

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ МУНИЦИПАЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДСКОГО ОКРУГА «ВОРКУТА»
МУНИЦИПАЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ДВОРЕЦ ТВОРЧЕСТВА ДЕТЕЙ И МОЛОДЕЖИ» г. ВОРКУТЫ

РЕКОМЕНДОВАНО

Методическим советом
МУДО «ДТДиМ» г. Воркуты
«02» октября 2023
Протокол № 3

УТВЕРЖДЕНО

Приказом Директора
МУДО «ДТДиМ» г. Воркуты
от 03.10.2023 № 868
Е.Н. Прокопчик



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
учебно-методического центра военно-патриотического воспитания
молодежи г. Воркуты «Авангард»
Направленность: военно-патриотическое воспитание

Адресат программы: 12-17 лет

Период реализации: каникулярная
смена

**ФИО, должность разработчика
программы:**

Панина С.А., старший методист,

Богданова Т.Л., методист

Мустецану Ф.Г., руководитель УМЦ
«Авангард»

г. Воркута
2023

1. Пояснительная записка

Военно-патриотическое воспитание молодежи и подготовка граждан Российской Федерации к военной службе является одной из ключевых задач органов государственной власти, органов военного управления и структур гражданского общества.

Направленность дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы учебно-методического центра военно-патриотического воспитания молодежи г. Воркуты «Авангард» (далее - Программа) - военно-патриотическое воспитание. Программа реализуется в период каникулярных смен на базе «ДТДиМ» г. Воркуты, ОО, в/ч 97692.

Новизна данной Программы заключается в том, что она реализуется учебно-методическим центром военно-патриотического воспитания молодежи г. Воркуты «Авангард», содержание которой охватывает членов военно-патриотических клубов и отрядов ЮнАрмии в том числе кадетских классов ОО г. Воркуты, и предполагает их обучение начальной военной подготовке, формирование идеалов патриотического сознания: служение Родине, верность своему Отечеству и готовность к выполнению гражданского долга.

Актуальность программы обусловлена современными приоритетами государственной политики Российской Федерации, одним из которых является обеспечение национальной безопасности страны, повышение престижа военной службы, формирование у молодежи гражданской идентичности, их уважения к подвигам Героев Отечества, что отражено в Указе Президента Российской Федерации от 21 июля 2020 г. N 474 "О внесении изменений в Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" по вопросам воспитания учащихся.

Педагогическая целесообразность. Программа органично аккумулировала передовые формы и методы патриотического воспитания и современные требования к духовно-нравственному облику молодежи.

**Программа составлена в соответствии с требованиями
следующих Федеральных законов и иных нормативно-правовых актов:**

- Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный закон от 31 июля 2020 г. № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания учащихся;
- Федеральный закон Российской Федерации от 24 июля 1998 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации»;
- Федеральный закон от 28.03.1998 N 53-ФЗ (ред. от 02.10.2024) "О воинской обязанности и военной службе";
- Указ Президента Российской Федерации от 9 июля 2021 г. № 400 «О Стратегии национальной безопасности Российской Федерации»;
- Указ Президента России от 08 мая 2024 г. №314 "Об утверждении Основ государственной политики Российской Федерации в области исторического просвещения";
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р (в редакции от 15 мая 2023 г.);
- Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. N 629 “Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам”;
- «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи». Утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. №28;
- Приказ Министерства обороны Российской Федерации и Министерства образования и науки Российской Федерации от 24 февраля 2010 г. № 96/134 «Об утверждении Инструкции об организации обучения граждан Российской Федерации начальным знаниям в области обороны и их

подготовки по основам военной службы в образовательных учреждениях среднего (полного) общего образования, образовательных учреждениях начального профессионального и среднего профессионального образования и учебных пунктах»;

- Приказ Министра обороны Российской Федерации от 15 октября 2014 г. № 745 «Об утверждении порядка взаимодействия органов военного управления, соединений, воинских частей и организаций Вооруженных сил Российской Федерации при организации и проведении мероприятий по военно-патриотическому воспитанию граждан Российской Федерации»;

- Приказ Министерства труда от 22.09.2021 N 652н "Об утверждении профессионального стандарта "Педагог дополнительного образования детей и взрослых" (Зарегистрировано в Минюсте России 17.12.2021 N 66403).

Цель и задачи Программы

Цель программы – формирование у воспитанников устойчивой гражданской позиции, чувства верности Отечеству и ответственности за судьбу страны в рамках их подготовки к службе в Вооруженных силах Российской Федерации.

Задачи программы

Образовательные:

- формировать общественно-политическую грамотность воспитанников;
- познакомить с военной историей Отечества;
- формировать представления об участии ВС РФ в военных конфликтах;
- познакомить с историей героизма защитников Отечества;
- познакомить с основами военной службы;
- обучить навыкам военно-тактической медицины.

Развивающие:

- развивать физические качества: силу, быстроту, ловкость, выносливость;
- развивать военную смекалку;

- развивать информационную компетенцию: умение воспринимать новую информацию, оценивать степень ее достоверности, применять в своей деятельности;
- развивать коммуникативную компетенцию: умение общаться и взаимодействовать со сверстниками и с сотрудниками силовых, вооружённых структур;

Воспитательные задачи:

- формировать уважительное отношение к Отечеству, его военным историческим событиям;
- воспитывать морально-волевые качества: дисциплинированность, организованность, ответственность, смелость, решительность;
- формировать чувство долга и обязанности перед Родиной в ее защите.

Планируемые результаты

Предметные:

- проявляют общественно-политическую грамотность воспитанников;
- имеют представление о военной истории Отечества;
- имеют представления об участии ВС РФ в военных конфликтах;
- демонстрируют знания о истории героизма защитников Отечества;
- владеют знаниями основ военной службы;
- демонстрируют навыки военно-тактической медицины.

Метапредметные:

- демонстрируют физические качества: силу, быстроту, ловкость, выносливость;
- проявляют военную смекалку;
- способны воспринимать новую информацию, оценивать степень ее достоверности, применять в своей деятельности;
- способны общаться и взаимодействовать со сверстниками и с сотрудниками силовых, вооружённых структур;

Личностные:

- проявляют уважительное отношение к Отечеству, его военным историческим событиям;
- проявляют дисциплинированность, организованность, ответственность, смелость, решительность;
- проявляют чувство долга и обязанности перед Родиной в ее защите.

2. Адресат программы

Данная программа предназначена для детей и подростков 12 - 17 лет. В этом возрасте воспитанник ощущает свою принадлежность и причастность к определенной социальной группе. Он уже не просто подражает в поведении старшим, а анализирует и оценивает историю, традиции, существующую систему ценностей и мораль того общества, которое его воспитывает. Эта сложная работа вызывает у ребенка яркий эмоциональный отклик. В этот период ярко проявляются нравственные, интеллектуальные и патриотические чувства.

В этот период следует учитывать, что в подростковом возрасте возникают глубокие, действенные, устойчивые интересы, развивается самостоятельность, исполнительность и дисциплинированность. Также в этом возрасте происходят существенные сдвиги в мыслительной деятельности: увеличивается объем внимания, памяти, происходит развитие наблюдательности. Они отличаются неустойчивостью в психоэмоциональном состоянии, неуравновешенностью характера, поэтому предметом заботы педагога является воспитание волевых качеств личности. Индивидуальный подход предполагает учет особенностей возраста, типа нервной деятельности, темперамента, характера.

Отряды в смене комплектуются из воспитанников военно-патриотического клуба, отрядов ЮнАрмии и кадетских классов ОО г. Воркуты.

Сроки реализации Программы

Смена	Количество учебных дней	Количество учебных часов
1 смена	5	20

2 смена	10	40
3 смена	5	20

3. Организация режима дня

Время	Мероприятие	Место
8.30-9.00	Сбор воспитанников, построение, зарядка.	Спортивный зал ОО
9.00-9.30	Завтрак	Столовая ОО
9.30-13.30	Образовательная деятельность по программе военно-патриотической направленности	УМЦ «Авангард» МУДО «ДТДиМ» г. Воркуты; в/ч 97692, в/ч 34575 Местное отделение ДОСААФ России по г. Воркуте (стрелковый тир).
13.30-14.00	Обед	Столовая ОО
14.30-15.00	Подведение итогов дня, построение. Уход домой	ОО, МУДО «ДТДиМ» г. Воркуты

Форма организации занятия – фронтальная.

Формы проведения занятий:

- теоретические;
- учебно-тренировочные;
- военно-спортивная (тактическая) игра.

4. Учебный план (первая смена)

№ п/п	Тема занятия	Количество часов					Общее количество часов
		1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	
Учебная программа							
	Открытие смены						
1.	«Наука побеждать» (тактическая подготовка)			3			3
2.	«Меткий стрелок» (огневая подготовка)					2	2
3.	«Статен в строю – силен в бою» (строевая подготовка)		2				2
4.	«Остаться в живых» (военно-медицинская подготовка)				3		3
5.	«Закон воинской жизни» (общевойсковые уставы) в/ч 97692, в/ч 34575	1,5					1,5
6.	«Путь к победе» (физическая подготовка)	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	2,5

7.	«Безопасная среда» (радиационная, химическая, и биологическая защита) в/ч 97692, в/ч 34575	1,5					1,5
	Закрытие смены						
Итого		4	4	4	4	4	20

5. Тематическое содержание программы

№ темы	Тема	Краткое содержание
Тема 1	«Наука побеждать» (тактическая подготовка)	Теория: Основы тактической подготовки: высадка десанта, разведка место дислокации, оборона, разведка, штурм укреплений врага и т.д. Практика: Отработка стойки и смена позиций и стойки с АК: во время штурма и обороны. Использование макетов АК (либо лазертаг), практические действия в группах.
Тема 2	«Меткий стрелок» (огневая подготовка)	Теория: Правила пользования оружием (ТБ). Тактико-технические характеристики и основные детали АК-74. Практика: Стрельба в тире из мелкокалиберного оружия (лазерный тир). Сборка/разборка АК-74.
Тема 3	«Статен в строю – силен в бою» (строевая подготовка)	Практика: Отработка строевых элементов на плацу.
Тема 4	«Остаться в живых» (военно-медицинская подготовка)	Практика: Отработка навыков военно-тактической подготовки: наложение жгута (скрутки, турникета) для остановки кровотечения раненого; средства остановки кровотечения и обезболивания; наложение повязок; эвакуация раненого; оказание первой помощи самостоятельно самому себе и т.д.
Тема 5	«Закон воинской жизни» (общевойсковые уставы) в/ч 97692, в/ч 34575	Теория: Изучение общевойсковых уставов Вооруженных сил Российской Федерации (устав внутренней службы, устав караульной службы, устав внутреннего распорядка и т.п.)
Тема 6	«Путь к победе» (физическая подготовка)	Практика: Ежедневно проведение комплекса утренней гимнастики № 1,2 и 3 ВС России. (Приложение №2)
Тема 7	«Безопасная среда» (радиационная, химическая, и биологическая защита) в/ч 97692, в/ч	Теория: Средства индивидуальной защиты и пользование ими. Способы действий личного состава в условиях радиационного, химического и биологического заражения. Практика: Отработка навыков надевания противогаза и ОЗК. Экскурсии в Пожарно-спасательную часть № 31 ФГКУ "1 отряд ФПС по Республике Коми", в филиал Военизированный горноспасательный отряд Печорского бассейна»

	34575	ФГУП «ВГСЧ» (ВГСО Печорского бассейна). Посещение музея МУДО «ДТДиМ» г. Воркуты экспозиция «Герой спецоперации» в рамках Российского патриотического проекта.
--	-------	---

6. Контрольно-измерительные материалы

1. Тактическая подготовка «Наука побеждать».

Передвижение на поле боя:

Перебежками и проползанием.

Воспитанник преодолевает 40 м: перебежкой – 15 м, проползанием попластунски – 10 м и перебежкой – 15 м.

Критерии оценки:

40 секунд и менее- 5 баллов;

41-45 секунд- 4 балла;

55 секунд и более- 3 балла.

Время отсчитывается от команды на передвижение до достижения указанного рубежа и изготровки к стрельбе.

Механизм оценивания:

Оценка снижается на один балл.

Если голова и тело при проползании голова воспитанника касается сетки;

Если длина перебежки между остановками больше установленной;

Если во время остановки после перебежки не отполз в сторону и не изготовился для ведения огня;

Если для остановок при перебежке не использовались имеющиеся укрытия.

2. Огневая подготовка «Меткий стрелок».

Разряжение автомата при действиях в пешем порядке.

Воспитанник выполнил команду «К бою» (автомат заряжен, в магазине 5 учебных патронов). Инструктор подает команду «Разряжай. Отбой».

Воспитанник разряжает автомат, извлекает из магазина патроны, кладет

магазин в сумку и становится в исходное положение в 10 м от огневой позиции, имея автомат в положении «на ремень».

Критерии оценки:

Выполнение упражнения на время:

16 сек. и менее - 5 баллов;

17 – 19 сек. - 4 балла;

20 сек. и более - 3 балла.

2.1. Неполная разборка автомата.

Автомат на подстилке. Воспитанник находится у автомата.

Время отсчитывается от команды инструктора «*К неполной разборке оружия приступить*» до доклада воспитанника «*Готово*».

Критерии оценки:

15 секунд и менее- 5 баллов;

16-18 секунд- 4 балла;

19 секунд и более- 3 балла.

2.2. Сборка автомата после неполной разборки.

Автомат разобран. Части и механизмы аккуратно разложены на подстилке.

Воспитанник находится у автомата.

Время отсчитывается от команды инструктора «*К сборке оружия приступить*» до доклада воспитанника «*Готово*».

25 секунд и менее – 5 баллов;

26-30 секунд- 4 балла;

31 секунда и более- 3 балла.

3. Одиночная строевая подготовка «Статен в строю».

Критерии оценки:

«5 баллов» - если прием выполнен в соответствии с требованиями Строевого устава;

«4 балла» - если прием выполнен в соответствии с требованиями Строевого устава, но при выполнении приема допущена одна ошибка;

«3 балла» - если прием выполнен в соответствии с требованиями Строевого устава, но при выполнении приема допущено две ошибки.

Механизм оценивания:

Выход их строя. Нет ответа «Есть». При выходе из второй шеренги наложена не левая, а правая рука. Выход осуществлен не на указанное количество шагов. Производится походным шагом. Не выполнен поворот лицом к строю. Нарушена строевая стойка.

Подход к начальнику. Производится походным шагом. При выходе из строя не сделаны один-два шага от первой шеренги прямо и поворот в движении в сторону начальника. Подход осуществлен не кратчайшим путем. Неправильное содержание доклада. Неодновременно с приставлением ноги прикладывается рука к головному убору. Нарушено положение строевой стойки. Неправильно приложена рука к головному убору.

Строевая стойка. Носки ног развернуты не по линии фронта и не на ширину ступни. Каблуки не поставлены вместе. Кисти рук не посередине бедер, держаться ладонями назад. Грудь не приподнята, живот не подобран. Тело не подано вперед, голова опущена. Руки согнуты в локтях.

Повороты на месте. После поворота не сохраняется правильное положение корпуса или ног. Ноги сгибаются в коленях. Руки отходят от бедер. Нога приставляется не кратчайшим путем. Поворот произведен не на 90 или 180°.

Строевой шаг. Корпус отведен назад. Нет координации в движении рук и ног. Голова опущена вниз. Движение руками около тела производится не от плеча, а за счет сгибания в локтях. Подъем ноги от земли значительно ниже 15 см. Размер шага меньше (больше) 70-80 см. Нога заносится за ногу. Движение рук вперед производится значительно ниже (выше) установленной высоты, а при движении назад – не до отказа в плечевом суставе.

Прекращение движения шагом. После остановки не принята строевая стойка. После подачи команды «Стой» не сделан еще один шаг или сделано два шага вперед.

Повороты в движении. Поворот выполнен несвоевременно. Поворот направо (налево) производится не на носке левой (правой) ноги. Поворот кругом произведен не на носках обеих ног. Движение руками при повороте производится не в такт шага.

Выполнение воинского приветствия. Воинское приветствие выполнено менее чем за пять-шесть шагов. Рука к головному убору приложена неправильно: пальцы правой руки не вместе, ладонь согнута, средний палец не касается нижнего края головного убора (у козырька). Изменено положение руки при повороте головы в сторону начальника. Рука прикладывается к головному убору не кратчайшим путем, а через сторону. Курсант не повернул головы в сторону начальника и не смотрит ему в лицо.

Постановка в строй. Производится походным шагом. Курсант, стоящий лицом к строю, услышав свое воинское звание и фамилию, не повернулся лицом к начальнику и не ответил «Я». По команде «Стать в строй» не приложил или неправильно приложил руку к головному убору. Нет ответа «Есть» после полученного приказания. Нарушается положение строевой стойки.

4. Военно-медицинская подготовка «Остаться в живых».

4.1. Наложение первичной повязки.

“Раненый” и проверяемый принимают исходное положение «лежа». Время, затраченное на обнажение раны, не учитывается (допускается бинтование поверх обмундирования). Перевязочный материал находится в руках воспитанника или рядом с ним.

Критерии оценки:

а) Повязка на глаз: 5 баллов – 1 мин 25 секунд и менее, 4 балла – от 1 мин 26 секунд до 1 мин 35 с, 3 балла – 1 мин 55 секунд и более;

- б) Повязка на ухо: 5 баллов – 1 мин 10 секунд и менее, 4 балла – от 1 минуты 11 секунд до 1 мин 15 секунд, 3 балла – 1 мин 30 секунд и более;
- в) Повязка на локоть (колени): 5 баллов – 1 мин 10 секунд, 4 балла – 1 мин 15 секунд, 3 балла – 1 мин 30 секунд;
- г) Повязка на плечевой сустав: 5 баллов – 1 мин 15 секунд и менее, 4 балла – от 1 мин 16 секунд до 1 мин 20 секунд, 3 балла – 1 мин 35 секунд и более;
- д) Повязка на грудь (“восьмиобразная”): 5 баллов – 2 мин 10 секунд и менее, 4 балла – от 2 мин. 11 секунд до 2 мин 20 секунд, 3 балла – 2 мин 25 секунд и более;
- е) Повязка на голеностопный сустав: 5 баллов – 1 минута и менее, 4 балла – от 1 мин 05 секунд до 1 мин 10 секунд, 3 балла – 1 мин 15 секунд и более.
- Время отсчитывается от момента развертывания перевязочного материала до закрепления повязки (булавкой или концами надорванной ленты бинта).

Ошибки, снижающие оценку на один балл:

- повязка наложена слабо (сползает) либо при ее наложении образуются “карманы”, складки;
- повязка не закреплена или закреплена над раной.

4.2. Наложение резинового кровоостанавливающего жгута, турникета (закрутки) на бедро (плечо).

Выполнение задания предполагается из положения лежа. Проверяемый принимает исходное положение «лежа» около “раненого” и держит жгут, турникет (закрутку) в руках.

Критерии оценки:

- а) наложение жгута, турникета: 5 баллов – 18 секунд и менее, 4 балла – от 19 секунд до 24 секунд, 3 балла – 25 секунд и более;
- б) наложение закрутки: 5 баллов – 30 секунд и менее, 4 балла – от 31 секунды до 35 секунд, 3 балла – 36 секунд и более.

Время отсчитывается от команды “*К выполнению норматива преступить*” до закрепления жгута, турникета или закрутки. После этого обозначается время его наложения.

Ошибки, снижающие оценку на один балл:

- чрезмерное перетягивание конечности жгутом, турникетом или закруткой;
- наложение жгута, турникета или закрутки на оголенное тело без подкладки, ущемление жгутом, турникетом или закруткой кожи;
- не обозначено время наложения жгута, турникета или закрутки.

При неправильном наложении жгута, турникета или закрутки, что может вызвать повторное кровотечение, угрожающее жизни раненного (расслабление или соскальзывание жгута, турникета или закрутки).

4.3. Использование шприц-тюбика из аптечки индивидуальной (АИ).

Задание выполняется из положения «лежа». Воспитанник применяет шприц-тюбик из аптечки индивидуальной. Аптечка находится во внутреннем кармане куртки (кителя, разгрузки). Выполнение задания заканчивается проколом иглой обмундирования (без введения иглы в мышцы).

Критерии оценки:

- 5 баллов – 12 секунд и менее,
- 4 балла – от 13 секунд до 14 секунд,
- 3 балла – 15 секунд и более.

Ошибки, снижающие оценку на один балл:

- после прокалывания внутренней оболочки шприц-тюбика допущено вытекание части препарата через иглу из-за преждевременного или неосторожного нажатия на тюбик;
- после введения иглы шприц-тюбика в мышцу допущено разжатые пальцы рук;
- использованный шприц-тюбик не вложен в аптечку (приколот к обмундированию).

5. Физическая подготовка «Путь к Победе».

5.1. Упражнение. Подтягивание на перекладине.

5 баллов - 12 раз и более;

4 балла – от 8 раз до 10 раз;

3 балла - 7 раз и менее.

5.2. Упражнение. Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях.

5 баллов – 15 раз и более;

4 балла - от 8 до 14 раз;

3 балла - 7 раз и менее.

Диагностическая карта итоговой диагностики воспитанников

№ п/п	Ф.И.О.	Срезы знаний					Общее кол-во баллов	Уровень
		Тактическая подготовка	Огневая подготовка	Стрелковая подготовка	Физическая подготовка	Военно-медицинская подготовка		
1.								
...								

Общее количество баллов

80 - 75 баллов - оптимальный уровень;

74 – 60 баллов – допустимый уровень;

59 баллов и менее – критический уровень

7. Условия реализации программы

7.1. Материально-техническое обеспечение Программы

№ п/п	Наименование специально оборудованных учебных кабинетов и помещений	Оборудование и оснащение учебных кабинетов
1.	Учебные кабинеты ОО и МУДО «ДТДиМ» г. Воркуты	Стол, стулья, компьютерное, мультимедийное и интерактивное оборудование (компьютеры, интерактивные панели, проекторы с экранами), наглядные пособия (стенды, плакаты, схемы), макеты автомата Калашникова, макеты гранат Ф-1, макеты гранат РГД-5, учебные патроны, стол для разборки оружия, плакаты для обучения по огневой подготовке, противогазы, тренажер – манекен пострадавшего.
2.	Спортивный зал ОО	Многофункциональная полоса препятствий, тренажеры, мяч футбольный, сетка волейбольная и футбольная, гантели, гиря, штанга, эспандеры кистевые, эспандеры для предплечья, лыжи в комплекте (лыжные палки, крепления, обувь).
3.	Колонный зал	Мультимедийное и музыкальное оборудование.
4.	Актный зал ОО	Мультимедийное и музыкальное оборудование.
5.	Тир ДОСААФ	Лазерный тир 1 комплект, лазертаг.
6.	В/ч 97692, в/ч 34575 Учебные классы Музей	Костюм ОЗК, РХБЗ, мультимедийное оборудование, музейные экспонаты, столы, стулья, мультимедийное оборудование.
7.	Школьная столовая	Столовое оборудование

7.2. Кадровое обеспечение

В соответствии со штатным расписанием в реализации программы участвуют:

Руководитель УМЦ «Авангард»;

Куратор отряда;

Члены администрация ОО, МУДО «ДТДиМ» г. Воркуты;

Назначенные лица из числа военнослужащих в/ч 97692 и 34575;

Администрация и инструкторы местного отдела ДОСААФ г. Воркуты

7.3. Методическое обеспечение Программы

Реализация программы основана на применении современных образовательных технологий: личностно-ориентированных, проблемных, активных, интерактивных, информационных, информационно-коммуникативных, критического мышления и других.

Данные технологии ориентированы, прежде всего, на саморазвитие и самореализацию личности и включают в себя применение следующих методов и приемов:

- словесные (устное изложение, беседа, объяснение);
- наглядные (показ видеоматериалов, иллюстраций; показ педагогом приемов выполнения; наблюдения; показ по образцу и т.д.);
- практические (учебно-тренировочные занятия; тестирование, экскурсия и т.д.).

Список литературы

1. Общевоинские уставы Вооруженных сил Российской Федерации с изменениями на 1 октября 2022 года. М.: «Эскмо», 2022-480 с.
2. Микрюков В.Ю. Основы военной подготовки: Учебник, М. КНОРУС, 2023 – 202 с.
3. Мазурин Е.Л., Айзман Р.И. Гражданская оборона, Учебное пособие, М. КНОРУС, 2022 – 398 с.
4. Айзман Р.И., Омельченко И.В., Сысоев Д.А.: Основы оказания медицинской помощи, Учебное пособие, М. КНОРУС, 2023 – 288 с.
5. Шульдешов Л.С., Родионов В.А., Угрянский В.В.: Огневая подготовка, Учебное пособие, М. КНОРУС, 2022 – 215 с.
6. Манышев В.В.: Тактическая подготовка, Учебное пособие, М. КНОРУС, 2022 – 399 с.
7. Шульдешов Л.С., Софронов В.А., Федоров Б.В.: Учебник, М. КНОРУС, 2022 – 160 с.
8. Литвиненко В.И., Герасимов А.А.: Защита войск от оружия массового поражения, Учебное пособие, М. КНОРУС, 2022 – 277 с.
9. Моисеев А.В.: Строевая подготовка, Учебник, М. КНОРУС, 2022 – 169 с.
10. Макаров А.П., Мойсеенко Н.П., Литвиненко В.И.: Тактика: батальон, рота, взвод, отделение, Учебное пособие, М. КНОРУС, 2022 – 678 с.
11. Микрюков В.Ю., Шамаев В.Г.: Основы военной службы, Учебник, М. КНОРУС, 2022 – 505 с.
12. Кузнецов В.С., Антонова О.Н. Организация физкультурно-оздоровительной работы, Учебник, М. КНОРУС, 2022 – 257 с.

Анкета для воспитанников об удовлетворенности условиями, содержанием, организацией и качеством образовательного процесса

1. Оправдались ли Ваши ожидания, связанные с деятельностью данных сборов?

- да, гораздо, лучше, чем ожидала
- да, скорее да, лучше, чем ожидала
- «да, так как ожидала
- «скорее нет, ожидал лучшего»

2. Соответствуют ли результаты обучения сборов Вашим ожиданиям?

- да, гораздо, лучше, чем ожидала
- да, скорее да, лучше, чем ожидала
- «да, так как ожидала
- «скорее нет, ожидал лучшего»

3. Оцените, пожалуйста, по шкале от 1 - 10, насколько Вы удовлетворены тем, что проходите Военно-патриотические сборы на данном направлении подготовки (из расчёта, что 1 балл соответствует абсолютной неудовлетворенности, а 10 баллов – абсолютной удовлетворенности по данному показателю)

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

4. Соответствует ли структура программы Вашим ожиданиям? (присутствуют все дисциплины, изучение которых, по Вашему мнению, необходимо для ведения начальной военной деятельности; нет дублирования дисциплин; нет нарушения логики преподавания дисциплин и т.п.)?

- полностью соответствует
- скорее да
- затрудняюсь ответить

5. Как Вы считаете, достаточно ли для успешного укрепления сознания в военно-патриотическом воспитании тех знаний и навыков, которые

Вы приобретаете во время сборов? (%)

- да, достаточно
- затрудняюсь ответить

6. Как вы считаете, позволяет ли практика получить навыки, необходимые для будущего саморазвития в соответствии с профилем программы сборов?

- да, достаточно
- скорее достаточно
- скорее недостаточно
- затрудняюсь ответить

7. Оцените возможность учиться людям с ограниченными возможностями и инвалидам сточки зрения удобства пользования образовательным контентом

- отлично
- хорошо
- затрудняюсь ответить

8. Создана ли на базах УМЦ «Авангард» посещаемые вами, атмосфера благоприятная для обучения?

- да
- скорее да
- скорее нет
- затрудняюсь ответить

9. «Советовал ли Вам кто-нибудь записаться на «Военно-патриотические сборы», и если да, то кто?»

по совету родителей, друзей и знакомых, учителей и др.

«Путь к победе» комплекс вольных упражнений (зарядки) ВС РФ:

Упражнение 1. Комплекс вольных упражнений № 1 (рис. 1).

Выполняется на 16 счетов.

Исходное положение – строевая стойка.

«Раз-два» - поднимаясь на носки, пальцы сжать в кулак,

медленно поднять руки вперед, затем вверх, ладони внутрь, смотреть вверх, потянуться.

«Три» - опускаясь на обе ступни, с силой согнуть руки, локти прижать к туловищу, кулаки к плечам, лопатки соединить, смотреть прямо.

«Четыре» - разогнуть руки вверх, пальцы сжаты в кулак, ладони внутрь, прогнуться, смотреть вверх.

«Пять» - соединяя носки ног, присесть до отказа на обе ступни, колени вместе, ладони на бедрах, локти в стороны.

«Шесть» - встать (носки ног не разводить), поднимая руки вперед, развести их в стороны и назад до отказа (с рывком в конце движения), ладони вперед пальцы сжаты в кулак, прогнуться.

«Семь» - присесть до отказа на обе ступни, ладони на бедрах, локти в стороны.

«Восемь» - прыжком встать, ноги врозь на широкий шаг, руки, на пояс.

«Девять» - разгибая левую руку и одновременно с поворотом туловища налево отвести руку в сторону и назад до отказа, ладонь вперед пальцы сжаты в кулак, смотреть на кисть левой руки (ноги не сдвигать).

«Десять» - повернуть туловище прямо, руки на пояс.

«Одиннадцать» - разгибая правую руку и одновременно с поворотом туловища направо отвести руку в сторону и назад до отказа, ладонь вперед пальцы сжаты в кулак, смотреть на кисть правой руки (ноги не сдвигать).

«Двенадцать» - повернуть туловище прямо, руки на пояс.

«Тринадцать» - резко наклониться вперед до касания пола пальцами рук, ладони назад (ноги не сгибать).

«Четырнадцать» - выпрямиться, поднимая руки вперед, отвести их в стороны и назад до отказа (с рывком в конце движения), ладони вперед пальцы сжаты в кулак.

«Пятнадцать» - резко наклониться вперед до касания пола руками, пальцы сжаты в кулак, ладони назад (ноги не сгибать).

«Шестнадцать» - прыжком строевая стойка.

Упражнение 2 Комплекс вольных упражнений № 2 (рис. 2).

Выполняется на 16 счетов.

Исходное положение – строевая стойка.

«**Раз-два**» - с силой отвести руки назад до отказа, пальцы разжать, ладони вперед и поднимаясь на носки медленно поднять руки в стороны, затем вверх, ладони внутрь, потянуться, смотреть вверх.

«**Три**» - опускаясь на обе ступни, с силой согнуть руки, локти прижать к туловищу, кулаки к плечам, лопатки соединить, смотреть прямо.

«**Четыре**» - сделать широкий выпад влево с резким разгибанием рук в стороны, ладони вниз и поворотом головы налево.

«**Пять**» - толчком приставить левую ногу к правой, с силой согнуть руки, локти прижать к туловищу, кулаки к плечам, лопатки соединить, смотреть прямо.

«**Шесть**» - сделать широкий выпад вправо с резким разгибанием рук в стороны, ладони вниз и поворотом головы направо.

«**Семь**» - толчком приставить правую ногу к левой, с силой согнуть руки, локти прижать к туловищу, ладони к плечам, лопатки соединить, смотреть прямо.

«**Восемь**» - прыжком встать ноги врозь на широкий шаг, руки вверх, ладони с хлопком соединить над головой, туловище отклонить назад.

«**Девять**» - резко наклониться вперед до отказа, руки между ног, ладони вместе (ноги не сгибать).

«**Десять**» - не останавливаясь, выпрямиться, поднимая руки вперед повернуть туловище налево и резким движением развести руки в стороны и назад до отказа, ладони вперед пальцы сжаты в кулак (ноги с места не сдвигать).

«**Одиннадцать**» - не останавливаясь, повернуть туловище прямо, ладони рук соединить и резко наклониться вперед до отказа, руки между ног, ладони вместе (ноги не сгибать).

«**Двенадцать**» - не останавливаясь, выпрямиться, поднимая руки вперед повернуть туловище направо и резким движением развести руки в стороны и назад до отказа, ладони вперед пальцы сжаты в кулак (ноги с места не сдвигать).

«**Тринадцать**» - не останавливаясь, повернуть туловище прямо, ладони рук соединить и резко наклониться вперед до отказа, руки между ног, ладони вместе (ноги не сгибать).

«**Четырнадцать**» - выпрямляясь, прыжком свести ноги на ширину плеч (ступни ног параллельно) присесть до отказа, руки вперед, ладони вниз.

«**Пятнадцать**» - прыжком поставить ноги врозь на широкий шаг, руки вверх в стороны, ладони внутрь.

«Шестнадцать» - прыжком строевая стойка.

Упражнение 3. Комплекс вольных упражнений № 3 (рис. 3).

Выполняется на 16 счетов.

Исходное положение – строевая стойка.

«Раз-два» - поднимаясь на носки, пальцы разжать и медленно поднять руки вперед, затем вверх в стороны, ладони внутрь, смотреть вверх, потянуться.

«Три» - опуская руки вперед принять упор присев, колени и носки соединить, ладони параллельно.

«Четыре» - толчком, выпрямляя ноги назад, принять упор лежа. **«Пять»** - согнуть руки, поднять левую ногу до отказа, голову повернуть налево.

«Шесть» - разогнуть руки, принять упор лежа, голову повернуть прямо.

«Семь» - согнуть руки, поднять правую ногу до отказа, голову повернуть направо.

«Восемь» - разогнуть руки, принять упор лежа, голову повернуть прямо.

«Девять» - толчком ног принять упор присев, колени и носки соединить, ладони параллельно.

«Десять» - прыжком вверх выпрямиться и встать ноги врозь на широкий шаг, согнуть руки за голову, ладони прижать к затылку (правая сверху), локти в стороны и назад до отказа, смотреть прямо.

«Одиннадцать» - наклонить туловище влево (ноги не сгибать).

«Двенадцать» - не останавливаясь, наклонить туловище вправо (ноги не сгибать).

«Тринадцать» - не останавливаясь, выпрямиться и отклонить туловище назад, руки в стороны и назад до отказа, ладони вперед (ноги не сгибать).

«Четырнадцать» - не останавливаясь, наклонить туловище вперед до касания земли пальцами рук ладонями назад (ноги не сгибать).

«Пятнадцать» - выпрямляясь, выполнить прыжок вверх прогнувшись ноги вместе, руки в стороны, ладони вперед и принять положение «Доскок» (положение полуприседа на обе ступни, пятки вместе, носки и колени врозь, руки вперед в стороны, ладони внутрь, смотреть прямо).

«Шестнадцать» - строевая стойка.

КОМПЛЕКС ВОЛЬНЫХ УПРАЖНЕНИЙ № 1



рис.№1



рис.№2



рис.№3