

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 484
Московского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТА

Педагогическим советом
ГБОУ школы № 484
Московского района Санкт-Петербурга
Протокол № 1 от 29.08.2025 г.

УТВЕРЖДЕНА

Приказ № 410/01-оу от 01.09. 2025г.
Директор ГБОУ школы № 484
Московского района Санкт-Петербурга
_____ М.Ю. Ефимова

**Дополнительная общеразвивающая программа
«Военно - спортивное многоборье»**

Срок освоения: 2 года обучения
Возраст обучающихся: 11-17 лет

Разработчик:
Потехина Анастасия Сергеевна
педагог дополнительного образования

Пояснительная записка

Данная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Военно-спортивное многоборье» (далее – программа) имеет **физкультурно-спортивную направленность**.

Адресат: обучающиеся 11-17 лет, имеющим интерес к начальной военно-спортивной подготовке, желающим освоить навыки обращения с оружием, туристским снаряжением, развивать волевые качества и формировать психологическую устойчивость при решении практических задач в различных условиях.

Актуальность программы.

Патриотическое воспитание сегодня – это социальная потребность нашего общества.

От уровня патриотического сознания граждан зависит безопасность страны во всех ее сферах.

В современных условиях социально-экономического и политического развития, внешнеполитической и международной обстановки, государство ставит четкие цели и задачи воспитания личности, которые включают в себя:

- создание условий для самоопределения и социализации обучающихся на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства;
- формирование у обучающихся чувства патриотизма, гражданственности, уважения к памяти защитников Отечества и подвигам Героев Отечества;
- формирование у обучающихся уважения к закону и правопорядку, человеку труда и старшему поколению, взаимного уважения;
- развитие бережного отношения к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации, природе и окружающей среде.

Одним из способов решения данных задач является обучение учащихся культуре здорового и безопасного образа жизни, навыкам оказания первой помощи, в том числе в случае наступления чрезвычайных ситуаций.

Реализация программы также будет содействовать развитию волевых качеств, психологической устойчивости и готовности к выполнению различных задач в реальных жизненных ситуациях, в том числе и чрезвычайных ситуациях.

Кроме того, в процессе обучения будут закладываться основы наставнической деятельности, а именно: формироваться лидерские качества, умение работать в команде и оказывать помощь своим партнерам, аргументированно доказывать собственную точку зрения, договариваться и приходить к оптимальному решению, ставить цели и намечать пути их достижения, она будет способствовать социальной адаптации детей, их самореализации и развитию индивидуальных способностей личности.

Программа «Военно-спортивное многоборье» позволяет решить вышеуказанные задачи патриотического воспитания, отвечает требованиям современной системы образования, условиям модернизации образовательного процесса и образовательным запросам общества и государства, что делает ее актуальной и востребованной.

Уровень освоения программы – базовый.

Объем и срок освоения

Программа рассчитана на 2 года обучения. 1 год – 144 часа, 2 год – 144 часа.

Общий объем – 288 часов.

Отличительные особенности программы.

Отличительной особенностью данной программы является ее практикоориентированный характер.

Программа направлена как на изучение теоретических основ начальной военной подготовки и безопасного поведения, так и на формирование навыков применения данных знаний на практике, в том числе в ходе различных соревнований и учебно-тренировочных сборов.

При освоении программы учащиеся: овладевают необходимыми навыками по использованию технических средств системы пожаротушения, гражданской обороны; изучают механизмы и принципы работы стрелкового оружия; знакомятся с различными профессиями и приобретают предпрофессиональные навыки в военно-технической сфере.

Цель программы: обучение учащихся основам начальной военной подготовки, формирование у обучающихся чувства гражданственности и патриотизма.

Задачи программы:

Образовательные:

- освоить навыки общефизической и начальной военной подготовки;
- обучить основам безопасного и здорового образа жизни;

Воспитательные:

- воспитать чувство гражданственности, патриотизма, любви к Родине;
- мотивировать детей и подростков к службе в Вооруженных Силах РФ.
- мотивировать участников к систематическим занятиям физкультурой и спортом.

Развивающие:

- развить познавательную активность учащихся, способности к целеполаганию и планированию собственной деятельности, самоконтролю;
- развить способности систематизировать, сопоставлять, анализировать, обобщать и интерпретировать информацию, содержащуюся в различных источниках;
- развить навыки командного взаимодействия.
- развить волевые качества личности участников.

Планируемые результаты.

Личностные результаты:

- формирование осознанного и уважительного отношения к Отечеству;
- соблюдение правил безопасного и здорового образа жизни.

Метапредметные результаты:

- умение самостоятельно определять цели обучения, ставить и формулировать новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- умение систематизировать, сопоставлять, анализировать, обобщать и интерпретировать информацию;
- наличие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.

Предметные результаты:

- умение выполнять общеразвивающие упражнения, целенаправленно воздействующие на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и координации движений);
- овладение навыками стрелковой и строевой подготовки;
- овладение практическими навыками здорового образа жизни, безопасного поведения и поведения в экстремальных и чрезвычайных ситуациях;
- знание теории и практики начальной военной подготовки.

Организационно- педагогические условия реализации

Язык реализации: Государственном языке Российской Федерации- русский язык.

Форма обучения – очная.

Режим занятий, периодичность и продолжительность: Занятия учебных групп проводятся 2 раза в неделю по 2 часа.

Условия набора на обучение: В детское объединение принимаются все желающие изучать основы общефизической подготовки и начальной военной подготовки, не имеющие медицинских противопоказаний. Обязательным условием является наличие допуска врача и согласия родителей. В группах могут заниматься как учащиеся одного возраста, так и возможно комплектование разновозрастных групп. Допускается дополнительный набор учащихся на второй год обучения по результатам собеседования или тестирования по темам предыдущего года обучения.

Реализация программы предполагает участие в военно-патриотической игре «Зарница 2.0», соревнованиях «Школа безопасности» и комплекса ВФСК ГТО.

Минимальное количество учащихся в объединениях:

1 год обучение – 15 человек;

2 год обучения – 12 человек.

Особенности осуществления образовательного процесса.

Образовательный процесс по программе строится на сочетании теоретических и практических занятий.

Изучение теоретического материала происходит последовательно от получения первичных знаний к накоплению системных знаний в данной области.

Закрепление и усвоение изученного материала осуществляется в ходе проведения практических занятий, которые позволяют отработать приемы и навыки общефизической, туристской, строевой и стрелковой подготовки, оказания первой помощи.

Еще одним важным элементом является участие обучающихся в массовых мероприятиях различного уровня, которые позволяют оценить уровень освоения образовательной программы и при необходимости своевременно осуществить корректировку образовательного процесса, в том числе содержания программ и форм занятий.

Решение образовательных, воспитательных и развивающих задач осуществляется с учетом индивидуальных и возрастных особенностей учащихся, а также с учетом уровня их подготовки и мотивации к образовательной деятельности.

При возникновении необходимости допускается реализация программы с использованием дистанционных образовательных технологий.

Педагоги дополнительного образования самостоятельно выбирают методы, технологии и платформы для организации обучения в дистанционном режиме (через электронную почту, социальные сети «ВКонтакте», «Одноклассники» и другие).

В организации образовательного процесса возможно применение классических технологий дистанционного обучения, предусматривающих выполнение заданий, самостоятельную работу с материалами; реализацию проектов в соответствии с изучаемыми темами.

Педагог самостоятельно формирует оценочные и диагностические материалы и способы фиксации результатов деятельности обучающихся для определения уровня освоения ДОП (тестовые задания, комплексные работы, решение практических задач, диктант по безопасности, эссе, исследование, статья, проект, письменная работа, презентация, видеофильм и т.д.). По результатам контроля за освоением программы педагог оформляет сводные протоколы с результатами выполненных заданий и аналитическую справку по результатам промежуточного и итогового контроля. Результаты диагностики освоения ДОП хранятся у педагога дополнительного образования.

Формы проведения занятий.

Занятия проводятся в форме лекций, бесед, решения ситуационных задач, выполнения практических заданий, упражнений, эстафет, игр сдачи нормативов и других формах. Выбор формы занятия зависит от темы изучаемого материала, от цели занятий, образовательных, воспитательных, развивающих задач.

Выбор формы занятия зависит от темы изучаемого теоретического материала, от цели занятий, образовательных, воспитательных, развивающих задач и предметных, метапредметных и личностных результатов образовательного процесса.

Формы организации деятельности.

Фронтальная работа: осуществляется на теоретических и практических занятиях в ходе беседы, объяснения, опроса, демонстрации учебного материала с целью усвоения, закрепления и контроля изученного материала.

Коллективная работа: осуществляется в ходе подготовки и участия в конкурсах, учебно-тренировочных сборах, соревнованиях, турнирах, когда в образовательном процессе задействованы все обучающиеся детского объединения.

Групповая работа: осуществляется на практических занятиях, семинарах при отработке практических навыков и усвоенного теоретического материала.

Индивидуальная работа: осуществляется с обучающимися, которые принимают участие в конкурсах, соревнованиях, олимпиадах и т.д. В первую очередь, данная работа осуществляется с высокомотивированными обучающимися, которые требуют индивидуального подхода в обучении для достижения положительных результатов.

Материально-техническое обеспечение:

- класс или аудитория из расчета количества учеников, зал для общей физической подготовки;
- стадион с элементами ВПП
- видеооборудование: проектор, ноутбук;
- канцелярские принадлежности: бумага, ручки, карандаши;
- учебные плакаты и раздаточный материал;
- тренажер «Максим»;
- аптечка первой помощи;
- топографические карты и карты для спортивного ориентирования;
- серия видеоматериалов «Зарница-Школа безопасности», «Стрелковое многоборье», «Туристское многоборье»;
- комплект специального оборудования на 15 человек;
- пневматическое оружие;
- средства защиты органов дыхания и кожи;
- приборы РХН;
- секундомеры.

Кадровое обеспечение

Педагогические кадры, обеспечивающие реализацию программы:

Педагог дополнительного образования, имеющий педагогическое образование

Учебный план 1 год обучения

Название разделов и тем	Количество часов			Формы контроля
	Теория	Практика	Всего	
Вводное занятие. Инструктаж по охране труда и технике безопасности. Входной контроль.	1	1	2	Беседа. Тестирование
1. Физическая подготовка.	6	58	64	
Строение и функции организма.	2	0	2	Беседа.
Преодоление элементов военизированной полосы препятствий	1	7	8	Беседа, выполнение упражнения.
Обязательные испытания (тесты). Бег на длинные дистанции (1000-3000 м.)	0	4	4	Выполнение упражнений

Беговая эстафета. Челночный бег.	0	4	4	Выполнение упражнений
Беговая эстафета с элементами нагрузки.	0	4	4	Выполнение упражнений
Бег на короткие дистанции.(30, 60, 100м.)	0	4	4	Выполнение упражнений
Подготовительные упражнения.Растяжка	0	4	4	Выполнение упражнений
Обязательные испытания (тесты). Тест на гибкость.	1	3	4	Беседа, выполнение упражнения.
Испытания (тесты) по выбору. Прыжки в длину.	1	3	4	Беседа, выполнение упражнения.
Испытания (тесты) по выбору. Метание.	1	5	6	Беседа, выполнение упражнения.
Силовые упражнения.	0	4	4	Выполнение упражнений
Подтягивание на высокой перекладине.	0	4	4	Выполнение упражнений
Сгибание корпуса из положения лежа на спине и отжимания от пола.	0	4	4	Выполнение упражнений
Подвижные игры.	0	8	8	Выполнение упражнений
2. Стрелковая подготовка	8	34	42	
Меры безопасности при обращении с оружием	2	0	2	Беседа.
Назначение, устройство и принцип действия пневматической винтовки.	0	2	2	Беседа.
Изготовка к стрельбе.	0	2	2	Выполнение упражнений
Прицеливание. Определение средней точки попадания.	1	1	2	Беседа, практическое занятие
Корректировка стрельбы.	1	1	2	Беседа, практическое занятие
Стрельба лежа.	1	7	8	Беседа, практическое занятие
Стрельба сидя	1	7	8	Беседа, практическое занятие
Стрельба стоя.	1	7	8	Беседа, практическое занятие

Стрельба с колена.	1	7	8	Беседа, практическое занятие
3. Общевоинская подготовка в рамках программы Военно-прикладных соревнований МО РФ	13	23	36	
Основные понятия военной топографии. Карты, масштаб, определение своего положения и положения объектов	2	2	4	Беседа, практическое занятие
Перенос ориентиров и объектов на карту. Определение высоты и расстояния до объектов	2	2	4	Беседа, практическое занятие
Подготовка к полевым выходам. Снаряжение личное и групповое.	2	4	6	Беседа, практическое занятие
Основы радиообмена. Прием и передача информации	1	3	4	Беседа, практическое занятие
Режим питания во время полевого выхода (марш-броска)	2	0	2	Практическое занятие
Экстренные ситуации во время полевого выхода (марш-броска). Правила оказания первой помощи и эвакуации.	1	3	4	Беседа, практическое занятие
Движение по маршруту. Способы и техника преодоления препятствий без специального снаряжения	1	3	4	Беседа, практическое занятие
Движение по маршруту. Способы и техника преодоления препятствий с применением специального снаряжения.(Техника пешеходного и горного туризма)	1	3	4	Беседа, практическое занятие
Организация ночлега во время полевых выходов. Организация укрытий	1	1	2	Беседа, практическое занятие
Итоговое занятие.	0	2	2	Беседа, опрос
ИТОГО	29	115	144	

Учебный план 2 года обучения

Название разделов и тем	Количество часов			Формы контроля
	Теория	Практика	Всего	
Вводное занятие. Инструктаж по охране труда и технике безопасности. Входной контроль.	1	1	2	Беседа. Тестирование
1. Физическая подготовка.	2	62	64	
Строение и функции организма.	2	0	2	Беседа.

Преодоление элементов военизированной полосы препятствий	0	8	8	Выполнение упражнений, сдача нормативов
Обязательные испытания (тесты). Бег на длинные дистанции (1000-3000 м.)			4	Выполнение упражнений, сдача нормативов
Беговая эстафета. Челночный бег.	0	4	4	Выполнение упражнений, сдача нормативов
Беговая эстафета с элементами нагрузки.	0	4	4	Выполнение упражнений, сдача нормативов
Бег на короткие дистанции.(30, 60, 100м.)	0	4	4	Выполнение упражнений, сдача нормативов
Подготовительные упражнения.Растяжка	0	4	4	Выполнение упражнений, сдача нормативов
Обязательные испытания (тесты). Тест на гибкость.	0	4	4	Выполнение упражнений, сдача нормативов
Испытания (тесты) по выбору. Прыжки в длину.	0	4	4	Выполнение упражнений, сдача нормативов
Испытания (тесты) по выбору. Метание.	0	6	6	Выполнение упражнений, сдача нормативов
Силовые упражнения.	0	4	4	Выполнение упражнений, сдача нормативов
Подтягивание на высокой перекладине.	0	4	4	Выполнение упражнений, сдача нормативов
Сгибание корпуса из положения лежа на спине и отжимания от пола.	0	4	4	Выполнение упражнений, сдача нормативов
Подвижные игры.	0	4	8	Выполнение упражнений, сдача нормативов
2. Стрелковая подготовка	2	40	42	
Меры безопасности при обращении с оружием	1	1	2	Беседа. Тестирование
Назначение, устройство и принцип действия пневматической винтовки.	1	1	2	Беседа. Тестирование
Изготовка к стрельбе.	0	2	2	Выполнение упражнений
Прицеливание. Определение средней точки попадания.	0	2	2	Практическое занятие
Корректировка стрельбы.	0	2	2	Практическое занятие, сдача нормативов

Стрельба лежа.	0	8	8	Практическое занятие, сдача нормативов
Стрельба сидя	0	8	8	Практическое занятие, сдача нормативов
Стрельба стоя.	0	8	8	Практическое занятие, сдача нормативов
Стрельба с колена.	0	8	8	Практическое занятие, сдача нормативов
3. Общевоинская подготовка в рамках программы Военно-прикладных соревнований МО РФ	13	23	36	
Основные понятия военной топографии. Карты, масштаб, определение своего положения и положения объектов	2	2	4	Беседа, практическое занятие
Перенос ориентиров и объектов на карту. Определение высоты и расстояния до объектов	2	2	4	Беседа, практическое занятие
Подготовка к полевым выходам. Снаряжение личное и групповое.	2	4	6	Беседа, практическое занятие
Основы радиообмена. Прием и передача информации	1	3	4	Беседа, практическое занятие
Режим питания во время полевого выхода (марш-броска)	2	0	2	Практическое занятие
Экстренные ситуации во время полевого выхода (марш-броска). Правила оказания первой помощи и эвакуации.	1	3	4	Беседа, практическое занятие
Движение по маршруту. Способы и техника преодоления препятствий без специального снаряжения	1	3	4	Беседа, практическое занятие
Движение по маршруту. Способы и техника преодоления препятствий с применением специального снаряжения.(Техника пешеходного и горного туризма)	1	3	4	Беседа, практическое занятие
Организация ночлега во время полевых выходов. Организация укрытий	1	1	2	Беседа, практическое занятие
Итоговое занятие.	0	2	2	Беседа, опрос
ИТОГО	17	127	144	

Календарный учебный график

Год обучения	Дата начала обучения	Дата окончания обучения	Всего учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год	01.09	31.05	36	144	2 раза в неделю по 2 академических часа; Академический час равен 45 минутам.
2 год	01.09	31.05	36	144	2 раза в неделю по 2 академических часа. Академический час равен 45 минутам.

Рабочая программа к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Военно-спортивное многоборье»

1 год обучения

Цель программы: обучение учащихся основам начальной военной подготовки, формирование у обучающихся чувства гражданственности и патриотизма.

Задачи программы:

Образовательные:

- освоить навыки общефизической и начальной военной подготовки;
- обучить основам безопасного и здорового образа жизни;

Воспитательные:

- воспитать чувство гражданственности, патриотизма, любви к Родине;
- мотивировать детей и подростков к службе в Вооруженных Силах РФ.
- мотивировать участников к систематическим занятиям физкультурой и спортом.

Развивающие:

- развить познавательную активность учащихся, способности к целеполаганию и планированию собственной деятельности, самоконтролю;
- развить способности систематизировать, сопоставлять, анализировать, обобщать и интерпретировать информацию, содержащуюся в различных источниках;
- развить навыки командного взаимодействия.
- развить волевые качества личности участников.

Ожидаемые результаты:

К концу первого года обучения учащиеся:

- актуализируют знания в области истории России, днях воинской славы России; направлениях международного сотрудничества России;
- актуализируют знания и умения в области гражданской обороны, противопожарной безопасности, безопасности дорожного движения, общефизической подготовки;

- получают начальные знания и умения в области строевой, стрелковой, туристской, медико-санитарной подготовки;
- научатся систематизировать, сопоставлять, анализировать, обобщать и интерпретировать информацию, содержащуюся в различных источниках;
- получают навыки по организации совместной учебной деятельности на основе сотрудничества с педагогом и сверстниками.

Особенности обучения:

Образовательный процесс первого года обучения строится на сочетании теоретических и практических занятий.

Изучение теоретического материала происходит последовательно от получения первичных знаний к накоплению системных знаний в данной области.

Закрепление и усвоение изученного материала осуществляется в ходе проведения практических занятий, которые позволяют отработать приемы и навыки общефизической, туристской, строевой и стрелковой подготовки, оказания первой помощи.

Еще одним важным элементом является участие обучающихся в массовых мероприятиях различного уровня, которые позволяют оценить уровень освоения образовательной программы и при необходимости своевременно осуществить корректировку образовательного процесса, в том числе содержания программ и форм занятий.

В случае перехода к дистанционному обучению в рабочей программе предусмотрена замена практической части с использованием специального оборудования на выполнение альтернативных заданий в форме самостоятельной работы по теме занятия. Для изучения теоретических вопросов программы разработаны информационно-справочные материалы и контрольные задания.

Содержание 1 год обучения

Вводное занятие. Инструктаж по охране труда и технике безопасности.

Теория

На первом занятии группы проводится вводный инструктаж по охране труда и технике безопасности, а также по профилактике новой коронавирусной инфекции (COVID-19).

Практика

Знакомство с программой. Входной контроль в форме беседы.

1. Физическая подготовка

Теория

Строение и функции организма.

Практика

Преодоление элементов военизированной полосы препятствий. Обязательные испытания (тесты ВФСК ГТО). Бег на длинные дистанции (1000-3000 м.). Беговая эстафета. Челночный бег. Беговая эстафета с элементами нагрузки. Бег на короткие дистанции.(30, 60, 100м.). Подготовительные упражнения. Растяжка. Обязательные испытания (тесты). Тест на гибкость. Испытания (тесты) по выбору. Прыжки в длину. Испытания (тесты) по выбору. Метание. Силовые упражнения. Подтягивание на высокой перекладине. Стигание корпуса из положения лежа на спине и отжимания от пола. Подвижные игры.

2. Стрелковая подготовка

Теория

Меры безопасности при обращении с оружием. Назначение, устройство и принцип действия пневматической винтовки.

Практика

Изготовка к стрельбе. Прицеливание. Определение средней точки попадания. Корректировка

стрельбы. Стрельба лежа. Стрельба сидя. Стрельба стоя. Стрельба с колена.

3. Общевоинская подготовка в рамках программы Военно-прикладных соревнований МО РФ

Теория

Основные понятия военной топографии. Карты, масштаб, определение своего положения и положения объектов. Перенос ориентиров и объектов на карту. Определение высоты и расстояния до объектов. Подготовка к полевым выходам. Снаряжение личное и групповое.

Практика

Основы радиообмена. Прием и передача информации. Режим питания во время полевого выхода (марш-броска). Экстренные ситуации во время полевого выхода (марш-броска). Правила оказания первой помощи и эвакуации. Движение по маршруту. Способы и техника преодоления препятствий без специального снаряжения. Движение по маршруту. Способы и техника преодоления препятствий с применением специального снаряжения. (Техника пешеходного и горного туризма) Организация ночлега во время полевых выходов. Организация укрытий

Итоговое занятие.

Практика

Промежуточный контроль. Выполнение итогового контрольного задания.

2 год обучения **Пояснительная записка** **Задачи:**

Образовательные:

- укрепить навыки общефизической и начальной военной подготовки;
- сформировать установку на ведение здорового образа жизни;
- ознакомить с основами медицинских знаний и медико-санитарной подготовки.

Воспитательные:

- воспитать чувство гражданственности, патриотизма, любви к Родине;
- мотивировать детей и подростков к службе в Вооруженных Силах РФ.
- мотивировать участников к систематическим занятиям физкультурой и спортом.

Развивающие:

- развить познавательную активность учащихся, способности к целеполаганию и планированию собственной деятельности, самоконтролю;
- развить способности систематизировать, сопоставлять, анализировать, обобщать и интерпретировать информацию, содержащуюся в различных источниках;
- развить навыки командного взаимодействия.
- развить волевые качества личности участников.

Ожидаемые результаты:

К концу второго года обучения учащиеся:

- систематизируют имеющиеся знания в области истории России, днях воинской славы России; направлениях международного сотрудничества России;
- систематизируют имеющиеся знания и развивают умения в области гражданской обороны, противопожарной безопасности, безопасности дорожного движения, общефизической подготовки;
- систематизируют имеющиеся и получают новые знания и умения в области строевой, стрелковой, туристской, медико-санитарной подготовки;
- развивают навыки систематизации, сопоставления, анализа, обобщения и интерпретации информации, содержащейся в различных источниках;

- получают навыки организации совместной учебной деятельности на основе сотрудничества с педагогом и сверстниками.

Особенности обучения:

Образовательный процесс **второго** года обучения строится на сочетании теоретических и практических занятий.

Изучение теоретического материала происходит последовательно от получения первичных знаний к накоплению системных знаний в данной области.

Закрепление и усвоение изученного материала осуществляется в ходе проведения практических занятий, которые позволяют отработать приемы и навыки общефизической, туристской, строевой и стрелковой подготовки, оказания первой помощи.

Еще одним важным элементом является участие обучающихся в массовых мероприятиях различного уровня, которые позволяют оценить уровень освоения образовательной программы и при необходимости своевременно осуществить корректировку образовательного процесса, в том числе содержания программ и форм занятий.

В случае перехода к дистанционному обучению в рабочей программе предусмотрена замена практической части с использованием специального оборудования на выполнение альтернативных заданий в форме самостоятельной работы по теме занятия. Для изучения теоретических вопросов программы разработаны информационно-справочные материалы и контрольные задания.

Содержание 2 год обучения

Вводное занятие. Инструктаж по охране труда и технике безопасности.

Теория: на первом занятии группы проводится вводный инструктаж по охране труда и технике безопасности, а также по профилактике новой коронавирусной инфекции (COVID-19).

Практика: Знакомство с программой. Входной контроль в форме беседы.

1. Физическая подготовка

Теория: Строение и функции организма.

Практика: Преодоление элементов военизированной полосы препятствий. Обязательные испытания (тесты ВФСК ГТО). Бег на длинные дистанции (1000-3000 м.). Беговая эстафета. Челночный бег. Беговая эстафета с элементами нагрузки. Бег на короткие дистанции.(30, 60, 100м.). Подготовительные упражнения. Растяжка. Обязательные испытания (тесты). Тест на гибкость. Испытания (тесты) по выбору. Прыжки в длину. Испытания (тесты) по выбору. Метание. Силовые упражнения. Подтягивание на высокой перекладине. Сгибание корпуса из положения лежа на спине и отжимания от пола. Подвижные игры.

2. Стрелковая подготовка

Теория: Меры безопасности при обращении с оружием. Назначение, устройство и принцип действия пневматической винтовки.

Практика: Изготовка к стрельбе. Прицеливание. Определение средней точки попадания. Корректировка стрельбы. Стрельба лежа. Стрельба сидя. Стрельба стоя. Стрельба с колена.

3. Общевоинская подготовка в рамках программы Военно-прикладных соревнований МО РФ

Теория: Основные понятия военной топографии. Карты, масштаб, определение своего положения и положения объектов. Перенос ориентиров и объектов на карту. Определение высоты и расстояния до объектов. Подготовка к полевым выходам. Снаряжение личное и групповое.

Практика: Основы радиообмена. Прием и передача информации. Режим питания во время полевого выхода (марш-броска). Экстренные ситуации во время полевого выхода (марш-броска). Правила оказания первой помощи и эвакуации. Движение по маршруту. Способы и техника преодоления препятствий без специального снаряжения. Движение по маршруту. Способы и техника преодоления препятствий с применением специального снаряжения. (Техника пешеходного и горного туризма) Организация ночлега во время полевых выходов. Организация укрытий

Итоговое занятие.

Практика: Промежуточный контроль. Выполнение итогового контрольного задания.

Методические и оценочные материалы.

Примеры оценочных материалов Раздел 2 «Стрелковая подготовка»

Комплекс упражнений по разделу ДООП «Военно-спортивное многоборье» «Стрелковая подготовка»

Упражнение 1

Изготовка к стрельбе лежа.

Задача: используя ММГ АК74М обучающийся должен выполнить изготовку к стрельбе из АК 74М из положения лежа

Упражнение 2

Изготовка к стрельбе с колена.

Задача: используя ММГ АК74М обучающийся должен выполнить изготовку к стрельбе из АК 74М из положения с колена.

Упражнение 3

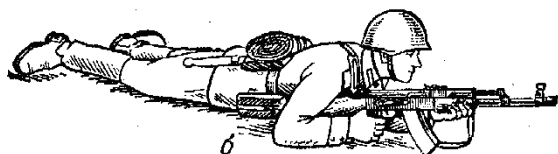
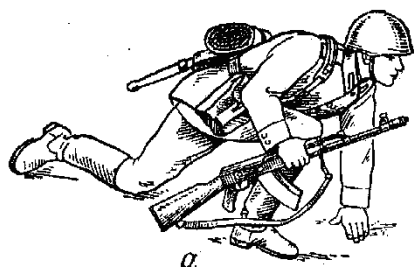
Изготовка к стрельбе стоя.

Задача: используя ММГ АК74М обучающийся должен выполнить изготовку к стрельбе из АК 74М из положения стоя

Изготовка к стрельбе из автомата

Автоматчик изготавливается к стрельбе по команде или самостоятельно. На учебных занятиях команда для изготвки к стрельбе может подаваться раздельно, например: «На рубеж открытия огня, Шагом - Марш», и затем «Заряжай». Если нужно, перед командой «Заряжай» указывается положение для стрельбы.

Изготовка к стрельбе включает **принятие положения для стрельбы и заряжания автомата.**

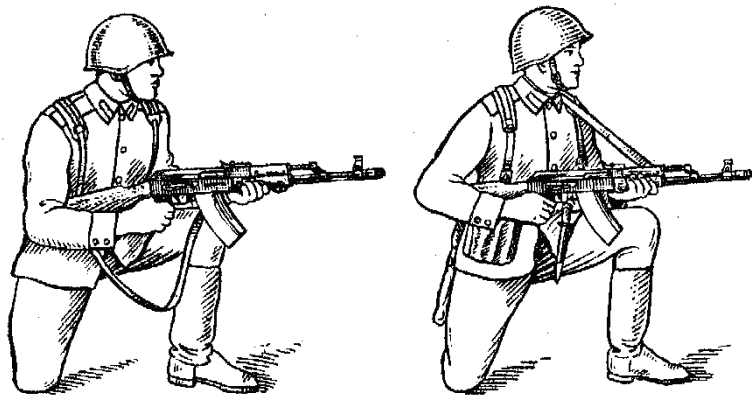


Порядок принятия положения для стрельбы лежа из автомата: а – автоматчик опирается на левое колено и левую руку; б – автомат удерживается левой рукой за цевье

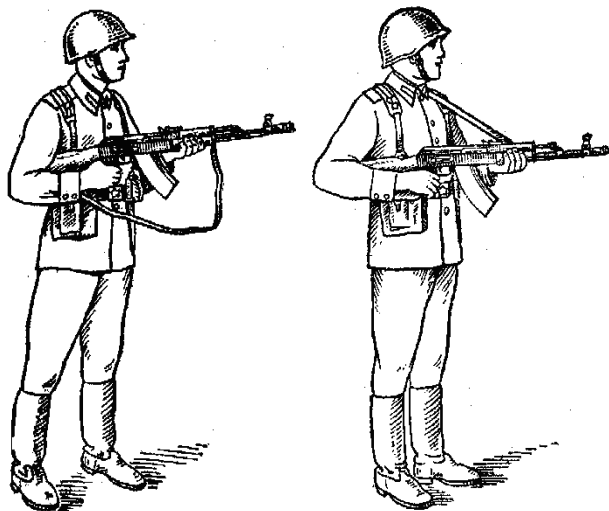
Принятия положения для стрельбы лежа. Если автомат находится в положении «на ремень», подать правую руку по ремню несколько вверх и, снимая автомат с плеча, подхватить его левой рукой за спусковую скобу и ствольную коробку, затем взять автомат правой рукой за ствольную накладку и цевье дульной частью вперед.

Одновременно с этим сделать полный шаг правой ногой вперед и немного вправо. Наклоняясь вперед, опуститься на левое колено и поставить левую руку на землю впереди себя, пальцами вправо.

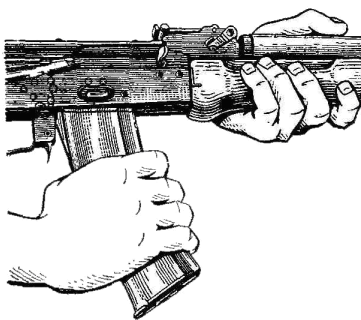
Затем, опираясь последовательно на бедро левой ноги и предплечье левой руки, лечь на левый бок и быстро повернуться на живот, раскинув ноги слегка в стороны носками наружу; автомат при этом положить цевьем на ладонь левой руки.



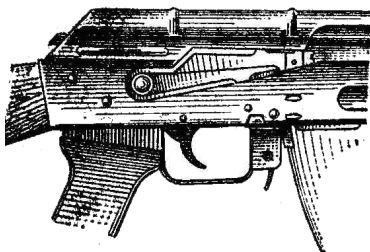
Положение для стрельбы с колена без использования ремня и с использованием ремня автомата



Положение для стрельбы стоя без использования ремня и с использованием ремня автомата



Присоединение магазина



Автомат поставлен на предохранитель

Принятия положения для стрельбы с колена

Если автомат находится в положении «на ремень», взять автомат в правую руку за ствольную накладку и цевье дульной частью вперед и одновременно с этим, отставив правую ногу назад, опуститься на правое колено и присесть на каблук.

Голень левой ноги при этом должна остаться в вертикальном положении, а бедра должны составлять угол, близкий к прямому. Переложить автомат цевьем в левую руку, направив его в сторону цели.

При принятии положения для стрельбы с автоматом в положении «на грудь» разрешается ремень с шеи не снимать, а использовать его для более прочного удержания автомата при стрельбе.

Принятия положения для стрельбы стоя. Если автомат находится в положении «на ремень», повернуться вполоборота направо по отношению к направлению на цель и, не приставляя левой ноги, отставить ее влево примерно на ширину плеч, как удобнее автоматчику, распределив при этом тяжесть тела равномерно на обе ноги. Одновременно, подавая правую руку по ремню несколько вверх, снять автомат с плеча и, подхватив его левой рукой снизу за цевье и ствольную накладку, энергично подать, дульной частью вперед, в сторону цели.

При принятии положения для стрельбы с автоматом в положении «на грудь» разрешается ремень с шеи не снимать, а использовать его для более прочного удержания автомата при стрельбе.

Заряжания автомата:

- присоединить к автомату снаряженный магазин, если он не был к нему ранее присоединен;
- снять автомат с предохранителя;
- поставить переводчик на необходимый вид огонь;
- энергично отвести затворную раму назад до отказа и отпустить ее;
- поставить автомат на предохранитель, если не предстоит немедленное открытие огня или не последовало команды «огонь», и перенести правую руку на пистолетную рукоятку.

Критерии оценивания:

Все упражнения выполнены полностью - 3 балла – высокий уровень.

Выполнено 2 упражнения - 2 балла - средний уровень

Выполнено одно упражнение/или упражнения выполнены с нарушением ТБ - 1 балл - низкий уровень

Раздел 3 Письменный опрос по разделу ДООП «Военно-спортивное многоборье» «Подготовка к полевым выходам. Снаряжение личное и групповое.»

Вопрос 1. Из перечисленных ниже причин выберите те, которые являются причинами вынужденного автономного существования человека в природных условиях:

Ответ: потеря ориентировки на местности во время похода, авария транспортных средств, крупный лесной пожар.

Вопрос 2. Если в походе во время движения по маршруту вы отстали от группы, то:

Ответ: нельзя сходить с трассы, лыжни.

Вопрос 3. В солнечный полдень тень указывает направление на:

Ответ: север.

Вопрос 4. Укажите самый простой способ обеззараживания воды в полевых условиях:

Ответ: кипячение воды;

Вопрос 5. Готовясь к походу, вам необходимо правильно подобрать одежду. Каким ниже перечисленным требованиям она должна соответствовать:

Ответ: одежда должна быть свободной, чистой и сухой, носится в несколько слоев; одежда должна быть изготовлена из материала с яркой издали заметной окраской

Вопрос 6. Если во время движения на маршруте вы заблудились и не можете найти свои следы, то следует

Ответ: остановиться и оценить ситуацию, искать тропу или дорогу, ручей или реку;

Вопрос 7. По каким местным приметам можно определить стороны света:

Ответ: стволам и коре деревьев, лишайнику и мху, склонам холмов и бугров, муравейникам, таянию снега;

Критерии оценивания:

На все вопросы даны развернутые полные ответы - 3 балла – высокий уровень.

Развернутые ответы даны на 5 вопросов/или нет ответа на 1 вопрос/ или ответы на все вопросы неполные - 2 балла - средний уровень

Развернутые ответы даны на 4 и менее вопроса/или нет ответа на 2 вопроса/ или ответы на все вопросы отсутствуют - 1 балл - низкий уровень

**Учебно-методический комплекс
к дополнительной общеразвивающей программе «Военно-спортивное многоборье»**

1. Нормативно-правовой блок

Конвенция о правах ребенка, принятая на Генеральной ассамблее ООН в 1989 г.

Конституция РФ (принята всенародным голосованием 12.12.1993 с изменениями, одобренными в ходе общероссийского голосования 01.07.2020).

Федеральный конституционный закон от 25 декабря 2000 г. № 1-ФКЗ «О Государственном флаге Российской Федерации».

Федеральный конституционный закон от 25.12.2000 № 2-ФКЗ «О Государственном гербе Российской Федерации».

Федеральный конституционный закон от 25 декабря 2000 г. № 3-ФКЗ «О Государственном гимне Российской Федерации».

Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

Федеральный закон от 28.03.1998 N 53-ФЗ «О воинской обязанности и военной службе»

Федеральный закон от 27.05.1998 N 76-ФЗ «О статусе военнослужащих»

Закон Российской Федерации от 14.01.1993 N 4292-1 «Об увековечении памяти погибших при защите Отечества»

Федеральный закон от 19.05.1995 N 80-ФЗ «Об увековечении Победы советского народа в Великой Отечественной войне 1941 - 1945 годов»

Федеральный закон от 07.05.2007 N 68-ФЗ «О Знамени Победы»

Федеральный закон от 13.03.1995 N 32-ФЗ «О днях воинской славы и памятных датах России»

Федеральный закон от 09.05.2006 N 68-ФЗ «О почетном звании Российской Федерации "Город воинской славы»

Федеральный закон от 28.06.1995 № 98-ФЗ «О государственной поддержке молодежных и детских общественных объединений».

Федеральный закон от 29.12.2010 N 436-ФЗ «О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию».

Указ Президента РФ от 29.05.2017 № 240 «Об объявлении в Российской Федерации Десятилетия детства».

Указ Президента РФ от 20 октября 2012 г. № 1416 «О совершенствовании государственной политики в области патриотического воспитания»

Указ Президента РФ от 16 мая 1996 г. № 727 «О мерах государственной поддержки общественных объединений, ведущих работу по военно-патриотическому воспитанию молодежи»

Указ Президента РФ от 29 октября 2015 г. № 536 «О создании Общероссийской общественно-государственной детско-юношеской организации «Российское движение школьников»».

Постановление Правительства РФ от 26.12.2017 N 1642 «Об утверждении государственной программы Российской Федерации «Развитие образования»

Постановление Правительства РФ от 27.11.2006 N 716 «О порядке проведения дней воинской славы России и мероприятий, посвященных памятным датам России»

Постановление Правительства РФ от 24.07.2000 N 551 «О военно-патриотических молодежных и детских объединениях»

Постановление Правительства РФ от 17.11.2015 N 1239 «Об утверждении Правил выявления детей, проявивших выдающиеся способности, и сопровождения их дальнейшего развития»

Постановление Правительства РФ от 30.12.2015 N 1493 «О государственной программе "Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации на 2016 - 2020 годы»

Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 N 996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»

Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 N 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей и признании утратившим силу Распоряжения Правительства РФ от 04.09.2014 N 1726-р» (вместе с "Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года")

Распоряжение Правительства РФ от 27.12.2018 N 2950-р «Об утверждении Концепции развития добровольчества (волонтерства) в Российской Федерации до 2025 года»

Распоряжение Правительства РФ от 02.12.2015 N 2471-р «Об утверждении Концепции информационной безопасности детей»

Распоряжение Правительства РФ от 25.08.2014 N 1618-р «Об утверждении Концепции государственной семейной политики в Российской Федерации на период до 2025 года»

Распоряжение Правительства РФ от 12.12.2015 № 2570-р «О плане мероприятий по реализации Основ государственной молодежной политики Российской Федерации на период до 2025 года (вместе с «Планом мероприятий по реализации Основ государственной молодежной политики Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденных распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 ноября 2014 г. N 2403-р»)».

Распоряжение Правительства РФ от 23.01.2021 N 122-р «Об утверждении плана основных мероприятий, проводимых в рамках Десятилетия детства, на период до 2027 года»

Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 22 мая 2020 г. № 15 «Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил СП 3.1.3597-20 «Профилактика новой коронавирусной инфекции (COVID-19)».

Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 30 июня 2020 г. № 16 «Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил СП 3.1/2.4.3598-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)».

Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 21.07.2021 N 20

"О мероприятиях по профилактике гриппа и острых респираторных вирусных инфекций в эпидемическом сезоне 2021 - 2022 годов"

Приказ Минобрнауки России от 23.08.2017 N 816 "Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ"

Приказ Минпросвещения России от 09.11.2018 N 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»

Письмо Минпросвещения России от 17.06.2022 N АБ-1611/06 «О направлении Стандарта церемониала» (вместе со "Стандартом Церемонии поднятия (спуска) Государственного флага Российской Федерации", утв. Минпросвещения России 06.06.2022)

Методические рекомендации по организации сетевого взаимодействия общеобразовательных организаций, организаций дополнительного образования, профессиональных образовательных организаций, промышленных предприятий и бизнес-структур в сфере научно-технического творчества, в том числе робототехники // Письмо Департамента государственной политики в сфере воспитания детей и молодежи Министерства образования и науки Российской Федерации от 07.12.2015 № 09-3482.

Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 N 09-3242 "О направлении информации"(вместе с "Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)")

Письмо заместителя Министра Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.10.2013 NBK-710/09 «О Рекомендациях по безопасности эксплуатации физкультурно-спортивных сооружений общеобразовательных организаций, спортивного оборудования и инвентаря при организации и проведении физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий с обучающимися».

Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 06.12.2016 N 09-3051 «О методических материалах по привлечению и организации добровольцев и добровольческих организаций государственными и муниципальными учреждениями».

Письмо Минобрнауки России от 18.08.2017 N 09-1672 «О направлении Методических рекомендаций по уточнению понятия и содержания внеурочной деятельности в рамках реализации основных общеобразовательных программ, в том числе в части проектной деятельности»

Закон Санкт-Петербурга от 18.07.2016 N 453-87 «О патриотическом воспитании в Санкт-Петербурге»

Региональный проект «Доступное дополнительное образование для детей в Санкт-Петербурге на 2017-2020 годы // Распоряжение Комитета по образованию Санкт-Петербурга от 21.07.2017 № 2398-р.

Региональная программа развития воспитания на 2017-2025 годы «Петербургские перспективы: духовно-нравственное развитие и воспитание детей, подростков и молодежи; социально-культурная практика; выбор жизненного пути».

Распоряжение Правительства Санкт-Петербурга от 21.08.2020 N 24-рп "Об утверждении Плана мероприятий по реализации в 2020-2025 годах Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года"

Распоряжение Комитета по образованию Правительства Санкт-Петербурга от 01.03.2017 N 617-р "Об утверждении Методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ в государственных образовательных организациях Санкт-Петербурга, находящихся в ведении Комитета по образованию"

Распоряжение Правительства Санкт-Петербурга от 28.04.2018 № 24-рп «Об утверждении Плана мероприятий на 2018-2020 годы по реализации в Санкт-Петербурге Указа Президента Российской Федерации от 29.05.2017 N 240 «Об объявлении в Российской Федерации Десятилетия детства»».

Методические рекомендации о механизмах привлечения организаций дополнительного образования детей к профилактике правонарушений несовершеннолетних // Письмо Комитета по образованию Санкт-Петербурга от 19.05.2017 № 03-12-274/17-0-2.

Рекомендации по составлению положения о творческом мероприятии с детьми (конкурс, фестиваль, выставка и т.п.) в системе дополнительного образования детей Санкт-Петербурга // Письмо Комитета по образованию Санкт-Петербурга от 24.03.2014 №03-20-1103/14-0-0.

Распоряжение Комитета по образованию от 21.03.2017 № 981-р «О мерах по организации экскурсий и путешествий с культурно-познавательными целями для обучающихся в образовательных организациях, находящихся в ведении Комитета по образованию».

Устав ГБОУ «Балтийский берег».

2. Методическое обеспечение.

Формы организации учебного процесса используемые при проведении занятий - лекция, практическое занятие, семинар, соревнование, учебно-тренировочный сбор, дискуссия, круглый стол, мастер-класс, конкурс, игра.

Методы и приёмы:

- **объяснительно-иллюстративный** – объяснение с использованием различных предметов, иллюстраций, схем, таблиц.
- **демонстрационный** – показ учащимся в целостности и в деталях действия различных процессов, приборов, аппаратов.
- **упражнение** – планомерное организованное повторное выполнение действий с целью овладения или повышения качества их выполнения.
- **кейс-метод** – педагогом задается ситуация (реальная или максимально приближенная к реальности), а учащиеся должны исследовать ситуацию, предложить варианты ее разрешения, выбрать лучшие из возможных решений.
- **метод проектов** предполагает самостоятельный анализ заданной ситуации и умение находить решение проблемы.
- **проблемный метод** предполагает постановку проблемы (проблемной ситуации, проблемного вопроса) и поиск решений этой проблемы через анализ подобных ситуаций (вопросов, явлений).
- **эвристический метод** (частично-поисковый) — организация поиска решения познавательных задач, объединяет разнообразные игровые приемы в форме конкурсов, деловых и ролевых игр, соревнований, исследований.
- **исследовательский метод** перекликается с проблемным методом обучения. На занятии организуется изучение проблемы, которая может быть сформулирована педагогом или учащимися.

Информационные источники

1. Акимов В.А., Дурнев Р.А., Миронов С.К. Основы безопасности жизнедеятельности. Защита от чрезвычайных ситуаций: энциклопедический справочник. 5 –11 классы. - М.: Дрофа, 2008. - 285 с.
2. Атаманюк В.Г. и др. Гражданская оборона. - М.: 1987. - 312 с.
3. Батурина, Г.И. Нравственное воспитание школьников на народных традициях. - М.: Народное образование, 2002. - 112 с.
4. Белов С.В. Безопасность жизнедеятельности и защита окружающей среды (Техносферная Безопасность): Учебник. 5-е изд., пер. и доп. / С.В. Белов. — Люберцы: Юрайт, 2016. - 702 с.
5. Боген М. М. Тактическая подготовка - основа многолетнего совершенствования. Учебное пособие / М.М. Боген. - М.: Физическая культура, 2014. - 616 с.
6. Богоявленский И. Ф. Оказание первой медицинской, первой реанимационной помощи на месте происшествия и в очагах чрезвычайных ситуаций: справочник / Богоявленский И. Ф. - СПб.: Медиус, 2003. - 336 с.
7. Большая медицинская энциклопедия. Под. ред. Бородулина В.И. 4-е изд. – М.: Рипол Классик, 2007. - 960 с.
8. Бондин В.И. Безопасность жизнедеятельности: Учебное пособие / В.И. Бондин, Ю.Г. Семехин. — М.: НИЦ ИНФРА-М, Академцентр, 2013. - 349 с.
9. Бубнов В. Г. Атлас добровольного спасателя: первая медицинская помощь на месте происшествия: учебное пособие / Бубнов В. Г., Бубнова Н. В.; под общей редакцией Г. А. Короткина. - Изд. 4-е, стер. - М.: АСТ, 2008; Астрель. - 79 с.
10. Вишняков Я.Д. Безопасность жизнедеятельности. теория и практика 4-е изд., пер. и доп. учебник для бакалавров / Я.Д. Вишняков. — Люберцы: Юрайт, 2015. — 543 с.
11. Волокитина Т. В. Основы медицинских знаний [Текст]: учеб. пособие / Волокитина Т. В., Бральнина Г. Г., Никитинская Н. И. - 3-е изд., стер. - М.: Академия, 2011. - 224 с.
12. Гайворонский И. В. Основы медицинских знаний (анатомия, физиология, гигиена человека и оказание первой помощи при неотложных состояниях) [Электронный ресурс]: учеб. пособие /

- Гайворонский И. В., Ничипорук Г. И., Гайворонский А. И. и др.; под ред. И. В. Гайворонского. - СПб.: СпецЛит, 2009. - Режим доступа: <http://www.studmedlib.ru>.
13. Гоголева А.В. Аддиктивное поведение и его профилактика [Текст]: учеб. - метод. пособие/ Гоголева А. В; Рос. акад. образования, Моск. психол.-соц. ин-т. - М.: МПСИ, 2003. - 240 с.
 14. Графкина М.В. Безопасность жизнедеятельности: Учебник / М.В. Графкина, Б.Н. Нюнин, В.А. Михайлов. — М.: Форум, НИЦ ИНФРА-М, 2013. — 416 с.
 15. Гришина Ю. И. Общая физическая подготовка; Феникс - Москва, 2010. - 256 с.
 16. Гуськов Ю.В. Военно-патриотическое воспитание как фактор оптимизации отношений государства и гражданского общества / Ю.В. Гуськов. - М.: МПСИ, 2010. - 311 с.
 17. Дурнев Р.А. Формирование основ культуры безопасности жизнедеятельности учащихся. 5-11 классы: Методическое пособие. -М.: Дрофа, 2008. - 156 с.
 18. Жалковский В.И., Ковалевич З.С. Защита населения в чрезвычайных ситуациях: Уч. пособие – Мн.: Мисанта, 1998. -112 с.
 19. Жилов Ю. Д. Основы медико-биологических знаний: возрастная физиология, здоровый образ жизни (ЗОЖ), правила безопасности поведения (ОБЖ), основы медицинских знаний [Текст] / Жилов Ю. Д., Куценко Г. И., Назарова Е. А.; под ред. Ю. Д. Жилова. - М.: Высш. шк., 2001. - 254 с.
 20. Захарова Т. Зависимость от компьютерных игр [Текст] / Захарова Т., Медведева С. // Социальная педагогика. - 2008. - № 2. - С. 107-112.
 21. Калыгин В.Н. Безопасность жизнедеятельности. Промышленная и экологическая безопасность в техногенных чрезвычайных ситуациях / В.Н. Калыгин, В.А. Бондарь, Р.Я. Дедеян. — М.: КолосС, 2008. — 520 с.
 22. Коновалов В. Здоровье школьников: взгляд врача и психолога [Текст] / Коновалов В.// Социальная педагогика. - 2008. - № 2. - С. 39-42.
 23. Кочкина М. В. Взаимодействие педагогов, родителей и подростков как условие профилактики и предупреждения аддиктивного поведения [Текст] / Кочкина М. В. // Искусство и образование. - 2007. - № 4. - С. 114 – 126.
 24. Крюкова Д. А. Здоровый человек и его окружение [Текст]: учеб. пособие / Крюкова Д. А., Лысак Л. А., Фурса О. В. - 2-е изд. - Ростов н/Д: Феникс, 2004. - 382 с.
 25. Леонтьева Т.Н. Физическая культура и спорт как инструмент патриотического воспитания / Т.Н. Леонтьева // Дополнительное образование и воспитание. – 2014. - № 1. – С. 36-39.
 26. Лутовинов В. И. В патриотизме молодежи - будущее России / В.И. Лутовинов. - М.: Фонд Андрея Первозванного, 2013. - 208 с.
 27. Микрюков В.Ю. Военно-патриотическое воспитание в школе: 1-11 классы [Текст] - М.: ВАКО, 2009. - 192 с.
 28. Микрюков В.Ю. Обеспечение безопасности жизнедеятельности. В 2 кн. Кн.1. Личная безопасность. / В.Ю. Микрюков. — М.: Высшая школа, 2004. — 479 с.
 29. Мисюк М.Н. «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни»: учебное пособие. – М.: Издательство Юрайт, 2011. – 427 с.
 30. Назарова Е. Н. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни [Электронный ресурс] / Е. Н. Назарова. - 2-е изд., стер. - М.: Академия, 2013. - Режим доступа: ЭБ "Академия".
 31. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни [Электронный ресурс]: теория, тесты, задачи, видео, справ. материалы: учеб. мультимедийный компьютерный курс - Саратов: Диполь, 2008. - 1 электрон. опт. диск.
 32. Отвагина Т.В. Неотложная медицинская помощь. // Учебник – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 251 с.
 33. Перов И. Эхо далекой войны / И. Перов // Тамбовская жизнь. – 2015. - № 3. – (16 января). – С. 3.
 34. Петров С. В. Первая помощь в экстремальных ситуациях [Текст]: практ. пособие / Петров С. В., Бубнов В. Г.; МВД России. - М.: Изд-во НИЦ ЭНАС, 2004. - 96 с.
 35. Приходько В. И Актуальность проблемы воспитания патриотизма и готовности молодежи к защите Отечества / В.И. Приходько // Молодежь и общество. - 2011. - № 2. - С.53 - 57.
 36. Пухов А. К. Первая медицинская помощь при травмах [Текст]: учеб. пособие / Пухов А. К., Пухова Т. А.; Федер. агентство по образованию, Мурман. гос. пед. ун-т. - Мурманск: МГПУ, 2007. - 70 с.
 37. Российский патриотизм. Истоки, содержание, воспитание в современных условиях. - М.: Планета, 2010. - 336 с.

38. Савиных Т.П. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни [Электронный ресурс]: учеб. пособие / Т. П. Савиных. - ЭВК. - Иркутск: "Иркут", 2016. - Режим доступа: ЭЧЗ "Библиотех". - Неогранич. доступ.
39. Савиных Т.П. Роль учителя в формировании здоровья [Текст]: учеб. пособие / Т. П. Савиных, Р. И. Фельдман; Иркут. гос. пед. ун-т. - Иркутск: ИГПУ, 2003. - 108 с.
40. Сидоров Е.А. Детские объединения в системе патриотического воспитания во внеурочной деятельности школы / Е.А. Сидоров // Внешкольник. – 2013. - № 4. – С. 40-43.
41. Тен Е.Е. Основы медицинских знаний: Учебник для студентов образовательных учреждений среднего профессионального образования. - 4-е изд. стер. -М.: Изд. центр «Академия», 2008. - 256 с.
42. Теория и методика спортивных игр. Учебник. - М.: Academia, 2014. - 464 с.
43. Фельдман Р.И. Медико-биологические основы здоровья [Текст]: учеб. пособие / Р. И. Фельдман, Т. П. Савиных; Вост. - Сиб. гос. акад. образования. - Иркутск: Изд-во ВСГАО, 2012. - 156 с.
44. Фельдман Р.И. Безопасность жизнедеятельности и здоровье [Текст]: учеб. пособие / Р. И. Фельдман, Т. П. Савиных; Вост. - Сиб. гос. акад. образования. - Иркутск: Изд- во ВСГАО, 2010. - 127 с.
45. Шипов К. Воспитание на исторических событиях // Патриот Отечества. - 2013. - № 11. - С.34 - 36.
46. Экстремальная медицина: полный справочник [Текст] / Ю.Ю. Елисеев [и др.]; отв. ред. Ю.Ю. Елисеев. –М.: Эксмо, 2006. – 704 с.

Интернет-ресурсы:

1. Патриотический центр Санкт-Петербурга. URL: <http://www.patriotcenter.spb.ru/>
2. Справочник по организации деятельности медицинских организаций / Министерство здравоохранения Российской Федерации. – <http://sodpm.ru/book/pageconstructor?pageid=140>

Платформы и материалы для организации с использованием технологий дистанционного обучения

№ п/п	Название ресурса	Содержание
1.	Единое окно доступа к образовательным ресурсам: http://window.edu.ru/	На портале вы можете скачать бесплатно или читать онлайн и без регистрации учебники и методические пособия, а также материалы по сохранению здоровья и профилактике асоциального поведения среди школьников.
2.	«Российская электронная школа»: https://resh.edu.ru/	Информационно-образовательная среда, объединяющая ученика, учителя, родителя. В помощь педагогам дополнительного образования, осуществляющим обучение по программам разных направленностей, размещены занятия в видеоформате.
3.	Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов: http://school-collection.edu.ru/	Учебные пособия, научно-популярные журналы, уроки победителей конкурсов профессионального мастерства.
4.	Образовательный портал «Инфоурок»: https://infourok.ru	Видеоуроки по темам: «Здоровый образ жизни. Профилактика переутомления»; «Компьютер и его влияние на здоровье человека»; «Формирование личности подростков»; «Стресс и его влияние на человека»; «Вредные привычки»; «Опасность курения» и другие.

5.	Единый национальный портал дополнительного образования детей: https://dop.edu.ru	Дидактические материалы, методические разработки, дополнительные общеразвивающие программы всех направленностей.
6.	Сайт Министерства обороны Российской Федерации: https://mil.ru	Документы, справочные материалы, фильмы, передачи, посвященные современным Вооруженным силам Российской Федерации; виртуальные экскурсии по военно-историческим музеям; книги, документы и материалы по истории войн и другая полезная информация для всех, кто занимается военно-патриотическим воспитанием, реализует дополнительные общеразвивающие программы данного направления.
7.	Электронное научно-методическое издание «ОБЖ в школе»: http://www.schoolobz.org/	Актуальные научные и методические материалы, которые можно использовать при подготовке занятий по отдельным темам программ дополнительного образования.
8.	Сайт «ОБЖ: основы безопасности жизнедеятельности»: http://обж.рф	Учебно-методические материалы для педагогов (учебники, методические пособия, презентации), которые можно использовать при подготовке занятий по отдельным темам программ дополнительного образования.
9.	Федеральный образовательный портал по основам безопасности жизнедеятельности: http://www.obzh.ru	Учебники, тесты, статьи, презентации по основам безопасности жизнедеятельности.
10.	Национальный центр массового обучения навыкам оказания первой помощи: http://www.spas01.ru/	Пособия по обучению навыкам оказания первой помощи.
11.	Сайт кафедры педагогики окружающей среды, безопасности и здоровья человека СПб АППО: https://sites.google.com/view/objappo/home	Видеоматериалы, презентации по безопасности жизнедеятельности для обучающихся, методические пособия для педагогов.
12.	Библиотека видеоуроков школьной программы «Интернетурок»: https://interneturok.ru/	Видеоуроки по отдельным темам основ безопасности жизнедеятельности.