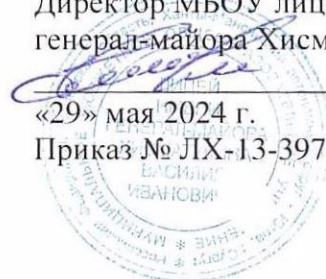


**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ЛИЦЕЙ ИМЕНИ ГЕНЕРАЛ-МАЙОРА
ХИСМАТУЛИНА ВАСИЛИЯ ИВАНОВИЧА**

РАССМОТРЕНА
на заседании педагогического совета
от «31» мая 2024 г.
Протокол № 12

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ лицея имени
генерал-майора Хисматулина В.И.
С.В. Фисун
«29» мая 2024 г.
Приказ № ЛХ-13-397/4



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
(ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ) ПРОГРАММА
физкультурно-спортивной направленности
«Военно-патриотический клуб «Альфа»»**

Срок реализации: 9 месяцев
Возраст учащихся: 14-17 лет
Автор-составитель программы:
Гринь Адам Михайлович,
педагог дополнительного образования

г. Сургут, 2024

АННОТАЦИЯ

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа «Военно-спортивный клуб» направлена на расширение знаний и приобретение практических навыков и умений, необходимых будущему защитнику Отечества. Защитнику Отечества необходимо, прежде всего, быть здоровым и уметь сохранить здоровье свое и окружающих в различных ситуациях при возникновении угрозы жизни. Это предполагает наличие хорошей физической формы и владение приемами, которые помогут отразить нападение. Кроме того, защитнику необходимы такие качества, как ответственность, трудолюбие, обдуманность поведения, терпение, настойчивость в достижении цели, уважение к людям, бережное отношение к окружающей среде

В ходе реализации программы кадеты лицея изучают основные положения общевоинских уставов, знакомятся с элементами строевой подготовки, действиями солдат в современном общевойсковом бою, овладевают навыками обращаться со средствами индивидуальной защиты, первой медицинской помощи. В процессе обучения каждый кадет должен научиться использовать пневматическое оружие, производить сборку и разборку учебного автомата Калашникова.

Возраст обучающихся – 14-17 лет.

Объем программы в часах – 36 часов.

Срок обучения – 9 месяцев.

**ПАСПОРТ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ
(ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ) ПРОГРАММЫ**

Название программы	«Военно-патриотический клуб «Альфа»»
Направленность программы	физкультурно-спортивная
Уровень программы	стартовый
ФИО автора (составителя) программы	Гринь Адам Михайлович
Год разработки или модификации	2024
Где, когда и кем утверждена программа	Педагогическим советом - протокол № 12 от «31» мая 2024 г., приказом директора МБОУ лицея имени генерал-майора Хисматулина В.И. от «29» мая 2024 г. № ЛХ-13- 397/4
Информация о наличии рецензии/ экспертного заключения	отсутствует
Цель	создание условий для патриотического воспитания и формирования активной гражданской позиции, учащихся в процессе интеллектуального, духовно- нравственного и физического развития, подготовки их к защите Отечества
Задачи	<p>Образовательные:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Формировать знания о Государственных символах России. – Повышать интерес к военной службе и службе в правоохранительных органах. – Формировать знания в области истории Отечества и Вооруженных сил, физкультуры, спорта, гигиены, медицины. – Формировать личностную культуру кадета, приобщать к искусству и создавать условия для раскрытия творческого потенциала. <p>Воспитательные:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Развивать интерес к воинским специальностям и формирование желания получить соответствующую подготовку. – Формировать готовность к достойному служению обществу и государству. – Создавать условия для физического развития обучающихся, формировать навыки дисциплины, самоорганизации и умения действовать в сложных и экстремальных ситуациях. – Формировать гражданское сознание и воспитывать патриотические чувства у молодых людей. <p>Развивающие:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Развивать коммуникативные способности, умение работать в коллективе. – Развивать мотивацию обучающихся к познанию важнейших духовно-нравственных ценностей, отражающих специфику формирования и развития нашего общества и государства, национального самосознания, образа жизни, миропонимания и судьбы россиян. – Формировать потребность в самопознании и

	самореализации. – Формировать способы социального взаимодействия.
Планируемые результаты освоения программы	<p>Личностные результаты: Обучающийся:</p> <ul style="list-style-type: none"> - способен самостоятельно использовать в практической деятельности новые знания и умения, расширять и углублять свое мировоззрение; - видит ценность собственной деятельности; - критически относится к своим достижениям; - анализирует собственную практическую деятельность. <p>Предметные образовательные результаты: Обучающийся:</p> <ul style="list-style-type: none"> - получает знания о воинских специальностях, заинтересован в получении соответствующей подготовки; - ориентируется в области истории Отечества и Вооруженных сил, физкультуры, спорта, гигиены, медицины; - получает знания основ безопасности при проведении соревнований по военно-спортивным видам спорта; - применяет знания основ безопасности в повседневной жизни; - получает знания о действиях в сложных и экстремальных ситуациях. <p>Метапредметные результаты: Обучающийся научится:</p> <ul style="list-style-type: none"> - применять на практике полученные знания в области основ безопасности жизнедеятельности; - использовать методы сбора и обработки информации; подбирать необходимую информацию для достижения результата.
Срок реализации программы	9 месяцев
Количество часов в неделю/год	1/36
Возраст обучающихся	14-17
Формы занятий	Беседа, практические занятия
Методическое обеспечение	Методы: наглядные, вербальные (словесные), практические методы. Групповое обучение, здоровьесберегающие технологии, информационные технологии.
Условия реализации программы (оборудование, инвентарь, специальные помещения, ИКТ и др.)	<ul style="list-style-type: none"> – наличие помещения для занятий с типовой мебелью, рассчитанного на 15 учеников и отвечающего правилам СанПин; – спортивный зал; – подключение к сети Интернет; – акустическая система; – мультимедийное оборудование. <p>Из специального оборудования: учебные автоматы (АК), пистолеты (ПМ), пневматические винтовки, компьютерный стрелковый тренажер «Скэтт», средства индивидуальной защиты (противогазы, ОЗК), учебные пособия, плакаты, стенды, видеоматериалы)</p>

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа физкультурно-спортивной направленности «Военно-патриотический клуб «Альфа»» разработана в рамках Национальный проект «Образование», федерального проекта «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации» (направлен на обеспечение функционирования системы патриотического воспитания граждан Российской Федерации), федерального проекта «Успех каждого ребенка» (направлен на создание и работу системы выявления, поддержки и развития способностей и талантов детей и молодежи).

Основными задачами подростковых военно-патриотических клубов являются доармейская подготовка и профессиональная ориентация подростков, их адаптация к жизни в обществе, обеспечение духовно-нравственного, гражданско-патриотического, трудового воспитания подростков, удовлетворение их потребности в занятиях физической культурой и спортом, организация содержательного досуга, создание и обеспечение необходимых условий для личностного развития, укрепления здоровья, профессионального самоопределения и творческого труда подростков, выявление и развитие творческого потенциала ребят.

Нормативно-правовое обеспечение программы:

Программа разработана в соответствии со следующими нормативными правовыми документами:

1. [Федеральный Закон Российской Федерации от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»](#) (с изменениями).
2. [Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р «Об утверждении Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года»](#).
3. [Приказ Министерства просвещения РФ от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»](#).
4. [Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»](#).

А также другими Федеральными законами, иными нормативными правовыми актами РФ, законами и иными нормативными правовыми актами субъекта РФ (Ханты-Мансийского автономного округа – Югры), содержащими нормы, регулирующие отношения в сфере дополнительного образования детей, нормативными и уставными документами МБОУ лица имени генерал-майора Хисматулина В.И.

Реализация дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы осуществляется за пределами Федеральных государственных образовательных стандартов и не предусматривает подготовку обучающихся к прохождению государственной итоговой аттестации по образовательным программам.

Актуальность программы: Современные подростки мало интересуются славной историей нашей страны и явно не обеспокоены её безопасностью, именно в этих условиях необходимо приложить максимум усилий для привлечения молодого поколения и правильного направления их потенциала.

Становление гражданского общества и правового государства в нашей стране во многом зависит от уровня гражданского образования и патриотического воспитания. Сегодня коренным образом меняются отношения гражданина России с государством и обществом - возможность реализовать себя как самостоятельную личность в различных областях жизни, ответственность за свою судьбу и судьбу других людей. В этих условиях патриотизм становится важнейшей ценностью, интегрирующей не только социальный, но и духовно-нравственный, идеологический, культурно-исторический, военно- патриотический и другие аспекты. В условиях становления гражданского общества и правового государства необходимо осуществлять воспитание принципиально нового, демократического типа

личности, способной к инновациям, к управлению собственной жизнью и деятельностью, делами общества, готовой рассчитывать на собственные силы, собственным трудом обеспечивать свою материальную независимость. В формирование такой гражданской личности, сочетающей в себе развитую нравственную, правовую и политическую культуру, ощутимый вклад должна внести современная школа.

Программа «Военно-патриотический клуб «Альфа»» соотносится с тенденциями развития дополнительного образования детей и согласно Концепции развития дополнительного образования способствует:

- созданию необходимых условий для личностного развития учащихся, позитивной социализации и профессионального самоопределения;
- удовлетворению индивидуальных потребностей обучающихся в художественно-эстетическом, нравственном развитии;
- формированию и развитию творческих способностей учащихся, выявлению, развитию и поддержке талантливых детей;
- обеспечению духовно-нравственного воспитания учащихся;
- формированию культуры здорового образа жизни, укреплению здоровья.

Новизна программы заключается в том, что работа по военно-патриотическому воспитанию проводится комплексно, что позволяет подростку усилить свою ориентацию на развитие интересов и способностей, укрепить здоровье, овладеть военно-прикладными видами спорта.

Направленность: физкультурно-спортивная

Уровень освоения программы: стартовый

Отличительные особенности программы. Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа «Военно-патриотический клуб «Альфа» направлена на популяризацию военно-спортивных видов спорта и создана для подготовки участников военно-патриотического объединения «Альфа» к военно-спортивным играм: Сбор воспитанников кадетских корпусов и школ из регионов Российской Федерации, Межрегиональный слет юных патриотов России «Равнение на победу», Окружная военно-спортивная игра «Казачий сполох» и региональный конкурс «Лучший кадетский класс», Окружной кадетский сбор, Окружные соревнования по военно-спортивным видам спорта «Зарница», Городские соревнования по военно-спортивным видам спорта.

Сроки и места проведения игр и спартакиады определяются планами Комитета по молодежной политике ХМАО-Югры и города на каждый учебный год. Этапы и виды конкурсов и состязаний определяются «Положениями», разработанными Комитетом по молодежной политике ХМАО и города Сургута. По результатам игр и соревнований возможны присвоения спортивных разрядов согласно нормативным требованиям.

Программа развития воспитательной компоненты в общеобразовательных учреждениях предполагает совершенствования системы патриотического воспитания граждан, направленных на становление патриотизма в качестве нравственной основы формирования их активной жизненной позиции.

В ходе реализации программы кадеты лица изучают основные положения общевоинских уставов, знакомятся с элементами строевой подготовки, действиями солдат в современном общевойсковом бою, овладевают навыками обращаться со средствами индивидуальной защиты, первой медицинской помощи. В процессе обучения каждый кадет должен научиться использовать пневматическое оружие, производить сборку и разборку учебного автомата Калашникова.

Адресат программы: программа предназначена для обучения детей (подростков) в возрасте от 14 до 17 лет.

Количество обучающихся в группе: 15 человек.

Срок освоения программы: 9 месяцев.

Объем программы: 36 часов.

Режим занятий: 1 раз в неделю по 1 академическому часу.

Форма обучения: очная.

Цель программы: создание условий для патриотического воспитания и формирования активной гражданской позиции, учащихся в процессе интеллектуального, духовно- нравственного и физического развития, подготовки их к защите Отечества.

Задачи программы:

Образовательные:

- Формировать знания о Государственных символах России.
- Повышать интерес к военной службе и службе в правоохранительных органах.
- Формировать знания в области истории Отечества и Вооруженных сил, физкультуры, спорта, гигиены, медицины.
- Формировать личностную культуру кадета, приобщать к искусству и создавать условия для раскрытия творческого потенциала.

Воспитательные:

- Развивать интерес к воинским специальностям и формирование желания получить соответствующую подготовку.
- Формировать готовность к достойному служению обществу и государству.
- Создавать условия для физического развития обучающихся, формировать навыки дисциплины, самоорганизации и умения действовать в сложных и экстремальных ситуациях.
- Формировать гражданское сознание и воспитывать патриотические чувства у молодых людей.

Развивающие:

- Развивать коммуникативные способности, умение работать в коллективе.
- Развивать мотивацию обучающихся к познанию важнейших духовно-нравственных ценностей, отражающих специфику формирования и развития нашего общества и государства, национального самосознания, образа жизни, миропонимания и судьбы россиян.
- Формировать потребность в самопознании и самореализации.
- Формировать способы социального взаимодействия.

Достижение поставленных задач предполагается осуществить на основе интереса подростков к военному искусству, физической силе и красоте, мужеству и стойкости, смелости и решительности, стремлению к самоутверждению.

Реализацию программы предлагается осуществлять на основе следующих **принципов:**

- гуманистических начал, многообразия и вариантности форм организации жизнедеятельности и образования детей и подростков;
- приоритета интересов каждого обучающегося и учета его интеллектуальных и психофизиологических личностных особенностей;
- непрерывности образования и воспитания;
- воспитывающего обучения;
- учета специфических региональных особенностей культуры, экологии и условий жизни;
- обеспечение подростку комфортной эмоциональной среды - «ситуации успеха» и развивающего общения;
- содействие выбору индивидуального образовательного маршрута и темпа его освоения.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Учебный план

№ п/п	Название раздела, тема	Количество часов			Формы аттестации / контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие. Знакомство с Уставом Клуба	1	1	-	Опрос
2.	Военно-патриотическая песня	2	1	1	Исполнение песни - наизусть
3.	Теория военного дела	1	1	-	Опрос
4.	ГО и медико-санитарная подготовка	2	1	1	Опрос, тестирование
5.	Стрелковой конкурс (строевая подготовка)	3	1	2	Опрос, наблюдение, зачет
6.	Топографическая подготовка	3	1	2	Опрос, наблюдение, тестирование
7.	Конкурс знатоков истории (Великая Отечественная война)	2	1	1	Участие в конкурсе
8.	Конкурс визиток	3	-	3	Наблюдение, представление визиток
9.	Пулевая стрельба	4	1	3	Опрос, наблюдение, зачет
10.	Огневая подготовка	4	1	3	Опрос, наблюдение, зачет
11.	Военизированная эстафета	2	-	2	Участие в эстафете
12.	Силовая гимнастика	3	1	2	Зачет
13.	Бег 60м, 100м, 3000/2000м	1	-	1	Зачет
14.	Метание гранаты	1	-	1	Зачет
15.	Плавание 50м	1	-	1	Зачет
16.	Военизированная полоса препятствий	3	1	2	Прохождение полосы препятствий
	Итого	36	11	25	

Содержание учебного плана

Раздел 1. Вводное занятие. Знакомство с Уставом Клуба (1 ч.)

Теория. Вводный инструктаж. Инструктаж на рабочем месте. Знакомство с Уставом Клуба.

Раздел 2. Военно-патриотическая песня (2 ч.)

Теория. Изучение текстов: Гимна Лицея, Гимна Российской Федерации.

Практика. Исполнение песен: Гимна Лицея, Гимна Российской Федерации.

Раздел 3. Теория военного дела (1 ч.)

Теория. Обозначения, применяемые в боевых документах: ОМП и защита от него; стрелковое оружие; переправа и мосты; тактико-технические характеристики стрелкового оружия и ручных гранат. Боевые возможности и боевой порядок мотострелкового отделения в наступлении и обороне. Законодательная основа общевоинских уставов Вооруженных Сил

Российской Федерации и их требования. Формы и методы работы командира отделения по поддержанию внутреннего порядка и высокой воинской дисциплины в подразделении и воинскому воспитанию подчиненных. Воинские звания, военная геральдика. Особенности прохождения военной службы в различных родах войск ВС. Об обязанностях военнослужащего и лиц суточного наряда.

Раздел 4. ГО и медико-санитарная подготовка (2 ч.).

Теория. Аммиак, хлор, сероводород, ртуть, (дать определение, признаки поражения и ПМП). Ядерное, химическое, бактериологическое оружие (дать определение знать поражающие факторы). Коллективные и индивидуальные СИЗ. Сигналы бедствия. Стихийные бедствия. Пожары. Приборы радиационной, химической разведки. Сигналы оповещения и правила действия по ним. Понятие о ране. Классификация ран. Виды кровотечений и их характеристика. ПМП при кровотечениях. Понятие об асептике и антисептике. Правила наложения стерильных повязок на голову, грудь, верхние и нижние конечности. Понятие о переломах и травматическом шоке. ПМП при переломах. Виды ожогов и ПМП при них. Обморожения и ПМП при них. ПМП при солнечном и тепловом ударе. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни. Порядок медицинского обследования и освидетельствования при постановке на воинский учет. в пользовании индивидуальными средствами защиты.

Практика. Приемы оказания доврачебной помощи: при кровотечениях; при растяжениях; обморожениях; переломах, вывихах; при тепловом и солнечном ударах; поражениях электрическим током. Приемы проведения искусственной вентиляции легких и непрямого массажа сердца.

Раздел 5. Строевой конкурс (строевая подготовка) (3 ч.).

Теория. Строевые приёмы и движение без оружия.

Практика. Выполнение команд: «Становись», «Равняйсь», «Смирно», «Вольно», «Заправиться». Строи отделения, взвода. Повороты на месте. Построение в одно-шереножный строй. Перестроение из одно-шереножного в двух-шереножный строй. Размыкание и смыкание двух-шереножного строя. Движение строевым шагом. Исполнение строевой песни. Одиночная строевая подготовка.

Раздел 6. Топографическая подготовка (3 ч.).

Теория. Знание топографических знаков.

Практика. Определение азимута и расстояния по карте. Выполнение упражнения «Ромашка». Ориентирование по карте с нахождением контрольных пунктов (точек).

Раздел 7. Конкурс знатоков истории (Великая Отечественная война) (2 ч.).

Теория. Битвы и сражения. Воинские звания со времен Великой Отечественной войны по настоящее время. Техника и вооружения Великой Отечественной войны.

Практика. Конкурс знатоков истории (Великая Отечественная война)

Раздел 8. Конкурс визиток (3 ч.)

Практика. Подготовка текста. Подготовка костюмов. Подготовка номера. Репетиция и представление конкурсной визитки.

Раздел 9. Пулевая стрельба (4 ч.).

Теория. Вводное занятие. Общие сведения о пневматическом оружии типа МР-512.

Начальные сведения о стрельбе из личного оружия. Подготовительные упражнения по стрельбе.

Практика. Основные упражнения по стрельбе. Стрелковые игры. Соревнования по стрельбе из винтовки. Соревнования по стрельбе из пистолета. содержание и порядок приведения стрелкового оружия в готовность к боевому применению (стрельбе). Правила эксплуатации, хранения и сбережения вооружения. Основы и приемы правила стрельб из стрелкового оружия. Основные положения курса стрельб. Меры безопасности в действиях при вооружении и с оружием.

Раздел 10. Огневая подготовка (4 ч.).

Теория. Вступительное занятие. Вводный инструктаж. Основы устройства оружия и боеприпасов. Общие сведения о пневматическом оружии типа ИЖ-38, МР-512.

Практика. Практические занятия по разборке и сборке АК-74. Практические занятия по чистке АК-74. Разборка-сборка автомата АК-74 на время. Пистолет «Макарова» и его основные части. Порядок неполной разборки пистолета «Макарова».

Раздел 11. Военизированная эстафета (2 ч.).

Практика. Ознакомление с этапами прохождения. Практические занятия

Раздел 12. Силовая гимнастика (3 ч.).

Теория. Условия выполнения упражнения.

Практика. Практические занятия.

Раздел 13. Бег 60м, 100м, 3000/2000м (1 ч.)

Практика. Практические занятия.

Раздел 14. Метание гранаты (1 ч.)

Практика. Практические занятия.

Раздел 15. Плавание 50м (1 ч.)

Практика. Практические занятия.

Раздел 16. Военизированная полоса препятствий (3 ч.).

Теория. Условия выполнения упражнения. Практические занятия.

Практика. Прохождение военизированной полосы препятствий

Планируемые результаты освоения программы

Личностные результаты:

Обучающийся:

- способен самостоятельно использовать в практической деятельности новые знания и умения, расширять и углублять свое мировоззрение;
- видит ценность собственной деятельности;
- критически относится к своим достижениям;
- анализирует собственную практическую деятельность.

Предметные образовательные результаты:

Обучающийся:

- получает знания о воинских специальностях, заинтересован в получении соответствующей подготовки;
- ориентируется в области истории Отечества и Вооруженных сил, физкультуры, спорта, гигиены, медицины;
- получает знания основ безопасности при проведении соревнований по военно-спортивным видам спорта;
- применяет знания основ безопасности в повседневной жизни;
- получает знания о действиях в сложных и экстремальных ситуациях.

Метапредметные результаты:

Обучающийся научится:

- применять на практике полученные знания в области основ безопасности жизнедеятельности;
- использовать методы сбора и обработки информации;
- подбирать необходимую информацию для достижения результата.

**Комплекс организационно-педагогических условий
Календарный учебный график**

Количество учебных недель: 36

Количество учебных дней: 36

Сроки учебных периодов: 1 полугодие – 01.09.2024-30.12.2024

2 полугодие – 09.01.2025-31.05.2025

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1.	09			Беседа	1	Вводный инструктаж. Знакомство с Уставом Клуба	Учебный Кабинет	Опрос
2.	09			Беседа	1	Военно-патриотическая песня	Актальный зал	
3.	09			Исполнение песен	1	Военно-патриотическая песня	Актальный зал	Исполнение песни - наизусть
4.	09			Беседа	1	Теория военного дела	Спортивный зал, тир	Опрос
5.	10			Беседа	1	ГО и медико-санитарная подготовка	Спортивный зал	Опрос
6.	10			Практические упражнения	1	ГО и медико-санитарная подготовка	Спортивный зал	Тестирование
7.	10			Беседа, практические упражнения	1	Строевые приёмы и движение без оружия. Строи отделения, взвода. Повороты на месте.	Спортивный зал	Опрос
8.	10			Практические упражнения	1	Построение в одно-двух шереножный строй	Спортивный зал	Наблюдение
9.	11			Практические	1	Движение строевым шагом. Одиночная	Спортивный	Зачет

				упражнения		строевая подготовка.	зал	
10.	11			Беседа	1	Знание топографических знаков.	Учебный Кабинет, Спортивный зал	Опрос
11.	11			Практические упражнения	1	Определение азимута и расстояния по карте. Выполнение упражнения «Ромашка».	Учебный Кабинет, Спортивный зал	Наблюдение
12.	11			Практические упражнения	1	Ориентирование по карте с нахождением контрольных пунктов.	Учебный Кабинет, Спортивный зал	Тестирование
13.	12			Беседа	1	Битвы и сражения. Воинские звания со времен Великой Отечественной войны по настоящее время.	Учебный Кабинет, Актальный зал	Опрос
14.	12			Практические упражнения	1	Техника и вооружения Великой Отечественной войны.	Учебный Кабинет, Актальный зал	Участие в конкурсе
15.	12			Практические упражнения	1	Конкурс визиток. Подготовка текста. Подготовка костюмов.	Учебный Кабинет, Актальный зал	Наблюдение
16.	01			Практические упражнения	1	Подготовка номера. Репетиция конкурсной визитки.	Учебный Кабинет, Актальный зал	Наблюдение
17.	01			Практические	1	Представление номера	Учебный	Представление

				упражнения			Кабинет, Актальный зал	визиток
18.	01			Беседа	1	Вводное занятие. Общие сведения о пневматическом оружии типа МР-512	Тир	Опрос
19.	01			Практические упражнения	1	Подготовительные упражнения по стрельбе. Основные упражнения по стрельбе. Стрелковые игры	Тир	Наблюдение
20.	02			Практические упражнения	1	Соревнования по стрельбе из винтовки и по стрельбе из пистолета	Тир	Наблюдение
21.	02			Практические упражнения	1	Соревнования по стрельбе из винтовки и по стрельбе из пистолета	Тир	Зачет
22.	02			Беседа	1	Вводный инструктаж. Основы устройства оружия и боеприпасов.	Тир, Спортивный зал	Опрос
23.	02			Практические упражнения	1	Практические занятия по разборке и сборке АК-74.	Тир, Спортивный зал	Наблюдение
24.	03			Практические упражнения	1	Практические занятия по разборке и сборке АК-74.	Тир, Спортивный зал	Наблюдение
25.	03			Практические упражнения	1	Практические занятия по разборке и сборке АК-74.	Тир, Спортивный зал	Зачет
26.	03			Практические упражнения	1	Военизированная эстафета	Тир, Спортивный зал	Участие в эстафете

27.	03			Практические упражнения	1	Военизированная эстафета	Тир, Спортивный зал	Участие в эстафете
28.	04			Беседа, Практические упражнения	1	Силовая гимнастика. Условия выполнения упражнения.	Спортивный зал, Спортивное ядро	Наблюдение
29.	04			Практические упражнения	1	Силовая гимнастика	Спортивный зал, Спортивное ядро	Наблюдение
30.	04			Практические упражнения	1	Силовая гимнастика	Спортивный зал, Спортивное ядро	Зачет
31.	04			Практические упражнения	1	Бег 60м, 100м, 3000/2000м	Спортивный зал, Спортивное ядро	Зачет
32.	04			Практические упражнения	1	Метание гранаты	Спортивный зал	Зачет
33.	05			Практические упражнения	1	Плавание 50м	Бассейн	Зачет
34.	05			Беседа	1	Военизированная полоса препятствий. Условия выполнения упражнения.	Спортивный зал	Прохождение полосы препятствия
35.	05			Практические	1	Военизированная полоса препятствий	Спортивный	Прохождение

				упражнения			зал	полосы препятствия
36.	05			Практические упражнения	1	Военизированная полоса препятствий	Спортивный зал	Прохождение полосы препятствия

Условия реализации программы

Для эффективной реализации настоящей программы необходимы определённые условия:

- наличие помещения для занятий, рассчитанного на 15 учеников и отвечающего правилам СанПин;
- наличие ученических столов и стульев, соответствующих возрастным особенностям обучающихся;
- наличие спортивного зала, тира, актового зала;
- шкафы стеллажи для оборудования;
- подключение к сети Интернет;
- акустическая система;
- мультимедийное оборудование.

Методическое обеспечение программы

Занятия в объединении проводятся на основе следующих методических принципов:

а) **Принцип сознательности и активности.** Каждый обучающийся должен вполне сознательно выполнить, поставленные перед ним задачи.

б) **Принцип наглядности.** Наиболее доходчивая форма обучения. На конкретных наглядных примерах обучающийся должен более качественно усваивать необходимый материал.

в) **Принцип доступности (от известного к ранее неизвестному, от простого к сложному, от легкого к трудному)**

г) **Принцип систематичности занятий.** Успех в освоении определенных знаний, умений и навыков основывается на их систематическом закреплении.

д) **Принцип постепенного повышения требований.** Улучшение качества выполнения строевых приемов и повышение уровня строевой подготовки можно достичь, только постепенно увеличивая нагрузку и повышая требования к обучающимся.

Методы:

1. наглядные методы формируют представления о движении, яркость чувствительного восприятия и двигательных ощущений, развивают сенсорные способности;
2. вербальные (словесные) методы активизируют сознание ребенка, способствуют осмыслению поставленных задач, их содержания, структуры, осознанному выполнению строевых приёмов, самостоятельному и творческому применению их в различных ситуациях;
3. практические методы обеспечивают проверку двигательных действий ребенка, правильность их восприятия, моторные ощущения.

При обучении используются разнообразные приемы. Они направлены на оптимизацию усвоения строевых приёмов, осознание двигательной задачи, индивидуальное развитие ребенка.

Методические приемы выбираются в соответствии с программным содержанием, возрастными и типологическими особенностями, степенью владения строевыми приёмами, общим развитием ребенка. Целесообразный подбор подготовительных строевых упражнений позволяют воздействовать на все анализаторные системы ребенка, активизировать его внимание, самостоятельность и творчество при выполнении заданий.

При проведении учебных занятий используется наглядная агитация (Положения, Уставы, плакаты и т.д.), а также кинопроектор для проведения мультимедиа занятий и осуществление просмотра научно-познавательных документальных материалов.

В своей работе педагог дополнительного образования поддерживает творческую деятельность каждого обучающегося с учётом индивидуальных особенностей, психического состояния и настроения.

В обучении применяются следующие методы: устное изложение, показ, тренировка, самостоятельное изучение. **Устное изложение** чаще всего сочетается с показом или демонстрацией изучаемых приёмов и действий. При осуществлении **показа** у обучающихся

создаётся наглядный образ изучаемого предмета, формируются представления о приёмах и действиях. С помощью **тренировки** обучающиеся совершенствуют строевые навыки и умения. Самостоятельное изучение способствует быстрому освоению и качественному освоению программы.

Педагогические технологии. Групповое обучение, здоровьесберегающие технологии, информационные технологии.

Материально-техническое обеспечение программы:

№ п/п	Наименование оборудования	Количество
1.	Учебные автоматы (АК)	15
2.	Пистолеты (ПМ)	15
3.	Пневматические винтовки	15
4.	Компьютерный стрелковый тренажер «Скатт»	1
5.	Средства индивидуальной защиты (противогазы, ОЗК)	15

Формы промежуточной аттестации и итогового контроля

Виды контроля:

- **текущий контроль** (оценка усвоения изучаемого материала) осуществляется педагогом в форме опроса, наблюдения;
- **промежуточный контроль** - выполнение практических заданий и обсуждение положительных и отрицательных ситуаций, участие в конкурсах, фестивалях, отчетные мероприятия, открытые занятия в рамках дня открытых дверей, показательные выступления на мероприятиях лицейского, муниципального, регионального и всероссийского уровней, сдача нормативов в рамках месячника оборонно-массовой и военно-патриотической работы (Положение о проведении месячника оборонно-массовой и военно-патриотической работы МБОУ лицея имени генерал-майора Хисматулина В.И.), зачет в формате строевого смотра.

Примечание: каждый кадет Команды «АЛЬФА» обязан знать Гимн Российской Федерации, Гимн Лицея!

Методики определения эффективности реализации дополнительных образовательных программ

Одной из современных форм оценивания достижений и компетентности, в том числе творческих успехов обучающегося является **формирование «портфеля» (Portfolio)**. Ведение портфолио развивает у обучающихся навыки рефлексивной деятельности (способность анализировать собственную деятельность, совершенствовать ее, проявлять инициативу для достижения успехов). Содержание и способы оформления «портфолио» могут быть самыми разнообразными – от полного собрания всех работ до альбома высших достижений.

В рамках реализации программы «Военно-патриотический клуб «Альфа» планируется участие в мероприятиях на муниципальном, региональном, всероссийском уровне.

Для обучающихся по программе «Военно-патриотический клуб «Альфа» наиболее подходит портфолио работ, так как отражает усилия, прогресс и достижения, обучающихся на протяжении всего времени обучения.

Также можно включить портфолио отзывов включает в себя заметки педагога по поводу работ, оценки за выполненные задания с характеристиками и объяснениями, а также письменный анализ самого обучающегося своей конкретной деятельности и ее результатов. Портфолио может быть представлено в виде текстов заключений, отзывов, резюме.

Наиболее целесообразным представляется комплексный вариант портфолио, включающий в себя раздел документов, раздел работ и раздел отзывов.

Нет четкого списка наименований и количества пунктов, которые необходимо включать в портфолио. Этот вопрос решается конкретным педагогом, группой педагогов или методическим объединением.

Методики определения эффективности реализации дополнительных образовательных программ: «Мониторинг результатов обучения ребенка по дополнительным образовательным программам», «Мониторинг личностного развития ребенка в процессе освоения им дополнительной образовательной программы» разработаны Н. В. Кленовой, Л. Н. Буйловой, сотрудниками РГПУ им. А. И. Герцена и ГОУ «СПб ГДТЮ», апробированы в педагогической практике и являются инструментом оценивания компетентности воспитанников. Поскольку образовательная деятельность в системе дополнительного образования предполагает не только обучение детей определенным знаниям, умениям и навыкам, но и развитие многообразных личностных качеств обучающихся, постольку о ее результатах необходимо судить по двум группам показателей:

- **Учебным** (фиксирующим предметные и общеучебные знания, умения, навыки, приобретенные ребенком в процессе освоения дополнительной общеобразовательной программы);

- **Личностным** (выражающим изменения личностных качеств ребенка под влиянием занятий в данном объединении).

Оценочные материалы

Оценочные материалы для раздела «ГО и медико-санитарная подготовка» приложение 1.

Оценочные материалы для раздела «Строевой конкурс (строевая подготовка)» приложение 2.

Оценочные материалы для раздела «Топографическая подготовка» приложение 3.

Оценочные материалы для раздела «Конкурс знатоков истории (Великая Отечественная война)» приложение 4.

Оценочные материалы для раздела «Силовая гимнастика» приложение 5.

Оценочные материалы для раздела «Бег 60м, 100м, 3000/2000м» приложение 6.

Оценочные материалы для раздела «Метание гранаты» приложение 7.

Оценочные материалы для раздела «Плавание 50 м» приложение 8.

Сдача зачета по разделам «Пулевая стрельба», «Огневая подготовка», «Военизированная эстафета» проводится в рамках в рамках месячника оборонно-массовой и военно-патриотической работы на базе МБОУ лицея имени генерал-майора Хисматулина В.И., нормативы определяются согласно [Положению о проведении месячника оборонно-массовой и военно-патриотической работы в МБОУ лицее имени генерал-майора Хисматулина В.И.](#)

Методическое обеспечение программы дополнительной общеобразовательной программы:

В процессе обучения используются учебные пособия, плакаты, стенды, видеоматериалы, наглядные пособия:

- комплект «Вооруженные Силы на страже Родины»;
- Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации. М.: "Воениздат", 2012 г.;
- плакаты: воинские звания и знаки различия; по организации и несению внутренней службы.
- Начальная военная подготовка. Тестовый контроль. 10 – 11 классы. – Кострома: КОИРО, 2013. – 192 с.

Список литературы

Для педагога:

1. Выршиков А.Н., Кусмарцев М. Б. Уроки служения Отечеству в пространстве патриотически-ориентированного образования: кн. для учителя: учебно-метод. пособие – Волгоград: Авторское перо, 2005 г. – 270 с.
2. Мазыкина Н.В., Горкина Н.В., Растим патриотов. Часть2. Растим патриотов. Часть2. - УЦ Перспектива, 2011 — 184 с.
3. Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации и Устав военной полиции на 2021 год. Указ Президента РФ от 6 мая 2020 г. № 308 / сост. Е.И. Давыденко. — Москва: Издательство АСТ, 2020. — 480 с.
4. Поспеев К. Ю., Черных В.В. Огневая подготовка. Учебник. - Москва: ИНФРА-М, 2023 г. - 326 с.

Для обучающихся и родителей (законных представителей):

1. Югра в составе Российской империи. Методические материалы. Вып. III / Авт.-сост. М. Ф. Ершов; Департамент образования и молодежной политики ХМАО-Югры; Обскоугорский институт прикладных исследований и разработок. – Ханты-Мансийск: Югорский формат, 2016. – 67 с.
2. «Патриотами не рождаются – ими становятся: патриотическое воспитание школьников»: рекомендательный / МКУК «Межпоселенческая б-ка Черемховского района»; сост: Д.С. Фролова. Михайловка, 2023. – 7 с.
3. Панченко, Л. Согреем памятью сердца! / Л. Панченко // Дошкольное воспитание. - 2015. - № 2. - С. 34-35.

Оценочные материалы для раздела «ГО и медико-санитарная подготовка»

Вопрос 1

Жгут накладывают?

- выше раны;
- ниже раны;
- в области раны.

Вопрос 2

При проведении искусственного дыхания "из рта в рот" необходимо зажимать ноздри?

- да;
- нет;
- нет необходимости.

Вопрос 3

Проводить сердечно - легочную реанимацию следует?

- на твердой , ровной поверхности, положение пострадавшего на спине;
- на твердой, ровной поверхности, положение пострадавшего на животе;
- на твердой , ровной поверхности, положение пострадавшего на боку.

Вопрос 4

При "рулевой" травме чаще всего травмируется.....

- грудная клетка;
- живот;
- конечности.

Вопрос 5

Ваши действия, если во время проведения сердечно - легочной реанимации Вы сломали одно ребро

- прекращаете проведение сердечно - легочной реанимации до прибытия медиков;
- продолжаете проведение сердечно - легочной реанимации;
- до выяснения самочувствия пострадавшего.

Вопрос 6

Обязательно ли использовать маску - клапан при проведении искусственного дыхания?

- да, во всех случаях;
- да, но при условии наличия повреждения в области лица;
- нет.

Вопрос 7

Может ли проводить сердечно - легочную реанимацию один спасатель?

- да;
- нет;
- только два человека.

Вопрос 8

Есть ли необходимость проводить мобилизацию при закрытом переломе в области голени?

- да, обязательно;
- нет;
- на самочувствие пострадавшего.

Вопрос 9

Для того, чтобы обратить внимание пострадавшего Вы

- спросите Что случилось? и потрясите его за плечо;
- спросите Что случилось ? и уколите его иглой;
- спросите Что случилось? и сильно надавите пальцами на глаза.

Вопрос 10

Какую манипуляцию используют для восстановления проходимости дыхательных путей, при условии, что есть подозрение на повреждение в шейном отделе позвоночника?

- выдвижение нижней челюсти;
- искусственное дыхание;
- переразгибание в шейном отделе позвоночника.

Вопрос 11

Основные системы организма?

- сердце, печень, легкие;

- костно - мышечная, дыхательная, нервная;
- сердечно - сосудистая, выделительная, нервная, костно - мышечная, дыхательная.

Вопрос 12

Под влиянием физических упражнений, что происходит с сердцем?

- уменьшается сердечная мышца;
- утолщается сердечная мышца;
- уменьшаются полости.

Вопрос 13

Задача врачебного контроля?

- лечить больной организм;
- следить за состоянием здоровья и физическим развитием;
- профилактика простудных заболеваний.

Оценочные материалы для раздела «Строевой конкурс (строевая подготовка)»

№ п/п	Фамилия Имя Отчество	Выполнение строевых приемов без оружия												Общий результат
		Строевая стойка («Становись», «Равняйся, Смирно», «Вольно», «Заправиться», «Головные уборы-Снять».)	Повороты на месте	Перестроение отделения на месте из одной шеренги в две и обратно	Размыкание и смыкание отделения на месте	Выполнение воинского приветствия на месте вне строя	Обозначение шага на месте	Строевой шаг	Повороты в движении	Выполнение воинского приветствия в движении вне строя	Выход из строя и возвращение в строй	Подход к начальнику вне строя и отход от него	Перемена направления движения колонны	
Одиночная строевая подготовка														
КО														
2														
Строевая слаженность														
Отделение														
Итого:														

Техника выполнения каждого строевого приема оценивается:

«отлично» - 3 балла, если прием выполнен в соответствии требованиями Строевого устава, четко, уверенно, красиво.

«хорошо» - 2 балла, если прием выполнен в соответствии с требованиями Строевого устава, но недостаточно четко, с напряжением.

«удовлетворительно» - 1 балл, если прием выполнен в основном в соответствии с требованиями Строевого устава, но при этом была допущена одна ошибка.

«неудовлетворительно» - 0 баллов, если прием не выполнен или при его выполнении были допущены две ошибки и более.

Оценочные материалы для раздела «Топографическая подготовка»

1. Географическая карта – это:
 - а) уменьшенное изображение земной поверхности, выполненное в определенном масштабе
 - б) совокупность неровностей земной поверхности
 - в) изображение условными знаками рельефа
2. Каков масштаб обзорно-географических карт?
 - а) 1:25000 б) 1:200000-1:500000 в) мельче 1:1000000
3. Процесс вычерчивания профиля маршрута – это:
 - а) изображение условными знаками рельефа
 - б) нанесение на учебную топографическую карту нитки маршрута
 - в) копирование отдельных фрагментов карты на кальку
4. Для правильного использования карты необходимо знать:
 - а) масштаб карты б) правила пользования картой в) условные знаки
5. Условиями наблюдения за местностью называют:
 - а) свойства местности, обеспечивающие удобное и скрытое от наблюдения противника расположение огневых средств
 - б) свойства местности, способствующие получению сведений о противнике
 - в) свойства местности, способствующие определению своего местоположения и нужного направления движения относительно сторон горизонта
6. Топография – это:
 - а) научная дисциплина, изучающая методы изображения географических и геометрических элементов на основе съемочных работ
 - б) раздел географии, использующий описательные методы в анализе своеобразных черт местностей
 - в) предмет обучения военнослужащих и подразделений
7. Топографическая карта – это:
 - а) карта, полнота содержания и точность которой позволяют решать тактические задачи
 - б) изображение земной поверхности, содержащее координатную сетку с условными знаками на плоскости в уменьшенном виде, отображающее размещение, состояние и связи различных природных и общественных явлений, их изменения во времени, развитие и перемещение
 - в) документ, который подтверждает право владельца карты на получение социальных пособий
8. По условиям наблюдения и маскировки местность подразделяют на:
 - а) равнинную, горную, холмистую
 - б) открытую, полузакрытую, закрытую
 - в) низкогорную, среднегорную и высокогорную
9. К площадным ориентирам относятся:
 - а) дороги, реки, линии электропередач б) населенные пункты, озера, болота в) мосты, путепроводы, трубы заводов и фабрик
10. Азимут в градусах измеряется в пределах:
 - а) от 0° до 360° б) от 0° до 120° в) до 210°
11. Выберите из предложенных вариантов предметы, относящиеся к приборам для ориентирования.
 - а) рулетка б) линейка в) компас

Оценочные материалы для раздела
«Конкурс знатоков истории (Великая Отечественная война)»

1. Какого числа началась Великая Отечественная война?

1. 22 июля 1941 года
2. 22 июня 1941 года
3. 1 сентября 1939 года

2. Какая из крепостей прославилась героической обороной в начале войны и надписью «Я умираю, но не сдаюсь! Прощай, Родина» сделанной в казармах войск НКВД СССР?

1. Крепость Осовец
2. Гродненская крепость
3. Познанская крепость
4. Брестская крепость

3. Были ли достигнуты основные цели плана «Барбаросса»?

1. Да вермахт смог разгромить РККА к концу 1941 года
2. Нет стратегия блицкрига провалилась
3. Частично РККА не была разгромлена, но вермахт смог выиграть «Битву за Москву»

4. Какой из котлов Великой Отечественной войны был крупнейшим в истории?

1. Минский котёл
2. Вяземский котёл
3. Киевский котёл
4. Франкфуртско-губенской котёл

5. В честь какого из дворцово-парковых ансамблей получил название плацдарм на берегах Финского залива, который внёс значительный вклад в оборону Ленинграда?

1. Царское село (Царско-сельский плацдарм)
2. Ораниенбаум (Ораниенбаумский пятачок)
3. Павловск (Павловский выступ)

6. Сколько дней длилась блокада Ленинграда?

1. 872 дня
2. 653 дня
3. 412 дней
4. 123 дня

7. Когда завершилась битва за Москву?

1. 27 января 1944
2. 23 августа 1943
3. 20 апреля 1942 года
4. 30 сентября 1941 года
5. 22 июня 1941 года

8. Какое мероприятие, направленное на поддержание боевого духа, было проведено в столице 7 ноября в ходе Битвы за Москву?

1. Парад на Красной площади
2. Праздничное шествие в честь Ленина
3. Марш пленных немцев по Москве
4. XVIII съезд ВКП(б)

9. Какой порядковый номер носил приказ советского командования, запрещавший отход войск без приказа? Он вводил формирование штрафных частей и получил название «Ни шагу назад!».

1. Приказ № 270
2. Приказ № 227
3. Приказ № 137
4. Приказ № 53

10. Какое сражение 1942 года считается переломным и связывается с моментом перехвата стратегической инициативы советским командованием?

1. Мурманская наступательная операция
2. Сталинградская битва
3. Курская битва
4. Операция «Искра»

11. Какой из указов немецкого командования снимал ответственность с солдат за свершение военных преступлений, направленных против местного населения?

1. «О мерах по укреплению дисциплины и порядка в армии и запрещении самовольного отхода с боевых позиций»
2. «Директивы об обращении с политическими комиссарами»
3. «О применении военной подсудности в районе „Барбаросса“ и об особых мерах войск»
4. «Об ответственности военнослужащих за сдачу в плен и оставление врагу оружия»

12. Какая из операций утвержденных германским командованием ставила основной целью захват нефтяных месторождений Северного Кавказа и Баку?

1. Операция «Искра»
2. План «Доннершлаг»
3. Операции «Тайфун»
4. План «Блау»

13. Кто возглавлял группу снявшую флаг Германии с вершины Эльбруса в 1943 году?

1. Александр Михайлович Гусев
2. Любовь Георгиевна Коротаяева
3. Вадим Евгеньевич Гиппенрейтер
4. Андрей Васильевич Пастухов

14. Какое из переведенных утверждений о Курской битве неверно?

1. Курская битва — одно из самых масштабных танковых сражений в истории
2. Курская битва состоялась в ходе осуществления советской операции «Уран»
3. Курская битва была частью германской наступательной операции «Цитадель»
4. Победа в Курской битве окончательно закрепила переход стратегической инициативы в руки СССР

15. Где произошла первая за годы великой отечественной войны конференция лидеров трех ключевых стран антигитлеровской коалиции — СССР, США и Англии?

1. Тегеран
2. Ялта
3. Москва
4. Потсдам

16. В честь кого из полководцев войны 1812 года получила Белорусская наступательная операция 1944 года?

1. Михаил Илларионович Голенищев-Кутузов-Смоленский
2. Михаил Богданович Барклай-де-Толли
3. Пётр Иванович Багратион
4. Пётр Христианович Витгенштейн

17. Какой шаг отчаянья был предпринят Гитлером 18 октября 1944 года?

1. Выпущен приказ о создании народного ополчения (фольксштурма) и тотальной мобилизации всего мужского населения в возрасте от 16 до 60 лет
2. Была предпринята попытка договориться с США и Англией о совместных военных действиях против СССР
3. Были отозваны германские экспедиционные силы из Африки

18. На какой из конференций лидеры США, СССР и Англии решали вопрос о послевоенном устройстве мира?

1. Тегеранская конференция

2. Ялтинская конференция
3. Потсдамская конференция
4. Московская конференция

19. Где был подписан «Акт о безоговорочной капитуляции германских вооружённых сил» 7 мая 1945 года?

1. Берлин
2. Москва
3. Реймс
4. Нюрнберг

20. Какая из операций 1945 года стала последней в Великой Отечественной войне?

1. Берлинская наступательная операция
2. Висло-Одерская операция
3. Восточно-Померанская операция
4. Пражская операция

Оценочные материалы для раздела «Силовая гимнастика»

№	НОРМАТИВЫ	Юноши Мальчики			Девушки Девочки		
		Высокий	Средний	Низкий	Высокий	Средний	Низкий
1.	Прыжок в длину с места (см)	230	215	210	180	170	160
2.	Прыжок в длину с разбега (см)	430	400	370	370	330	300
3.	Прыжки со скакалкой (раз в 1')	135	125	115	145	130	120
4.	Подтягивание на перекладине (раз)	13	10	7	16	14	12
5.	Отжимания в упоре лежа (раз)	35	30	25	12	10	8
6.	Наклон вперед из положения сидя, ноги врозь (см.)	14	10	8	16	13	10

Оценочные материалы для раздела «Бег 60м, 100м, 3000/2000м»

№	НОРМАТИВЫ	Юноши Мальчики			Девушки Девочки		
		Высокий	Средний	Низкий	Высокий	Средний	Низкий
1.	Бег 60 м. (сек.)	8,6	9,0	9,4	9,7	10,2	10,7
2.	Бег 100 м. (сек.)	14,2	14,7	15,2	16,5	17,5	18,0
3.	Бег 3000/2000 м. (мин. сек.)	13.40	14.40	15.40	10.30	11.30	12.30

Оценочные материалы для раздела «Метание гранаты»

№	НОРМАТИВЫ	Юноши Мальчики			Девушки Девочки		
		Высокий	Средний	Низкий	Высокий	Средний	Низкий
1.	Метание гранаты 500 гр.(м.)				19	15	12
2.	Метание гранаты 700 гр.(м.)	32	26	22			

Оценочные материалы для раздела «Плавание 50 м»

Возраст	Дистанция	ЮНОШИ			ДЕВУШКИ		
		Высокий	Средний	Низкий	Высокий	Средний	Низкий
14-15	50 метров	1:00	1:15	1:25	1:05	1:20	1:30
16-17	50 метров	0:55	1:05	1:15	1:04	1:18	1:28