ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ МЭРИИ ГОРОДА ЯРОСЛАВЛЯ

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ДЕТЕЙ ЯРОСЛАВСКИЙ ДЕТСКИЙ МОРСКОЙ ЦЕНТР ИМЕНИ АДМИРАЛА Ф.Ф.УШАКОВА

Согласована:
Методический совет
11.06.2026 г.
Протокол № 2

УТВЕРЖДАЮ
Директор
МОУ ДО «Детский морской центр»
_____ В.В. Везденко
11.06.2026 г.

Принята на заседании
педагогического совета
11.06.2026 г.
Протокол № 2

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ

ОБЩЕОБРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

«НАСЛЕДНИКИ ПОБЕДЫ»

Возраст детей: от 12 до 17 лет

Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:
Петров Дмитрий Викторович
Педагог дополнительного образования

Ярославль
2026

Оглавление

Пояснительная записка……. 3
Учебно-тематический план……9
Содержание программы…….11
Обеспечение программы…….....12
Контрольно-измерительные материалы…….……..14
Список информационных источников……..……..20

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Наследники Победы» (далее – программа «Наследники Победы») призвана обеспечить понимание каждым молодым человеком своей роли и места в служении Отечеству. Тематика программы «Наследники Победы» позволяет в полном объёме реализовать формирование у подростков патриотического сознания и побуждение обучающихся к осуществлению патриотической деятельности.

В результате реализации программы «Наследники Победы» у подростков формируется высокая личная ответственность за выполнение требований военной и государственной службы, убежденность в необходимости выполнения функций защиты Отечества в современных условиях. Изучение теоретических вопросов и практические занятия с обучающимися ведут к выстраиванию основных качеств, свойств, навыков, привычек, необходимых для успешного выполнения обязанностей как в рядах ВС РФ, так и на государственной гражданской службе. Основой содержания программы «Наследники Победы» является воспитание любви к Отечеству, верности гражданскому и воинскому долгу, воинской чести, храбрости, стойкости, самоотверженности, доблести, мужества, взаимовыручки на примерах наших великих предков.

Нормативной базой программы « Наследники Победы» является пакет документов:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29 декабря 2012 года;
- Концепция развития дополнительного образования детей от 4 сентября 2014г. № 1726-р;
- Государственная программа Российской Федерации «Развитие образования» на 2013-2020 годы;
- Государственная программа "Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации на 2016-2020 годы" (утв. постановлением Правительства РФ от 30 декабря 2015 г. N 1493)
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 29 августа 2013 г. № 1008 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 4 июля 2014 г. №41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»;
- Приложение к письму Департамента молодежной политики, воспитания и социальной поддержки детей Минобразования и науки России от 11.12.2006 г. № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей»;
- Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 №09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»);
- Разработка программ дополнительного образования детей. Часть I. Разработка

дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ: методические рекомендации - Ярославль: ГАУ ДПО ЯО ИРО, 2016. - 60 с. (Подготовка кадров для сферы дополнительного образования детей);

- Сборник нормативно-правовых и информационно-методических материалов по организации внутреннего контроля образовательной деятельности в учреждениях дополнительного образования муниципальной системы образования г. Ярославля [Текст] / под редакцией Е.Г. Абрамовой, И.В. Лаврентьевой. – Ярославль: МОУ ДО Детский центр «Восхождение», 2017. – 44 с.
- Устав МОУ ДО «Детский морской центр»;
- Образовательная программа МОУ ДО «Детский морской центр»;
- Программа развития МОУ ДО «Детский морской центр».

Вид программы: модифицированная краткосрочная. Программа «Наследники Победы» разработана на основе программы патриотического воспитания обучающихся МОУ ДО «Детский морской центр» - «Мы – Россияне», автор – заместитель директора по УВР Е.В. Сопетина и ДООП «Основы рукопашного боя», автор – педагог дополнительного образования Д.В. Петров.

Актуальность предлагаемой программы опирается на необходимость военно-патриотического воспитания и профессиональной ориентации детей. Современное общество имеет существенный недостаток - недостаток сознательно принимаемых большинством граждан принципов и правил жизни. Отсутствует согласие в вопросах корректного и конструктивного социального поведения, выбора жизненных ориентиров. В этих условиях неоценимую помощь в становлении личности ребёнка может оказать целенаправленный взгляд в далёкое и совсем недавнее прошлое нашей Родины. Специфика военных профессий, как нельзя лучше, позволяет формировать у детей военно-патриотические жизненные позиции. Всё это предоставляет возможность каждому юному гражданину выбрать свой жизненный путь, позволяющий наиболее полно реализовать себя на общественно-полезном поприще служения Отечеству.

Категория обучающихся.

Возраст обучающихся 12 -17 лет.
Условия набора:
1. Принимаются все желающие
2. Специальный отбор детей по уровню их успеваемости в школе и дисциплине не производится.

Направленность программы: социально-педагогическая.

В результате реализации программы «Наследники Победы», охватывающих широкий спектр вопросов военной грамотности, строевой и огневой подготовки, основ рукопашного боя у детей и подростков идет формирование высокой личной ответственности, убежденности в необходимости выполнения функций защиты Отечества в современных условиях. Изучение теоретических вопросов и практические занятия с обучающимися прививают им гражданственность и патриотизм, как важнейшие духовно-нравственные и социальные ценности,

формируют у них профессионально значимые качества и умения, а также готовность к их активному проявлению в различных сферах жизни общества.

Цель и задачи программы.

Цель программы «Наследники Победы» - формирование высокого уровня гражданско-патриотического сознания обучающихся, путем военно-профессиональной ориентации и развития интереса к военному делу.

Задачи.

Обучающие:

- способствовать приобретению умений и навыков по строевой, огневой, тактической и военно-топографической подготовке, получить базовые знания об оказании первой доврачебной помощи;
- ознакомить обучающихся с порядком действий при различных чрезвычайных ситуациях;
- дать представление о различных воинских ритуалах в Вооруженных силах РФ и научить основам их выполнения.
- сформировать интерес к занятиям по физической подготовке и основам рукопашного боя;
- способствовать овладению основами техники выполнения комплекса физических упражнений и освоению техники подвижных игр;
- приобщать подростков к знакомству с требованиями спортивного режима.

Развивающие:

- сформировать у обучающихся интерес к профессии военнослужащего;
- развить мышление, память, внимание, интеллект, а также, способность применять полученные знания и умения в самостоятельной работе;
- развить способность укреплять, сохранять и восстанавливать свое здоровье: духовное, интеллектуальное, физическое, помочь осознать здоровье как одну из главных человеческих ценностей.
- укрепить здоровье детей и расширить функциональные возможности организма;
- способствовать совершенствованию показателей физической подготовленности занимающихся;
- совершенствовать освоение базовой техники рукопашного боя, привить нормы личной гигиены и самоконтроля;
- развивать и совершенствовать у детей общие физические качества для последующего отбора детей для занятий рукопашным боем;
- способствовать выбору специализации в дальнейшем занятии спортом.

Воспитательные:

- способствовать развитию у обучающихся чувства долга, чувства ответственности перед своими товарищами и обществом, уважительного отношения к военной службе, терпения и наблюдательности;
- мотивировать подрастающее поколение к исполнению гражданского долга в Вооруженных силах РФ;
- воспитать у обучающихся патриотическое сознание и побудить их к патриотической деятельности.

- совершенствовать физическую и функциональную подготовленность, технико-тактическое мастерство в выполнении строевых и рукопашных приемов;
- способствовать приобретению соревновательного опыта и формированию морально-волевых качеств;
- социализировать детей и подростков.

Отличительные особенности.

Программа «Наследники Победы» опирается на понимание приоритетности воспитательной работы, создание условий для военно-патриотического воспитания обучающегося. На современном этапе развития общества и государства возрождение патриотизма призвано быть условием выхода России из кризисного состояния и развития ее как великой державы. Патриотизм является источником духовной и нравственной силы, политических и экономических успехов общества.

Новизна данной программы заключается в применении большого объема игровой практики, а именно: используя полученный практический опыт и теоретические знания по построению тренировочного процесса в различных видах единоборств, где основной упор в ранней специализации делается на обучение основам техники рукопашного боя посредством игр, которые подбирались таким образом, что обучающийся играя, одновременно развивал необходимые физические качества и осваивал базовую технику рукопашного боя.

Режим организации занятий.

Программа «Наследники Победы» является по функциональному предназначению – учебно-познавательной, по форме организации занятий – групповая, по форме содержания и процесса педагогической деятельности – комплексной.

Срок реализации программы – 1 год, 4 часа в неделю, 144 часа в год.

Режим проведения занятий составляется педагогом дополнительного образования с учетом пожеланий детей, их родителей (законных представителей), согласовывается с заместителем директора по УВР, должен соответствовать требованиям СанПиН для дополнительного образования.

Формы проведения занятий:

- теоретические занятия;
- практические занятия;
- учебно-тренировочные занятия;
- игры;
- соревнования;
- смотр-конкурс;
- мастер-класс;

В программе «Наследники Победы» принципы обучения образуют систему, целостное единство обучения. Реализация одного принципа связана с обязательной реализацией других, что позволяет педагогу видеть взаимодействующие элементы педагогического процесса, делать обоснованный выбор целей, отбора содержания учебного материала, форм, методов и средств организации деятельности обучающихся.

Формы аттестации обучающихся.

Для определения результативности образовательного процесса по программе «Наследники Победы» используется педагогическое наблюдение и применяются следующие формы промежуточной и итоговой аттестации обучающихся:

1. Зачеты по теории.
2. Сдача нормативов.
3. Участие в соревнованиях.
4. Участия в мастер-классах.
5. Открытые занятия.
6. Рефлексия.

Ожидаемые результаты

***Предметные**:*

- по строевой подготовке обучающиеся будут знать основные определения строевого Устава, уметь выполнять строевые приемы и отдавать строевые команды, практически выполнят и отработают положения строевого устава на Посту №1 у «Вечного огня» памятника-монумента в честь боевой и трудовой славы ярославцев в годы Великой Отечественной войны;
- по огневой подготовке обучающиеся будут знать историю развития стрелкового оружия, приемы владения оружием, технику безопасности при обращении с оружием, тактико-технические характеристики оружия средств, приемы и правила стрельбы, получать практические навыки стрельбы из пневматической винтовки;
- обучающиеся овладеют начальными теоретическими знаниями из области единоборств, культуре движения, владению приемами самозащиты без оружия, изучат боевые приемы борьбы, технику ударов, тактику ведения поединков и правилам их проведения, командам и бойцовским терминам, приемы защиты от угрозы оружием;
- обучающиеся совершенствуют физическую подготовку.
-
- по действиям направленных на выживание в экстремальных ситуациях обучающиеся будут знать правила поведения в случае возникновения пожара, научаться оперативно принимать правильные решения в критических и опасных ситуаций,
- по основам медицинской подготовки овладеют знаниями по оказанию первой доврачебной помощи в различных жизненных ситуациях.
- по топографической подготовке изучат основы ориентирования на местности, научатся читать топографические карты.

Метапредметные результаты:

- обучающиеся разовьют мышление, память, внимание, интеллект, способность применять полученные знания и умения в самостоятельной жизни;
- обучающиеся разовьют способность укреплять, сохранять и восстанавливать свое здоровье: духовное, интеллектуальное, физическое, помочь осознать здоровье как одну из главных человеческих ценностей.
- обучающиеся приобретут интерес к профессии военнослужащего.

- обучающиеся разовьют способности, мышление, память, внимание, а также, способность самостоятельно принимать решения в кротчайший срок, управлять эмоциями, давать грамотную оценку своим действиям (бездействиям);
- обучающиеся сформируют умение оценивать с позиций социальных норм собственные поступки и поступки других людей;
- обучающиеся разовьют способность укреплять, сохранять и восстанавливать свое здоровье: духовное, интеллектуальное, физическое, помочь осознать здоровье как одну из главных человеческих ценностей.

Личностные результаты:

- у обучающихся будут сформированы навыки взаимопонимания, сотрудничества, позитивного взаимодействия, чувства долга и ответственности перед товарищами и обществом;
- обучающиеся научатся терпению, наблюдательности, умению доводить работу до конца;
- у обучающихся будут сформированы чувство патриотизма, ответственности и долга перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, прошлое и настоящее многонационального народа России, готовности к служению Отечеству.
- обучающиеся научатся терпению, упорству, стойко переносить болевые ощущения и физические нагрузки, наблюдательности, уважать соперника;
- у обучающихся будет сформирована убежденность в полезности занятий спортом;
- обучающиеся будут осознавать потребность в здоровом образе жизни;
- обучающиеся приобретут уверенность в себе.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№ п/п	Тема	Теория (часы)	Прак-тика (часы)	Всего (часы)
1	Строевая подготовка	4	18	22
2	Огневая и тактическая подготовка	4	20	24
3	Выживание в экстремальных ситуациях и первая доврачебная помощь	4	10	14
4	Приемы самозащиты.	2	22	24
5	Боевые приемы борьбы.	2	22	24
6	Физическая подготовка.	2	22	24
7	Топография и ориентирование	4	8	12
	Итого:	22	122	144

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ.

1. Строевая подготовка (22 ч.)
Теория (4 ч.)
Цели и задачи строевой подготовки. Основные положения и определения строевого устава ВС РФ. Строи и управление ими.

Практика (18 ч.)
Выполнение строевой стойки и команд: «Становись», «Равняйсь», «Смирно», «Вольно», «Разойдись», «Заправиться», «Головные уборы снять/надеть». Выполнение поворотов на месте, тренировка строевого шага. Выполнение поворотов в движении по разделениям и в целом. Тренировка в правильности подачи команд. Выполнение перестроения из одной шеренги в две и обратно. Выполнение смыкания и размыкания строя, выхода из строя и постановки в строй, подхода к начальнику (командиру) и отхода от него. Выполнение перестроения в движении из колонны по одному в колону по два и обратно. Выполнение изменения направления движения в составе подразделения. Тренировка выполнения воинского приветствия на месте и в движении, поворотов на месте и в движении, тренировка строевого шага. Тренировка смыкания и размыкания строя, выхода из строя и постановке в строй. Движение строевым шагом в составе подразделения. Повороты в движении в составе подразделения. Движение в составе подразделения с исполнением строевой песни. Строевая стойка с оружием. Изучение и практическое выполнение. Движение с оружием. Участие военнослужащих в торжественных мероприятиях. Вынос знамён, возложение венков и гирлянд. Тренировка в практическом выполнении обязанностей личного состава Почётного наряда. Критерии оценки несения Почётного наряда. Тренировка по выносу и относу Боевого Знамени, тренировка возложения гирлянд и венков на торжественных мероприятиях.

2. Огневая и тактическая подготовка (24 ч.)
Теория (4 ч.)

История развития стрелкового оружия. Оружие современных ВС РФ. Правила безопасности при стрельбе. Цели, задачи и порядок изучения огневой подготовки. Роль и место огневой подготовки в системе подготовки обучающихся. Основы стрельбы. Порядок, приемы и способы прицеливания. Производство выстрела. Задержки при стрельбе. Состав условно-боевых групп. Основы тактических приемов и способов ведения условного (игрового) боя.

Практика (20 ч.)

Отработка изготовки для стрельбы. Тренировка в прицеливании, выбор точки прицеливания. Разучивание условий и правил стрельбы из пневматической винтовки. Тренировка в правильной изготовке для стрельбы. Тренировка в стрельбе из пневматической винтовки. Изучение порядка обслуживания пневматической винтовки. Разборка и сборка макета АК-74. Разучивание снаряжения магазина АК-74. Действия во время задержки при стрельбе. Соревнования по стрельбе из пневматической винтовки между объединениями.

Передвижения с оружием одиночно и в составе подразделения. Действия в различных условно-боевых ситуациях.

3. Выживание в экстремальных ситуациях (8 ч.)

Теория (4 ч.)

Понятия и виды экстремальных ситуаций. Поведение человека. Психологические аспекты поведения. Оперативное мышление. Приемы, способы и средства выживания в различных экстремальных ситуациях.

Понятие первой доврачебной помощи (ПДП). В каких случаях может оказываться ПДП. Признаки жизни и смерти; кровотечения; ушибы, вывихи, переломы; отравления; ожоги, обморожения и тепловые удары; поражение электрическим током. Приемы и способы ПДП.

Практика (10 ч.)

Способы выживания в лесном массиве при потере зрительных ориентиров и ориентации, а так же в горной местности: устройство ночлега, разведение огня, добывания воды и пищи. Способы самосохранения (спасения себя и третьих лиц) в воде, спасение утопающих. Приемы самосохранение в городской среде, порядок действий при техногенных авариях и катастрофах, в том числе с выбросом ОВ. Порядок надевания фильтрующего противогаза и общевойскового защитного комплекта. Пожары в жилых зданиях, сооружениях и в общественных местах. Порядок действий при пожарах. Действия при угрозе нападения опасных животных в лесу и городской среде. Аспекты поведения: страх, ужас, оцепенение, паника, хладнокровие, равнодушие и т.п.

Реанимационные действия. Способы остановки кровотечений. Помощь при повреждениях травматического характера.. Способы оказания первой доврачебной помощи. Типичные ошибки при оказании первой помощи пострадавшему.

4. **Приемы самозащиты (24 ч).**

Теория (2 ч).

Назначение приемов самозащиты, тактика проведения, их значимость, правила поведения и безопасности при выполнении приемов, технические особенности.

Практика (22 ч).

Разминочные упражнения, упражнения на гибкость, на развитие осанки, равновесия и координации (общеразвивающие упражнения), упражнения на растяжку ног. Прием загиб руки за спину. Приемы рычаг руки наружу и внутрь. Узел руки сверху. Приемы освобождения от захватов: за кисти рук, за отворот одежды, за шею спереди и сзади, за волосы, за корпус тела спереди и сзади с руками и без рук. Защита от удара рукой сверху, снизу, сбоку, наотмашь. Защита от ударов ногой.

5. **Боевые примы борьбы (24 ч).**

Теория (2ч).

Ознакомление с названиями бросков и их назначение. Тактика и технические особенности проведения, поведение при выполнении бросков.

Практика (22 ч).

Разминочные упражнения. Основы акробатики. Самостраховка при падении на спину, на бок, на живот. Упражнения на развитие мышц шеи. Броски: с захватом за подколенный сгиб одной и двух ног, задняя подножка, передняя подножка, боковая подножка, подсечки, зацепы, бросок через плечо, через бедро, спину. Контрприемы. Круговые набрасывания в виде игры.

6. Физическая подготовка(24 ч).

Теория (2 ч).

Ознакомление с физическими упражнениями. Техника безопасности. Их значение и классификация по группам мышц. Особенности выполнения упражнений. Дыхание. Правила поведения при выполнении приемов.

Практика (22 ч).

Разминочные упражнения, упражнения на гибкость, на развитие осанки, равновесия и координации (общеразвивающие упражнения), растяжка. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (отжимание от пола). Подтягивание на перекладине. Сед (приседания). Упражнения на мышцы живота (пресс). Тест «Купера». Упражнения с гантелями.

7. Топографическая подготовка (12 ч.)

Теория (4 ч.)

Сущность ориентирования на местности. Компас – назначение, устройство, применение. Понятие магнитного азимута. Чтение топографических карт.

Практика (8ч.)

Способы ориентирования на местности, нахождения своего местонахождения по карте и без нее. Нахождение и движение по азимуту с использованием компаса. Выбор направления движения по компасу и без него. Практическое использование топографических карт.

Примерные сенситивные (благоприятные) периоды развития двигательных качеств

Морфофункциональные показатели, физические качества	В О З Р А С Т (лет)										
	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
Рост						+	+	+	+		
Мышечная масса						+	+	+	+		
Быстрота			+	+	+				+	+	+
С к о р о с т н о - с и л о в ы е качества			+	+	+	+	+	+	+		
Сила							+	+		+	+
Выносливость (аэробные возможности)		+	+	+					+	+	+
Гибкость	+	+	+	+		+	+				
Координация		+	+		+	+					
Равновесие	+	+	+	+	+	+	+	+			
Анаэробные возможности									+	+	+

ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

№ п/п	**Название разделов и тем**	**Формы занятий**	**Приёмы и методы организации образовательного процесса (в рамках занятия)**	**Техни-ческое оснащени е**	**Формы подведения итогов**
1	Строевая подготовка	Групповые, теоретические, практические и учебно-тренировочные занятия	Методы обучения двигательным действиям.		Опрос, контрольное занятие, соревнование, рефлексия
2	Огневая и тактическая подготовка	Групповые, теоретические, практические и учебно-тренировочные занятия	Объяснение, методы воспитания качеств (равномерный повторный метод). Методы обучения двигательным действиям.	Тир, плакаты, пневматическое оружие, ММГ АК-74.	Опрос, выполнение нормативов.

3	Выживание в экстремальных ситуациях и первая доврачебная помощь	Групповые, теоретические, практические и учебно-тренировочные занятия	Объяснение. Методы обучения действиям, тренировочные занятия.	Учебные кинофильмы слайды, презентации, схемы, ОЗК, противогазы.	Зачёт
4	Приемы самозащиты	Групповые, теоретические, практические и учебно-тренировочные занятия	Рассказ, объяснение, показ упражнения, тренировка	Плакаты, спортивный инвентарь	Зачет, сдача нормативов
5	Боевые приемы борьбы	Групповые, теоретические, практические и учебно-тренировочные занятия, с игровыми элементами	Рассказ, объяснение, показ упражнения, тренировка.	Плакаты, оборудованный спортзал, борцовское снаряжение.	Зачет
6	Топографическая подготовка	Групповые, теоретические, практические	Рассказ, объяснение, представление презентаций.	Презентации, карты, компас	Зачёт

Кадровое обеспечение: Педагог дополнительного образования, реализующий дополнительную общеобразовательную общеразвивающую программу

КОНТРОЛЬНО-ИЗМЕРИТЕЛЬНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Реализация программы «Наследники Победы» предусматривает мониторинг образовательной деятельности, умений и навыков обучающихся, а также динамику развития по изучаемым темам с целью определения степени усвоения детьми разделов программы. Для определения степени выраженности заданного критерия применяются следующие методы:

- наблюдение;
- опрос;
- тест,
- соревнование,
- зачет

Мониторинг образовательных результатов программы «Наследники Победы».

Тема	Критерий	Показатель	Степень выраженности критерия
Строевая подготовка	Знание основных определений строевого устава	Знает все изученные определения	Высокая
		Знает половину изученных определений	Средняя
		Знает менее половины изученных определений	Низкая
	Умение выполнять основные строевые команды на месте.	Самостоятельно выполнят все изученные строевые команды на месте.	Высокая
		Самостоятельно или с помощью преподавателя выполнят более половины изученных строевых команд на месте.	Средняя
		Выполнят менее половины изученных строевых команд на месте и только с помощью преподавателя.	Низкая
	Умение выполнять	Самостоятельно	Высокая

	основные строевые команды в движении	выполнят все изученные строевые команды в движении.	
		Самостоятельно или с помощью преподавателя выполнят более половины изученных строевых команд в движении.	Средняя
		Выполнят менее половины изученных строевых команд в движении и только с помощью преподавателя.	Низкая
	Умение выполнять перестроения на месте	Самостоятельно выполнят все изученные перестроения на месте.	Высокая
		Самостоятельно или с помощью преподавателя выполнят более половины изученных перестроений на месте.	Средняя
		Выполнят менее половины изученных перестроений на месте и только с помощью преподавателя.	Низкая
	Знание основных положений несения «Вахты Памяти» на Посту №1 города Ярославля.	Знает все изученные положения.	Высокая
		Знает половину изученных положений.	Средняя
		Знает менее половины изученных положений.	Низкая
	Умение выполнять ритуал заступление на Пост №1 города Ярославля.	Выполняет ритуал без замечаний	Высокая
		Выполняет ритуал с незначительными замечаниями.	Средняя
		Не выполняет или	Низкая

		выполняет ритуал со значительными замечаниями.	
Огневая подготовка	Знание истории стрелкового оружия и оружие современных ВС РФ	Владеет информацией по изученным темам.	Высокая
		Частично владеет информацией по изученным темам.	Средняя
		Не владеет информацией по изученным темам.	Низкая
	Знание основ стрельбы из ПВ.	Владеет информацией по изученным темам.	Высокая
		Частично владеет информацией по изученным темам.	Средняя
		Не владеет информацией по изученным темам.	Низкая
	Умение держать ровную «мушку» и осуществлять направленный выстрел из ПВ.	Умеет осуществлять выстрел, делать его корректировку и попадает в черный круг.	Высокая
		Умеет осуществлять выстрел, и попадает в черный круг в половине процентов выстрелов.	Средняя
		Может осуществить выстрел только с помощью преподавателя, не попадает в черный круг.	Низкая
Выживание в экстремальных ситуациях	Знание и умение применить основные способы выживания.	Владеет информацией по изученным темам.	Высокая
		Частично владеет информацией по изученным темам.	Средняя
		Не владеет информацией по изученным темам.	Низкая
	Знание и умение пользоваться средствами защиты.	Умеет пользоваться ОЗК, противогазом.	Высокая
		Умеет пользоваться ОЗК, противогазом	Средняя

		только с помощью преподавателя.	
		Не умеет пользоваться ОЗК, противогазом.	Низкая
Оказание первой доврачебной помощи	Знание основ оказания первой доврачебной помощи	Знает основы оказания первой доврачебной помощи.	Высокая
		Частично знает основы оказания первой доврачебной помощи.	Средняя
		Не знает основы оказания первой доврачебной помощи.	Низкая
	Умение оказывать первую доврачебную помощь.	Умеет оказать первую доврачебную помощи при отравлениях, ожогах, кровотечениях, тепловых ударах, утоплении и удушении.	Высокая
		Частично умеет оказать первую доврачебную помощи при отравлениях, ожогах, кровотечениях, тепловых ударах, утоплении и удушении.	Средняя
		Не умеет оказать первую доврачебную помощь при отравлениях, ожогах, кровотечениях, тепловых ударах, утоплении и удушении.	Низкая
Топографическая подготовка	Знание основ ориентирования на местности и топографических карт	Владеет знаниями по ориентированию на местности.	Высокая
		Частично владеет знаниями по ориентированию на местности.	Средняя
		Не владеет знаниями	Низкая

		по ориентированию на местности.	
	Умение ориентироваться с помощью карты, компаса и без них	Умеет ориентироваться на месте с помощью карты и компаса.	Высокая
		Ориентируется на месте с помощью карты и компаса только с помощью преподавателя.	Средняя
		Не ориентируется на месте с помощью карты и компаса.	Низкая

Прием самозащиты считается засчитанным (выполненным) при быстром, четком и последовательном выполнении действий с любой стороны (левой или правой), наличии отвлекающего удара, фиксации противника, конвоирования.

Условно засчитанным - при замешательстве обучающегося, обдумывание действий более 5 секунд, нарушении последовательности действий, но доведенного до конца и при наличии отвлекающего удара.

Не засчитанным – при отсутствии отвлекающего удара, фиксации, остановки при выполнении действий (не доведение приема до конца).

Прием борьбы считается засчитанным (выполненным) при быстром, четком и последовательном выполнении действий с любой стороны (левой или правой) при этом выполняющий остается в стойке.

Условно засчитанным - при замешательстве выполняющего, обдумывание действий более 5 секунд, потеря равновесия, но доведенного до конца.

Не засчитанным – при потери ориентации, остановки при выполнении действий (не доведение приема до конца).

Физическая подготовка

группа	Контрольные упражнения	ПОКАЗАТЕЛИ					
	Учащиеся	Мальчики			Девочки		
	Оценка	“5”	“4”	“3”	“5”	“4”	“3”
Ст.	Челночный бег 4х9 м, сек	9,4	9,9	10,4	9,8	10,2	11,0
Мл.	Челночный бег 4х9 м, сек	10,2	10,7	11,3	10,5	11,0	11,7
Ст.	Бег 60 м, секунд	8,5	9,2	10,0	9,4	10,0	10,5
Мл.	Бег 60 м, секунд	10,2	10,5	11,3	10,3	11,0	11,5
Ст.	Бег 2000 м. без учета времени	+	+	+	+	+	+
Мл.	Бег 2000 м. без учета времени	+	+	+	+	+	+
Ст.	Подтягивание на	11	9	6			

	высокой перекладине						
Мл.	Подтягивание на высокой перекладине	7	5	3			
Ст.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа	32	27	22	20	15	10
Мл.	Сгибание и разгибание рук в упоре	17	12	7	12	8	3
Ст.	Подъем туловища за 1 мин. из положения лежа	50	45	40	40	35	26
Мл.	Подъем туловища за 1 мин. из положения лежа	35	30	20	30	20	15
Ст.	Комплекс силовых упражнений тест «Купера» круг без времени	5	4	3	3	2	1
Мл.	Комплекс силовых упражнений тест «Купера» круг без времени	3	2	1	3*	2*	1*
Ст.	Силовые упражнения с тяжестями	+	+	+	+	+	+

Примечание: + индивидуально с учетом физического развития
* по пять повторений в круг.

СПИСОК ИНФОРМАЦИОННЫХ ИСТОЧНИКОВ.

1. Апакидзе.В.В., Дуков Р.Г., Полоз П.П. Строевая подготовка. [Текст] Учебное пособие. – М.Воениздат,1991. 350с.
2. Аронов А.А. Воспитывать патриотов: Книга для учителя. [Текст] М., 1989. -172 с. Аронов А.А. Современные проблемы военно-патриотического воспитания школьников./Военно-патриотическое воспитание молодежи. [Текст] - М., 1991. - С.75-89.
3. Архипов М.И., Кузнецов В.А. Морально-психологическое обеспечение боевой деятельности / Актуальные вопросы социальной информации и военно-социального управления в Вооруженных Силах Российской Федерации. [Текст] - М.: ГАВС, 1995. - С.68-84.
4. Бублик Л.А., Черных И.И. Морально-психологическое обеспечение деятельности частей и подразделений ВС РФ. [Текст] Учебное пособие. - М.: ГАВС, 1994.-155с.
5. Волкогонов Д.А. Методология идейного воспитания. [Текст] - М.: Воениздат, 1980.-352с.
6. Вопросы обучения и воспитания в военно-учебных заведениях. [Текст] - М.: Воениздат, 1996.-250.
7. Вырщиков А.Н. Военно-патриотическое воспитание школьников: теория и практика. [Текст] - М., 1990. - 150 с.
8. Гидиринский В.И. Русская идея и армия. [Текст] - М.: ВУ, 1997. - 324с.
9. Грачев Н. Ориентация на патриотизм. [Текст] /ОБЖ. - 2000. - №8. С.40-42.
10. Дудин С. Профилактика боевых психических расстройств у военнослужащих специальными методами психологической подготовки. [Текст] / Информационно-методический сборник/Центр ВС ПЛИ МО РФ. - 1993.- №4.-С. 38-45.
11. Ильин И.А. О Родине. Путь к очевидности. [Текст] - М.; Республика, 1993. - 218с.
12. Конжиев Н.М. Система военно - патриотического воспитания в общеобразовательной школе. [Текст] - М.: Педагогика, 1986. - 148с.
13. Н.В. Мазыкина, Н.В. Горкина «Растим патриотов» Методическое пособие по патриотическому воспитанию. [Текст] УЦ «Перспектива», Москва, 2011г.
14. Наставление по стрелковому делу. [Текст] - М.; Воениздат, 1987. - 640 с.
15. «Рукопашный бой» Учебно-методическое пособие. Изд. «Политика ВК» 1985 г.
16. Б.В. Примаков, Соболев С.Н.
17. «Рукопашный бой» Учебно-методическое пособие. Изд. « Министерство обороны» 1990 г.
18. И.Л. Борцев, А.П. Алилуев, А.А. Кадочников.
19. Наставление по физической подготовке СА и ВМФ. Изд. «Министерство обороны» 1987 г.
20. «Психологические основы формирования профессионально-значимых качеств» 1982 г.
21. В.Л. Марищук.
22. «Военно-профессиональное обучение и физическая подготовка» 1986 г.
23. В.А. Щеголев, Ю.К. Демьяненко.
24. «Рукопашный бой» Учебно-методическое пособие. Изд. Ленинград 1990 г.
25. А.П. Варакин, Г.А. Бурцев.

26. Воронин А.В. Боевые традиции Вооруженных Сил. Символы воинской чести. [Текст] . - М.: "Армпресс", 2001. - 95с.
27. Коледа С.И. Выживание. [Текст] -Мн.: ООО "Лазурак", 1996. - 464с.
28. Кузнецов В.И. Особенности военной службы. [Текст] - М.: "Армпресс", 2000. - 95с.
29. Марков М.Ю. Воинская обязанность. Военнослужащий ~ защитник своего Отечества. [Текст] - М.: "Армпресс", 2000. - 96с.
30. Меримский В.А.. Приемы и способы действий солдата в бою. [Текст] - М.: Военное издательство, 1988. - 136с.
31. Михайлов Г.И. Символы России и Вооруженных Сил. [Текст] - М.: "Армпресс", 2000.-87с.
32. «Рукопашный бой» Учебно-методическое пособие. Изд. «Политика ВК» 1985 г. Б.В. Примаков, Соболев С.Н.
33. «Рукопашный бой» Учебно-методическое пособие. Изд. « Министерство обороны» 1990 г. И.Л. Борцев, А.П. Алилуев, А.А. Кадочников.
34. Наставление по физической подготовке СА и ВМФ. Изд. «Министерство обороны» 1987г

21-27 для родителей:

35. Смирнов А.Т. Основы военной службы. [Текст] - М.: Издательский центр "Академия", 2000.-239с.
36. Тебиев Б.К. Возрождение и будущее Отечества - в патриотизмезме молодежи: Кол.монография. [Текст] - М.: Издательство "Международная педагогическая академия", 2000.-208с.
37. Уайзмэн Дж. Спецназ: Курс индивидуальной подготовки [Текст] - М.: ФАИР -ПРЕСС, 2001.-304с.
38. Фролов М.П. Основы безопасности жизнедеятельности. [Текст] 11 класс: Учебн. Для общеобразовательных учреждений. - М.: ООО "Издательство "Аст-рель, 2001,366с.
39. Хацкевич ЮГ. Начальная военная подготовка. [Текст] - М.: АСТ, 2001. - С.274-289.
40. Чеурин Г.С. Самоспасение без снаряжения. [Текст] М.: "Русский журнал", 2001-194с.
41. Шойгу С.К. Учебник спасателя[Текст]-М., 1997. - 520с.
42. Актуальные проблемы морально - политической и психологической подготовки войск в современных условиях. [Текст] - М.: ВПА, 1981. - 111с. Ананьев Б.Г. Человек как предмет познания...- Л.: 1968. - 337с. Арзамаскин Ю.Н., Черных И.И. Стойкость, остановившая врагов // Ориентир. - 1995. - №4 - С.27-33.
43. «Психологические основы формирования профессионально-значимых качеств» 1982 г. В.Л. Марищук.