



муниципальное бюджетное учреждение
дополнительного образования города Новосибирска
«Детский морской центр «КАРАВЕЛЛА»
имени А. Москаленко»

Принято на заседании
педагогического совета
от "09" августа 2019 г.
Протокол № 5

Утверждаю:
Директор МБУДО ДМЦ «Каравелла»
М.А. Глазачев
«14» 2019 г.



**Дополнительная общеобразовательная программа
гражданско-патриотической направленности
"Морская пехота"
на 2019 – 2020 учебный год**

Возраст учащихся: 14-16 лет

Срок реализации: 3 года

Автор - составитель:

Иванилов Алексей Викторович
педагог дополнительного образования
Бушков Никита Анатольевич
педагог дополнительного образования

г. Новосибирск, 2019

Оглавление

Раздел № 1 «Комплекс основных характеристик программы»	3
1.1. Пояснительная записка	3
1.2. Цель и задачи программы.....	5
1.3. Содержание программы.....	6
1.4. Планируемые результаты	6
Раздел № 2 «Комплекс организационно-педагогических условий»	8
2.1. Учебно-тематический план	8
2.2. Условия реализации программы.....	26
2.3. Формы аттестации	28
2.4. Методические материалы	30
2.5. Список литературы	30
Приложение №1	35
Приложение №2	36

Раздел № 1 «Комплекс основных характеристик программы»

1.1. Пояснительная записка

Направленность программы.

Дополнительная общеобразовательная программа «Морская пехота» имеет общую направленность на гражданское воспитание (воспитание гражданственности и патриотизма) как прикладной аспект воспитания личности, её качеств.

Форма организации содержания и процесса педагогической деятельности: комплексная программа.

Уровни реализации программы – разноуровневая программа со сроком реализации 3 года.

Актуальность программы и ее концептуальные основы.

Воспитание гражданственности и патриотизма подрастающего поколения является одной из приоритетных задач в современной России. Это связано с проблемами модернизации российского общества и новыми явлениями в социальной среде, которые с различных сторон воздействуют на личность.

Организация деятельности муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования детей города Новосибирска «Детский морской центр «Каравелла» имени А. Москаленко» подразумевает воспитание подрастающего поколения, как на основе богатых традиций России, так и с учетом новейших направлений развития современного социума. Осуществление воспитания в новых сложных условиях подразумевает необходимость формирования настоящего гражданина. Именно воспитание гражданских качеств личности (гражданина, гражданственности) дает возможность подростку и молодому человеку совершить осознанный выбор – работать, действовать на благо человека и общества, по-настоящему служить Родине, что и является высшим проявлением патриотизма. Грамотный, знающий, воспитанный, способный жить и действовать в кризисном, нестабильном обществе, добиваться успеха, знать и соблюдать законы, готовый защищать идеалы и ценности Отечества, в случае возникновения такой необходимости – настоящий гражданин и патриот – является ориентиром в организации работы МБУ ДО г. Новосибирска «ДМЦ «Каравелла».

Преимущество данной программы, имеющей концептуальный характер, выражается в целостном, системно-деятельностном подходе с выраженной ориентацией на воспитание учащегося, как достойного гражданина России, готового к созидательной жизнедеятельности в сложных условиях трансформирующегося современного общества. Программа опирается на идеи гуманизма, позволяющие выстраивать диалогические отношения между представителями различных культур и поколений, способствует непрерывному поступательному формированию и развитию социально-значимых и востребованных отношений как через подготовку учащихся ДМЦ «Каравелла» к данным взаимодействиям, так и через выполнение своего гражданского долга перед Родиной.

Программа включает в себя описание основных элементов педагогического процесса, в том числе условий его практической реализации, диагностики и совершенствования, что позволяет говорить о ее завершенности и целостности как с позиции теоретического подхода, так и с точки зрения возможностей практической реализации.

Подробные научно-теоретические основания прописаны в базовой программе.

Адресат программы.

Программа рассчитана на работу с учащимися в группах. Группы могут быть одновозрастными или разновозрастными. Они формируются с учётом возрастных и индивидуальных особенностей учащихся, по медицинским показателям (предоставляется медицинская справка), желанию ребёнка и заявлению родителей. Комплектование групп завершается с момента начала образовательного процесса. В группу второго, третьего года обучения (т.е. базового и углубленного уровня) принимаются учащиеся, прошедшие предыдущий курс и предоставившие медицинскую справку о состоянии здоровья.

Рекомендуемый возраст учащихся с 14 до 16 лет.

Распределение по уровням:

- начальный уровень с 14 – 15 лет;
- базовый уровень с 15 – 16 лет.

Основные характеристики и особенности возраста учащихся указаны в базовой программе (раздел №1, «Адресат программы»)

Возраст учащихся с 14 до 16 лет это подростковый и юношеский возраст.

Подростковый период охватывает возраст от 10-11 до 15 лет. Подростковый, отроческий возраст является переходным, прежде всего в биологическом смысле, поскольку это возраст полового созревания, параллельно которому достигают в основном зрелости и другие биологические системы организма. В социальном плане подростковая фаза – продолжение первичной социализации. Все подростки этого возраста – школьники, находящиеся на иждивении родителей или государства. Социальный статус подростка мало чем отличается от детского. Психологически этот возраст крайне противоречив. Для него характерны максимальные диспропорции в уровне и темпах развития. Подростковое чувство взрослости – главным образом новый уровень притязаний, предвосхищающий положение, которого подросток фактически еще не достиг. Отсюда – типичные возрастные конфликты и их преломление в самосознании подростка. В целом это период завершения детства и начала "вырастания" из него.

Этот возраст особенно благоприятен для педагогического стимулирования и развития самосознания, самовоспитания.

Подростковый возраст отличается способностью к творческому воображению и фантазии, точностью и глубиной мыслительной деятельности, повышенным интересом к любимым предметам. Наряду с признанием отдельных для него авторитетов, подросток всякий раз стремится высказать свое критическое суждение, проявить свое позитивное или негативное отношение к происходящему.

Таким образом, можно говорить о том, что подростковый возраст можно рассматривать как сенситивный период жизни для формирования и развития личности – это период психофизиологических изменений. В данном возрасте особую значимость имеет процесс формирования и развития ценностных ориентаций личности, мировоззрения подростка, нравственных и моральных представлений и норм поведения, а также положительного отношения к другим людям и миру в целом.

Так же достаточно самобытным является и период ранней юности.

По сравнению с предыдущим возрастом, ранняя юность имеет свою ситуацию развития, перед старшеклассниками встают новые жизненные задачи, в решении которых происходит их психосоциальное развитие. Прежде всего – это серьезная задача выбора дальнейшего жизненного пути. В связи с этим меняется и ситуация взаимодействия юноши с социальным окружением. Происходит смена значимых лиц и перестройка взаимоотношений со взрослыми. Возникает особый интерес к общению с взрослыми.

В этот период молодые люди часто сосредотачиваются на профессиональном самоопределении. Оно предполагает самоограничение, отказ от подростковых фантазий, в которых человек мог стать представителем любой, самой привлекательной профессии. Профессиональное самоопределение стимулирует развитие новых интересов к учебным дисциплинам. Нередко родители прививают интерес к определенным дисциплинам и видам деятельности. Юность – это время выбора жизненного пути.

Юность – решающий этап формирования мировоззрения. Мировоззрение, это не только система знаний и опыта, но и система убеждений, переживание которых сопровождается чувством их истинности, правильности. Поэтому мировоззрение связано с решением в юности смысловых проблем. Явлений действительности интересуют юношу не сами по себе, а в связи с его собственным отношением к ним.

Режим занятий.

Учебный процесс организовывается с учётом СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей» (утверждены Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 года № 41).

Периодичность занятий:

1. количество занятий в неделю:

- 1 год обучения - 2 занятия;
 - 3 год обучения - 3 занятия.
2. количество часов в неделю:
- 1 год обучения - 8 часов;
 - 3 год обучения - 10 часов.
3. общее количество часов в год:
- 1 год обучения - 256 часов;
 - 3 год обучения - 320 часов.
4. продолжительность занятия - 45 минут;
5. перерыв между учебными занятиями – 10 минут;
6. наполняемость групп:
- 1 год обучения - 13 человек;
 - 2 год обучения - - ;
 - 3 год обучения - 10-11 человек.

Оперативное комплектование группы в количестве 10 человек осуществляется на основе приказа директора ДМЦ «Каравелла» на проведение занятия в бассейне.

7. форма обучения – очная;

8. особенности набора - набор в группы без конкурсного отбора, ребёнок может посещать занятия при отсутствии противопоказаний к занятиям по физической культуре (медицинская справка обязательно).

Особенности организации образовательного процесса.

Форма занятий: традиционные, с применением элементов дистанционных технологий или электронного обучения, возможно на основе сетевого взаимодействия.

1.2. Цель и задачи программы

Цель программы: формирование и развитие личности гражданина и патриота малой и большой Родины, творческого, самостоятельного, социально ответственного, коммуникативного, с развитой потребностной сферой познания окружающего мира и самопознания, способного, при необходимости, осознанно встать на защиту Родины и способного к самореализации с учетом индивидуальности, самосовершенствования, саморазвития и самовоспитания; человека чести, социальной справедливости, заботящегося об окружающих людях, природе, о сохранении и развитии культуры.

Задачи программы:

- формирование гражданского самосознания (русской идентичности), включая чувства патриотизма на основе работы в коллективе, приобщения к социальной деятельности, русскими культурным и историческим ценностям и традициям; понимание роли России в мировой истории и судьбах мира, развитие чувства гордости за лучшие традиции русского государства, русского общества и русской культуры;
- создание целостного пространства гражданско-патриотического, военно-спортивного воспитания, в том числе сочетающего формальное и неформальное образование с профессиональной и технической ориентацией, просвещение и стимулирование позитивной социальной общественной активности подростков;
- усвоение и использование на практике основ гражданского образования, включая знания о правах человека, о государстве, о выборах, понимание прав и обязанностей гражданина Российской Федерации, умения критически мыслить, сотрудничать с другими людьми, анализировать социальные и политические ситуации, ценности (солидарности, справедливости, гражданского долга, уважения к правам других, толерантности), а также необходимые социальные компетенции;
- формирование непосредственных навыков деятельности учащихся в военно-спортивном и профессиональном направлениях, а так же реализации гражданской позиции личности.

Миссия программы: подготовка обучающегося к особенностям службы в подразделениях военно-морского флота РФ и защите Родины, что осуществляется прежде всего через развитие гражданственности личности и формирование человека чести, социальной справедливости, заботящегося об окружающих людях, природе, о сохранении и развитии культуры, понимающего и принимающего ценность жизни, стремящегося к ее сохранению, защите, улучшению.

1.3. Содержание программы

Учебный план программы

Учебный план программы построен с учетом целей и задач воспитания гражданственности и привития профессиональных навыков в морском деле.

	начальный уровень	базовый уровень	Общее количество часов
	1 год обучения	3 год обучения	
Стажёрский курс	24	-	24
Курс старшин шлюпок	53	32	85
Курс военной подготовки	51	96	147
Общефизическая подготовка	128	192	320
ИТОГО:	256	320	576

1.4. Планируемые результаты

В результате реализации программы учащиеся будут **знать**:

- основные составляющие и сущностное содержание понятий мораль, нравственность, этика, ответственность, гражданин, гражданский долг, патриотизм;
- структуру, особенности и направления развития российского общества в различных сферах;
- основные события и особенности истории и культуры родного края (Сибири, г.Новосибирска);
- государственное устройство, государственные символы и базовые законодательные акты Российской Федерации;
- устройство вооружённых сил России, общие положения уставов, историю и традиции армии и флота, морской пехоты;
- лучших представителей Российского государства в политике, спорте, военной сфере (лучшие представители морского корпуса, армии, героев войн, труда, ведущие представители спорта);
- общие основы флотской и военной службы и специальные своды положений и правил её регулирующих;
- назначение, устройство, тактико-технические характеристики и применение стрелкового оружия;
- правила безопасного обращения с оружием и боеприпасами;
- основы тактики действия мотострелкового отделения в бою;
- основы морского и военного дела;
- общие правила физической подготовки, ведение рукопашного боя;
- общие основы здоровьесбережения и выживания в сложных ситуациях;
- теоретические основания выполнения специальных физических и военно-спортивных, упражнений и действий характерных для служащих армии и флота.

В результате реализации программы учащиеся будут **уметь**:

- ориентироваться в правовом поле Российской Федерации;
- пользоваться историческими знаниями в формировании собственной жизненной позиции и объяснении существенных социо-культурных изменений;
- принимать ответственные решения и совершать осознанные действия в сложных социальных ситуациях, в том числе связанных с совершением морального выбора;
- соблюдать меры безопасности при обращении со стрелковым оружием;
- готовить оружие к стрельбе, вести стрельбу и анализировать результаты стрельбы;
- выполнять приёмы строевой подготовки;
- выживать в лесистой местности;
- готовить к выходу шлюпку;
- управлять шлюпкой на веслах и под парусами;
- исполнять обязанности членов экипажа шлюпки;
- владеть приёмами флажного семафора;
- вязать морские узлы по нормативному времени;
- вести рукопашный бой;
- действовать в сложных, критических ситуациях, в том числе связанных с обеспечением выживания в лесистой местности;

В результате реализации программы учащиеся будут **владеть**:

- навыками поведения в системе жизни в нестабильном трансформирующемся обществе;
- способами организации деятельности в современной социальной сфере;
- умениями использовать правовые, исторические, общесоциальные и иные знания в организации деятельности в различных сферах общества;
- навыкам участия в культурной жизни общества;
- специфическими умениями морского дела, военно-морской службы;
- способностями к выполнению функций по защите государства, общества, отдельных граждан в специфических условиях военной или иной связанной с ней государственной службы, а так же в условиях техногенных или природных катастроф;
- основами профессионального мастерства по выбранному направлению.

У учащихся будут развиты следующие **личностные качества**:

- чувство любви к Родине, гражданское сознание, верность Отечеству, готовность к выполнению конституционной обязанности – защита Родины, уважительное отношение к героической истории нашего государства, его вооруженным силам;
- проявление уважения к культуре, истории, к народным (национальным) традициям, языку, стремление к их сохранению и развитию;
- нравственность, этика. Готовность к совершению этически обоснованного морального, нравственного выбора;
- социальная и гражданская ответственность, в том числе умения принимать решения и нести за них ответственность;
- потребность в регулярных занятиях физической культурой, осмысленное отношение к ним как способу самореализации и личностно значимому проявлению человеческих способностей;
- сознательная дисциплина, сила воли, умения концентрироваться на выполнении поставленной цели.

В процессе освоения программы учащиеся будут иметь возможность приобрести опыт освоения универсальных компетенций, определяющиеся в четырех основных блоках: личностные (л.к.), регулятивные (р.к.), познавательные (п.к.) и коммуникативные действия (к.к.), и проявить их через:

- демонстрацию критического мышления, потребность, способность и готовность к анализу и принятию решений;

- стремление к познанию, самообучению, саморазвитию, самореализации;
- креативность - потребность, способность и готовность к созданию нового, в том числе и в технической и в культурной сферах;
- коммуникативные навыки – потребность, способность и готовность к общению; потребность, способность и готовность к сотрудничеству, взаимодействию, ситуативной децентрализации общения и совместной деятельности;
- способность к самопрезентации - потребность, способность и готовность представить свое мнение, суждение, отношение и собственные результаты в процессе сотрудничества;
- проявление физических способностей, связанных с приверженностью к здоровому образу жизни, физической активности;
- способности регулировать свое поведение и действия в рамках одобряемых социумом позитивных нравственно-этических ценностей, культуры, при развитых социально-значимых чувствах;
- умения пользоваться специфическими навыками специальной подготовки;
- системную деятельность, направленную на профессиональную подготовку по выбранному направлению и другие.

Раздел № 2 «Комплекс организационно-педагогических условий»

2.1. Учебно-тематический план

Перечень тем и расчет количества часов по программе «Морская пехота»

Перечень тем и расчет количества часов по курсу «Стажёрский курс»

№ пп	Наименование раздела, темы	Кол-во часов	Место проведения	Материальное и информационное обеспечение занятия	Форма и метод контроля
1 год обучения					
1.	Стажерский курс	24	Штурманский класс, кают-компания, такелажный класс	Общевойские уставы ВС РФ, веревочные концы, семафорные флажки, судовой колокол, секундомер	Опрос, снятие контрольных нормативов, зачёт

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА

№ п/п	Наименование темы	1 год обучения			2 год обучения			3 год обучения		
		теоретические	практические	всего	теоретические	практические	всего	теоретические	практические	всего
1	Стажерский курс	6	18	24	-	-	-	-	-	-
Итого:		6	18	24						

1 год обучения

Стажерский курс – 24 час

Занятие СК 1.1. **Теоретическое.** Морская терминология – 1 час.

Занятие СК 1.2. **Теоретическое.** История появления судового колокола на корабле. Понятие рында, склянки – 1 час.

Занятие СК 1.3. **Теоретическое.** Порядок отбития склянок – 1 час.

Занятие СК 1.4. **Практическое.** Изучения морских узлов: рифовый, беседочный – 1 час.

- Занятие СК 1.5. **Практическое.** Изучения морских узлов: шкотовый, простой штык – 1 час.
- Занятие СК 1.6. **Практическое.** Изучения морских узлов: шлюпочный, удавка – 1 час.
- Занятие СК 1.7. **Практическое.** Правильная раскладка 6 узлов, вязание на скорость – 1 час.
- Занятие СК 1.8. **Практическое.** Понятие «Семафор», изучение букв (а, у, к, т, и(й), ь(ъ)) -1 час.
- Занятие СК 1.9. **Практическое.** Изучение парных букв семафорной азбуки (б-д, в-г, е(ё)-с, э) -1 час.
- Занятие СК 1.10. **Практическое.** Изучение парных букв семафорной азбуки (н-о, п-р, ф-ы, х) -1 час.
- Занятие СК 1.11. **Практическое.** Изучение парных букв семафорной азбуки (ц-ч, ш-щ, ю-я) – 1 час.
- Занятие СК 1.12.1. **Теоретическое.** Устав Внутренней Службы. Воинские звания. Понятия воинского звания и воинской должности. Составы: солдаты и матросы, старшины и сержанты, прапорщики и мичмана -1 час.
- Занятие СК 1.12.2. **Теоретическое.** Устав Внутренней Службы. Воинские звания. Составы: младший офицерский, старший офицерский, высший офицерский – 1 час.
- Занятие СК 1.13. **Теоретическое.** Строевой Устав. Основные Элементы строя – 1 час.
- Занятие СК 1.14.1. **Практическое.** Строевая стойка, строевые команды – 1 час.
- Занятие СК 1.14.2. **Практическое.** Предварительная и исполнительная команда. Ответ на приветствие на месте – 1 час.
- Занятие СК 1.14.3. **Практическое.** Повороты на месте – 1 час.
- Занятие СК 1.14.4. **Практическое.** Перестроение из одной шеренги в две и обратно – 1 час.
- Занятие СК 1.15.1. **Практическое.** Строевой шаг– 1 час.
- Занятие СК 1.15.2. **Практическое.** Движение строевым шагом – 1 час.
- Занятие СК 1.15.3. **Практическое.** Строевая стойка. Выполнение команд "Становись", "Смирно", "Вольно", "Заправиться", "Отставить" – 1 час.
- Занятие СК 1.15.4. **Практическое.** Подход к начальнику и отход от него – 1 час.
- Занятие СК 1.15.5. **Практическое.** Подход к начальнику и отход от него – 1 час.
- Занятие СК 1.15.6. **Практическое.** Подход к начальнику для принятия присяги – 1 час.

**Перечень тем и расчет количества часов
по «Курсу военная подготовка»**

№ пп	Наименование раздела, темы	Кол-во часов	Место проведения	Материальное и информационное обеспечение занятия	Форма и метод контроля
1 год обучения					
1.	Уставы ВС РФ	2	штурманский класс	Общевоинские уставы ВС РФ	опрос
2.	Строевая подготовка	12	класс, кают-компания	Строевой устав ВС РФ, методика СП	наблюдение, соревнование
3.	Огневая подготовка	27	стрелковый тир, музей землянка	наставление по стрелковому делу, пневматические винтовки, ММГ АК	наблюдение, снятие контрольных нормативов
4.	Тактическая подготовка	4	штурманский класс, местность	ПК, видеопроектор, полевая форма одежды, Боевой устав сухопутных войск, ММГ АК	опрос, наблюдение, соревнование
5.	Радиационная химическая биологическая защита	2	кают-компания	Противогазы	опрос, наблюдение, снятие контрольных нормативов
6.	Военная топография	4	штурманский	ПК, видеопроектор,	опрос,

			класс, местность	компасы, учебные карты, офицерские линейки	наблюдение
3 год обучения					
1.	Уставы ВС РФ	3	класс	Общевоинские уставы ВС РФ	опрос
2.	Строевая подготовка	19	класс, кают- компания	Строевой устав ВС РФ, методика СП	наблюдение, соревнование
3.	Огневая подготовка	33	стрелковый тир, музей землянка	наставление по стрелковому делу, пневматические винтовки, ММГ АК	опрос, наблюдение, снятие контрольных нормативов
4.	Тактическая подготовка	16	кают- компания, местность	ПК, видеопроектор, полевая форма одежды, Боевой устав сухопутных войск, ММГ АК, страйкбольное оружие	опрос, наблюдение
5.	Радиационная химическая биологическая защита	8	кают-компания	противогазы, ОЗК, секундомер	опрос, наблюдение, снятие контрольных нормативов
6.	Военная топография	10	класс, местность	ПК, видеопроектор, компасы, учебные карты, офицерские линейки	опрос, наблюдение, снятие контрольных нормативов
7.	Связь	2	Штурманский класс	Радиостанции, учебные таблицы	опрос, наблюдение
8.	Общественная гражданская подготовка	4	Штурманский класс	ПК, видеопроектор	опрос

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА

№ пп	Наименование темы	1 год обучения			3 год обучения		
		теоретические	практические	всего	теоретические	практические	всего
	Вводное занятие	1	-	1	1	-	1
1.	Уставы ВС РФ	2	-	2	3	-	3
2.	Строевая подготовка	1	11	12	1	18	19
3.	Огневая подготовка	6	21	27	3	30	33
4.	Тактическая подготовка	1	3	4	4	12	16
5.	Радиационная, хими-	-	2	2	1	7	8

	ческая и биологическая защита (РХБЗ)						
6.	Военная топография	2	1	3	3	7	10
7.	Связь	-	-	-	-	2	2
8.	Общественная гражданская подготовка (ОГП)	-	-	-	4	-	4
Итого:		13	38	51	20	76	96

1 год обучения

№ пп	Наименование темы	теоретические	практические	всего
	Вводное занятие	1	-	1
1.	Уставы ВС РФ	2	-	2
2.	Строевая подготовка	1	11	12
3.	Огневая подготовка	6	21	27
4.	Тактическая подготовка	1	3	4
5.	Радиационная, химическая и биологическая защита (РХБЗ)	-	2	2
6.	Военная топография	2	1	3
7.	Связь	-	-	-
8.	Общественная гражданская подготовка (ОГП)	-	-	-
Итого:		13	38	51

Вводное занятие – 1 час

Занятие В 1.1. **Теоретическое.** Рассказ о Вооруженных силах России – 1 час.

1. Уставы ВС РФ – 2 часов

Занятие У 1.1. **Теоретическое.** Устав Внутренней Службы. Предназначение суточного наряда и его обязанности – 1 час.

Занятие У 1.2. **Теоретическое.** Устав Внутренней Службы. Воинская вежливость и поведение военнослужащих – 1 час.

2. Строевая подготовка – 12 часов

Занятие СП 1.1.1. **Теоретическое.** Строи и их элементы. Обязанности солдата перед построением и в строю – 1 час.

Занятие СП 1.1.2. **Практическое.** Совершенствование индивидуальных навыков, а так же навыков взаимодействия в составе подразделения (учебной группы) по строевой подготовке – 1 час.

Занятие СП 1.1.3. **Практическое.** Совершенствование индивидуальных навыков, а так же навыков взаимодействия в составе подразделения (учебной группы) по строевой подготовке – 1 час.

Занятие СП 1.1.4. **Практическое.** Совершенствование индивидуальных навыков, а так же навыков взаимодействия в составе подразделения (учебной группы) по строевой подготовке – 1 час.

Занятие СП 1.1.5. **Практическое.** Совершенствование индивидуальных навыков, а так же навыков взаимодействия в составе подразделения (учебной группы) по строевой подготовке. – 1 час.

Занятие СП 1.1.6. **Практическое.** Совершенствование индивидуальных навыков, а так же навыков взаимодействия в составе подразделения (учебной группы) по строевой подготовке – 1 час.

Занятие СП 1.1.7. **Практическое.** Совершенствование индивидуальных навыков, а так же навыков взаимодействия в составе подразделения (учебной группы) по строевой подготовке – 1 час.

Занятие СП 1.1.8. **Практическое.** Совершенствование индивидуальных навыков, а так же навыков взаимодействия в составе подразделения (учебной группы) по строевой подготовке – 1 час.

Занятие СП 1.1.9. **Практическое.** Совершенствование индивидуальных навыков, а так же навыков взаимодействия в составе подразделения (учебной группы) по строевой подготовке – 1 час.

Занятие СП 1.1.10. **Практическое.** Совершенствование индивидуальных навыков, а так же навыков взаимодействия в составе подразделения (учебной группы) по строевой подготовке – 1 час.

Занятие СП 1.1.11. **Практическое.** Совершенствование индивидуальных навыков, а так же навыков взаимодействия в составе подразделения (учебной группы) по строевой подготовке – 1 час.

Занятие СП 1.1.12. **Практическое.** Совершенствование индивидуальных навыков, а так же навыков взаимодействия в составе подразделения (учебной группы) по строевой подготовке – 1 час.

3. Огневая подготовка – 27 часов

Занятие ОП 1.1. **Теоретическое.** Меры безопасности при стрельбе в тире и на стрельбище – 1 час.

Занятие ОП 1.2. **Теоретическое.** Основы выполнения точного выстрела – 1 час.

Занятие ОП 1.3.1. **Теоретическое.** Теория выполнения стрельбы из положения лежа с упором – 1 час.

Занятие ОП 1.3.2. **Практическое.** Практика стрельбы из положения лежа с упором – 1 час.

Занятие ОП 1.3.3. **Практическое.** Практика стрельбы из положения лежа с упором – 1 час.

Занятие ОП 1.3.4. **Практическое.** Теория выполнения стрельбы из положения лежа без упора – 1 час.

Занятие ОП 1.3.5. **Теоретическое.** Практика стрельбы из положения лежа без упора – 1 час.

Занятие ОП 1.3.6. **Практическое.** Практика стрельбы из положения лежа без упора – 1 час.

Занятие ОП 1.3.7. **Практическое.** Стрельба на кучность из положения лежа без упора – 1 час.

Занятие ОП 1.3.8. **Практическое.** Стрельба на кучность из положения лежа без упора – 1 час.

Занятие ОП 1.3.9. **Практическое.** Выполнение упражнения «3+10» по стрельбе из положения лежа без упора – 1 час.

Занятие ОП 1.4. **Теоретическое.** История создания. Предназначение и материальная часть Автомата Калашникова - 1 час.

Занятие ОП 1.5.1. **Теоретическое.** Неполная разборка/сборка АК (Нормативы № 13 и № 14) – 1 час.

Занятие ОП 1.5.1. **Практическое.** Совершенствование нормативов № 13 и № 14 – 1 час.

Занятие ОП 1.5.2. **Практическое.** Совершенствование нормативов № 13 и № 14 – 1 час.

Занятие ОП 1.5.3. **Практическое.** Совершенствование нормативов № 13 и № 14 – 1 час.

Занятие ОП 1.5.4. **Практическое.** Совершенствование нормативов № 13 и № 14 – 1 час.

Занятие ОП 1.5.5. **Практическое.** Совершенствование нормативов № 13 и № 14 – 2 час.

Занятие ОП 1.5.6. **Практическое.** Совершенствование нормативов № 13 и № 14 – 2 час.

Занятие ОП 1.6.1. **Практическое.** Снаряжение магазина АК 30 патронами – 1 час.

Занятие ОП 1.6.2. **Практическое.** Снаряжение магазина АК 30 патронами – 1 час.

Занятие ОП 1.6.3. **Практическое.** Снаряжение магазина АК 30 патронами – 1 час.

Занятие ОП 1.6.4. **Практическое.** Снаряжение магазина АК 30 патронами – 1 час.

Занятие ОП 1.6.5. **Практическое.** Снаряжение магазина АК 30 патронами – 2 час.

4. Тактическая подготовка – 4 часа

Занятие ТП 1.1.1. **Практическое.** Передвижение солдата на поле боя – 1 час.

Занятие ТП 1.1.2. **Практическое.** Передвижение солдата на поле боя – 1 час.

Занятие ТП 1.2.1. **Теоретическое.** Виды маскировки – 1 час.

Занятие ТП 1.2.2. **Практическое.** Применение маскировки – 1 час.

5. РХБЗ – 2 часа

Занятие РХБЗ 1.1. **Практическое.** Надевание противогаза ГП-5 (норматив № 1) – 1 час

Занятие РХБЗ 1.2. **Практическое.** Пользование не исправным противогазом (норматив № 2) – 1 час.

6. Военная топография – 3 часа

Занятие ВТ 1.1. **Теоретическое.** Устройство компаса. Стороны света. Ориентирование на местности без карты – 1 час.

Занятие ВТ 1.2. **Теоретическое.** Понятие Азимут и его предназначение – 1 час.

Занятие ВТ 1.3. **Практическое.** Взятие азимутов. Составление маршрута для движения по карте – 1 час.

3 год обучения

№ пп	Наименование темы	3 год обучения		
		теоретические	практические	всего
	Вводное занятие	1	-	1
1.	Уставы ВС РФ	3	-	3
2.	Строевая подготовка	1	18	19
3.	Огневая подготовка	3	30	33
4.	Тактическая подготовка	4	12	16
5.	Радиационная, химическая и биологическая защита (РХБЗ)	1	7	8
6.	Военная топография	3	7	10
7.	Связь	-	2	2
8.	Общественная гражданская подготовка (ОГП)	4	-	4
Итого:		20	76	96

Вводное занятие – 1 час

Занятие В 3.1. **Теоретическое.** Обзор программы курса. Подведение итогов 2 курса – 1 час.

Уставы ВС РФ – 3 часа

Занятие У 3.1. **Теоретическое.** Дисциплинарный устав. – Приказ (приказание), порядок его отдачи и выполнения – 1 час.

Занятие У 3.2. **Теоретическое.** Устав Внутренней Службы – Обязанности основных должностных лиц – 1 час.

Занятие У 3.3. **Теоретическое.** Устав Внутренней Службы – Порядок повседневной деятельности (во время летних лагерных сборов) – 1 час.

Строевая подготовка – 19 часов

Занятие СП 3.1. **Теоретическое.** Правила проведения строевого смотра – 1 час.

Занятие СП 3.2.1. **Практическое.** Выполнение приемов с оружием на месте. Положение «на ремень» – 1 час.

Занятие СП 3.2.2. **Практическое.** Выполнение приемов с оружием на месте. Положение «на грудь» – 1 час.

Занятие СП 3.2.3. **Практическое.** Выполнение приемов с оружием на месте. Положение «за спину» – 1 час.

Занятие СП 3.2.4. **Практическое.** Выполнение приемов с оружием на месте. Выполнение приема «ремень – опустить (подтянуть)» – 1 час.

Занятие СП 3.2.5. **Практическое.** Изучение команд «Отделение, положить – ОРУЖИЕ», «Отделение - К ОРУЖИЮ» – 1 час.

Занятие СП 3.2.6. **Практическое.** Движение с оружием в положении «на ремень», «на грудь», «за спину» – 1 час.

Занятие СП 3.3.1. **Практическое.** Строевая подготовка в составе парадного расчета – 1 час.

Занятие СП 3.3.2. **Практическое.** Строевая подготовка в составе парадного расчета – 1 час.

Занятие СП 3.3.3. **Практическое.** Строевая подготовка в составе парадного расчета – 1 час.

Занятие СП 3.3.4. **Практическое.** Строевая подготовка в составе парадного расчета – 1 час.

Занятие СП 3.3.5. **Практическое.** Строевая подготовка в составе парадного расчета – 1 час.

Занятие СП 3.3.6. **Практическое.** Строевая подготовка в составе парадного расчета – 1 час.

Занятие СП 3.3.7. **Практическое.** Строевая подготовка в составе парадного расчета – 1 час.

Занятие СП 3.3.8. **Практическое.** Строевая подготовка в составе парадного расчета – 1 час.

Занятие СП 3.3.9. **Практическое.** Строевая подготовка в составе парадного расчета – 1 час.

Занятие СП 3.3.10. **Практическое.** Строевая подготовка в составе парадного расчета – 1 час.

Занятие СП 3.3.11. **Практическое.** Строевая подготовка в составе парадного расчета – 1 час.

Занятие СП 3.3.12. **Практическое.** Строевая подготовка в составе парадного расчета – 1 час.

Огневая подготовка – 33 часа

Занятие ОП 3.1. **Теоретическое.** Меры безопасности при стрельбе в тире и на стрельбище – 1 час.

Занятие ОП 3.2.1. **Практическое.** Стрельба на кучность из положения, лежа без упора – 1 час.

Занятие ОП 3.2.2. **Практическое.** Стрельба на кучность из положения, лежа без упора – 1 час.

Занятие ОП 3.2.3. **Практическое.** Стрельба на кучность из положения, сидя с упором на стол – 1 час.

Занятие ОП 3.2.4. **Практическое.** Стрельба на кучность из положения, сидя с упором на стол – 1 час.

Занятие ОП 3.2.5. **Практическое.** Стрельба на кучность из положения сидя с колена – 1 час.

Занятие ОП 3.2.6. **Практическое.** Стрельба на кучность из положения сидя с колена – 1 час.

Занятие ОП 3.3.1. **Теоретическое.** Теория выполнения стрельбы из положения, стоя – 1 час.

Занятие ОП 3.3.2. **Практическое.** Стрельба на кучность из положения, стоя – 1 час.

Занятие ОП 3.3.3. **Практическое.** Стрельба на кучность из положения, стоя – 1 час.

Занятие ОП 3.3.4. **Практическое.** Стрельба на кучность из положения, стоя – 1 час.

Занятие ОП 3.3.5. **Практическое.** Стрельба на кучность из положения, стоя – 1 час.

Занятие ОП 3.3.6. **Практическое.** Стрельба на кучность из положения, стоя – 1 час.

Занятие ОП 3.3.7. **Практическое.** Стрельба на кучность из положения, стоя – 1 час.

Занятие ОП 3.3.8. **Практическое.** Зачетная стрельба из положения, стоя – 1 час.

Занятие ОП 3.3.9. **Практическое.** Зачетная стрельба из положения, стоя – 1 час.

Занятие ОП 3.3.10. **Практическое.** Зачетная стрельба из положения, стоя – 1 час.

Занятие ОП 3.4.1. **Теоретическое.** Теория выполнения стрельбы из пистолета – 1 час.

Занятие ОП 3.4.2. **Практическое.** Стрельба на кучность из пистолета – 1 час.

Занятие ОП 3.4.3. **Практическое.** Стрельба на кучность из пистолета – 1 час.

Занятие ОП 3.4.4. **Практическое.** Стрельба на кучность из пистолета – 1 час.

Занятие ОП 3.4.5. **Практическое.** Стрельба на кучность из пистолета – 1 час.

Занятие ОП 3.4.6. **Практическое.** Стрельба на кучность из пистолета – 1 час.

Занятие ОП 3.4.7. **Практическое.** Стрельба на кучность из пистолета – 1 час.

Занятие ОП 3.4.8. **Практическое.** Зачетная стрельба из пистолета – 1 час.

Занятие ОП 3.4.9. **Практическое.** Зачетная стрельба из пистолета – 1 час.

Занятие ОП 3.4.10. **Практическое.** Зачетная стрельба из пистолета – 1 час.

Занятие ОП 3.5.1. **Практическое.** Неполная разборка/сборка АК (Нормативы № 13 и № 14) – 1 час.

Занятие ОП 3.5.2. **Практическое.** Совершенствование нормативов №13 и №14 – 1 час.

Занятие ОП 3.5.3. **Практическое.** Совершенствование нормативов №13 и №14 – 1 час.

Занятие ОП 3.5.4. **Практическое.** Совершенствование навыка снаряжение магазина АК 30 патронами – 1 час.

Занятие ОП 3.5.5. **Практическое.** Совершенствование навыка снаряжение магазина АК 30 патронами – 1 час.

Занятие ОП 3.5.6. **Практическое.** Совершенствование навыка снаряжение магазина АК 30 патронами – 1 час.

Тактическая подготовка – 16 часов

- Занятие ТП 3.1.1. **Теоретическое.** Основные способы ведения разведки – «наблюдение» – 1 час.
- Занятие ТП 3.1.2. **Теоретическое.** Основные способы ведения разведки – «поиск» – 1 час.
- Занятие ТП 3.1.3. **Теоретическое.** Основные способы ведения разведки – «налет» – 1 час.
- Занятие ТП 3.1.4. **Теоретическое.** Основные способы ведения разведки – «засада» – 1 час.
- Занятие ТП 3.2.1. **Практическое.** Передвижение солдат в двойках – 1 час.
- Занятие ТП 3.2.2. **Практическое.** Передвижение солдат в двойках – 1 час.
- Занятие ТП 3.2.3. **Практическое.** Передвижение солдат в тройках – 1 час.
- Занятие ТП 3.2.4. **Практическое.** Передвижение солдат в тройках – 1 час.
- Занятие ТП 3.2.5. **Практическое.** Различные способы удержания оружия – 1 час.
- Занятие ТП 3.2.6. **Практическое.** Различные способы удержания оружия – 1 час.
- Занятие ТП 3.2.7. **Практическое.** Различные способы удержания оружия – 1 час.
- Занятие ТП 3.2.8. **Практическое.** Различные способы смены «отстрелянного магазина» – 1 час.
- Занятие ТП 3.2.9. **Практическое.** Различные способы смены «отстрелянного магазина» – 1 час.
- Занятие ТП 3.2.10. **Практическое.** Преодоление открытых участков во время «боя» – 1 час.
- Занятие ТП 3.2.11. **Практическое.** Преодоление открытых участков во время «боя» – 1 час.
- Занятие ТП 3.2.12. **Практическое.** Преодоление открытых участков во время «боя» – 1 час.

РХБЗ – 8 часов

- Занятие РХБЗ 3.1.1. **Практическое.** Надевание противогаза ГП-5 (норматив № 1). Пользование не исправным противогазом (норматив № 2) – 1 час.
- Занятие РХБЗ 3.1.2. **Практическое.** Надевание противогаза ГП-5 (норматив № 1). Пользование не исправным противогазом (норматив № 2) – 1 час.
- Занятие РХБЗ 3.2.1. **Теоретическое.** Изучение норматива № 3б надевание Общевойскового Защитного Комплекта (ОЗК) в виде «комбинезона» – 1 час.
- Занятие РХБЗ 3.2.2. **Практическое.** Отработка норматива № 3б – 1 час.
- Занятие РХБЗ 3.2.3. **Практическое.** Отработка норматива № 3б – 1 час.
- Занятие РХБЗ 3.2.4. **Практическое.** Отработка норматива № 3б – 1 час.
- Занятие РХБЗ 3.2.5. **Практическое.** Отработка норматива № 3б – 1 час.
- Занятие РХБЗ 3.2.6. **Практическое.** Отработка норматива № 3б – 1 час.

Военная топография – 10 часов

- Занятие ВТ 3.1. **Практическое.** Топографические знаки и умение читать карту – 1 час.
- Занятие ВТ 3.2. **Практическое.** Азимуты и движение по ним – 1 час.
- Занятие ВТ 3.3.1. **Теоретическое.** Подготовка данных по карте для движения по азимутам – 1 час.
- Занятие ВТ 3.3.2. **Практическое.** Подготовка данных по карте для движения по азимутам – 1 час.
- Занятие ВТ 3.3.3. **Практическое.** Подготовка данных по карте для движения по азимутам – 1 час.
- Занятие ВТ 3.3.4. **Практическое.** Подготовка данных по карте для движения по азимутам – 1 час.
- Занятие ВТ 3.4.1. **Теоретическое.** Составление схем местности приемами глазомерной съемки – 1 час.
- Занятие ВТ 3.4.2. **Практическое.** Составление схем местности приемами глазомерной съемки – 1 час.
- Занятие ВТ 3.4.3. **Теоретическое.** Составление схем местности по карте – 1 час.
- Занятие ВТ 3.4.4. **Практическое.** Составление схем местности по карте – 1 час.

Радиосвязь – 2 часа

- Занятие Р 3.1.1. **Практическое.** Использование переговорных таблиц. Зашифровка данных – 1 час.
- Занятие Р 3.1.2. **Практическое.** Использование переговорных таблиц. Расшифровка данных – 1 час.

Устройство вооруженных сил – 4 часа

- Занятие УВС 3.1. **Теоретическое.** Структура вооруженных сил – 1 час.
- Занятие УВС 3.2. **Теоретическое.** Виды и рода войск – 1 час.
- Занятие УВС 3.3.1. **Теоретическое.** Основные виды техники войск – 1 час.

**Перечень тем и расчет количества часов
по «Курсу старшин шлюпок»**

№ пп	Наименование раздела, темы	Кол-во часов	Место проведения	Материальное и информационное обеспечение занятия	Форма и метод контроля
1 год обучения					
1.	Такелаж	20	такелажный класс	вязательные концы, секундомер	наблюдение, снятие контрольных нормативов
2.	Семафор	24	кают-компания	семафорные флажки, семафорные карточки, секундомер	наблюдение, снятие контрольных нормативов
3.	Устройство шлюпки	9	штурманский класс	плакат ЯЛ-6, учебные карточки	Опрос
3 год обучения					
1.	Такелаж	10	такелажный класс	вязательные концы, секундомер	наблюдение, снятие контрольных нормативов
2.	Семафор	10	кают-компания	семафорные флажки, семафорные карточки, секундомер	наблюдение, снятие контрольных нормативов
3.	Устройство шлюпки	12	штурманский класс	ПК, видеопроектор, плакат ЯЛ-6, учебные карточки, секундомер	опрос, снятие контрольных нормативов

№ п/п	Наименование темы	1 год обучения			3 год обучения		
		теоретические	практические	всего	теоретические	практические	всего
1	Такелаж	-	20	20	-	10	10
2	Семафор	-	24	24	-	10	10
3	Устройство шлюпки	8	1	9	12	-	12
Итого:		9	47	53	12	20	32

1 год обучения

Такелаж – 20 часов

- Занятие Т 1.1.1. **Практическое.** Совершенствование навыка вязания «Рифового» узла – 2 часа.
 Занятие Т 1.1.2. **Практическое.** Совершенствование навыка вязания «Беседочного» узла – 2 часа.
 Занятие Т 1.1.3. **Практическое.** Совершенствование навыка вязания «Шкотового» узла – 2 часа.
 Занятие Т 1.1.4. **Практическое.** Совершенствование навыка вязания узла «Штык» – 2 часа.
 Занятие Т 1.1.5. **Практическое.** Совершенствование навыка вязания узла «Удавка» – 2 часа.

Занятие Т 1.1.6. **Практическое.** Совершенствование навыка вязания «Шлюпочного» узла – 2 часа.
Занятие Т 1.1.7. **Практическое.** Совершенствование техники забрасывания концов на банку – 2 часа.

Занятие Т 1.1.8. **Практическое.** Совершенствование навыка вязания 6 основных узлов – 6 часов.

1. Семафор – 24 часа

Занятие С 1.2.1. **Практическое.** Повторение семафорной азбуки – 2 часа.

Занятие С 1.2.2. **Практическое.** Прием и передача двухбуквенных кодов – 4 часа.

Занятие С 1.2.3. **Практическое.** Прием и передача двухбуквенных кодов – 4 часа.

Занятие С 1.2.4. **Практическое.** Прием и передача слов морской терминологии – 4 часа.

Занятие С 1.2.5. **Практическое.** Прием и передача слов морской терминологии – 4 часа.

Занятие С 1.2.6. **Практическое.** Прием и передача предложений – 3 часа.

Занятие С 1.2.7. **Практическое.** Прием и передача предложений – 3 часа.

2. Устройство шлюпки – 9 часов

Занятие Ш 1.3.1. **Теоретическое.** Силовые наборы шлюпки Ял-4 (Ял-6). Продольный силовой набор - 1 час.

Занятие Ш 1.3.2. **Теоретическое.** Силовые наборы шлюпки Ял-4 (Ял-6). Поперечный силовой набор - 1 час.

Занятие Ш 1.3.3. **Теоретическое.** Крепление частей силового набора между собой - 1 час.

Занятие Ш 1.3.4. **Теоретическое.** Съёмные детали, их назначение и устройство - 1 час.

Занятие Ш 1.3.5. **Теоретическое.** Дельные вещи, их назначение и устройство - 1 час.

Занятие Ш 1.3.6. **Теоретическое.** Предметы снабжения шлюпок, их назначение, устройство и штатные места. Спасательные средства - 1 час.

Занятие Ш 1.3.7. **Практическое.** Посадка гребцов в шлюпку: Правила посадки и высадки гребцов в шлюпке при различных видах ее швартовки - 1 час.

Занятие Ш 1.3.8. **Теоретическое.** Командные слова при управлении шлюпкой на вёслах: Командные слова (команды), подаваемые при гребле, специальные команды и техника их выполнения – 1 час.

Занятие Ш 1.3.9. **Теоретическое.** Самостоятельная работа, тест устройство шлюпки – 1 час.

3 год обучения

1. Такелаж – 10 часов

Занятие Т 3.1. **Практическое.** Совершенствование навыка вязания «Рифового» узла – 1 час.

Занятие Т 3.2. **Практическое.** Совершенствование навыка вязания «Беседочного» узла – 1 час.

Занятие Т 3.3. **Практическое.** Совершенствование навыка вязания «Шкотового» узла – 1 час.

Занятие Т 3.4. **Практическое.** Совершенствование навыка вязания узла «Штык» – 1 час.

Занятие Т 3.5. **Практическое.** Совершенствование навыка вязания узла «Удавка» – 1 час.

Занятие Т 3.6. **Практическое.** Совершенствование навыка вязания «Шлюпочного» узла – 1 час.

Занятие Т 3.7. **Практическое.** Совершенствование навыка вязания 6 основных узлов – 1 час.

Занятие Т 3.8. **Практическое.** Узлы, применяемые при постановке веревочной переправы – 1 час.

Занятие Т 3.9. **Практическое.** Узлы, применяемые при постановке веревочной переправы – 1 час.

Занятие Т 3.10. **Практическое.** Узлы, применяемые при постановке веревочной переправы – 1 час.

2. Семафор – 10 часов

Занятие С 3.1. **Практическое.** Повторение семафорной азбуки – 1 час.

Занятие С 3.2. **Практическое.** Прием и передача двухбуквенных кодов – 1 час.

Занятие С 3.3. **Практическое.** Прием и передача двухбуквенных кодов – 1 час.

Занятие С 3.4. **Практическое.** Прием и передача двухбуквенных кодов – 1 час.

Занятие С 3.5. **Практическое.** Прием и передача двухбуквенных кодов – 1 час.

Занятие С 3.6. **Практическое.** Прием и передача слов морской терминологии – 1 час.

Занятие С 3.7. **Практическое.** Прием и передача слов морской терминологии – 1 час.

Занятие С 3.8. **Практическое.** Прием и передача слов морской терминологии – 1 час.

Занятие С 3.9. **Практическое.** Прием и передача предложений – 1 час.

Занятие С 3.10. **Практическое.** Прием и передача предложений – 1 час.

3. Устройство шлюпки – 12 часов

Занятие Ш 3.1.1. **Теоретическое.** Написание тестов по устройству шлюпки и паруса – 1 час.

Занятие Ш 3.1.2. **Теоретическое.** Написание тестов по устройству шлюпки и паруса – 1 час.

Занятие Ш 3.1.3. **Теоретическое.** Написание тестов по устройству шлюпки и паруса – 1 час.

Занятие Ш 3.1.4. **Теоретическое.** Написание тестов по устройству шлюпки и паруса – 1 час.

Занятие Ш 3.2.1. **Теоретическое.** Техника огибания знаков – 1 час.

Занятие Ш 3.2.2. **Теоретическое.** Техника огибания знаков – 1 час.

Занятие Ш 3.3.1. **Теоретическое.** Лавировка – 1 час.

Занятие Ш 3.3.2. **Теоретическое.** Лавировка – 1 час.

Занятие Ш 3.4. **Теоретическое.** Постановка парусов «бабочкой» – 1 час.

Занятие Ш 3.5.1. **Теоретическое.** Правила парусных соревнований – 1 час.

Занятие Ш 3.5.2. **Теоретическое.** Правила парусных соревнований – 1 час.

Занятие Ш 3.6. **Теоретическое.** Полные курсы – 1 час.

Перечень тем и расчет количества часов по курсу «Общая физическая подготовка»

№ пп	Наименование тем	Кол-во часов	Место проведения	Материальное и информационное обеспечение занятия	Форма и метод контроля
1 год обучения					
	Водное занятие	2	зал рукопашного боя	конспект, плакаты	опрос
1.	Общая и специальная физическая подготовка	16	зал рукопашного боя	гимнастические, снаряды	наблюдения
2.	Акробатика	10	зал рукопашного боя	конспект	наблюдения
3.	Борьба в партере	28	зал рукопашного боя	конспект, плакаты, куртка самбиста	наблюдение, борьба в парах
4.	Борьба в стойке	26	зал рукопашного боя	конспект, плакаты, куртка самбиста	наблюдение, борьба в парах
5.	Ударная техника руками	26	зал рукопашного боя	шлема, перчатки боксёрские	наблюдение, работа в парах
8.	Учебно-тренировочные схватки	6	зал рукопашного боя	шлема, перчатки боксёрские	наблюдение, работа в парах
10.	Спортивные игры	8	зал рукопашного боя, открытая спортивная площадка	мячи, скакалки канат	наблюдения, командные соревнования
11.	Сдача промежуточных зачетов	6	зал рукопашного боя	секундомер	нормативы
3 год обучения					
	Водное занятие	2	зал рукопашного боя	конспекты, плакаты	опрос
1.	Общая и специальная физическая подготовка	18	зал рукопашного боя, атлетический зал	гимнастические, атлетические снаряды	наблюдения
2.	Акробатика	12	зал рукопашного боя	конспект	наблюдения
3.	Борьба в партере	22	зал рукопашного боя	конспект, плакаты, куртка самбиста	наблюдение, борьба в парах
4.	Борьба в стойке	16	зал рукопашного боя	конспект, плакаты, куртка самбиста	наблюдение, борьба в парах

5.	Ударная техника руками	16	зал рукопашного боя	шлема, перчатки боксёрские	наблюдение, работа в парах
6.	Ударная техника ногами	14	зал рукопашного боя	шлема, перчатки боксёрские, защита на голень	наблюдение, работа в парах
7.	Смешанная работа в стойке	6	зал рукопашного боя	шлема, перчатки боксёрские	наблюдение, работа в парах
8.	Учебно-тренировочные схватки	10	зал рукопашного боя	шлема, перчатки, защита	спарринг, подсчёт очков
9.	Легкоатлетическая подготовка	64	открытая спортивная площадка	скакалка, спортивная одежда, лыжи, утяжелители	наблюдение, контрольные замеры, соревнования
10.	Спортивные игры	6	зал рукопашного боя, открытая спортивная площадка	спортивный инвентарь	наблюдения, командные соревнования
11.	Сдача промежуточных зачетов	6	зал рукопашного боя	секундомер	нормативы

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА

№ пп	Наименование тем	1 год обучения			3 год обучения			Итого часов
		теоретические	практические	всего	теоретические	практические	всего	
	Вводное занятие	2	-	2	2	-	2	4
1.	Общая и специальная физическая подготовка	-	16	16	-	18	18	34
2.	Акробатика	-	10	10	-	12	12	22
3.	Борьба в партере	-	28	28	-	22	22	50
4.	Борьба в стойке	-	26	26	-	16	16	42
5.	Ударная техника руками	-	26	26	-	16	16	42
6.	Ударная техника ногами	-	-	-	-	14	14	14
7.	Смещенная работа в стойке	-	-	-	-	6	6	6
8.	Учебно-тренировочные схватки	-	6	6	-	10	10	16
9.	Легкоатлетическая подготовка	-	-	-	1	63	64	64
10.	Спортивные игры	-	8	8	-	6	6	14
11.	Сдача промежуточных зачетов	-	6	6	-	6	6	12
	ИТОГО:	2	126	128	3	189	192	320

1 год обучения

№ пп	Наименование тем	теоретические	практические	всего
	Вводное занятие	2	-	2
1.	Общая и специальная физическая подготовка	-	16	16
2.	Акробатика	-	10	10
3.	Борьба в партере	-	28	28
4.	Борьба в стойке	-	26	26
5.	Ударная техника руками	-	26	26
6.	Ударная техника ногами	-	-	-
7.	Смещенная работа в стойке	-	-	-
8.	Учебно-тренировочные схватки	-	6	6
9.	Легкоатлетическая подготовка	-	-	-
10.	Спортивные игры	-	8	8
11.	Сдача промежуточных зачетов	-	6	6
	ИТОГО:	2	126	128

Вводное занятие – 2 часа

Занятие 1.1. **Теоретическое.** Вводный инструктаж по технике безопасности на занятиях и правила поведения в спортивном зале. Ознакомление с программой занятий для 1 курса обучения. Краткие сведения из анатомии и физиологии человека, влияние физических упражнений на организм – 2 часа.

1. Общая и специальная физическая подготовка – 16 часов

Занятие 1.1. **Практическое.** Упражнения на развитие мышц рук: различные виды отжиманий, упражнения в парах, упражнения с предметами, подтягивания на перекладине – 4 часа.

Занятие 1.2. **Практическое.** Упражнения на укрепление мышц живота и спины: упражнения на нижние, верхние, косые мышцы пресса, упражнения на укрепление широчайших мышц спины, упражнения на укрепление мышц в поясничном отделе спины; укрепление осанки, работа в парах – 4 часа.

Занятие 1.3. **Практическое.** Упражнения на укрепление, растяжку мышц и сухожилий ног, работа в парах, упражнения с предметами – 4 часа.

Занятие 1.4. **Практическое.** Кардиотренировка: различные виды бега, работа со скакалкой, круговая тренировка на выносливость – 2 часа.

Занятие 1.5. **Практическое.** Круговая тренировка с предметами и без предметов для повышения скоростно-силовых качеств – 2 часа.

2. Акробатика – 10 часов

Занятие 2.1. **Практическое.** Кувырки вперед и назад, кувырки вперед и назад через левое и правое плечо, кувырок назад с выходом в стойку на руках, перевороты через левый и правый бок, стойка на руках – 2 часа.

Занятие 2.2. **Практическое.** Страховка и самостраховка при падениях: падения с колен, а потом из стойки на левый и правый бок, падения на спину, падения вперед, падения с поддержкой партнера – 4 часа.

Занятие 2.3. **Практическое.** Упражнения на мосту: в упоре головой в ковер движения вперед-назад, в стороны, кругообразные движения, вставание на мост из положения лежа на спине, работа в парах – 4 часа.

3. Борьба в партере – 28 часа

Занятие 3.1. **Практическое.** Удержания сбоку, верхом, поперек, подготовка к развитию дальнейшего технического действия и способы выхода из них – 2 часа.

Занятие 3.2. **Практическое.** Удержания со стороны головы, удержания со стороны ног, подготовка к развитию дальнейшего технического действия; выходы из удержаний – 2 часа.

Занятие 3.3. **Практическое.** Болевой прием рычаг локтя через бедро, рычаг локтя через бедро с помощью ноги, подводящие упражнения к болевому приему, защита от болевого приема – 4 часа.

Занятие 3.4. **Практическое.** Болевой прием рычаг локтя с захватом руки между ног, подводящие упражнения, отработка защиты – 4 часа.

Занятие 3.5. **Практическое.** Болевой прием перегибание локтя через предплечье, защита от приема – 4 часа.

Занятие 3.6. **Практическое.** Болевой прием ущемление ахиллесова сухожилия из положения лежа и сидя, защита от болевого приема – 4 часа.

Занятие 3.7. **Практическое.** Удушающие приемы со стороны спины при помощи рук, защита от удушающих приемов – 4 часа.

Занятие 3.8. **Практическое.** Комбинация удушающих и болевых приемов – 4 часа.

4. Борьба в стойке – 26 часов

Занятие 4.1. **Практическое.** Выведение из равновесия рывком, скручиванием, толчком; отработка захождения за спину – 2 часа.

Занятие 4.2. **Практическое.** Передняя и задняя подножка из различных положений, подводящие упражнения, работа в парах - 4 часа.

Занятие 4.3. **Практическое.** Передняя и задняя подсечка, боковая подсечка под свободную ногу, подсечка с падением – 4 часа.

Занятие 4.4. **Практическое.** Зацеп голенью, стопой изнутри и снаружи, сваливание – 4 часа.

Занятие 4.5. **Практическое.** Бросок через бедро, подводящие упражнения – 4 часа.

Занятие 4.6. **Практическое.** Бросок через плечо, подводящие упражнения – 4 часа.

Занятие 4.7. **Практическое.** Проход в две ноги из стойки, подводящие упражнения, защита от прохода в ноги – 4 часа.

5. Ударная техника руками – 26 часов

Занятие 5.1. **Практическое.** Стойка фронтальная, передняя, задняя, боевая; перемещение в стойке, перемещение «челнок» - 4 часа.

Занятие 5.2. **Практическое.** Отработка защитных действий: отбив, подставка, уклон, нырок, оттягивание – 4 часа.

Занятие 5.3. **Практическое.** Прямой удар в голову левой (правой) рукой с шагом левой (правой) ногой; защита подставкой левого (правого) плеча; подставкой правой (левой) ладони – 4 часа.

Занятие 5.4. **Практическое.** Прямой удар левой (правой) рукой в туловище, защита подставкой согнутой в локте левой (правой) руки; отходом назад – 2 часа.

Занятие 5.5. **Практическое.** Боковой удар левой (правой) рукой в голову и защита от него подставкой тыльной стороны правой (левой) кисти, нырком вправо (лево), уходом назад – 2 часа.

Занятие 5.6. **Практическое.** Боковой удар правой (левой) рукой в туловище, защита подставкой согнутой в локте левой (правой) рукой, уходом назад – 2 часа.

Занятие 5.7. **Практическое.** Удар снизу левой (правой) рукой в голову и защита от него подставкой правой (левой) ладони; уходом назад – 2 часа.

Занятие 5.8. **Практическое.** Удар снизу левой (правой) рукой в туловище и защита от него подставкой согнутой в локте правой (левой) руки – 2 часа.

Занятие 5.9. **Практическое.** Двойные прямые удары в голову правой левой рукой и защита от них – 4 часа.

8. Учебно-тренировочные и соревновательные схватки – 6 часов

Занятие 8.1. **Практическое.** Борьба на коленях, победа отдается за удержание соперника на лопатках – 2 часа.

Занятие 8.2. **Практическое.** Борьба в стойке по кругу, каждый с каждым, до первого технического действия – 2 часа.

Занятие 8.3. **Практическое.** Борьба по правилам вольной борьбы – 2 часа.

10. Спортивные игры – 8 часов

Занятие 10.1. **Практическое.** Регби на коленях – 2 часа.

Занятие 10.2. **Практическое.** Футбол – 2 часа.

Занятие 10.3. **Практическое.** Волейбол – 2 часа.

Занятие 10.4. **Практическое.** Перетягивание каната – 2 часа.

11. Сдача промежуточных зачетов – 6 часов

Занятие 11.1. **Практическое.** Сдача промежуточных зачетов– 2 часа

Занятие 11.2. **Практическое.** Сдача промежуточных зачетов– 2 часа

Занятие 11.3. **Практическое.** Сдача промежуточных зачетов– 2 часа

3 год обучения

№ пп	Наименование тем	теоретические	практические	всего
	Вводное занятие	2	-	2
1.	Общая и специальная физическая подготовка	-	18	18
2.	Акробатика	-	12	12
3.	Борьба в партере	-	22	22
4.	Борьба в стойке	-	16	16
5.	Ударная техника руками	-	16	16
6.	Ударная техника ногами	-	14	14
7.	Смещенная работа в стойке	-	6	6
8.	Учебно-тренировочные схватки	-	10	10
9.	Легкоатлетическая подготовка	-	64	64
10.	Спортивные игры	-	6	6
11.	Сдача промежуточных зачетов	-	6	6
	Всего:	2	190	192

Водные занятия – 2 часа

Занятие 1.1. **Теоретическое.** Ознакомление с программой курса. Техника безопасности и профилактики травматизма на занятиях борьбой. Гигиена, закаливание, питание и режим борца – 1 час.

Занятие 1.2. **Теоретическое.** Моральная и специальная психическая подготовка. Правила соревнований, их организация и проведение – 1 час.

1. Общефизическая подготовка и специальная подготовка – 18 часов

Занятие 1.1. **Практическое.** Упражнения на развитие мышц рук: различные виды отжиманий, упражнения в парах, упражнения на тренажерах, упражнения с гирями, гантелями, блинами, подтягивания – 4 часа.

Занятие 1.2. **Практическое.** Упражнения на укрепление мышц живота и спины: упражнения на нижние, верхние, косые мышцы пресса, упражнения на укрепление широчайших мышц спины, упражнения на укрепление мышц в поясничном отделе спины; укрепление осанки, упражнения на тренажерах, упражнения с бодибарами – 4 часа.

Занятие 1.3. **Практическое.** Упражнения на укрепление мышц ног, работа в парах, упражнения на тренажерах - 4 часа.

Занятие 1.4. **Практическое.** Упражнения на растяжку мышц и сухожилий ног, работа в парах - 2 часа.

Занятие 1.5. **Практическое.** Кардиотренировка: различные виды бега, работа со скакалкой, прыжки в даль и в высоту, прыжки через предметы – 2 часа.

Занятие 1.6. **Практическое.** Кардиотренировка: различные виды бега, работа со скакалкой, прыжки в даль и в высоту, прыжки через предметы – 2 часа.

2. Акробатика – 12 часов

Занятие 2.1. **Практическое.** Оттачивание навыков страховки при падении вперед, назад, на левый бок, на правый бок, падение на живот без помощи рук, кувырок вперед через плечо с само страховкой, отработка в парах – 2 часа.

Занятие 2.2. **Практическое.** Переход из упора головой в ковер на борцовский мост и обратно, забегания в упоре головой в ковёр по кругу вправо и влево, переход в акробатический мост из положения лежа – 2 часа.

Занятие 2.3. **Практическое.** Повторение и совершенствование различных кувырков (кувырки вперед, назад, через плечо, боковые кувырки через плечо, полет-кувырок, кувырок назад с выходом на руки) – 2 часа.

Занятие 2.4. **Практическое.** Выполнение подъем разгибом лежа на лопатках: учимся выносить таз вверх и подгибать ноги под себя, отработываем толчок руками, отработка подводящих упражнений, отработка с помощью напарника, одиночное выполнение упражнения – 2 часа.

Занятие 2.5. **Практическое.** Фляк вперед, фляк назад: учимся вставать в гимнастический мостик из положения стоя, учимся перебрасывать ноги через голову стоя в гимнастическом мосту, отработка упражнения с поддержкой напарником, одиночное выполнение упражнения на матах – 2 часа.

Занятие 2.6. **Практическое.** Выполнение «арабского» сальто: отработка толчка, правильной группировки, выполнение упражнения с места на маты, отработка упражнения в движении – 2 часа.

3. Борьба в партере – 22 часа

Занятие 3.1. **Практическое.** Повторение и совершенствование различных видов удержаний (удержание сверху, удержание с боку, удержание поперек, удержание со стороны головы), уходы от удержаний, работа в парах – 2 часа.

Занятие 3.2. **Практическое.** Болевой прием ущемление ахиллесово сухожилия с захватом одноименной и разноименной ноги - 2 часа.

Занятие 3.3. **Практическое.** Болевой прием узел плеча, узел поперек и узел предплечьем вниз (обратный узел поперек) – 2 часа.

Занятие 3.4. **Практическое.** Болевой прием узел ноги захватом голени под одноимённое плечо и упором разноимённой рукой в колено захваченной снаружи ноги, после удержания поперёк – 2 часа.

Занятие 3.5. **Практическое.** Болевой прием узел ноги ногой зацепом стопой разноимённой голени, ногой через голень зацепом двух ног – 2 часа.

Занятие 3.6. **Практическое.** Болевой прием узел ноги ногой зацепом за подколенный сгиб другой ноги - 2 часа.

Занятие 3.7. **Практическое.** Удушающий прием «треугольник», уход от удушающего приема – 2 часа.

Занятие 3.8. **Практическое.** Удушение треугольником через руку, уход от удушающего через руку – 2 часа.

Занятие 3.9. **Практическое.** Комбинирование разных болевых приемов, переход от одного приема к другому – 4 часа.

Занятие 3.10. **Практическое.** Работа в парах по номерам: первый номер выполняет разные болевые приемы, а второй номер защищается и уходит от атак – 2 часа.

4. Борьба в стойке – 16 часов

Занятие 4.1. **Практическое.** Повторение и оттачивание изученных ранее бросков – 2 часа.

Занятие 4.2. **Практическое.** Отработка разных видов прохода в ноги, с переводом в партер с дальнейшим выполнением болевого приема – 2 часа.

Занятие 4.3. **Практическое.** Бросок через спину с колен, выполнение подводящих упражнений, работа в парах – 2 часа.

Занятие 4.4. **Практическое.** Бросок через плечи «мельница» с колен, выполнение подводящих упражнений, работа в парах – 2 часа.

Занятие 4.5. **Практическое.** Бросок «вертушка» с удержанием за шею, выполнение подводящих упражнений, работа в парах – 2 часа.

Занятие 4.6. **Практическое.** Отработка контрприемов от бросков, отработка защиты от прохода в ноги – 2 часа.

Занятие 4.7. **Практическое.** Тренировка на манекенах, работа с борцовской резиной, работа на тренажерах и с предметами – 4 часа.

5. Ударная техника руками – 16 часов

Занятие 5.1. **Практическое.** Отработка прямых ударов, боковых ударов, под разными углами, работа на лапах, работа в парах – 2 часа.

Занятие 5.2. **Практическое.** Отработка защитных действий при ударами руками (нырки, уклоны, блоки, оттяжки, разрыв дистанции) – 2 часа.

Занятие 5.3. **Практическое.** Работа в парах, первый номер наносит удары руками, второй номер старается «провалить» соперника за счет разрыва дистанции или уклонов и контратаковать – 2 часа.

Занятие 5.4. **Практическое.** Отработка удара рукой с разворота тыльной стороной кулака, выполнение серии ударов руками с включением удара с разворотом кулаком в голову – 2 часа.

Занятие 5.5. **Практическое.** Отработка ударов через руку противника, прямые, боковые, апперкоты – 2 часа.

Занятие 5.6. **Практическое.** Отработка различных комбинаций ударами, с выполнением защитных действий, работа в парах – 4 часа.

Занятие 5.7. **Практическое.** Работа на боксерских мешках, работа на лапах в паре – 2 часа.

6. Ударная техника ногами – 14 часов

Занятие 6.1. **Практическое.** Отработка ранее изученных ударов ногами – 2 часа.

Занятие 6.2. **Практическое.** Отработка защитных действий при ударами ногами, блоки, подставки – 2 часа.

Занятие 6.3. **Практическое.** Удар с разворота ногой в туловище, работа на боксерских мешках, работа в парах с макиварами, отработка защитных действий при ударе с разворота ногой в туловище – 2 часа.

Занятие 6.4. **Практическое.** Удар с разворота ногой в голову, выполнение подводящих приемов, работа в парах на лапах – 2 часа.

Занятие 6.5. **Практическое.** Удар прямой ногой сверху вниз в голову «иксик», отработка защитных действий, работа в парах – 2 часа.

Занятие 6.6. **Практическое.** Удары коленом в корпус, удары коленом по корпусу в «тайском» клинче, удары коленом в прыжке в голову, отработка защитных действий, работа в паре с макиварами – 2 часа.

Занятие 6.7. **Практическое.** Удары и зацепы ногами из положения лежа на спине, работа в парах – 1 час.

Занятие 6.8. **Практическое.** Удары ногами и подсечки выводящие противника из равновесия, работа в парах – 1 час.

7. Смещенная работа в стойке – 6 часов

Занятие 7.1. **Практическое.** Работа в парах, обоюдная выполнение комбинаций ударов ногами и руками, с выполнением защитных действий – 2 часа.

Занятие 7.2. **Практическое.** Работа по номерам: первый номер наносит удары ногами и руками, второй номер используя борцовскую технику должен перевести оппонента в партер – 2 часа.

Занятие 7.3. **Практическое.** Работа по номерам: первый номер наносит удары ногами и руками, второй номер используя борцовскую технику должен перевести оппонента в партер – 2 часа.

8. Учебно-тренировочные схватки – 10 часов

Занятие 8.1. **Практическое.** Борьба по правилам вольной борьбы – 2 часа.

Занятие 8.2. **Практическое.** Борьба по правилам вольной борьбы – 2 часа.

Занятие 8.3. **Практическое.** Учебные спарринги по правилам армейского рукопашного боя – 2 часа.

Занятие 8.4. **Практическое.** Учебные спарринги по правилам армейского рукопашного боя – 2 часа.

Занятие 8.5. **Практическое.** Учебные спарринги по правилам армейского рукопашного боя – 2 часа.

9. Легкоатлетическая подготовка – 64 часа

Занятие ЛА 9.1.1. **Практическое.** Тренировка на скорость. Переменный бег трусой с максимальной скоростью на отрезках в 50 и 100 метров – 2 часа.

Занятие ЛА 9.1.2. **Практическое.** Тренировка на скорость. Переменный бег трусой с максимальной скоростью на отрезках в 50 и 100 метров – 2 часа.

Занятие ЛА 9.1.3. **Практическое.** Тренировка на скорость. Переменный бег трусой с максимальной скоростью на отрезках в 50 и 100 метров – 2 часа.

Занятие ЛА 9.1.4. **Практическое.** Тренировка на скорость. Переменный бег трусой с максимальной скоростью на отрезках в 50 и 100 метров – 2 часа.

Занятие ЛА 9.1.5. **Практическое.** Тренировка на скорость. Переменный бег трусой с максимальной скоростью на отрезках в 50 и 100 метров – 2 часа.

Занятие ЛА 9.2.1. **Практическое.** Эстафетный (бесперывный) бег. Отрезки составляют 100, 200 и больше метров – 2 часа.

Занятие ЛА 9.2.2. **Практическое.** Эстафетный (бесперывный) бег. Отрезки составляют 100, 200 и больше метров – 2 часа.

Занятие ЛА 9.2.3. **Практическое.** Эстафетный (бесперывный) бег. Отрезки составляют 100, 200 и больше метров – 2 часа.

Занятие ЛА 9.2.4. **Практическое.** Эстафетный (бесперывный) бег. Отрезки составляют 100, 200 и больше метров – 2 часа.

Занятие ЛА 9.2.5. **Практическое.** Эстафетный (бесперывный) бег. Отрезки составляют 100, 200 и больше метров – 2 часа.

Занятие ЛА 9.3.1. **Практическое.** На общую выносливость. Бег со скоростью примерно 5-7 км/ч. Длительность упражнения может составлять 30-90 минут – 2 часа.

Занятие ЛА 9.3.2. **Практическое.** На общую выносливость. Бег со скоростью примерно 5-7 км/ч. Длительность упражнения может составлять 30-90 минут – 2 часа.

Занятие ЛА 9.3.3. **Практическое.** На общую выносливость. Бег со скоростью примерно 5-7 км/ч. Длительность упражнения может составлять 30-90 минут – 2 часа.

Занятие ЛА 9.3.4. **Практическое.** На общую выносливость. Бег со скоростью примерно 5-7 км/ч. Длительность упражнения может составлять 30-90 минут – 2 часа.

Занятие ЛА 9.3.5. **Практическое.** На общую выносливость. Бег со скоростью примерно 5-7 км/ч. Длительность упражнения может составлять 30-90 минут – 2 часа.

Занятие ЛА 9.4.1. **Практическое.** Переменный бег, переменного темповый бег. На Дистанции от 1 до 3 км. – 2 часа.

Занятие ЛА 9.4.2. **Практическое.** Переменный бег, переменного темповый бег. На Дистанции от 1 до 3 км – 2 часа.

Занятие ЛА 9.4.3. **Практическое.** Переменный бег, переменного темповый бег. На Дистанции от 1 до 3 км – 2 часа.

Занятие ЛА 9.4.4. **Практическое.** Переменный бег, переменного темповый бег. На Дистанции от 1 до 3 км – 2 часа.

Занятие ЛА 9.4.5. **Практическое.** Переменный бег, переменного темповый бег. На Дистанции от 1 до 3 км – 2 часа.

Занятие ЛА 9.5.1. **Практическое.** На специальную выносливость: переменного темповый и повторно-темповый бег – 2 часа.

Занятие ЛА 9.5.2. **Практическое.** На специальную выносливость: переменного темповый и повторно-темповый бег – 2 часа.

Занятие ЛА 9.5.3. **Практическое.** На специальную выносливость: переменного темповый и повторно-темповый бег – 2 часа.

Занятие ЛА 9.5.4. **Практическое.** На специальную выносливость: переменного темповый и повторно-темповый бег – 2 часа.

Занятие ЛА 9.6.1. **Практическое.** Лыжная подготовка – 2 часа.
 Занятие ЛА 9.6.2. **Практическое.** Лыжная подготовка – 2 часа.
 Занятие ЛА 9.6.3. **Практическое.** Лыжная подготовка – 2 часа.
 Занятие ЛА 9.6.4. **Практическое.** Лыжная подготовка – 2 часа.
 Занятие ЛА 9.6.5. **Практическое.** Лыжная подготовка – 2 часа.
 Занятие ЛА 9.6.6. **Практическое.** Лыжная подготовка – 2 часа.
 Занятие ЛА 9.6.7. **Практическое.** Лыжная подготовка – 2 часа.
 Занятие ЛА 9.6.8. **Практическое.** Лыжная подготовка – 2 часа.

10. Спортивные игры – 6 часов

Занятие 10.1. **Практическое.** Баскетбол – 2 часа.
 Занятие 10.2. **Практическое.** Футбол – 2 часа.
 Занятие 10.3. **Практическое.** Волейбол – 2 часа.

11. Сдача промежуточных зачетов – 6 часов

Занятие 11.1. **Практическое.** Сдача промежуточных зачетов– 2 часа.
 Занятие 11.2. **Практическое.** Сдача промежуточных зачетов– 2 часа.
 Занятие 11.3. **Практическое.** Сдача промежуточных зачетов– 2 часа.

2.2. Условия реализации программы

План изучения дисциплины

1 год обучения

	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя	5 неделя	6 неделя	7 неделя	8 неделя
Стажёрский курс	Тск 1.1/1 Тск 1.2/1 Тск1.12.1/1 Тск 1.3/1	Тск1.12.2/1 Тск1.13/1 Тск 1.4/1 Тск 1.5/1	Тск1.14.1/1 Тск 1.6/1 Тск1.14.2/1 Тск1.14.3/1	Тск 1.7/1 Тск 1.8/1 Тск1.14.4/1 Тск 1.9/1	Тск1.15.1/1 Тск1.15.2/1 Тск 1.10/1 Тск 1.11/1	Тск1.15.3/1 Тск1.15.4/1 Тск1.15.5/1 Тск1.15.6/1	-	-
КВП	-	-	-	-	-	-	В1.1/1 Ту1.1/1	Тсп1.1.1/1 Ту1.2/1
КСШ	-	-	-	-	-	-	Тт1.1.1/2	Тт1.1.2/2
ОФП	В/2 Т1.1/2	Т1.1/2 Т1.2/2	Т1.2/2 Т1.3/2	Т1.3/2 Т1.4/2	Т1.5/2 Т2.1/2	Т2.2/4	Т2.3/4	Т3.1/2 Т8.1/2

	9 неделя	10 неделя	11 неделя	12 неделя	13 неделя	14 неделя	15 неделя	16 неделя
КВП	Тсп1.1.2/1 Тсп1.1.3/1	Тсп1.1.4/1 Тсп1.1.5/1	Тсп1.1.6/1 Тсп1.1.7/1	Тсп1.1.8/1 Тсп1.1.9/1	Тсп1.1.10/1 Тсп1.1.11/1	Тсп1.1.12/1 Топ1.1/1	Топ1.2/1 Топ1.3.1/1	Топ1.3.2/1 Топ1.3.3/1
КСШ	Тт1.1.3/2	Тт1.1.4/2	Тт1.1.5/2	Тт1.1.6/2	Тт1.1.7/2	Тт1.1.8/2	Тт1.1.8/2	Тт1.1.8/2
ОФП	Т3.2/2 Т3.3/2	Т3.3/2 Т3.4/2	Т3.4/2 Т11.1/2	Т3.5/4	Т3.6/4	Т3.7/4	Т3.8/4	Т4.1/2 Т8.2/2

	17 неделя	18 неделя	19 неделя	20 неделя	21 неделя	22 неделя	23 неделя	24 неделя
КВП	Топ1.3.4/1 Топ1.3.5/1	Топ1.3.6/1 Топ1.3.7/1	Топ1.3.8/1 Топ1.3.9/1	Топ1.4/1 Топ1.5.1/1	Топ1.5.1/1 Топ1.5.2/1	Топ1.5.3/1 Топ1.5.4/1	Топ1.5.5/2	Топ1.5.6/2
КСШ	Тс1.2.1/2	Тс1.2.2/2	Тс1.2.2/2	Тс1.2.3/2	Тс1.2.3/2	Тс1.2.4/2	Тс1.2.4/2	Тс1.2.5/2
ОФП	Т4.2/4	Т4.3/4	Т4.4/4	Т4.5/4	Т4.6/4	Т4.7/2 Т11.2/2	Т4.7/2 Т5.1/2	Т5.1/2 Т5.2/2

	25 неделя	26 неделя	27 неделя	28 неделя	29 неделя	30 неделя	31 неделя	32 неделя
КВП	Топ1.6.1/1 Топ1.6.2/1	Топ1.6.3/1 Топ1.6.4/1	Топ1.6.5/2	Ттп1.1.1/1 Ттп1.1.2/1	Ттп1.2.1/1 Ттп1.2.2/1	Трхбз1.1/1 Трхбз1.2/1	Твт1.1/1 Твт1.2/1	Твт1.3/2
КСШ	Тс1.2.5/2	Тс1.2.6/2	Тс1.2.7/2	Тс1.2.6/1 Тс1.2.7/1	Тш1.3.1/1 Тш1.3.2/1	Тш1.3.3/1 Тш1.3.4/1	Тш1.3.5/1 Тш1.3.6/1	Тш1.3.7/1 Тш1.3.8/1

ОФП	Т5.2/2 Т5.3/2	Т5.3/2 Т5.4/2	Т5.3/2 Т5.4/2	Т5.5/2 Т5.6/2	Т5.7/2 Т10.1/2	Т5.8/2 Т10.2/2	Т8.3/2 Т10.4/2	Т10.3/2 Т11.3/2
-----	------------------	------------------	------------------	------------------	-------------------	-------------------	-------------------	--------------------

3 год обучения

	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя	5 неделя	6 неделя	7 неделя	8 неделя
КВП	в3.1М Ту3.1/1 Тувс3.1/1	Ту3.2/1 Тсп3.1/1 Топ3.1/1	Ту3.3/1 Тсп3.2.1/1 Топ3.2.1/1	Тсп3.2.2/1 Топ3.2.2/1 Тувс3.2/1	Тсп3.2.3/1 Топ3.2.3/1 Тувс3.3.1/1	Тсп3.2.4/1 Топ3.2.4/1 Тувс3.3.2/1	Тсп3.2.5/1 Топ3.2.5/1 Трхбз3.1.1/ 1	Тсп3.2.6/1 Топ3.2.6/1 Твт3.1/1
КСШ	Тт 3.1/1	Тс 3.1/1	Тш 3.1.1/1	Тт 3.2/1	Тс 3.2/1	Тш 3.1.2/1	Тт 3.3/1	Тс 3.3/1
ОФП	В.1/1 В.2/1 Т1.1/2 Тла 9.1.1/2	Т1.1/2 Т1.2/2 Тла 9.2.1/2	Т1.2/2 Т1.3/2 Тла 9.3.1/2	Т1.3/2 Т1.4/2 Тла 9.4.1/2	Т1.5/2 Т1.6/2 Тла 9.5.1/2	Т2.1/2 Т2.2/2 Тла 9.1.2/2	Т2.3/2 Т2.4/2 Тла 9.2.2/2	Т2.5/2 Т8.1/2 Тла 9.3.2/2

	9 неделя	10 неделя	11 неделя	12 неделя	13 неделя	14 неделя	15 неделя	16 неделя
КВП	Топ3.3.1/1 Тгп3.1.1/1 Трхбз3.1.2/1	Топ3.3.2/1 Тгп3.1.2/1 Трхбз3.2.1/1	Топ3.3.3/1 Тгп3.1.3/1 Трхбз3.2.2/1	Топ3.3.4/1 Тгп3.1.4/1 Трхбз3.2.3/1	Топ3.3.5/1 Тгп3.2.1/1 Твт3.2/1	Топ3.3.6/1 Тгп3.2.2/1 Твт3.3.1/1	Топ3.3.7/1 Тгп3.2.3/1 Трхбз3.2.4/1	Топ3.3.8/1 Тгп3.2.4/1 Твт3.3.2/1
КСШ	Тш 3.1.3/1	Тт 3.4/1	Тс 3.4/1	Тш 3.1.4/1	Тт 3.5/1	Тс 3.5/1	Тш 3.2.1/1	Тт 3.6/1
ОФП	Т2.6/2 Т3.1/2 Тла 9.4.2/2	Т3.2/2 Т3.3/2 Тла 9.5.2/2	Т3.4/2 Т11.1/2 Тла 9.1.3/2	Т3.5/2 Т8.2/2 Тла 9.2.3/2	Т3.6/2 Т3.7/2 Тла 9.6.1/2	Т3.9/4 Тла 9.6.2/2	Т3.8/2 Т3.10/2 Тла 9.6.3/2	Т4.1/2 Т8.3/2 Тла 9.6.4/2

	17 неделя	18 неделя	19 неделя	20 неделя	21 неделя	22 неделя	23 неделя	24 неделя
КВП	Топ3.3.9/1 Тгп3.2.5/1 Трхбз3.2.5/1	Топ3.3.10/1 Тгп3.2.6/1 Твт3.3.3/1	Топ3.4.1/1 Тгп3.2.7/1 Трхбз3.2.6/1	Топ3.4.2/1 Тгп3.2.8/1 Твт3.3.4/1	Топ3.4.3/1 Тгп3.2.9/1 Твт3.4.1/1	Топ3.4.4/1 Тгп3.2.10/1 Твт3.4.2/1	Тсп3.3.1/1 Тсп3.3.2/1 Тсп3.3.3/1	Тсп3.3.4/1 Тсп3.3.5/1 Тсп3.3.6/1
КСШ	Тс 3.6/1	Тш 3.2.2/1	Тт 3.7/1	Тс 3.7/1	Тш 3.3.1/1	Тт 3.8/1	Тс 3.8/1	Тш 3.3.2/1
ОФП	Т4.2/2 Т4.3/2 Тла 9.6.5/2	Т4.4/2 Т4.5/2 Тла 9.6.6/2	Т4.7/4 Тла 9.6.7/2	Т4.6/2 Т5.1/2 Тла 9.6.8/2	Т5.2/2 Т8.4/2 Тла 9.3.3/2	Т5.3/2 Т11.2/2 Тла 9.4.3/2	Т5.4/2 Т5.5/2 Тла 9.5.3/2	Т5.6/2 Т5.7/2 Тла 9.1.4/2

	25 неделя	26 неделя	27 неделя	28 неделя	29 неделя	30 неделя	31 неделя	32 неделя
КВП	Тсп3.3.7/1 Тсп3.3.8/1 Тсп3.3.9/1	Тсп3.3.10/1 Тсп3.3.11/1 Тсп3.3.12/1	Топ3.4.5/1 Тгп3.2.11/1 Твт3.4.3/1	Топ3.4.6/1 Тгп3.2.12/1 Твт3.4.4/1	Топ3.4.7/1 Топ3.4.8/1 Тр3.1.1/1	Топ3.4.9/1 Топ3.4.10/1 Тр3.1.2/1	Топ3.5.1/1 Топ3.5.2/1 Топ3.5.3/1	Топ3.5.4/1 Топ3.5.5/1 Топ3.5.6/1
КСШ	Тт 3.9/1	Тс 3.9/1	Тш 3.4/1	Тт 3.10/1	Тс 3.10/1	Тш 3.5.1/1	Тш 3.5.2/1	Тш 3.6/1
ОФП	Т5.8/2 Т6.1/2 Тла 9.2.4/2	Т6.2/2 Т6.3/2 Тла 9.3.4/2	Т6.4/2 Т6.5/2 Тла 9.4.4/2	Т6.6/2 Т6.7/1 Т6.8/1 Тла 9.5.4/2	Т7.1/2 Т7.2/2 Тла 9.1.5/2	Т7.3/2 Т10.1/2 Тла 9.2.5/2	Т8.5/2 Т10.2/2 Тла 9.3.5/2	Т10.3/2 Т11.3/2 Тла 9.4.5/2

Материально-техническое, учебно-методическое оснащение образовательного процесса позволяет обеспечить реализацию образовательной программы «Морская пехота».

1. Специально оборудованные кабинеты:

- класс истории флота;
- музей-землянка;
- штурманский класс;
- такелажный класс;
- кают – компания;
- зал атлетических тренажёров;
- зал рукопашного боя;
- капитанская;
- стрелковый тир.

2. Учебно-методические материалы и оборудование:

- персональные компьютеры;
- мультимедийный проектор;
- программное обеспечение;
- средства связи (рации);
- видеозаписи парусных и гребных гонок на соревнованиях разных уровней;
- наглядные пособия, плакаты, макеты;
- специальная литература;
- раздаточный материал, как в электронном, так и в печатном виде;
- специализированное программное обеспечение.

3. Плавсредства:

- шлюпки Ял -4 с парусным вооружением и комплектом спасательных средств;
- шлюпки Ял -6 с парусным вооружением и комплектом спасательных средств;
- парусный катамаран «Простор»;
- парусный тримаран «Янтарь-Турист»;
- надувная резиновая лодка Солар-380 с подвесным мотором Suzuki DT-15S;
- надувные резиновые лодки (гребные);
- спортивные швертботы «Кадет»;
- спортивные швертботы «Оптимист»;
- спасательные жилеты.

4. Туристическое снаряжение:

- палатки;
- спальные мешки;
- полипропиленовые коврики;
- горное снаряжение (веревки, страховочные системы, карабины и т.д.);
- костровое имущество (котелки, треноги, топоры, лопаты и т.д.);
- кухня полевая КП-125.

5. Стрелковое дело:

- пневматические винтовки типа МР, ИЖ;
- пневматические пистолеты МР;
- макеты массо-габаритные АК;
- страйкбольное оборудование;

интерактивный лазерный комплекс ИЛТ-110 «Кадет».

2.3. Формы аттестации

Реализация программы предусматривает входной, текущий контроль, промежуточную и итоговую аттестацию учащихся.

Входной контроль осуществляется в начале учебного года для понимания уровня готовности учащихся к обучению по программе, а так же обучения на основе критериев оценки результативности освоения программы:

- критерии оценки уровня теоретической подготовки;
- критерии оценки уровня практической подготовки;
- критерии оценки уровня творческой активности.

Текущий контроль, промежуточная и итоговая аттестация проводятся в соответствии с утвержденными локальными актами.

Текущий контроль включает следующие формы: соревнование, турнир, зачетные занятия.

Промежуточная аттестация проводится в декабре и мае учебного года в форме зачета.

Итоговая аттестация проводится по окончании обучения по программе в форме зачёта.

Результаты итоговой аттестации учащихся фиксируются приказом директора по Учреждению.

Результаты итоговой аттестации учащихся определяют:

- насколько достигнуты прогнозируемые результаты дополнительной образовательной

программы каждым учащимся;

- полноту выполнения дополнительной образовательной программы;
- результативность самостоятельной деятельности обучающегося в течение всех годов обучения.

Параметры подведения итогов обучения по дополнительным общеобразовательным программам:

- количество учащихся (%), полностью освоивших дополнительную образовательную программу, освоивших программу в необходимой степени, не освоивших программу;
- причины не освоения детьми образовательной программы;
- необходимость коррекции программы.

Оценка уровня теоретической подготовки		
Уровень	Содержание показателей	Соотнесение с блоками компетенций
высокий уровень	учащийся освоил практически весь объём знаний (более 80%), предусмотренных программой за конкретный период; специальные термины употребляет осознанно и в полном соответствии с их содержанием.	<i>Л.К.; Р.К.; П.К.; К.К.</i>
средний уровень	у учащегося объём усвоенных знаний составляет 50-70%; сочетает специальную терминологию с бытовой.	
низкий уровень	учащийся овладел менее чем 50% объёма знаний, предусмотренных программой; учащийся, как правило, избегает употреблять специальные термины.	
Оценка уровня практической подготовки		
высокий уровень	учащийся показывает реализацию умений и практику овладения знаниями предусмотренных конкретной программой более чем на 80% за конкретный период; работает с оборудованием самостоятельно, не испытывает особых трудностей; выполняет практические задания с элементами творчества.	<i>Л.К.; Р.К.; П.К.; К.К.</i>
средний уровень	у учащегося объём в реализации умений и практики овладения знаниями составляет 70-50% от предусмотренных конкретной программой; работает с оборудованием с помощью педагога; в основном, выполняет задания на основе образца.	
низкий уровень	учащийся овладел менее чем 50%, предусмотренных возможностей в реализации умений и практики овладения знаниями; испытывает серьёзные затруднения при работе с оборудованием; в состоянии выполнять лишь простейшие практические задания педагога.	
Оценка уровня творческой активности		
высокий уровень	учащийся проявляет ярко выраженный интерес к творческой деятельности, к достижению наилучшего результата, коммуникабелен, активен, склонен к самоанализу, генерирует идеи	<i>Л.К.; Р.К.</i>
средний уровень	учащийся имеет устойчивый интерес к творческой деятельности, стремится к выполнению заданий педагога, к достижению результата в обучении, инициативен.	
низкий уровень	учащийся пассивен, безынициативен, неудачи способствуют снижению мотивации, нет стремления к совершенствованию в выбранной сфере деятельности, не может работать самостоятельно	
Оценка уровней коммуникативных компетенций, критического мышления самопрезентации обучающихся		
высокий уровень	учащийся демонстрирует высокую заинтересованность в учебной и творческой деятельности; демонстрирует углублённый уровень владения материалом, выходящий за рамки планируемых результатов, указанных	<i>Л.К.; Р.К.; П.К.; К.К.</i>

	в программе; принимает активное участие в общественной деятельности и мероприятиях начиная с городского и заканчивая региональным или международным уровнем. Принимает активное участие в проектной деятельности.	
средний уровень	учащийся демонстрирует достаточную заинтересованность в учебной и творческой деятельности; уровень усвоения материала соответствует планируемыми результатам, указанным в программе; участвует в местных, районных и городских мероприятиях, отражающих содержание программы. При итоговом контроле показывает хорошие результаты.	
низкий уровень	учащийся демонстрирует слабую заинтересованность в учебной и творческой деятельности, сталкиваясь с трудностями, не доводит начатую работу до конца; уровень усвоения материала ниже планируемых результатов, указанных в программе.	
Оценка удовлетворенности качеством образовательного процесса родителей		
высокий уровень	более 80% родителей (законных представителей) удовлетворены качеством организации образовательного процесса и условиями реализации программы.	<i>Внешняя оценка, а так же определение соответственности с реальными потребностями среды</i>
средний уровень	50-70% родителей (законных представителей) удовлетворены качеством организации образовательного процесса и условиями реализации программы.	
низкий уровень	Менее 50% родителей (законных представителей) удовлетворены качеством организации образовательного процесса и условиями реализации программы.	

2.4. Методические материалы

Форма обучения: очная.

Особенности организации образовательного процесса: традиционная форма.

Методы обучения, которые используются в программе:

- словесный;
- наглядный;
- практический;
- репродуктивный;
- игровой;
- дискуссионный;
- упражнение;
- стимулирование;
- мотивация и др.

Форма организации образовательного процесса - индивидуально-групповая, групповая.

Формы организации учебного занятия: беседа, встреча с интересными людьми, лекция, практическое занятие, экскурсия, экзамен, и др.

Педагогические технологии, используемые в программе: индивидуального обучения, группового обучения, коллективного взаимообучения, разноуровневого обучения, и др.

Дидактические материалы, используемые в программе:

- раздаточные материалы;
- инструкционные, технологические карты;
- задания;
- упражнения.

2.5. Список литературы

При разработке и реализации программы использованы нормативно-правовые акты, методические материалы

Нормативно-правовые акты и документы

- Федеральный закон РФ от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный закон РФ от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации»;
- Концепция развития дополнительного образования детей (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 04.09.2014 № 1726-р);
- Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р);
- Приказ Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. N 196 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам";
- Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 г № 3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ»;
- Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы для учреждений дополнительного образования детей СанПиН 2.4.4.1251-03 (утверждены Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 03.04.2004 № 27).

Локальные нормативные акты

- Положение об основаниях возникновения, изменения и прекращения образовательных отношений в ДМЦ «Каравелла»;
- Положение о порядке зачисления, перевода и отчисления учащихся;
- Положение о формах, порядке и периодичности промежуточной и итоговой аттестации учащихся;
- Положение об организации дистанционного обучения в учреждении;
- Правила внутреннего трудового распорядка учащихся;
- Правила внутреннего трудового распорядка;
- Правила приема учащихся в образовательную организацию (на обучение по основным общеобразовательным программам и дополнительным образовательным программам);
- Положение об обучении по индивидуальному плану (индивидуальной траектории) и осуществление индивидуального учёта результатов освоения учащимися образовательных программ и хранения в архивах информации об этих результатах на бумажных и (или) электронных носителях;
- Положение о проведении культурно-массовых мероприятий и участии в них;
- Коллективный договор;
- Положение о проведении аттестации в целях подтверждения соответствия педагогических работников занимаемым ими должностям (на основе порядка, установленного федеральным органом исполнительной власти)

Литература для педагога

1. Абрашкин А.А. Предки русских в древнем мире. – М.: Изд-во «Вече», 2002. – 448с.
2. Андреева И.Г. Возможности и пределы воспитательного воздействия. М., 2011. – 201 с.
3. Апакидзе В.В., Дуков Р.Г. Методика строевой подготовки. Строевая подготовка. Учеб. пособие. Под ред. Меримского В.А. – М.: Воениздат, 1987.
4. Бабанский Ю.Н. Педагогика. – М.: Просвещение, 1983. –479 с.
5. Багрянцев Б.И., Решетов П.И. Учись морскому делу. Москва, ДОСААФ, 1986
6. Баранов А.Р. Военная топография в служебно-боевой деятельности оперативных подразделений: Учебник для курсантов и слушателей военных учебных заведений. – М., Академический проспект, 2005.
7. Безкопыльный Л.П. Морское многоборье. Москва, ДОСААФ, 1972

8. Беловолов, В.А. О периодизации этапов патриотического воспитания в России в XX веке. «Патриотическое и гражданское воспитание молодежи в современной России». - Новосибирск: ООО «Архивариус – Н», 2002. – с.70 -79.
9. Беляков М.Ф. Ориентирование на местности без карты. Военное издательство, Министерство обороны СССР, М., 1955г.
10. Боевой устав по организации и ведению общевойскового боя. Ч. III. – М.: Воениздат, 2005.
11. Бондаревская, Е.В. Воспитание как возрождение гражданина, человека культуры и нравственности.- Ростов - н /Д: «Феникс», 1995.- 276с.
12. Бондаревская, Е.В. Ценностные основания личностно-ориентированного образования // Педагогика. – М., 1995. – №4. - с.
13. Бызов Б.Е. Военная топография / Б.Е. Бызов, А.Н. Коваленко. – М.: Воениздат, 1990.
14. Вайнштейн Л.М. Основы стрелкового мастерства. М., 1960;
15. Виноградова, Л. Воспитание – процесс непрерывный. // Российское образование. Официальные вести. Информационно-образовательный журнал. – М.: Народное образование. – 2002. - №2. – с.7-10.
16. Воспитание патриотизма в условиях социальных перемен: теоретико-методологические и прикладные основы: монография / А. Н. Выршиков и др. ; под общ. ред. С. В. Дармодехина, А. К. Быкова. - Москва: Государственный НИИ семьи и воспитания, 2007. - 328 с.
17. Выготский, Л.С. Педагогическая психология / Л.С. Выготский. – М.: Педагогика, 1991г. – 480с.
18. Гессен, С.И. Основы педагогики / С.И. Гессен. – М.: Просвещение.- 1992.- 284с.
19. Головченко, Н.И. Факторы, влияющие на трансформацию представлений о патриотизме (философский аспект). «Проблемы патриотического воспитания и пути их решения».- Казань. – 112 с./ Н.И. Головченко // ред. колл. А.И. Бикмуллин. – Казань: Отечество 2001.- с.42-47.
20. Города-герои. Города воинской славы России. Росвоенцентр. Армпресс. 2013.
21. Гражданственность и гражданское общество: самоорганизация и социальный порядок [Электронный ресурс] / В. Э. Смирнов. - Минск: Белорусская наука, 2013. - 242 с.
22. Гревцева Г.Я., Циулина М. В. Воспитание гражданина и патриота: теория и практика. Челябинск: Цицеро, 2014. – 300с.
23. Грибоедова, Т.П. От понятия патриотизма к патриотическому воспитанию. «Патриотическое воспитание. От теории к практике» - Новокузнецк./ Т.П. Грибоедова // Новокузнецк: ИПК, 2004. – с.5-12.
24. Дворкин А.Д. Пневматическое оружие. Москва, издательство ДОСААФ СССР, 1986г.;
25. Дейч, Б. А. Внешкольная работа с детьми в теории и практике социального воспитания: историко-педагогический анализ: [монография] / Б. А. Дейч, Т. А. Ромм, И. Ю. Юрочкина; [под науч. ред. Т. А. Ромм] ; Новосиб. гос. пед. ун-т. - Новосибирск: НГПУ, 2014. - 481 с. - Библиогр. в сносках и с. 453-481. - Ред. указ. на обороте тит. л.- Подготовлено и издано в рамках поддержанного РГНФ научного проекта № 13-06-00162. - ISBN 978-5-903978-53-3.
26. Дейч, Б.А. Социальная педагогика и дополнительное образование / Б.А. Дейч. – Новосибирск: Изд. НГПУ, 2005.
27. Домашов, А.Н. Патриотизм как социокультурное явление. – Барнаул: ООО “Азбука”, 2005. - № 1-2. - с. 112 – 115.
28. Дорога в море. Артек. Молодёжная Морская лига. Москва. 2018
29. Еленин Ф.В. Основы военно-морской подготовки. Учебное пособие для довузовских общеобразовательных учреждений. Санкт-Петербург ФГКОУ «Нахимовское военно-морское училище МО РФ», 2016

30. Жук А.Б. Справочник по стрелковому оружию. Революеры, пистолеты, пистолеты-пулеметы, винтовки, автоматы. – М.: Военное издательство, 1993;
31. Зимняя, И.А. Воспитание – проблема современного образования в России (состояние, пути решения). – М.: Исслед. центр проблем качества подготовки специалистов, 1999. – 82 с.
32. Золотарева А.В. Дополнительное образование детей: Теория и методика социально-педагогической деятельности. – Ярославль: Академия развития, 2004.
33. И.М. Платкин Действия солдата, мотострелкового отделения (танка) в бою. Издательство КамчатГТУ, Петропавловск-Камчатский, 2007.
34. Иванов Л.Н., Хомяков И.И., Вдовиченко Н.П., Загарин И.А. Шлюпка. Устройство и управление. Москва, Воениздат, 1976
35. Исакович Е. И. Молодёжь сквозь призму времени (историко-социологический анализ). – Москва: МГПУ, 2011. - 120 с.
36. Исполком Стрелкового Союза России «Правила соревнований по пулевой стрельбе». М.2010 г.
37. Календарь-справочник основных памятных дат и событий военно-патриотической истории России. Москва – 2016.
38. Копп М.М. Курс подготовки старшин шлюпок. Москва, ДОСААФ, 1974
39. Корабельный Устав Военно-Морского Флота (утв. приказом Главнокомандующего Военно-Морским Флотом от 01.09.2001 N 350)
40. Королев А.Н., Жохов В.П. Надувные лодки – ЧОУ «Школа ОСВОД», Красноярск, 2001
41. Крапивин В. П. Фрегат «Звонящий». Москва 1998
42. Крылов М.М. Справочник сигнальщика. Москва. Военное издательство. 1983
43. Кузнецова Л. В. Истоки гражданственности / Л. В. Кузнецова. - 2-е изд., доп. - Москва : Педагогика, 1986. - 160 с.
44. Курти О. Постройка моделей судов. Издательство «Судостроение», Ленинград, 1977
45. Лутовинов, В. И. Методические рекомендации по организации патриотического воспитания. – М.: АНО СПО «СОТИС», 2018. – 128 с.
46. Лях В. И. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1 – 9 классов - М.: Просвещение, 2011.
47. Лях В.И., Зданевич А.А. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1–11-х классов–М.: Просвещение, 2011.
48. Макаренко А. С. Воспитание гражданина. - Москва: Просвещение, 1988. - 304 с.
49. Маркин, А.В. Основы тактической подготовки современного солдата. – М.: АСТ, 2006.
50. Махрай Ч. Теория плавания под парусами, издательство «Физкультура и спорт», Москва 1970
51. Музяков С. И. Ценностные основания правосознания российских граждан - Москва: Российский новый университет, 2008. - 124 с.
52. Наставление по физической подготовке в Вооруженных Силах Российской Федерации (НФП-2009). МО РФ, 2009
53. Настольная книга учителя физической культуры: справ-метод. Пособие/ сост. Б.И. Мишин. – М.: ООО «Издательство Астрель», 2007г.
54. Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации. – М.: Воениздат, 2008.
55. Огневая подготовка, под редакцией Ю.Б. Торгованова. Красноярск СФУ, 2015;
56. Оришев А. Б. Социология. - Москва: РИОР: ИНФРА-М, 2014. - 224 с.
57. Поволяева М.Н., Попова И.Н. Дополнительные общеобразовательные программы нового поколения и оценка их результативности – М., ООО «Новое образование», Санкт Петербург, 2017. – 80 с.
58. Помбрик И.Д. Карта офицера. М., Воениздат, 1985г.

59. Поповских, Р.Я. Подготовка войскового разведчика. – М.: Воениздат, 1991.
60. Приемы и способы действия солдата в бою: учеб. пособие – М.: Воениздат, 1988.
61. Российская цивилизация: Этнокультурные и духовные аспекты / под общей редакции М.П. Мчедлова. – М.: Академический проект, 2003. – 656с.
62. Садикова Н.Б. 1000+1 совет туристу: школа выживания. Минск, Современный литератор, 1999.
63. Сборник нормативов по боевой подготовке сухопутных войск. Кн. 1. – М.: Воениздат, 1991.
64. Селевко, Г.К. Социально-воспитательные технологии. – М.: Народное образование, 2002. – 176 с.
65. Скородумов А.И. Учебник сержанта мотострелковых войск. Москва. Военное издательство, 2003.
66. Скрягин Л.Н. Морские узлы – М.: Транспорт, 1984.
67. Соколов И.А. Топографическая карта и местность. М., ДОСААФ, 1975.
68. Спутник разведчика: учеб.-метод. пособие / НВИ – Новосибирск, 2002.
69. Стрелковая подготовка. Методические рекомендации. – М.: «Дрофа», 2010.
70. Сухомлинский В. А. Сердце отдаю детям / В. А. Сухомлинский. - 3-е изд. - Киев: Радянська школа, 1973. - 244 с.
71. Сухомлинский В. А. Рождение гражданина / В. А. Сухомлинский; пер. с укр. Н. Дангуловой. - Москва: Молодая гвардия, 1971. - 336 с.
72. Учебно-методическое пособие по подготовке судоводителей маломерных судов, редакция №3, ЧОУ «Школа ОСВОД», Красноярск, 2008
73. Ферапонтов Г.А. Гражданское воспитание в социо-кросс-культурном образовательном пространстве школы и вуза. – Новосибирск: НГПУ, 2013. - 101 с.
74. Физическая культура. 8—9 классы // под общ. ред. Ляха В. И. М.: Просвещение, 2011.
75. Фришман, И.И. Методика работы педагога дополнительного образования./ И.И. Фришман. – М., 2001.
76. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Практикум по теории и методике физического воспитания 2001г.
77. Цандыков В.Э. Учебная программа по физической культуре на основе спортивной борьбы Методическое обеспечение по реализации программы на основе спортивной борьбы, 2014
78. Цидельников В.Ф. Основы военно-морского дела. Военное издательство, МО СССР, Москва, 1981
79. Чельцов М. В. Формирование гражданской позиции молодежи вуза в современных условиях. - Новосибирск: НГПУ, 2012. - 182 с.
80. Чельцов М. В., Тетерина А.И. Гражданственность и патриотизм молодежи города Новосибирска и Новосибирской области: состояние, проблемы и перспективы. - Новосибирск: НГПУ, 2014. - 85 с.
81. Чельцов М.В. Генезис понятия «патриотизм» в социальной и педагогической сферах до конца XIX века // Материалы Всероссийской научно-практической конференции «Наука и социум». Новосибирск, 2017.
82. Чулкин А.Н. Морское многоборье. Правила соревнований. Москва, ДОСААФ, 1985
83. Чумаков А.А. Школа парусного спорта. Москва, Физкультура и спорт, 1981
84. Юрьев А.А. Пулевая спортивная стрельба. М., 1973;

Приложение №1

УСЛОВИЯ ПРИНЯТИЯ ЗАЧЁТА У УЧАЩИХСЯ СТАЖЁРСКОГО КУРСА

Предметы	Знания, умения, нормативы	Экзаменатор
Семафор	Передача всех знаков алфавита – не более 1 мин Приём знаков алфавита – не менее 20 зн. за 1 мин Дается 2 попытки, лучшая в зачёт	
Такелаж	Знать: - название 6 узлов; - порядок завязывания 6 узлов. Уметь:- завязывать 6 узлов за 1 мин	
Отбитие склянок	Знать: - время отбития склянок; - порядок отбития склянок. Уметь:- отбить указанное преподавателем время.	
Морские термины	Знать морские термины и уметь объяснить их значение	
Строевая подготовка	Знать: - основные элементы строя; - порядок приведения к присяге. Уметь:- выполнять элементы строевой подготовки: строевая стойка, «Становись», «Равняйсь», «Смирно», «Вольно», «Заправиться», повороты на месте, движение строевым шагом, выход из строя, подход к начальнику и отход от него.	
Общевойские уставы	Знать: - воинские звания военнослужащих ВС РФ; - форму одежды военнослужащих ВМФ; - правила ношения формы одежды. Уметь:- по погонам различать воинские звания военнослужащих ВС РФ.	
Общезыическая подготовка	Сдача нормативов: — <i>приседание</i> – количество раз в минуту; — <i>пресс</i> - количество раз в минуту; — <i>подтягивание на перекладине</i> – кол-во раз без учёта времени; — <i>отжимание от пола</i> – кол-во раз в минуту.	
Государственные символы РФ	Знать Государственные символы РФ.	
Гимн РФ	Знать текст Гимна Российской Федерации наизусть.	
Гимн ДМЦ «Каравелла»	Знать текст гимна ДМЦ «Каравелла» наизусть.	
Присяга курсанта ДМЦ «Каравелла»	Знать текст присяги курсанта ДМЦ «Каравелла» наизусть.	
Обязанности курсанта	Знать обязанности курсанта ДМЦ «Каравелла» наизусть.	

*) разрешается сдавать предмет один раз в день.

**) последовательность сдачи предметов произвольная.

Приложение №2

Контрольные нормативы

1 год обучения

Норматив	Отлично	Хорошо	Удовлетворительно
Огневая подготовка			
Стрельба из положения лежа без упора, 5 выстр.	25 очков	15 очков	10 очков
Норматив ОП № 13 (разборка АК) и № 14 (сборка АК)	50 сек.	55 сек.	60 сек.
Норматив ОП № 16 (Снаряжение магазина АК 30-ю патронами)	50 сек.	60 сек.	70 сек.
РХБЗ			
Норматив РХБЗ № 1 Надевание противогаза ГП-5	10 сек.	13 сек.	16 сек.
Военная топография			
Норматив ВТ № 1 Определение направления на местности	70 сек.	80 сек.	90 сек.
Норматив ВТ № 2 чтение карты	3 мин. 30 сек. (1 ошибка)	4 мин. (2 ошибки)	4 мин. 30 сек. (3 ошибки)
КСШ			
Такелаж (вязание 6 спортивных узлов на время)	30 сек.	35 сек.	40 сек.
Семафор (передача информации за 1 минуту)	20 знаков	14 знаков	8 знаков
Устройство шлюпки (тест на знание)	10 мин. (1 ошибка)	12 мин. (2 ошибки)	14 мин. (3 ошибки)

3 год обучения

Норматив	Отлично	Хорошо	Удовлетворительно
Огневая подготовка			
Стрельба из положения стоя без упора, 5 выстрелов	30 очков	20 очков	15 очков
Норматив ОП № 13 (разборка АК) и № 14 (сборка АК)	30 сек.	35 сек.	40 сек.
Норматив ОП № 16 (Снаряжение магазина АК 30-ю патронами)	30 сек.	35 сек.	30 сек.
РХБЗ			
Норматив РХБЗ № 1 Надевание противогаза ГП-5	7 сек.	8 сек.	10 сек.
Норматив РХБЗ № 36 (надевание ОЗК комбинезоном)	3 мин.	3 мин. 20 сек.	4 мин.
Военная топография			
Норматив ВТ № 1 (Определение направления на местности)	40 сек.	45 сек.	55 сек.
Норматив ВТ № 2 (чтение карты)	2 мин. 20 сек. (0 ошибка)	2 мин. 30 сек. (1 ошибки)	3 мин. (2 ошибки)
Норматив ВТ № 3 (Подготовка данных для движения по	7 мин 10 сек.	7 мин 50 сек.	9 мин 20 сек.

азимутам)			
КСШ			
Такелаж (вязание 6 спортивных узлов на время)	18 сек.	20 сек.	25 сек.
Семафор (передача информации за 1 минуту)	40 знаков	35 знаков	30 знаков
Устройство шлюпки (тест на знание)	5 мин. (0 ошибок)	6 мин. (1 ошибка)	7 мин. (2 ошибки)
Легкая атлетика			
Бег 100 метров	13,8 сек.	14,2 сек.	15,0 сек.
Бег 3000 метров	12,20 мин.	13,00 мин.	14,00 мин.