Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 2
Василеостровского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТА
решением Педагогического совета
протокол от 28.08.2026 № 1

УТВЕРЖДЕНА
Приказ от 28.08.2026 № 139
Директор _____ Е.В. Поздняков

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

«Спортивно-патриотическое объединение «Витязь»

Срок освоения: 1 год (36 недель)
Объём программы: 72 часа
Возраст обучающихся: 12–18 лет

Разработчик:
Божко Елена Васильевна,
педагог дополнительного образования

Санкт-Петербург
2026

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеразвивающая программа «Спортивно-патриотическое объединение «Витязь» (далее — Программа) разработана в соответствии со следующими нормативными правовыми актами и методическими документами:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный закон от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;
- Указ Президента Российской Федерации от 09.11.2022 № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей»;
- Указ Президента Российской Федерации от 24.03.2014 № 172 «О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)»;
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р);
- Концепция развития детско-юношеского спорта в Российской Федерации до 2030 года (распоряжение Правительства Российской Федерации от 28.12.2021 № 3894-р);
- приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи»;
- постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;
- приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
- распоряжение Комитета по образованию Санкт-Петербурга от 25.08.2022 № 1676-р «Об утверждении критериев оценки качества дополнительных общеразвивающих программ, реализуемых организациями, осуществляющими образовательную деятельность, и индивидуальными предпринимателями Санкт-Петербурга»;
- распоряжение Комитета по образованию Санкт-Петербурга от 05.09.2022 № 1779-р «Об утверждении Правил проведения независимой оценки качества дополнительных общеразвивающих программ, планируемых к реализации в рамках персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Санкт-Петербурге» (в редакции распоряжения от 25.03.2025 № 310-р);
- Методические рекомендации по формированию механизмов обновления содержания, методов и технологий обучения в системе дополнительного образования детей (Министерство просвещения Российской Федерации, 2023);

- методические рекомендации «Проектирование дополнительных общеразвивающих программ» (Комитет по образованию Санкт-Петербурга, ГБНОУ «СПб ГДТЮ», 2022);
- Устав и локальные нормативные акты ГБОУ средней школы № 2 Василеостровского района Санкт-Петербурга.

Основные характеристики программы

Направленность программы — физкультурно-спортивная.

Адресат программы. Программа адресована обучающимся в возрасте от 12 до 18 лет и реализуется в двух возрастных группах: 12–14 лет и 15–18 лет. Для каждой группы разработана отдельная рабочая программа с учётом возрастных особенностей обучающихся.

Актуальность программы. Программа соответствует государственной политике в области дополнительного образования и воспитания. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года относит к приоритетам формирование у детей гражданской идентичности и патриотизма; Основы государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей (Указ Президента РФ № 809) называют патриотизм, служение Отечеству и историческую память в числе базовых ценностей; Концепция развития детско-юношеского спорта до 2030 года выделяет Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс ГТО и патриотическое воспитание юных спортсменов как приоритетные направления.

Программа отвечает социальному заказу общества и запросам семьи: родители заинтересованы в том, чтобы подростки были физически подготовлены, умели действовать в чрезвычайной ситуации, оказывать первую помощь и были готовы к службе в армии. Программа учитывает региональные социокультурные особенности Санкт-Петербурга — города воинской славы, пережившего блокаду: изучение истории обороны Ленинграда и встречи с памятью о его защитниках составляют важную часть содержания.

Программа ориентирована на образовательные потребности подростков в активной деятельности, самоутверждении в коллективе и испытании своих сил в соревнованиях, а также помогает решать актуальные проблемы: недостаток двигательной активности, низкий уровень физической подготовленности, неумение действовать в экстремальной ситуации.

Отличительные особенности программы. Программа переработана на основе дополнительной общеразвивающей программы «Спортивно-патриотическое объединение «Витязь» ГБОУ СОШ № 2. Содержание разделено по двум возрастным группам с отдельными рабочими программами и календарно-тематическими планами; программа объединяет физическую подготовку, подготовку к выполнению нормативов комплекса ГТО и военно-прикладные разделы (строевая и огневая подготовка, топография, первая помощь, гражданская оборона). Огневая подготовка проводится только с массогабаритным макетом (ММГ) автомата Калашникова и на электронном стрелковом тренажёре.

Уровень освоения программы — общекультурный.

Объём и срок освоения программы. Срок освоения — 1 год (36 учебных недель). Объём программы для каждой возрастной группы — 72 академических часа (36 занятий по 2 академических часа продолжительностью 45 минут).

Цель и задачи программы

Цель программы — формирование у обучающихся 12–18 лет военно-прикладных знаний и умений, развитие физических качеств и воспитание готовности к защите Отечества посредством занятий физической и военно-прикладной подготовкой.

Задачи программы

Обучающие:

- познакомить с героической историей Отечества и Санкт-Петербурга (Ленинграда), основами военной службы;
- обучить строевым приёмам и действиям в строю;
- обучить работе с картой и компасом, ориентированию на местности;
- обучить приёмам первой помощи и действиям при чрезвычайных ситуациях;
- обучить мерам безопасности, неполной разборке и сборке ММГ автомата Калашникова;
- обучить технике выполнения испытаний комплекса ГТО и преодолению полосы препятствий.

Развивающие:

- развить силу, быстроту, выносливость, ловкость и гибкость;
- развить внимание, пространственное мышление, умение быстро принимать решения;
- сформировать навыки самоконтроля на занятиях физическими упражнениями.

Воспитательные:

- воспитать уважение к защитникам Отечества и готовность к выполнению гражданского долга;
- воспитать дисциплинированность, ответственность, взаимовыручку;
- сформировать потребность в систематических занятиях физической культурой и здоровом образе жизни.

Организационно-педагогические условия реализации программы

Язык реализации программы — государственный язык Российской Федерации — русский.

Форма обучения — очная.

Особенности реализации программы. Программа реализуется с использованием практики наставничества по форме «обучающийся — обучающийся»: в группе 15–18 лет обучающиеся старшего возраста исполняют обязанности командиров отделений, помогают новичкам в освоении строевых приёмов и неполной разборки и сборки ММГ. Сетевая форма, модульный принцип и дистанционные образовательные технологии не используются.

Возможность обучения детей с ОВЗ и детей-инвалидов. Программа не является адаптированной. Обучение детей с ограниченными возможностями здоровья возможно при отсутствии медицинских противопоказаний к занятиям физической культурой на основании заключения врача.

Условия набора на обучение. На обучение принимаются все желающие в возрасте от 12 до 18 лет при наличии медицинской справки (заключения) о допуске к занятиям физической культурой и спортом. Обучающиеся зачисляются в группу в соответствии с возрастом: 12–14 лет или 15–18 лет. Предварительный отбор не проводится; в течение года возможен дополнительный набор при наличии свободных мест. Наполняемость группы — 15–20 человек.

Формы организации и проведения занятий.

- форма организации занятий — аудиторная (спортивный зал, учебный кабинет) и внеаудиторная (стадион и пришкольная территория — при занятиях по топографии, кроссовой подготовке, полосе препятствий);
- формы проведения занятий: учебно-тренировочное занятие, практическое занятие, беседа с просмотром документальных материалов, викторина, круговая тренировка, соревнования, смотр строя и песни, контрольное занятие, открытое занятие;
- формы организации деятельности обучающихся на занятии: фронтальная, групповая (в составе отделения), в парах, индивидуальная, поточная (круговая).

Особенности организации образовательного процесса. Занятия проводятся 1 раз в неделю в субботу: группа 12–14 лет — 10.30–12.00, группа 15–18 лет — 12.00–13.30. В течение учебного года проводятся массовые мероприятия: первенство школы по военно-спортивному многоборью, посвящённое Дню защитника Отечества; военно-спортивные соревнования «Кубок Победы» и смотр строя и песни, посвящённые Дню Победы; итоговое открытое занятие «Служу Отечеству!», на которое приглашаются родители (законные представители). По желанию обучающиеся участвуют в районных и городских соревнованиях допризывной молодёжи и в сдаче нормативов комплекса ГТО в центре тестирования.

Кадровое обеспечение. Программу реализует педагог дополнительного образования, имеющий высшее или среднее профессиональное образование в области физической культуры и спорта или основ безопасности и защиты Родины и соответствующий требованиям профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».

Материально-техническое оснащение.

Вид оснащения	Перечень
Помещения и площадки	спортивный зал 12×24 м с разметкой; учебный кабинет; легкоатлетический стадион с сектором для прыжков и беговыми дорожками; пришкольная территория для ориентирования; полоса препятствий
Спортивное оборудование и инвентарь	гимнастические маты, гимнастические скамейки, перекладины, рукоход, гимнастический канат, гимнастический мостик; скакалки; гантели 1–3 кг; набивные мячи 1–5 кг; мячи для метания 150 г; спортивные снаряды (гранаты) для метания 500 г и 700 г; баскетбольные мячи; секундомер, рулетка
Учебное оборудование военно-прикладной подготовки	массогабаритные макеты (ММГ) автомата Калашникова; электронный стрелковый тренажёр; противогазы; компасы; топографические карты и планы местности
Оборудование для обучения первой помощи	манекен-тренажёр для отработки сердечно-лёгочной реанимации; аптечки с перевязочным материалом; кровоостанавливающий жгут; шины; носилки

Вид оснащения	Перечень
Технические средства обучения	ноутбук, проектор (экран), аудиосистема
Программное обеспечение и ЭОР	программа для просмотра презентаций и видеозаписей; презентации и документальные видеоматериалы по темам программы

Планируемые результаты

Предметные:

- знание основных событий героической истории Отечества и Санкт-Петербурга (Ленинграда), основ военной службы;
- выполнение строевых приёмов и действий в строю;
- умение работать с картой и компасом, ориентироваться на местности;
- владение приёмами первой помощи, знание порядка действий при чрезвычайных ситуациях;
- знание мер безопасности, выполнение неполной разборки и сборки ММГ автомата Калашникова;
- выполнение испытаний комплекса ГТО по технике, преодоление полосы препятствий.

Метапредметные:

- прирост показателей физической подготовленности по результатам контрольных нормативов;
- умение сосредоточиться, оценить обстановку и быстро принять решение;
- умение контролировать своё самочувствие и дозировать нагрузку.

Личностные:

- уважение к защитникам Отечества, готовность к выполнению гражданского долга;
- дисциплинированность, ответственность, готовность прийти на помощь товарищу;
- устойчивый интерес к занятиям физической культурой, соблюдение правил здорового образа жизни.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

Учебный план составлен для каждой возрастной группы. Последовательность и названия разделов едины для обеих групп; распределение часов и содержание разделов определяются возрастом обучающихся и раскрываются в рабочих программах.

Учебный план. Группа 12–14 лет

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие	2	0	2	входная диагностика (педагогическое наблюдение, тестирование)
2	Героическая история Отечества и основы военной службы	6	3	3	опрос, викторина
3	Общая физическая подготовка	12	1	11	педагогическое наблюдение
4	Специальная физическая подготовка. Подготовка к выполнению нормативов комплекса ГТО	10	1	9	педагогическое наблюдение, тестирование
5	Строевая подготовка	8	1	7	педагогическое наблюдение, зачёт по строевой подготовке
6	Топография и ориентирование на местности	8	2	6	опрос, зачёт по ориентированию
7	Первая помощь	4	1	3	педагогическое наблюдение, зачёт
8	Гражданская оборона и защита от чрезвычайных ситуаций	4	1	3	опрос, зачёт (норматив)
9	Основы огневой подготовки	4	1	3	педагогическое наблюдение, зачёт (норматив)
10	Полоса препятствий	4	1	3	педагогическое наблюдение, зачёт
11	Соревновательная практика	4	0	4	соревнования
12	Контрольные занятия	4	0	4	контрольные нормативы, зачёт
13	Итоговое занятие	2	0	2	открытое занятие
	Итого	**72**	**12**	**60**	

Учебный план. Группа 15–18 лет

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие	2	0	2	входная диагностика (педагогическое наблюдение, тестирование)
2	Героическая история Отечества и основы военной службы	6	3	3	опрос, викторина
3	Общая физическая подготовка	10	1	9	педагогическое наблюдение
4	Специальная физическая подготовка. Подготовка к выполнению нормативов комплекса ГТО	10	1	9	педагогическое наблюдение, тестирование
5	Строевая подготовка	6	1	5	педагогическое наблюдение, зачёт по строевой подготовке
6	Топография и ориентирование на местности	8	1	7	опрос, зачёт по ориентированию
7	Первая помощь	6	1	5	педагогическое наблюдение, зачёт
8	Гражданская оборона и защита от чрезвычайных ситуаций	4	1	3	опрос, зачёт (норматив)
9	Основы огневой подготовки	6	1	5	педагогическое наблюдение, зачёт (норматив)
10	Полоса препятствий	4	1	3	педагогическое наблюдение, зачёт
11	Соревновательная практика	4	0	4	соревнования
12	Контрольные занятия	4	0	4	контрольные нормативы, зачёт
13	Итоговое занятие	2	0	2	открытое занятие
	Итого	**72**	**11**	**61**	

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Группа	Дата начала обучения	Дата окончания обучения	Учебных недель	Количество занятий	Количество часов	Режим занятий
12–14 лет	15.09.2026	05.06.2027	36	36	72	1 раз в неделю по 2 академических часа (академический час — 45 минут); суббота, 10.30–12.00
15–18 лет	15.09.2026	05.06.2027	36	36	72	1 раз в неделю по 2 академических часа (академический час — 45 минут); суббота, 12.00–13.30

Обучение начинается 15.09.2026; первое занятие — в субботу 19.09.2026. Занятия проводятся в течение учебного года, включая каникулярное время. В нерабочие праздничные дни, приходящиеся на субботу (02.01.2027, 01.05.2027), занятия не проводятся; с учётом этого окончание обучения — 05.06.2027. Промежуточная аттестация — 19.12.2026, итоговая аттестация — 22.05.2027, итоговое открытое занятие — 05.06.2027.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА. ГРУППА 12–14 ЛЕТ

Особенности организации образовательного процесса

Рабочая программа рассчитана на обучающихся 12–14 лет. Занятия проводятся 1 раз в неделю (суббота, 10.30–12.00) по 2 академических часа продолжительностью 45 минут; общая продолжительность занятия — 90 минут.

Основное внимание уделяется развитию физических качеств, освоению строевых приёмов одиночного военнослужащего, начальным знаниям по топографии, первой помощи и защите от чрезвычайных ситуаций. Работа с массогабаритным макетом (ММГ) автомата Калашникова носит ознакомительный характер. Теоретический материал подаётся в форме рассказа, беседы и просмотра документальных материалов, в том числе о героическом прошлом Ленинграда.

Структура занятия: подготовительная часть (15 мин) — построение, рапорт, разминка; основная часть (60 мин) — изучение и закрепление материала раздела; заключительная часть (15 мин) — восстановительные упражнения, подведение итогов.

Цель и задачи

Цель: Формирование у обучающихся 12–14 лет начальных военно-прикладных знаний и умений, развитие физических качеств и воспитание уважения к героической истории Отечества.

Обучающие задачи:

- познакомить с героическими страницами истории России и Ленинграда, с защитниками Отечества и Героями — земляками;
- обучить строевым приёмам на месте и в движении, действиям в составе отделения;
- обучить чтению плана и карты, работе с компасом, ориентированию на местности по карте;
- обучить приёмам первой помощи при ушибах, ссадинах, кровотечениях, правилам действий при чрезвычайных ситуациях и надеванию противогаза;
- познакомить с устройством ММГ автомата Калашникова, порядком неполной разборки и сборки, мерами безопасности;
- обучить технике выполнения испытаний комплекса ГТО и преодолению полосы препятствий.

Развивающие задачи:

- развить силу, быстроту, выносливость, ловкость и гибкость;
- развить внимание, пространственное мышление и умение действовать по команде;
- сформировать навыки самоконтроля на занятиях физическими упражнениями.

Воспитательные задачи:

- воспитать уважение к защитникам Отечества и героическому прошлому России;
- воспитать дисциплинированность, ответственность и взаимовыручку;
- сформировать интерес к систематическим занятиям физической культурой и к выполнению нормативов комплекса ГТО.

Содержание

Раздел 1. Вводное занятие (2 ч: теория — 0 ч, практика — 2 ч)

Практика: инструктаж по технике безопасности в спортивном зале, на стадионе и при работе с учебным оборудованием; знакомство с программой, режимом занятий и традициями объединения; входная диагностика физической подготовленности (бег 60 м, челночный бег 3×10 м, прыжок в длину с места, подтягивание, отжимания, наклон вперёд).

Форма контроля: *входная диагностика (педагогическое наблюдение, тестирование).*

Раздел 2. Героическая история Отечества и основы военной службы (6 ч: теория — 3 ч, практика — 3 ч)

Теория: защитники Отечества от Древней Руси до наших дней; Герои Отечества, 9 декабря — День Героев Отечества; блокада Ленинграда, 27 января — День полного освобождения Ленинграда от фашистской блокады.

Практика: викторина «Страницы военной истории России»; подготовка рассказа о Героях — земляках и выпускниках школы; просмотр и обсуждение документальной хроники.

Форма контроля: *опрос, викторина.*

Раздел 3. Общая физическая подготовка (12 ч: теория — 1 ч, практика — 11 ч)

Теория: влияние физических упражнений на организм.

Практика: разминка, общеразвивающие и специальные беговые упражнения; фартлек; метание мяча; силовая подготовка (подтягивание, отжимания, упражнения с набивными мячами и гантелями); круговая тренировка; развитие координации и выносливости, баскетбол по упрощённым правилам; кроссовая подготовка, подвижные игры; эстафеты с элементами военно-прикладной подготовки.

Форма контроля: *педагогическое наблюдение.*

Раздел 4. Специальная физическая подготовка. Подготовка к выполнению нормативов комплекса ГТО (10 ч: теория — 1 ч, практика — 9 ч)

Теория: история, ступени и виды испытаний комплекса ГТО.

Практика: низкий старт, бег на короткие дистанции; прыжок в длину с места, многоскоки; челночный бег 3×10 м; техника выполнения наклона вперёд, поднимания туловища, подтягивания, отжиманий; метание мяча 150 г на дальность; бег на выносливость; подготовка к итоговому тестированию.

Форма контроля: *педагогическое наблюдение, тестирование.*

Раздел 5. Строевая подготовка (8 ч: теория — 1 ч, практика — 7 ч)

Теория: строй и его элементы; строевые команды.

Практика: строевая стойка, повороты на месте; построения и перестроения на месте, расчёт, рапорт; движение строевым шагом, повороты в движении; разучивание строевой песни; действия в составе отделения; подготовка к смотру строя и песни.

Форма контроля: *педагогическое наблюдение, зачёт по строевой подготовке.*

Раздел 6. Топография и ориентирование на местности (8 ч: теория — 2 ч, практика — 6 ч)

Теория: понятие о топографии; план и карта, масштаб, условные знаки; рельеф местности и его изображение на карте.

Практика: работа с компасом, определение сторон горизонта; понятие об азимуте; чтение карты, составление схемы маршрута; ориентирование на пришкольной территории; прохождение маршрута по карте с элементами кроссовой подготовки.

Форма контроля: *опрос, зачёт по ориентированию.*

Раздел 7. Первая помощь (4 ч: теория — 1 ч, практика — 3 ч)

Теория: понятие о первой помощи; порядок вызова скорой медицинской помощи (112).

Практика: первая помощь при ушибах и ссадинах; наложение повязок; остановка кровотечения давящей повязкой; переноска пострадавшего на носилках.

Форма контроля: *педагогическое наблюдение, зачёт.*

Раздел 8. Гражданская оборона и защита от чрезвычайных ситуаций (4 ч: теория — 1 ч, практика — 3 ч)

Теория: чрезвычайные ситуации; сигнал «Внимание всем!»; эвакуация; средства индивидуальной защиты.

Практика: изготовление ватно-марлевой повязки; устройство противогаза, подбор размера, надевание противогаза на время.

Форма контроля: *опрос, зачёт (норматив).*

Раздел 9. Основы огневой подготовки (4 ч: теория — 1 ч, практика — 3 ч)

Теория: история стрелкового оружия России; меры безопасности при обращении с ММГ; назначение и основные части автомата Калашникова.

Практика: неполная разборка и сборка ММГ автомата Калашникова; изготовка и прицеливание; стрельба на электронном стрелковом тренажёре.

Форма контроля: *педагогическое наблюдение, зачёт (норматив).*

Раздел 10. Полоса препятствий (4 ч: теория — 1 ч, практика — 3 ч)

Теория: элементы полосы препятствий; правила безопасности при её преодолении.

Практика: техника преодоления отдельных препятствий; прохождение полосы препятствий в целом.

Форма контроля: *педагогическое наблюдение, зачёт.*

Раздел 11. Соревновательная практика (4 ч: теория — 0 ч, практика — 4 ч)

Практика: участие в первенстве школы по военно-спортивному многоборью, посвящённом Дню защитника Отечества; военно-спортивные соревнования «Кубок Победы», посвящённые Дню Победы; смотр строя и песни.

Форма контроля: *соревнования.*

Раздел 12. Контрольные занятия (4 ч: теория — 0 ч, практика — 4 ч)

Практика: промежуточная аттестация (декабрь) и итоговая аттестация (май): сдача контрольных нормативов по физической подготовке, зачёт по строевой подготовке, неполной разборке и сборке ММГ, надеванию противогаза, первой помощи.

Форма контроля: *контрольные нормативы, зачёт.*

Раздел 13. Итоговое занятие (2 ч: теория — 0 ч, практика — 2 ч)

Практика: открытое занятие «Служу Отечеству!»: показательные выступления обучающихся, подведение итогов учебного года, награждение.

Форма контроля: *открытое занятие.*

Планируемые результаты

Предметные:

- знает основные события военной истории России, историю блокады Ленинграда, имена Героев — земляков;
- выполняет строевые приёмы на месте и в движении, действует в составе отделения;
- читает план и карту, определяет стороны горизонта по компасу, проходит маршрут по карте;
- оказывает первую помощь при ушибах, ссадинах, кровотечениях, знает порядок действий при чрезвычайных ситуациях, надевает противогаз;
- знает меры безопасности и выполняет неполную разборку и сборку ММГ автомата Калашникова;
- выполняет испытания комплекса ГТО по технике, преодолевает полосу препятствий.

Метапредметные:

- показывает прирост результатов в контрольных нормативах по физической подготовке;
- точно и своевременно выполняет команды, ориентируется в пространстве;
- контролирует своё самочувствие во время нагрузки.

Личностные:

- проявляет уважение к защитникам Отечества и памяти о Великой Отечественной войне;
- соблюдает дисциплину, выполняет поручения, помогает товарищам;
- проявляет интерес к занятиям физической культурой и к сдаче нормативов комплекса ГТО.

Календарно-тематический план. Группа 12–14 лет

Режим занятий: 1 раз в неделю по 2 академических часа (академический час — 45 минут); суббота, 10.30–12.00. Обучение — с 15.09.2026 по 05.06.2027; 36 занятий, 72 часа. Каждое занятие включает разминку и элементы физической подготовки; в плане занятие отнесено к разделу учебного плана по его основному содержанию. Графа «Дата по факту» заполняется педагогом в ходе реализации программы.

№	Дата по плану	Дата по факту	Раз-дел	Тема занятия	Т	П	Все-го	Форма контроля
1	19.09.26		1	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности в спортивном зале, на стадионе и при работе с учебным оборудованием. Знакомство с программой и традициями объединения. Входная диагностика физической подготовленности	0	2	2	входная диагностика
2	26.09.26		3	Влияние физических упражнений на организм. Разминка, общеразвивающие и специальные беговые упражнения, фартлек, метание мяча	1	1	2	педагогическое наблюдение
3	03.10.26		2	Защитники Отечества от Древней Руси до наших дней. Викторина «Страницы военной истории России»	1	1	2	викторина
4	10.10.26		5	Строй и его элементы. Строевая стойка, повороты на месте, строевые команды	1	1	2	педагогическое наблюдение
5	17.10.26		4	Комплекс ГТО: история, ступени, виды испытаний. Низкий старт, бег на короткие дистанции	1	1	2	педагогическое наблюдение
6	24.10.26		6	Понятие о топографии. План и карта, масштаб, условные знаки	1	1	2	опрос
7	31.10.26		3	Силовая подготовка: подтягивание, отжимания, упражнения с набивными мячами. Круговая тренировка	0	2	2	педагогическое наблюдение
8	07.11.26		10	Полоса препятствий: элементы, правила безопасности, техника преодоления отдельных препятствий	1	1	2	педагогическое наблюдение
9	14.11.26		5	Построения и перестроения на месте. Расчёт, рапорт	0	2	2	педагогическое наблюдение
10	21.11.26		6	Компас. Определение сторон горизонта. Понятие об азимуте. Ориентирование на пришкольной территории	0	2	2	педагогическое наблюдение
11	28.11.26		4	Прыжок в длину с места, многоскоки, челночный бег	0	2	2	педагогическое наблюдение
12	05.12.26		9	История стрелкового оружия России. Меры безопасности при обращении с массогабаритным макетом (ММГ) автомата Калашникова. Назначение и основные части автомата, порядок неполной разборки и сборки	1	1	2	педагогическое наблюдение
13	12.12.26		2	Герои Отечества. 9 декабря — День Героев Отечества. Рассказ о Героях — земляках и выпускниках школы	1	1	2	опрос
14	19.12.26		12	Контрольное занятие. Промежуточная аттестация: контрольные нормативы по физической подготовке, зачёт по строевой подготовке	0	2	2	контрольные нормативы, зачёт
15	26.12.26		3	Развитие координации и выносливости. Баскетбол по упрощённым правилам	0	2	2	педагогическое наблюдение
16	09.01.27		4	Техника выполнения испытаний ГТО: наклон вперёд, поднимание туловища, подтягивание, отжимания	0	2	2	педагогическое наблюдение

№	Дата по плану	Дата по факту	Раз-дел	Тема занятия	Т	П	Все-го	Форма контроля
17	16.01.27		7	Понятие о первой помощи. Вызов скорой медицинской помощи (112). Первая помощь при ушибах и ссадинах, наложение повязок	1	1	2	педагогическое наблюдение
18	23.01.27		2	Блокада Ленинграда. 27 января — День полного освобождения Ленинграда от фашистской блокады. Просмотр документальной хроники, обсуждение	1	1	2	опрос
19	30.01.27		5	Движение строевым шагом, повороты в движении. Разучивание строевой песни	0	2	2	педагогическое наблюдение
20	06.02.27		8	Чрезвычайные ситуации. Сигнал «Внимание всем!», эвакуация. Средства индивидуальной защиты, изготовление ватно-марлевой повязки	1	1	2	опрос
21	13.02.27		8	Противогаз: устройство, подбор размера, надевание на время	0	2	2	зачёт (норматив)
22	20.02.27		11	Первенство школы по военно-спортивному многоборью, посвящённое Дню защитника Отечества	0	2	2	соревнования
23	27.02.27		3	Скоростно-силовая подготовка с гантелями и набивными мячами	0	2	2	педагогическое наблюдение
24	06.03.27		7	Первая помощь при кровотечениях: давящая повязка. Переноска пострадавшего на носилках	0	2	2	зачёт
25	13.03.27		6	Рельеф местности и его изображение на карте. Чтение карты, составление схемы маршрута	1	1	2	педагогическое наблюдение
26	20.03.27		9	Неполная разборка и сборка ММГ автомата Калашникова. Изготовка и прицеливание, стрельба на электронном стрелковом тренажёре	0	2	2	зачёт (норматив)
27	27.03.27		4	Метание мяча 150 г на дальность. Бег на выносливость	0	2	2	педагогическое наблюдение
28	03.04.27		10	Прохождение полосы препятствий в целом	0	2	2	зачёт
29	10.04.27		6	Ориентирование на пришкольной территории: прохождение маршрута по карте с элементами кроссовой подготовки	0	2	2	зачёт по ориентированию
30	17.04.27		5	Действия в составе отделения. Подготовка к смотру строя и песни	0	2	2	зачёт по строевой подготовке
31	24.04.27		3	Кроссовая подготовка. Подвижные игры	0	2	2	педагогическое наблюдение
32	08.05.27		11	Военно-спортивные соревнования «Кубок Победы», посвящённые Дню Победы. Смотр строя и песни	0	2	2	соревнования
33	15.05.27		4	Подготовка к итоговому тестированию по нормативам	0	2	2	тестирование
34	22.05.27		12	Контрольное занятие. Итоговая аттестация: контрольные нормативы по физической подготовке, зачёт по специальной подготовке	0	2	2	контрольные нормативы, зачёт
35	29.05.27		3	Эстафеты с элементами военно-прикладной подготовки	0	2	2	педагогическое наблюдение
36	05.06.27		13	Итоговое занятие. Открытое занятие «Служу Отечеству!»: показательные выступления, подведение итогов года, награждение	0	2	2	открытое занятие
				Итого	**12**	**60**	**72**	

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА. ГРУППА 15–18 ЛЕТ

Особенности организации образовательного процесса

Рабочая программа рассчитана на обучающихся 15–18 лет. Занятия проводятся 1 раз в неделю (суббота, 12.00–13.30) по 2 академических часа продолжительностью 45 минут; общая продолжительность занятия — 90 минут.

Программа для данной группы ориентирована на подготовку к выполнению нормативов V–VI ступеней комплекса ГТО и к военной службе: изучаются правовые основы воинской обязанности, строевой устав, движение по азимуту, сердечно-лёгочная реанимация и первая помощь при кровотечениях и переломах, нормативы по надеванию противогаза и неполной разборке и сборке ММГ автомата Калашникова. Используется практика наставничества: обучающиеся старшего возраста исполняют обязанности командиров отделений и помогают новичкам в освоении строевых приёмов.

Структура занятия: подготовительная часть (15 мин) — построение, рапорт, разминка; основная часть (60 мин) — изучение и совершенствование материала раздела; заключительная часть (15 мин) — восстановительные упражнения, анализ занятия.

Цель и задачи

Цель: Формирование у обучающихся 15–18 лет военно-прикладных знаний и умений, необходимых для подготовки к военной службе, развитие физических качеств до уровня нормативов комплекса ГТО и воспитание готовности к защите Отечества.

Обучающие задачи:

- познакомить с правовыми основами воинской обязанности и военной службы, видами и родами войск Вооружённых Сил Российской Федерации, с историей обороны и блокады Ленинграда;
- обучить строевым приёмам, выполнению воинского приветствия и управлению строем отделения;
- обучить работе с топографической картой и компасом, движению по азимуту;
- обучить сердечно-лёгочной реанимации, остановке кровотечений, иммобилизации и переноске пострадавших, действиям по сигналам оповещения и надеванию противогаза на время;
- обучить мерам безопасности, неполной разборке и сборке ММГ автомата Калашникова на время, изготовке и прицеливанию;
- обучить технике выполнения испытаний V–VI ступеней комплекса ГТО и преодолению полосы препятствий на время.

Развивающие задачи:

- развить силу, быстроту, выносливость, ловкость и скоростно-силовые качества;
- развить умение оценивать обстановку и быстро принимать решения;
- сформировать навыки самоконтроля и ведения дневника самоконтроля.

Воспитательные задачи:

- воспитать готовность к выполнению конституционного долга по защите Отечества;
- воспитать ответственность за порученное дело и за товарищей, лидерские качества;
- сформировать уважение к памяти защитников Отечества и Героям России.

Содержание

Раздел 1. Вводное занятие (2 ч: теория — 0 ч, практика — 2 ч)

Практика: инструктаж по технике безопасности в спортивном зале, на стадионе и при работе с учебным оборудованием; знакомство с программой и режимом занятий; входная диагностика физической подготовленности (бег 60 м, челночный бег 3×10 м, прыжок в длину с места, подтягивание, отжимания, наклон вперёд).

Форма контроля: *входная диагностика (педагогическое наблюдение, тестирование).*

Раздел 2. Героическая история Отечества и основы военной службы (6 ч: теория — 3 ч, практика — 3 ч)

Теория: воинская обязанность и военная служба — конституционный долг гражданина; виды и рода войск Вооружённых Сил Российской Федерации; 3 декабря — День Неизвестного Солдата, 9 декабря — День Героев Отечества, Герои России — наши современники; оборона и блокада Ленинграда.

Практика: викторина; подготовка сообщений о Героях России; просмотр и обсуждение документальной хроники.

Форма контроля: *опрос, викторина.*

Раздел 3. Общая физическая подготовка (10 ч: теория — 1 ч, практика — 9 ч)

Теория: самоконтроль на занятиях, частота сердечных сокращений, дневник самоконтроля.

Практика: разминка, специальные беговые упражнения, фартлек; силовая подготовка, круговая тренировка; развитие выносливости, спортивные игры по упрощённым правилам; скоростно-силовая подготовка; кроссовая подготовка, эстафеты с элементами военно-прикладной подготовки.

Форма контроля: *педагогическое наблюдение.*

Раздел 4. Специальная физическая подготовка. Подготовка к выполнению нормативов комплекса ГТО (10 ч: теория — 1 ч, практика — 9 ч)

Теория: V и VI ступени комплекса ГТО, виды испытаний и правила их выполнения.

Практика: бег 60 м; прыжки, челночный бег 3×10 м; техника подтягивания и отжиманий; метание спортивного снаряда на дальность; бег на выносливость; подготовка к итоговому тестированию; совершенствование техники выполнения испытаний.

Форма контроля: *педагогическое наблюдение, тестирование.*

Раздел 5. Строевая подготовка (6 ч: теория — 1 ч, практика — 5 ч)

Теория: строевой устав: общие положения, строй и управление им, обязанности военнослужащих в строю.

Практика: строевые приёмы на месте; строевой шаг, повороты в движении; выполнение воинского приветствия; обязанности и команды командира отделения (практика наставничества); подготовка к смотру строя и песни.

Форма контроля: *педагогическое наблюдение, зачёт по строевой подготовке.*

Раздел 6. Топография и ориентирование на местности (8 ч: теория — 1 ч, практика — 7 ч)

Теория: топографическая карта: масштаб, условные знаки, изображение рельефа горизонталями.

Практика: определение азимута по компасу и карте, движение по азимуту; чтение карты, составление схемы маршрута; прохождение маршрута по азимуту с элементами кроссовой подготовки.

Форма контроля: *опрос, зачёт по ориентированию.*

Раздел 7. Первая помощь (6 ч: теория — 1 ч, практика — 5 ч)

Теория: правовые основы и порядок оказания первой помощи; признаки жизни.

Практика: сердечно-лёгочная реанимация на манекене-тренажёре; остановка кровотечения кровоостанавливающим жгутом и давящей повязкой; иммобилизация при переломах подручными средствами; переноска пострадавших на носилках и подручными средствами; решение ситуационных задач.

Форма контроля: *педагогическое наблюдение, зачёт.*

Раздел 8. Гражданская оборона и защита от чрезвычайных ситуаций (4 ч: теория — 1 ч, практика — 3 ч)

Теория: чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера; система оповещения; эвакуация; средства индивидуальной защиты.

Практика: надевание противогаза на время; действия по сигналам оповещения.

Форма контроля: *опрос, зачёт (норматив).*

Раздел 9. Основы огневой подготовки (6 ч: теория — 1 ч, практика — 5 ч)

Теория: меры безопасности при обращении с ММГ; назначение, боевые свойства и устройство автомата Калашникова; порядок неполной разборки и сборки.

Практика: неполная разборка и сборка ММГ автомата Калашникова на время; изготовка к стрельбе, прицеливание; стрельба на электронном стрелковом тренажёре.

Форма контроля: *педагогическое наблюдение, зачёт (норматив).*

Раздел 10. Полоса препятствий (4 ч: теория — 1 ч, практика — 3 ч)

Теория: элементы полосы препятствий; правила безопасности при её преодолении.

Практика: техника преодоления препятствий; прохождение полосы препятствий на время.

Форма контроля: *педагогическое наблюдение, зачёт.*

Раздел 11. Соревновательная практика (4 ч: теория — 0 ч, практика — 4 ч)

Практика: участие в первенстве школы по военно-спортивному многоборью, посвящённом Дню защитника Отечества; военно-спортивные соревнования «Кубок Победы», посвящённые Дню Победы; смотр строя и песни.

Форма контроля: *соревнования.*

Раздел 12. Контрольные занятия (4 ч: теория — 0 ч, практика — 4 ч)

Практика: промежуточная аттестация (декабрь) и итоговая аттестация (май): сдача контрольных нормативов по физической подготовке, зачёт по строевой подготовке, неполной разборке и сборке ММГ, надеванию противогаза, первой помощи.

Форма контроля: *контрольные нормативы, зачёт.*

Раздел 13. Итоговое занятие (2 ч: теория — 0 ч, практика — 2 ч)

Практика: открытое занятие «Служу Отечеству!»: показательные выступления обучающихся, подведение итогов учебного года, награждение.

Форма контроля: *открытое занятие.*

Планируемые результаты

Предметные:

- знает основы воинской обязанности и военной службы, виды и рода войск Вооружённых Сил РФ, историю обороны и блокады Ленинграда;
- выполняет строевые приёмы и воинское приветствие, подаёт команды и управляет строем отделения;
- определяет азимут по компасу и карте, проходит маршрут по азимуту;
- выполняет сердечно-лёгочную реанимацию на манекене-тренажёре, останавливает кровотечение, выполняет иммобилизацию и переноску пострадавшего, надевает противогаз в пределах норматива;
- выполняет неполную разборку и сборку ММГ автомата Калашникова в пределах норматива, соблюдает меры безопасности;
- выполняет испытания комплекса ГТО по технике, преодолевает полосу препятствий на время.

Метапредметные:

- показывает прирост результатов в контрольных нормативах по физической подготовке;
- оценивает обстановку и принимает решения при решении ситуационных задач и на соревнованиях;
- ведёт дневник самоконтроля, контролирует своё самочувствие.

Личностные:

- проявляет готовность к защите Отечества и уважение к военной службе;
- ответственно исполняет обязанности командира отделения, помогает новичкам;
- проявляет уважение к памяти защитников Отечества и Героям России.

Календарно-тематический план. Группа 15–18 лет

Режим занятий: 1 раз в неделю по 2 академических часа (академический час — 45 минут); суббота, 12.00–13.30. Обучение — с 15.09.2026 по 05.06.2027; 36 занятий, 72 часа. Каждое занятие включает разминку и элементы физической подготовки; в плане занятие отнесено к разделу учебного плана по его основному содержанию. Графа «Дата по факту» заполняется педагогом в ходе реализации программы.

№	Дата по плану	Дата по факту	Раз-дел	Тема занятия	Т	П	Все-го	Форма контроля
1	19.09.26		1	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности в спортивном зале, на стадионе и при работе с учебным оборудованием. Знакомство с программой. Входная диагностика физической подготовленности	0	2	2	входная диагностика
2	26.09.26		2	Воинская обязанность и военная служба — конституционный долг гражданина. Виды и рода войск Вооружённых Сил РФ. Викторина	1	1	2	викторина
3	03.10.26		3	Самоконтроль на занятиях: ЧСС, дневник самоконтроля. Разминка, специальные беговые упражнения, фартлек	1	1	2	педагогическое наблюдение
4	10.10.26		5	Строевой устав: общие положения, строй и управление им, обязанности в строю. Строевые приёмы на месте	1	1	2	педагогическое наблюдение
5	17.10.26		4	Комплекс ГТО: V и VI ступени, виды испытаний и правила их выполнения. Бег 60 м	1	1	2	педагогическое наблюдение
6	24.10.26		6	Топографическая карта: масштаб, условные знаки, изображение рельефа горизонталями	1	1	2	опрос
7	31.10.26		9	Меры безопасности при обращении с ММГ. Назначение, боевые свойства и устройство автомата Калашникова. Порядок неполной разборки и сборки	1	1	2	педагогическое наблюдение
8	07.11.26		10	Полоса препятствий: элементы, правила безопасности, техника преодоления	1	1	2	педагогическое наблюдение
9	14.11.26		3	Силовая подготовка. Круговая тренировка	0	2	2	педагогическое наблюдение
10	21.11.26		6	Азимут. Определение азимута по компасу и карте, движение по азимуту	0	2	2	педагогическое наблюдение
11	28.11.26		7	Первая помощь: правовые основы, порядок оказания. Определение признаков жизни, сердечно-лёгочная реанимация на манекене-тренажёре	1	1	2	педагогическое наблюдение
12	05.12.26		2	Подвиг народа: 3 декабря — День Неизвестного Солдата, 9 декабря — День Героев Отечества. Герои России — наши современники	1	1	2	опрос
13	12.12.26		4	Прыжки, челночный бег, подтягивание и отжимания — техника выполнения испытаний ГТО	0	2	2	педагогическое наблюдение
14	19.12.26		12	Контрольное занятие. Промежуточная аттестация: контрольные нормативы по физической подготовке, зачёт по строевой подготовке	0	2	2	контрольные нормативы, зачёт
15	26.12.26		5	Строевой шаг, повороты в движении, выполнение воинского приветствия	0	2	2	педагогическое наблюдение
16	09.01.27		3	Развитие выносливости. Спортивные игры по упрощённым правилам	0	2	2	педагогическое наблюдение
17	16.01.27		9	Неполная разборка и сборка ММГ автомата Калашникова на время	0	2	2	зачёт (норматив)
18	23.01.27		2	Оборона и блокада Ленинграда. Просмотр документальной хроники, обсуждение	1	1	2	опрос

№	Дата по плану	Дата по факту	Раз-дел	Тема занятия	Т	П	Все-го	Форма контроля
19	30.01.27		7	Первая помощь при кровотечениях (кровоостанавливающий жгут, давящая повязка) и переломах (иммобилизация подручными средствами)	0	2	2	зачёт
20	06.02.27		8	Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера. Система оповещения, эвакуация, средства индивидуальной защиты	1	1	2	опрос
21	13.02.27		8	Надевание противогаза на время. Действия по сигналам оповещения	0	2	2	зачёт (норматив)
22	20.02.27		11	Первенство школы по военно-спортивному многоборью, посвящённое Дню защитника Отечества	0	2	2	соревнования
23	27.02.27		4	Метание спортивного снаряда на дальность. Бег на выносливость	0	2	2	педагогическое наблюдение
24	06.03.27		6	Чтение карты. Составление схемы маршрута	0	2	2	педагогическое наблюдение
25	13.03.27		7	Переноска пострадавших на носилках и подручными средствами. Решение ситуационных задач	0	2	2	зачёт
26	20.03.27		9	Изготовка к стрельбе, прицеливание. Стрельба на электронном стрелковом тренажёре	0	2	2	зачёт (норматив)
27	27.03.27		3	Скоростно-силовая подготовка	0	2	2	педагогическое наблюдение
28	03.04.27		10	Прохождение полосы препятствий на время	0	2	2	зачёт
29	10.04.27		6	Прохождение маршрута по азимуту с элементами кроссовой подготовки	0	2	2	зачёт по ориентированию
30	17.04.27		5	Управление строем: обязанности командира отделения (практика наставничества). Подготовка к смотру строя и песни	0	2	2	зачёт по строевой подготовке
31	24.04.27		4	Подготовка к итоговому тестированию по нормативам	0	2	2	тестирование
32	08.05.27		11	Военно-спортивные соревнования «Кубок Победы», посвящённые Дню Победы. Смотр строя и песни	0	2	2	соревнования
33	15.05.27		3	Кроссовая подготовка. Эстафеты с элементами военно-прикладной подготовки	0	2	2	педагогическое наблюдение
34	22.05.27		12	Контрольное занятие. Итоговая аттестация: контрольные нормативы по физической подготовке, зачёт по специальной подготовке	0	2	2	контрольные нормативы, зачёт
35	29.05.27		4	Совершенствование техники выполнения испытаний комплекса ГТО	0	2	2	педагогическое наблюдение
36	05.06.27		13	Итоговое занятие. Открытое занятие «Служу Отечеству!»: показательные выступления, подведение итогов года, награждение	0	2	2	открытое занятие
				Итого	**11**	**61**	**72**	

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Описание методов, приёмов, технологий и практик

При реализации программы используются следующие методы обучения:

- словесные — рассказ, беседа, объяснение, команды и распоряжения, разбор ошибок; применяются при изложении теоретического материала по истории, основам военной службы, гражданской обороне, первой помощи;
- наглядные — показ упражнений и строевых приёмов, демонстрация плакатов, схем, карт, презентаций, документальных видеоматериалов;
- практические — метод расчленённого и целостного разучивания (строевые приёмы, неполная разборка и сборка ММГ изучаются по элементам, затем слитно и на время), метод повторного выполнения, метод круговой тренировки, решение ситуационных задач по первой помощи и действиям в чрезвычайных ситуациях;
- соревновательный метод — выполнение нормативов, эстафеты, соревнования по военно-спортивному многоборью, смотр строя и песни;
- игровой метод — подвижные и спортивные игры, военно-спортивные эстафеты.

Используемые педагогические технологии:

- здоровьесберегающие технологии — дозирование нагрузки, контроль самочувствия, обучение самоконтролю и ведению дневника самоконтроля, соблюдение техники безопасности;
- технология коллективной деятельности — работа в составе отделения, взаимопроверка при выполнении нормативов;
- технология наставничества (форма «обучающийся — обучающийся») — обучающиеся старшего возраста исполняют обязанности командиров отделений и помогают новичкам;
- технология проблемного обучения — решение ситуационных задач по первой помощи, ориентированию и действиям при чрезвычайных ситуациях.

Методы воспитания: убеждение и личный пример педагога, поощрение, требование, традиции объединения (построение и рапорт в начале занятия, смотр строя и песни, участие в мероприятиях ко Дню Героев Отечества, Дню полного освобождения Ленинграда от фашистской блокады, Дню защитника Отечества и Дню Победы), беседы о Героях Отечества и защитниках Ленинграда.

Перечень дидактических средств и электронных образовательных ресурсов

№	Наименование	Вид	Раздел программы
1	Презентации «Защитники Отечества», «Герои Отечества», «Блокада Ленинграда»; документальные видеоматериалы	ЭОР (презентация, видео)	раздел 2
2	Вопросы викторин по военной истории России	раздаточный материал	раздел 2
3	Карточки-задания для круговой тренировки; бланки дневника самоконтроля	раздаточный материал	раздел 3
4	Таблицы нормативов комплекса ГТО по ступеням; видеоролики о технике выполнения испытаний (официальный сайт ГТО)	наглядный материал, ЭОР	раздел 4

№	Наименование	Вид	Раздел программы
5	Плакаты «Строевые приёмы», схемы построений и перестроений; тексты строевых песен	наглядный материал	раздел 5
6	Топографические карты, планы местности, таблицы условных знаков, карточки маршрутов	раздаточный материал	раздел 6
7	Плакаты и видеоматериалы по первой помощи; ситуационные задачи	наглядный материал, ЭОР	раздел 7
8	Плакаты «Средства индивидуальной защиты», «Сигналы оповещения»; видеоматериалы МЧС России	наглядный материал, ЭОР	раздел 8
9	Плакат «Устройство автомата Калашникова», таблица порядка неполной разборки и сборки	наглядный материал	раздел 9
10	Схема полосы препятствий с описанием техники преодоления	наглядный материал	раздел 10
11	Положения о соревнованиях и смотре строя и песни, протоколы	методический материал	разделы 11, 12
12	Инструкции по охране труда; сценарий итогового открытого занятия	методический материал	разделы 1, 13

Информационные источники

Список литературы для педагога

1. Агапова, И. А. Мы — патриоты! Классные часы и внеклассные мероприятия: 1–11 классы / И. А. Агапова, М. А. Давыдова. – Москва : ВАКО, 2008. – Текст : непосредственный.

2. Барчуков, И. С. Физическая культура : учебник / И. С. Барчуков. – Москва : КноРус, 2022. – Текст : непосредственный.

3. Воронова, Е. А. Воспитать патриота: программы, мероприятия, игры / Е. А. Воронова. – Ростов-на-Дону : Феникс, 2008. – Текст : непосредственный.

4. Литвиненко, В. И. Основы начальной военной подготовки : учебник / В. И. Литвиненко. – Москва : КноРус, 2023. – Текст : непосредственный.

5. Моисеев, А. В. Строевая подготовка : учебное пособие / А. В. Моисеев. – Москва : КноРус, 2023. – Текст : непосредственный.

Список литературы для обучающихся и родителей

1. Васильев, Б. Л. А зори здесь тихие… / Б. Л. Васильев. – Текст : непосредственный.

2. Васильев, Б. Л. В списках не значился / Б. Л. Васильев. – Текст : непосредственный.

3. Ильина, Е. Я. Четвёртая высота / Е. Я. Ильина. – Текст : непосредственный.

4. Катаев, В. П. Сын полка / В. П. Катаев. – Текст : непосредственный.

5. Полевой, Б. Н. Повесть о настоящем человеке / Б. Н. Полевой. – Текст : непосредственный.

Интернет-источники

1. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО) : официальный сайт. – URL: https://www.gto.ru (дата обращения: 19.10.2026). – Текст : электронный.

2. МЧС России : официальный сайт. – Москва. – URL: https://www.mchs.gov.ru (дата обращения: 19.10.2026). – Текст : электронный.

3. Министерство обороны Российской Федерации : официальный сайт. – Москва. – URL: https://mil.ru (дата обращения: 19.10.2026). – Текст : электронный.

4. Память народа : общедоступный электронный банк документов. – URL: https://pamyat-naroda.ru (дата обращения: 19.10.2026). – Текст : электронный.

5. Юнармия : официальный сайт Всероссийского военно-патриотического общественного движения. – URL: https://yunarmy.ru (дата обращения: 19.10.2026). – Текст : электронный.

ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Виды контроля и их периодичность

Вид контроля	Сроки	Содержание и формы
Входной	сентябрь (вводное занятие, 19.09.2026)	определение исходного уровня физической подготовленности: тестирование, педагогическое наблюдение
Текущий	на каждом занятии и по завершении изучения темы	педагогическое наблюдение, опрос, викторина, тестирование, зачёты по строевой подготовке, ориентированию, первой помощи, нормативы по надеванию противогаза и неполной разборке и сборке ММГ, соревнования
Промежуточный	декабрь (19.12.2026)	промежуточная аттестация: контрольные нормативы по физической подготовке, зачёт по строевой подготовке
Итоговый	май — июнь (22.05.2027, 05.06.2027)	итоговая аттестация: контрольные нормативы по физической подготовке и зачёт по специальной подготовке; итоговое открытое занятие

Формы и методы отслеживания результатов, формы фиксации

Предметные результаты выявляются через опрос, викторину, тестирование, зачёты, выполнение нормативов, участие в соревнованиях и открытом занятии. Метапредметные результаты выявляются по динамике результатов контрольных нормативов, при решении ситуационных задач и методом педагогического наблюдения; личностные результаты — методом педагогического наблюдения на занятиях и мероприятиях.

Формы фиксации результатов: журнал учёта работы педагога, протоколы сдачи нормативов и зачётов, диагностические карты обучающихся, дневники самоконтроля (группа 15–18 лет), протоколы соревнований, фото- и видеозаписи мероприятий.

Критериальный аппарат

Результаты оцениваются по трём уровням: высокий, средний, низкий. Итоговый уровень освоения программы определяется по совокупности результатов: высокий — по большинству форм контроля показан высокий уровень; средний — по большинству форм контроля показан средний уровень; низкий — по большинству форм контроля показан низкий уровень.

1. Педагогическое наблюдение (входная диагностика, личностные и метапредметные результаты)

Показатель	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
Дисциплина, соблюдение техники безопасности и мер безопасности при работе с ММГ	соблюдает постоянно, без напоминаний	соблюдает, иногда требуется напоминание	часто нарушает, требуется постоянный контроль
Выполнение команд и работа в составе отделения	выполняет точно и своевременно, помогает товарищам	выполняет с отдельными ошибками	выполняет с запозданием или не выполняет
Отношение к истории Отечества и памятным датам	активно участвует в беседах и мероприятиях, готовит сообщения	участвует в мероприятиях без выраженной инициативы	безразличен к теме, не участвует
Самоконтроль и принятие решений	контролирует самочувствие, быстро и верно принимает решения	принимает решения с подсказкой педагога	не контролирует самочувствие, теряется в нестандартной ситуации

2. Опрос и викторина

Показатель	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
Знание теоретического материала (военная история, основы военной службы, топография, гражданская оборона)	80–100 % правильных ответов	50–79 % правильных ответов	менее 50 % правильных ответов

3. Зачёты по строевой подготовке, ориентированию, первой помощи, полосе препятствий

Вид зачёта	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
Строевая подготовка	выполняет приёмы чётко, слитно, без ошибок; в составе отделения действует синхронно	выполняет с отдельными неточностями	допускает грубые ошибки, сбивается с шага
Ориентирование	проходит маршрут самостоятельно, находит все контрольные пункты	проходит маршрут с подсказкой, находит большинство контрольных пунктов	не может определить направление, находит менее половины пунктов
Первая помощь (ситуационная задача)	правильно определяет состояние, выполняет действия в верной последовательности	выполняет действия с незначительными ошибками	допускает ошибки, опасные для пострадавшего
Полоса препятствий	проходит все препятствия без ошибок, в высоком темпе	проходит все препятствия с отдельными ошибками	не преодолевает отдельные препятствия

4. Нормативы специальной подготовки

Группа 12–14 лет

Норматив	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
Надевание противогаза, с	10 и менее	11–15	16 и более
Неполная разборка ММГ автомата Калашникова, с	30 и менее	31–45	46 и более
Сборка ММГ после неполной разборки, с	40 и менее	41–60	61 и более

Группа 15–18 лет

Норматив	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
Надевание противогаза, с	8 и менее	9–10	11 и более
Неполная разборка ММГ автомата Калашникова, с	20 и менее	21–30	31 и более
Сборка ММГ после неполной разборки, с	30 и менее	31–40	41 и более

5. Контрольные нормативы по физической подготовке

Нормативы разработаны с учётом государственных требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО для соответствующих возрастных ступеней. Для времени (с) указан результат «не более», для остальных показателей — «не менее». Оценивается также индивидуальный прирост результата по сравнению с входной диагностикой. Нормативы применяются для обучающихся основной медицинской группы; педагог может корректировать их с учётом индивидуальных особенностей обучающихся.

Группа 12–14 лет

Контрольное упражнение	Мальчики			Девочки		
	высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий
Бег 60 м, с	9,4	9,5–10,4	10,5 и более	10,0	10,1–11,0	11,1 и более
Челночный бег 3×10 м, с	7,9	8,0–8,7	8,8 и более	8,4	8,5–9,2	9,3 и более
Прыжок в длину с места, см	190	165–189	164 и менее	175	150–174	149 и менее
Подтягивание: мальчики — из виса на высокой перекладине; девочки — из виса лёжа на низкой перекладине, раз	8	4–7	3 и менее	17	11–16	10 и менее
Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу, раз	28	18–27	17 и менее	15	9–14	8 и менее
Поднимание туловища из положения лёжа на спине за 1 мин, раз	46	36–45	35 и менее	40	31–39	30 и менее
Наклон вперёд из положения стоя на гимнастической скамье, см	+9	+4…+8	+3 и менее	+13	+6…+12	+5 и менее
Метание мяча 150 г, м	36	28–35	27 и менее	23	17–22	16 и менее

Группа 15–18 лет

Контрольное упражнение	Юноши			Девушки		
	высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий
Бег 60 м, с	8,4	8,5–9,2	9,3 и более	9,6	9,7–10,5	10,6 и более
Челночный бег 3×10 м, с	7,3	7,4–8,0	8,1 и более	8,2	8,3–9,0	9,1 и более
Прыжок в длину с места, см	225	200–224	199 и менее	185	165–184	164 и менее
Подтягивание: юноши — из виса на высокой перекладине; девушки — из виса лёжа на низкой перекладине, раз	13	9–12	8 и менее	19	13–18	12 и менее
Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу, раз	40	28–39	27 и менее	17	11–16	10 и менее
Поднимание туловища из положения лёжа на спине за 1 мин, раз	50	40–49	39 и менее	43	34–42	33 и менее
Наклон вперёд из положения стоя на гимнастической скамье, см	+13	+7…+12	+6 и менее	+16	+9…+15	+8 и менее
Метание спортивного снаряда (юноши — 700 г, девушки — 500 г), м	35	27–34	26 и менее	21	15–20	14 и менее

6. Соревнования и итоговое открытое занятие

Показатель	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
Участие в соревнованиях и смотре строя и песни	показывает высокий личный результат, вносит значимый вклад в результат команды	выполняет все этапы с отдельными ошибками	выполняет не все этапы, нарушает правила
Итоговое открытое занятие	уверенно демонстрирует освоенные умения, выполняет обязанности командира или помощника	демонстрирует умения с отдельными ошибками	демонстрирует отдельные элементы с помощью педагога

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
Оператор ЭДО ООО "Компания "Тензор"
Идентификатор: a87bb12f-8009-435d-82eb-a9770795b93c
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 2 ВАСИЛЕОСТРОВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА,
Поздняков Егор Владимирович, Директор
29.08.26 12:13 (MSK)
Сертификат 0080627F3BBC077BB076F226F9F1F67585