

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Международный образовательный комплекс «Гармония – школа № 97»
города Ижевска

Школа Гармония

РАССМОТРЕНО

на предметной
лаборатории

Протокол №1
от 28.08.2023

СОГЛАСОВАНО

на Педагогическом
совете

Протокол № 10 от
28.08.2023

УТВЕРЖДЕНО

Приказом директора
№ 208 от 28.08.2023

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

«Кадеты – сыны Отечества»

Возраст детей: 15-17 лет

Срок реализации программы: 2 год обучения

Составитель: педагог дополнительного образования
Волков Павел Витальевич

2023-2024 учебный год

Пояснительная записка

Данная программа предусматривает развитие в кадетях физических и моральных качеств через изучение истории и структуры Вооруженных Сил России, правовых основ военной службы, получение специальной физической и технической подготовки. Курс имеет военно-патриотическую направленность. Актуальность программы обусловлена:

- Низким уровнем развития физических показателей молодых людей
- Недостаточным уровнем духовно-нравственной культуры молодежи
- Отсутствием интереса к воинской службе

Программа общеразвивающая. Разработана на основе образовательных программ «Во славу Отечества», программы по туризму, программы по основам безопасности жизнедеятельности, программы по рукопашному бою для спортивных школ, программы по правоведению. Особенность программы состоит в том, что

- Программа соединила в себе блоки из нескольких образовательных программ с различными целями
- Кадеты приобретают знания, позволяющие им в будущем поступить в высшие военные учреждения России
- Подготовка по программе рассчитана на подготовку к службе в рядах Вооруженных сил РФ

Цель программы – воспитание юридически грамотной, морально устойчивой, физически выносливой личности посредством изучения истории Вооруженных Сил России, правовых основ военной службы, специальной физической и технической подготовки.

Задачи:

Образовательные:

- Дать углубленные знания по истории и структуре Вооруженных сил РФ

– Обучить обращению с основными видами оружия Российской армии

– Сформировать навыки по строевой, огневой, физической, тактической, медицинской, специальной подготовке и рукопашному бою

Развивающие:

– Расширить кругозор кадет

– Развивать физические качества

– Привить навыки обращения с огнестрельным и холодным оружием, навыки само-и взаимозащиты

Воспитательные:

– Повышать нравственную культуру

– Воспитывать самостоятельность и чувство ответственности

– Формировать положительные жизненные приоритеты

Программа рассчитана на 8 часов в неделю, 416 часов в год. По программе занимаются юноши и девушки 15-17 лет. Форма занятий групповая

По завершению обучения кадеты должны знать:

- Историю и структуру вооруженных сил РФ
- Способы обращения с различным оружием и снаряжением
- Способы ориентирования на различной местности
- Классификацию отравляющих веществ и способы защиты

Уметь:

- Оказывать первую медицинскую помощь
- Выполнять различные элементы строевой подготовки
- Выживать в самых различных природных условиях
- Обезвредить противника и защитить себя, применять общевойсковые виды оружия

Формы подведения итогов:

- Сдачи нормативов

- Зачетные занятия
- Участие в различных кадетских фестивалях, мероприятиях патриотического профиля

**Учебно-тематический план работы объединения «Кадеты-сыны
отечества»
1 год обучения**

№	Тема	Теория	Практика	Всего
1	Блок «Правовые основы военной службы»			25 ч
1.1	История создания Вооруженных сил Российской Федерации.	2		
1.2	Виды Вооруженных сил Российской Федерации.	3		
1.3	Задачи Вооруженных сил Российской Федерации.	3		
1.4	Патриотизм и верность воинскому долгу-качества защитника отечества.	2		
1.5	Ритуалы Вооруженных сил Российской Федерации.	3		
1.6	Памяти поколений - дни воинской славы России.	10		
1.7	Зачетное занятие.	2		
2	Блок «Огневая подготовка»			152 ч
2.1	Назначение и боевые свойства автомата Калашникова.	5	6	
2.2	Порядок неполной разборки автомата Калашникова.	4	55	
2.3	Приемы и правила стрельбы из автомата Калашникова.	5	5	
2.4	Назначение и боевые свойства пистолета Макарова.	5	6	
2.5	Порядок неполной разборки пистолета Макарова.	4	34	
2.6	Назначение и боевые свойства пистолета Макарова.	5	6	
2.7	Меры безопасности при обращении с оружием.	1	6	
2.8	Виды оружия спецподразделений.	1	6	
2.9	Зачетное занятие		2	
3	Блок «Строевая подготовка»			102 ч
3.1	Строй и управление ими.	3	55	
3.2	Строевые приемы и движение без оружия.	3	33	
3.3	Воинское приветствие.	1	5	
3.4	Виды уставов.	3		
3.5	Зачетное занятие		2	

4	Блок «Физическая подготовка»			137 ч
4.1	Разминка. Дыхательные упражнения.	2	25	
4.2	Марш-броски.		25	
4.3	Развитие физической выносливости		85	
	Всего:			416 ч

Содержание программы 1 года обучения

1. Блок «Правовые основы военной службы»

1.1 История создания Вооруженных сил Российской Федерации (2 часа теории)

Теория: развитие и становление Вооруженных сил, их предназначение. Инструктаж по технике безопасности.

1.2 Виды Вооруженных сил Российской Федерации (3 часа теории)

Теория: состав и боевые традиции Российской Армии и Военно-Морского Флота, назначением и боевыми возможностями видов родов войск.

1.3 Задачи Вооруженных сил Российской Федерации. (3 часа теории)

Теория: функции и основные задачи современных Вооруженных Сил России.

1.4 Патриотизм и верность воинскому долгу-качества защитника отечества (2 часа теории)

Теория: понятия патриотизм, Родина, долг и честь. Качества личности, необходимые для успешного прохождения воинской службы – волевая устойчивость, психологическая устойчивость, эмоциональная стабильность.

1.5 Ритуалы Вооруженных сил Российской Федерации (3 часа теории)

Теория: ритуал приведения к военной присяге, вручения боевого знамени, вручения личному составу вооружения и военной техники.

1.6 Памяти поколений - дни воинской славы России (10 часов теории)

Теория: 15 дней воинской славы России. 8 часов – самостоятельная работа

1.7 Зачетное занятие

Практика: контрольная работа на знание дней воинской славы

2. Блок «Огневая подготовка»

2.1 Назначение и боевые свойства автомата Калашникова (5 часов теории)

Теория: кадеты узнают назначение, боевые свойства АК и его общее устройство.

2.2 Порядок неполной разборки автомата Калашникова (4 часа теории, 55 часов практики)

Теория: неполная разборка (сборка) АК.

Практика: выполнение нормативов.

2.3 Приемы и правила стрельбы из автомата Калашникова (5 часов теории, 5 часов практики)

Теория: условия выполнения упражнений. Понятие ровной мушки.

Практика: выполнение нормативов.

2.4 Назначение и боевые свойства пистолета Макарова (5 часов теории)

Теория: назначение, боевые свойства ПМ и его общее устройство.

2.5 Порядок неполной разборки пистолета Макарова (4 часа теории, 26 часов практики)

Теория: неполная разборка (сборка) ПМ.

Практика: выполнение нормативов.

2.6 Приемы и правила стрельбы из пистолета Макарова (5 часов теории, 5 часов практики)

Теория: условия выполнения упражнений. Понятие ровной мушки.

Практика: выполнение нормативов.

2.7 Меры безопасности при обращении с оружием (7 часов теории)

Теория: порядок обращения с оружием на стрельбах.

2.8 Виды оружия спецподразделений (1 час теории, 6 часов практики)

Теория: изучение образцов стрелкового оружия спецназа.

Практика: изучение на военных сборах, на соревнованиях.

2.9 Зачетное занятие

Практика: соревнования между отделениями

3. Блок «Строевая подготовка»

3.1 Строй и управление ими (3 часа теории, 33 часа практики)

Теория: виды строя, выработка строевой выправки, подтянутости.

Практика: Отработка движений на плацу.

3.2 Строевые приемы и движение без оружия (3 часа теории, 55 часов практики)

Теория: строевая стойка, строевые команды.

Практика: отработка движений на плацу.

3.3 Военское приветствие (1 час теории, 5 часов практики)

Теория: понятие воинского приветствия

Практика: выполнение строевого шага, участие в парадах.

3.4 Виды уставов (3 часа теории)

Теория: строевой устав, гарнизонный устав, устав караульной службы.

1.7 Зачетное занятие (2 часа практики)

Практика: отработка в строю

4. Блок «Физическая подготовка»

4.1 Разминка. Дыхательные упражнения (2 часа теории, 25 часов практики)

Теория: общие сведения об анатомии опорно-двигательного аппарата (ОДА), особенности органов, мышц, суставов и связок. Техника разминки перед тренировкой.

Практика: разминка, бег по кругу в легком темпе, бег с резким выбрасыванием рук (вверх, вперед, в стороны), бег с ускорением. Упражнения «Толчки», «Подбивы», «Петушки». Дыхательное упражнение «Очистительное дыхание».

4.2 Марш-броски (25 часов практики)

Практика: бег по пересеченной местности, бег с оружием.

4.3 Развитие физической выносливости (85 часов практики)

Практика: самостоятельная работа по развитию физической выносливости в летний период на основе предложенных упражнений

Учебно-тематический план 2 года обучения

№	Тема	Теория	Практика	Всего
1	Блок «Тактическая подготовка»			73 ч
1.1	Современный общевойсковой бой и его характеристика.	3	25	
1.2	Виды укрытий.	3	5	
1.3	Обязанности солдата в бою.	3	15	
1.4	Тактика внутренних войск МВД России.	4	15	
2	Блок «Топографическая подготовка»			88
2.1	Азимут.	2	6	
2.2	Ориентирование на местности.	3	28	
2.3	Устройство компаса.	2	6	
2.4	Топографическая карта.	4	28	
2.5	Стороны горизонта.	2	7	
3	Блок «Медицинская подготовка»			75
3.1	Первая медицинская помощь.	4	20	
3.2	ПМП при переломах, ожогах, ранениях.	10	18	
3.3	Классификация отравляющих веществ.	2		
3.4	Одевание противогаза.	2	10	
3.5	Приборы радиационной и химической разведки.		7	
3.6	Зачетное занятие			2
4	Блок «Рукопашный бой»			79
4.1	Техника безопасности.	2		
4.2	Защита от ножа, палки.	1	12	
4.3	Болевые приемы борьбы.	2	12	
4.4	Приемы связывания.	2	12	
4.5	Страховка при падении.	1	12	
4.6	Ударная техника.	1	25	
5	Блок «Специальная подготовка»			98
5.1	Правовые основы применения огнестрельного оружия спецсредств.	2		
5.2	Виды спецсредств.	12		
5.3	Закон «О полиции»	4		
5.4	Практические занятия по специальной подготовке		80	
	ВСЕГО	416 часов		

Содержание программы 2 года обучения

1. Блок «Тактическая подготовка»

1.1 Современный общевойсковой бой и его характеристика. (3 часа теории, 25 часов практики)

Теория: характеристика общевойскового боя, выбор огневых позиций.

Практика: Военные игры на местности.

1.2 Виды укрытий (3 часа теории, 5 часов практики)

Теория: характеристика укрытий.

Практика: Изготовление окопов, блиндажей.

1.3 Обязанности солдата в бою (3 часа теории, 15 часов практики)

Теория: роль солдата в бою, проявление мужества, чувства товарищества, готовности и взаимопомощи, выполнению поставленной задачи.

Практика: военные игры на местности.

1.4 Тактика внутренних войск МВД России (4 часа теории, 15 часов практики)

Теория: специфика тактических действий сотрудников МВД «клин, стена, свинья».

Практика: отработка действий при массовых беспорядках, при захвате заложников.

2. Блок «Топографическая подготовка»

2.1 Азимут. (2 часа теории, 6 часов практики)

Теория: понятие азимута, определение азимута

Практика: отработка навыков в лесу, поле.

2.2 Ориентирование на местности. (3 часа теории, 28 часов практики)

Теория: способы ориентировки на местности без карты, выбор ориентиров на местности.

Практика: отработка навыков в лесу, поле.

2.3 Устройство компаса. (2 часа теории, 6 часов практики)

Теория: устройство компаса, определение сторон горизонта по компасу.

Практика: отработка навыков в походах и слетах.

2.4 Топографическая карта (4 часа теории, 28 часов практики)

Теория: чтение топографических карт. Способы ориентировки на местности без карты.

Практика: отработка навыков в походах и слетах.

2.5 Стороны горизонта (2 часа теории, 7 часов практики)

Теория: определение сторон горизонта по компасу, приемы запоминания местности.

Практика: зачет на умение ориентироваться

3. Блок «Медицинская подготовка»

3.1 Первая медицинская помощь (4 часа теории, 20 часов практики)

Теория: содержание первой медицинской помощи в различных ситуациях.

Практика: приемы базовой реанимации

3.2 ПМП при переломах, ожогах, ранениях (10 часов теории, 18 часов практики)

Теория: непредвиденные ситуации, связанные с угрозой жизни и здоровью человека, действия в таких ситуациях. Кровотечения, раны, ожоги, переломы – виды, особенности, ПМП. Состав походной аптечки.

Практика: наложение повязок, фиксация конечностей

3.3 Классификация отравляющих веществ (2 часа теории)

Теория: классификацию отравляющих веществ, зарин, заман.

3.4 Одевание противогаза (2 часа теории, 10 часов практики)

Теория: виды противогазов, техника одевания.

Практика: отработка навыков на соревнованиях.

3.5 Приборы радиационной и химической разведки (7 часов теории)

Практика: работа с приборами радиационной и химической разведки.

3.6 Зачетное занятие

Практика: зачет по оказанию ПМП

4.Блок «Рукопашный бой»

4.1 Техника безопасности (2 часа теории)

Теория: общие сведения об анатомии опорно-двигательного аппарата (ОДА), особенности органов, мышц, суставов и связок. Техника разминки перед тренировкой.

Практика: участие в соревнованиях, отработка приемов борьбы.

4.2 Защита от ножа, палки (1 час теории, 12 часов практики)

Практика: тычковый удар, удар сбоку, удар снизу. Участие в соревнованиях, отработка приемов борьбы.

4.3 Болевые приемы борьбы (2 часа теории, 12 часов практики)

Практика: удушающий захват, загиб руки за спину. Участие в соревнованиях, отработка приемов борьбы.

4.4 Приемы связывания (2 часа теории, 12 часов практики)

Практика: одевание наручников, связывание кистей, связывание двух пальцев. Участие в соревнованиях, отработка приемов борьбы.

4.5 Страховка при падении (13 часов практики)

Практика: техника падения, высокая страховка. Участие в соревнованиях, отработка приемов борьбы

4.6 Ударная техника (1 час теории, 25 часов практики)

Практика: прямой удар, боковой удар, удар снизу. Участие в соревнованиях, отработка приемов борьбы

5. Блок «Специальная подготовка»

5.1 Правовые основы применения огнестрельного оружия спецсредств. (2 часа теории)

Теория: Закон о «полиции»

5.2 Виды спецсредств (12 часа теории)

Теория: палка резиновая, наручники, газ, собака, виды ударной спецтехники.

5.3 Закон «О полиции» (4 часа теории)

Теория: правовые основы применения специальных средств и огнестрельного оружия, статьи 12-16, деятельность милиции.

5.4 Практические занятия по специальной подготовке (80 часов практики)

Практика: самостоятельная отработка навыков специальной подготовки в летний период

Список используемой литературы

Для педагога:

1. «Военно-патриотическое воспитание детей и подростков» Н.К. Беспятова, Д.Е.Яковлев
2. Военное Министерство Союза ССР 7,62-мм Автомат Калашникова (АК). Руководство службы — М.: Военное издательство Военного Министерства Союза ССР, 1952
3. «Проблемы военно-патриотического воспитания и методическое обеспечение преподавания курса ОБЖ в образовательных учреждениях Москвы» Л.Е.Курнешова
- 4 Волков В.П. Курс самозащиты без оружия «Самбо» учебное пособие для школ НКВД. М.; НКВД 1940 г.

Для учащихся

1. В. Жаворонков «Азбука безопасности в чрезвычайных ситуациях»
2. Левский В. 500 советов по самообороне. М.; ФАИР-ПРЕСС 2001 г.
3. Учебник ОБЖ за 11 класс

Для родителей

1. Рукопашный бой. Учебно-методическое пособие. М.; Военное издательство 1985 г.

Методическое обеспечение программы

Раздел, тема	Методические виды продукции	Рекомендации по проведению лабораторных и практических работ	Дидактический материал
Блок «Правовые основы военной службы»	Спортивные нормативы для образовательных учреждений, Процедура принятия присяги и несения караула	Знакомство с основами поведения в группе, содержанием обучения, видами и формами занятий	Инструкции по ТБ, «Военно-патриотическое воспитание детей и подростков» Н.К. Беспятова, Д.Е.Яковлев
Блок «Огневая подготовка»	Беседы: «Техника стрельбы из положения стоя и лежа» «Оружие спецподразделений России» «Эксплуатация и хранение оружия»	Знакомство с историей оружия в мире и в Российской Федерации. Практика: работа с образцами оружия (массо-габаритными макетами) Упражнение на сплочение коллектива	Военное Министерство Союза ССР 7,62-мм Автомат Калашникова (АК). Руководство службы — М.: Военное издательство Военного Министерства Союза ССР, 1952. Демонстрационный материал: массо-габаритные макеты АК-74 и ПМ

<p>Блок «Строевая подготовка»</p>	<p>Беседа: «Значение парадов для поддержания имиджа Вооруженных сил РФ» «История парадов» Инструкции по внешнему виду в строю на параде</p>	<p>Повороты в строю и перестроения, рекомендации по системе команд в строю. Практика: отработка маршировки, подача команд</p>	<p>Строевой устав Вооруженных сил РФ, Методическое пособие по программе «Во славу отечества»</p>
<p>Блок «Физическая подготовка»</p>	<p>Беседа: «Значение физической культуры для военнослужащего» Разработка «Как воспитать выносливость?»</p>	<p>Рекомендации по выполнению спортивных нормативов. Блок упражнений на закрепление основных физических показателей</p>	<p>Методическое пособие для организаторов военно-спортивных игр с обучающимися «Вперед, Юнармейцы!» Сборники силовых упражнений</p>
<p>Блок «Тактическая подготовка»</p>	<p>Разработка «Укрытия на местности» Разработка беседы «Правила ведения ближнего боя»</p>	<p>Рекомендации по ведению тактики ведения ближнего боя Блок упражнений на поиск естественных укрытий на местности и создание искусственных</p>	<p>Закон «О милиции» «Проблемы военно-патриотического воспитания и методическое обеспечение преподавания курса ОБЖ в образовательных учреждениях Москвы» Л.Е.Курнешова</p>

<p>Блок «Топографическая подготовка»</p>	<p>Разработка «Определение сторон горизонта по приметам на местности» «Компас, его использование и хранение»</p>	<p>Роль и значение ориентирования для роста мастерства кадет. Практические упражнения на нахождение ориентиров природного характера на местности Практика по нахождению азимута</p>	<p>В. Жаворонков «Азбука безопасности в чрезвычайных ситуациях» Карты и планы местности Учебник ОБЖ, 11 класс</p>
<p>Блок «Медицинская подготовка»</p>	<p>Методическая разработка «ПМП в условиях, приближенных к экстремальным»</p>	<p>Рекомендации по оказанию первой медицинской помощи в экстремальных условиях. Профилактика заболеваний и травматизма. Правила поведения при оказании медицинской помощи Практика: бинтование и наложение шин</p>	<p>«Классификация отравляющих веществ» Наглядный материал по оказанию доврачебной помощи при различных травмах, образцы задач по медицинской подготовке Повязки, бинты, шины Аптечка походная Палочки, бечевка Респираторы</p>
<p>Блок «Рукопашный бой»</p>	<p>Методическая разработка «Приемы самозащиты на улице»</p>	<p>Отработка умений оценивать противника и вести бой Подручные средства защиты</p>	<p>Волков В.П. Курс самозащиты без оружия «Самбо» учебное пособие для</p>

			школ НКВД. М.; НКВД 1940 г. Рукопашный бой. Учебно-методическое пособие. М.; Военное издательство 1985 г.
Блок «Специальная подготовка»	Разработка «Допустимая самооборона» «Техники психологического воздействия»	Беседа о законодательстве в сфере права на самооборону. Понятие допустимой самообороны Практика: отработка навыков реагирования в ситуации угрозы для жизни	Левский В. 500 советов по самообороне. М.; ФАИР-ПРЕСС 2001 г. Резиновая палка Наручники Газовые баллоны