.

Практика: преодоление препятствий по веревкам

3. **Теория:** Техника преодоления искусственных препятствий без специального снаряжения в зале и на местности. Укладка рюкзака, установка и снятие палатки, разжигание костра и организация питания в походе.

Практика: установка палатки, разжигание костра.

4. **Теория:** Ориентирование по местным признакам. Организация бивака в условиях похода выходного дня.

Практика: ориентирование на местности, определение азимута.

Навесная переправа. Преодоление спусков и подъёмов спортивным способом.

Преодоление веревочных препятствий.

Раздел 6. Топография и ориентирование

1. **Теория:** Условные знаки топографических карт.

Практика: определить условные знаки.

2. **Теория:** Условные знаки военной топографии. Масштаб карт и определение расстояний.

Практика: определить условные знаки.

3. **Теория:** Символьные легенды – дополнительная информация о местоположении контрольных пунктов.

4. **Практика:** Компас. Работа с компасом и картой. Определение расстояний на местности и по карте. 5. Азимутальный ход. Определение точки стояния, выхода на КП,

выбор пути. Степень и надежность ориентирования. Ориентирование на маршрутной трассе.

6. **Теория:** Сбор и анализ предстартовой информации. Выработка тактической установки на длинный старт.

Раздел 7. Военная теория.

1. **Теория:** Петличные знаки, рода войск.

Практика: определить Петличные знаки, рода войск

2. **Практика:** Воинские звания военнослужащих Вооруженных Сил Российской Федерации.

3. **Практика:** Сигналы управления строем.

4. **Теория:** Конструкторы и боевая техника.

5. **Теория:** Ордена- почётные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе.

Раздел 8. Прикладная физическая подготовка.

1. **Практика:** Передвижение по пересеченной местности в пешем порядке и на лыжах (кроссовый бег, марш-броски)

2. **Практика:** Преодоление военизированной полосы препятствий.

3. **Практика:** Силовая подготовка

4. **Теория:** Основы рукопашного боя

Практика: Основы рукопашного боя

5. **Практика:** Приемы с оружием.

Раздел 9. Радиационно-химическая и биологическая защита

1. **Теория:** Средства индивидуальной защиты населения. Назначение и общее устройство общевойскового противогаза. Боевые свойства противогаза. Пользование поврежденным противогазом.

Практика: Надевание противогаза

2. **Теория:** Средства индивидуальной защиты кожи. Общевойсковой защитный комплект. Правила пользования.

Практика: Надевание ОЗК

3. **Теория:** Медицинские средства защиты. Аптечка индивидуальная. Индивидуальные противохимические пакеты.

Практика: Изготовление и надевание ватно- марлевой повязки.

4. **Теория:** Отравляющие вещества. Предназначение и боевые свойства ОВ. Классификация ОВ. Средства применения ОВ. Поражающие действия ОВ. Признаки применения ОВ. Способы защиты от ОВ.

Практика: Надевание ОЗК

Методическое обеспечение программы

При реализации программы используются различные методы и приемы обучения. Учебное занятие может проводиться как с использованием одного метода обучения, так и с помощью комбинирования нескольких методов и приемов. Целесообразность и выбор применения того или иного метода зависит от образовательных задач, которые ставит педагог. Выбор методов обучения определяется также с учетом возможностей детей: возрастных и психофизических особенностей, возможностей материально-технической базы обучения.

Основные способы и формы работы с детьми: индивидуальные и групповые, теоретические и практические. Основные методы организации учебно-воспитательного процесса: словесные, наглядные, практические, объяснительно – иллюстративные.

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА

Методы обучения используемые на занятиях:

- словесные методы обучения: объяснение, беседы, диалог;
- работа с книгами (уставами) и журналами военной тематики; метод практической работы: упражнения, тренировки; методы наблюдения: фото, видеосъемка.

Наглядные методы обучения: наглядные материалы (рисунки., плакаты, фотографии, таблицы, схемы, чертежи), видеоматериалы, слайды, фотографии.

Технологии, используемые при реализации программы:

Здоровьесберегающие технологии - это система работы образовательного процесса по сохранению и развитию здоровья всех участников - взрослых и детей. Огромное значение в работе детских объединений имеет обучение здоровому образу жизни, активной жизни, активной жизненной позиции, приема саморегуляции и закаливания, психорегулирующей тренировке и двигательным навыкам на основе учета индивидуальных законов развития.

Технологии личностно-ориентированного обучения.

В центре внимания - личность подростка, который должен реализовать свои возможности. Содержание, методы и приемы личностно-ориентированных технологий обучения направлены, прежде всего, на то, чтобы раскрыть и использовать субъективный опыт каждого воспитанника, помочь становлению личности путем организации познавательной деятельности.

Технология развивающего обучения является дополнением личностно-ориентированного обучения. Его цель - создание условий для развития психологических особенностей: способностей, интересов, личностных качеств и отношений между людьми; при котором учитываются и используются закономерности развития, уровень и особенности индивидуума.

Технология сотрудничества - это технология совместной развивающей деятельности взрослых и детей, скрепленной взаимопониманием, проникновением в духовный мир друг друга, совместным анализом хода и результата этой деятельности.

Игровые технологии. В основу положена игра как вид деятельности. Эта технология используется для обеспечения наибольшей активности обучающихся и достижения высокого уровня освоения содержания программы.

Диагностика и контрольно-оценочная деятельность

Психолого-педагогическая диагностика воспитанников отделения направлена на исследование уровня развития познавательной сферы, сферы интересов и социально - психологическую адаптацию в коллективе. Она осуществляется в периоды с сентября по октябрь (первичная психодиагностика) и с апреля по май (вторичная психодиагностика).

Основу психолого-педагогической диагностики в отделении составляют беседы с ребятами и дидактические тесты - это набор стандартизированных заданий по тематическому материалу, устанавливающий степень усвоения его обучающимися. Преимущество собеседований и тестов как формы контроля - в независимости проверки и оценки знаний от преподавателя. Однако, необходимо, чтобы текст теста отвечал следующим требованиям: надежность, валидность (это понятие близко к понятию достоверности), объективность.

В целом существует следующая система показателей обученности подростков: владение понятиями, фактами, научной или теоретической проблематикой, закономерностями и правилами, методами и процедурами, сформированность умений, навыков.

Современная дидактика определяет следующие виды контроля, которые применяются педагогами секции на занятиях, экскурсиях, сборах и на других формах обучения и свободного общения с подростками, - вводный, текущий, итоговый.

Вводный (предварительный) контроль - для определения начальной подготовленности учащегося, который проводится на первых занятиях. Данный контроль может проводиться в форме анкетирования детей, контрольных тестов по физической подготовке.

Текущий контроль проводится для определения уровня усвоения содержания программы после изучения каждого раздела курса. Формы контроля: наблюдение, индивидуальные задания, участие в соревнованиях.

Итоговый контроль диагностирование уровня качества образованности и развития, обучающихся в соответствии с поставленной целью, т.е. анализ знаний, умений и навыков на итоговом занятии. Итоговое занятие проводится после окончания каждого года обучения в форме обычного занятия, зачета, участие в соревнованиях различного уровня.

На протяжении всего учебного года в отделении проводятся контрольные тренировки и занятия. Они являются частью учебного процесса и служат для определения степени физического развития и уровня усвоения специальных навыков и знаний.

- *Воспитательная работа*

Только сформировав личность гражданина и патриота России с присущими ему ценностями, взглядами, интересами, мотивами деятельности и поведения, можно рассчитывать на успешное решение более конкретных задач по подготовке к реализации защиты Отечества, службе в органах МВД и работе на благо страны и города. Методы воспитания подростка объединяют в себе возможности многих направлений. Здесь есть и походы, и спорт, так же одним из преимуществ, которым обладает воспитательная система данной программы, является военная дисциплина. Конечно, эта дисциплина не военная, как принято её понимать в армии - не настолько жесткая, так как ориентирована не на солдат, а на детей. Но из военной дисциплины взята основа - устав, который адаптирован в качестве методики под работу с детьми. Встает вопрос: почему подростки, свободолюбивые существа, стремящиеся проявить индивидуальность во всем, при соприкосновении с этой дисциплиной, не только готовы подчиняться ей в процессе занятий, но и начинают привносить её в личную жизнь? Дело в том, что в подростковом возрасте одной из насущных проблем является самоорганизация. Подростковый период сложен тем, что путь взросления - развитие от ребенка до взрослого - происходит в короткий период, за который подросток должен сформировать новые качества, по крайней мере этого от него требует социальное окружение. Подросток морально находится в «подвешенном» состоянии: он уже не ребенок, но еще не взрослый, и общество к нему относится так, как удобно в зависимости от ситуации. Подросток борется за равноправные отношения со взрослыми, а одним из критериев взрослости, является способность организовать самого себя и свою деятельность. Когда подросток сам себя организует,

он становится более самостоятельным и менее зависимым от родительской опеки. Это является одной из причин потребности подростка в самодисциплине. Но парадокс в том подросток не может взять за пример дисциплину в собственной семье (либо по причине её отсутствия, либо из-за духа противоречия подростка отличающего этот период), и вынужден учиться этому вне семьи. Принципы, определяющие стратегию, содержание, пути и способы воспитания:

- целостность педагогического процесса - единство, взаимосвязь, интеграция урочной и внеурочной форм работы;
- системность и преемственность - взаимозависимость содержания и форм воспитания обучающихся начального, среднего и старшего звена;
- взаимодействие всех участников воспитательного процесса: определение общих целей педагога, обучающихся, родителей; организация сотрудничества и сотворчества на основе взаимопонимания и взаимопомощи.

Контрольные нормативы по выполнению нормативов:

Упражнения	16 ЛЕТ		17 ЛЕТ	
	м	д	м	д
Наименование упражнения				
Разборка и сборка АК-74 (мин)	25	28	23	26
Снаряжение магазина (сек)	40	50	35	45
Стрельба из пневматической винтовки 10 выстрелов	40	35	60	55
Подтягивание на перекладине (раз)	12	-	14	-
Сгибание и разгибание рук в упоре на гимн. Скамейке (раз)	-	35	-	38
Кросс 2 км (мин)	8.00	11.30	7.30	10.00

2. Используемая литература:

1. Бардин К.В. Азбука туризма. М. Просвещение. 2015г.
2. Зиновьев А.С. Учебное пособие по изучению и практическому применению общевоинских уставов Вооруженных Сил Российской Федерации. — Ростов н/д: Феникс, 2018.
3. Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации 2009. — М.: Эксмо, 2009;
4. Скопинцев Г.В. Стрелковый спорт. Программа для спортивных секции коллективов физической культуры и спортивных клубов. Москва "Физкультура и спорт" 2014 г.
5. Строевой устав Вооруженных Сил Российской Федерации,- Минобороны РФ , 2003.
6. Титов С.В., Мабаева Г.И. Тематические игры на ОБЖ, - М, 2018.

Интернет – ресурсы:

1. <http://www.allbest.ru/> Подготовка граждан к прохождению военной службы.
2. <http://31f.ru/metoda/page,14,750-boevaya-podgotovka.html>. Методика строевой подготовки и уставов.
3. <http://xreferat.ru/17/605-1-stroevaya-podgotovka.html>. План – конспект для проведения занятий по строевой подготовке.