

Приложение №1

к приказу

от 03.06.2023 № 578

ПРОГРАММА

профильной смены

Слет-поход военно-спортивного клуба «Гренадер»

«Гренадеры, вперед! 2023»

В с.Красная воля

г.Сочи 2023

1. Методический блок

Организация и проведение слета

Профильная смена «Слет-поход военно-спортивного клуба «Гренадер» «Гренадеры, вперед! 2023» (далее слет-поход) проводятся для освоения новых знаний, расширения социального опыта, актуализации в сознании учащихся социально значимых патриотических ценностей, взглядов и убеждений, уважения к традициям, культуре, истории России и отборочным этапом для участия в спортивных соревнованиях по армейскому рукопашному бою.

Слет- поход проводится в соответствии с планом работы ЦДО «Хоста», в рамках реализации программы военно-патриотического и гражданского воспитания и популяризации здорового образа жизни.

Ответственность за соблюдение мер безопасности, сохранение жизни и здоровья участников во время проведения слёт- похода возлагается на руководителей групп.

Подготовкой групп занимаются педагоги дополнительного образования.

Непосредственную координацию организации и проведения слета осуществляет ЦДО «Хоста».

Участники слета

В слете принимают участие педагоги и учащиеся ЦДО «Хоста» ВСК «Гренадер».

Состав: два взрослых, 20 детей в каждой группе. В состав групп по согласованию могут входить родители учащихся.

Участники слет-похода инструктаж по обеспечению безопасности, иметь аптечку, палатку, теплые вещи, питьевую воду, продукты для туристического стола. Команды без аптечки и подписи в журнале по обеспечению безопасности к слет-походу не допускаются.

Форма проведения: слет-поход.

Место и сроки проведения:

Место проведения- территория Адлерского внутригородского района г.Сочи:

- с. Красная воля

Сроки пребывания посменно: 01-03 июля, 04-06 июля, 07-09 июля , 10-12 июля , 13-15 июля, 16-17 июля 2023 г.

2. Пояснительная записка

Сегодня спорту и военно-патриотическому воспитанию принадлежит значительная роль в формировании молодого поколения.

Спорт является важным социальным фактором в деле всестороннего развития человека. Образовательная программа военно-спортивного клуба «Гренадер» предназначена для допризывной подготовки курсантов к службе в Вооруженных Силах Российской Федерации. Отличительной особенностью программы является ее ориентация не только на физическое развитие подростков, но и сферы психического, эмоционального и социального развития личности. Военно-патриотическая работа и спортивная деятельность в летний период в условиях слета в значительной степени дополняют занятия учебного года, делают образовательный процесс непрерывным, занимают определенное место в структуре развивающего досуга подростков клуба «Гренадер».

Эмоциональное воздействие занятий спортом при правильной постановке учебно-тренировочной и воспитательной работы может оказать исключительно положительное влияние на формирование здоровой психики подростков и воспитания навыков туристской и военной подготовки.

Целью деятельности слет-похода военно-спортивного клуба «Гренадер» является создание условий для полноценного отдыха и оздоровления подростков и воспитания навыков военной подготовки.

Достижение этой цели решается с помощью следующих **задач**:

- организация активного отдыха подростков путем проведения разнообразных мероприятий, основанных на их интересах и потребностях (спортивные соревнования, военные и ролевые игры, коллективные творческие дела и т.д.);
- воспитание патриотических моральных качеств у воспитанников через историю и традиции клуба, города, края, страны;
- подготовка к службе в Вооруженных Силах РФ.
- пропаганда здорового образа жизни;
- приобретение и совершенствование краеведческих знаний;
- профилактика правонарушений в среде воспитания клуба «Гренадер».

Ожидаемые результаты:

- формирование таких моральных качеств, как любовь к Отечеству, уважительное отношение к Вооруженным Силам Российской Федерации;
- развитие творческого потенциала личности;
- воспитание чувства коллективизма;
- укрепление здоровья подростков;
- профилактика заболеваний; закаливание организма подростков;
- формирование навыков здорового образа жизни.

К основным принципам деятельности слет-похода относятся:

- безопасность жизни и здоровья подростков, защита их прав и личного достоинства;
- создание разнообразных форм деятельности, где правила взаимодействия вырабатываются самими членами коллектива, служат расширению возможности самоопределения и саморазвития личности;
- приоритет индивидуальных интересов воспитанников, свобода выбора деятельности как необходимое условие самостоятельного, творческого развития и самореализации личности;
- гуманный характер отношений взрослых и воспитанников.

3.Содержание программы

Программа **слет-похода направлена на оздоровление и формирование здорового образа жизни посредством спорта и навыков начальной туристской и военной**

подготовки, на военно-патриотическое воспитание подростков. Она включает мероприятия обучающего общеразвивающего характера. Содержание программы способствует воспитанию гармонически развитой личности и ее активной жизненной позиции посредством приобщения к здоровому образу жизни и самосовершенствованию на основе изучения боевых искусств их философских, исторических, этических, социально – культурных и др. аспектов, а также развитию таких качеств личности подростка, помогают выжить в экстремальных условиях.

Учебно-тренировочные занятия во время проведения слета проводятся ежедневно. Они делятся на практические занятия по общей физической культуре и виду спорта, которым занимаются подростки в течении учебного года. По содержанию учебно-тренировочные занятия существенно отличаются от таких же занятий в спортивном зале введением в учебно-тренировочный процесс более глубокого изучения техники и тактики физических упражнений. Курсанты на практике закрепляют знания, умения и навыки, полученные на занятиях в клубе, отрабатывают приемы, совершенствуют достижения, вырабатывают волю и стойкость.

Занятия по общей физической подготовке с подростками в условиях слета проводится отдельно от учебно-тренировочных занятий. В этом случае появляется возможность вводить более широкий комплекс общеразвивающих упражнений: разнообразные спортивные и подвижные игры, Большой объем упражнений из спортивной гимнастики и тяжелой атлетики, легкоатлетические упражнения – кроссовый и спринтерский бег, прыжки в высоту и длину, метание гранаты и диска, толкание ядра и пр. Физические упражнения способствуют поддержанию эмоциональности и заинтересованности в их проведении, а увеличение объема упражнений на отягощение дает возможность более эффективно воздействовать на развитие костно-мышечной системы подростков.

В содержание деятельности слет-похода включены строевая подготовка, тактические игры на местности, спортивные игры, тактическая подготовка, марш-броски по пересеченной местности.

На занятиях учитываются индивидуально-психологические особенности подростков, используется технология индивидуального и дифференцированного обучения, а также технология проблемного обучения, т.е. во время тренировочных упражнений воспитанникам даются лишь общие рекомендации, например, по передвижению и технике боя, ставится проблемная задача, позволяющая проявлять собственную творческую инициативу.

Во время проведения слета- похода используется игра как метод обучения, например, в соревнованиях и турнирах. Игровая форма создает хорошее настроение, выступает как средство побуждения, стимулирования воспитанников к учебной деятельности. С подростками проводятся тактические игры на местности («Захват флага», «Обезвреживание группы диверсантов», «Граница» и т.д.); спортивные игры (футбол, шахматы).

Преодоление полосы препятствий по пересеченной местности предусматривает использование элементов бега, уничтожение макета танка, форсирование реки, обезвреживание «нарушителя» с применением приемов рукопашного боя, преодоление водной преграды. Занятия по изучению контрольно-следственной полосы предполагают определение направления движения «нарушителей границы», их количество и т.д.

В содержание программы входят так же марш-броски по пересеченной местности в составе подразделения на 30 минут, на час, на два часа, на сутки; соревнования по военно-прикладным видам спорта; проведение турнира по армейскому рукопашному бою, изучение воинских знаний и военной символики. Ежедневная силовая подготовка включает работу со штангой, «толчок» и «рывок» гирь, комплексное силовое упражнение на перекладине.

Воспитанники клуба получают более углубленные знания огневой подготовки: изучают автомат Калашникова, способы и приемы стрельбы из него. Во время занятий по строевой подготовке курсанты овладевают строевыми приемами с оружием и перестройки отделения, продолжают изучение одного из видов боевых искусств - рукопашного боя, приобретают и закрепляют навыки и умения, необходимые для достижения спортивных успехов. По окончании слет-похода курсанты сдают нормативы по военно-прикладным видам единоборств на право ношения зеленого берета.

4. Механизмы реализации программы

Программа слет- похода в летний период является продолжением образовательной программы подготовки курсантов военно-спортивного клуба «Гренадер».

Продолжительность слет- похода – 3 дня.

В слет-походе участвуют воспитанники клуба «Гренадер» в количестве 100 человек. Возраст воспитанников – от 9 до 17 лет.

Курсанты подразделяются на команды:

- группа «1»;
- группа «2»;
- группа «3»;
- группа «4».
- группа «5»

Состав команды: 20 человек.

На слет- походе воспитанники находятся круглосуточно, живя по определенному режиму дня.

Некоторые виды деятельности ежедневно повторяются курсантами, например, такие как:

- занятия по спортивной подготовке (силовая подготовка и рукопашный бой);
- занятия по военно-прикладной подготовке;
- военная игра «Зарница»;
- утреннее и вечернее построение.

Режим дня.

Время	Вид деятельности
8.00	Подъем
8.15 – 8.30	Зарядка
8.30 – 9.00	Личное время
9.00 -9.30	Завтрак
9.30 -10.00	Свободное время
10.00 -12.00	Занятия по спортивной подготовке: а) строевая подготовка; б) силовая подготовка
12.00 – 13.00	Свободное время
13.00	Обед
14.30 – 15.30	Занятия по военно-прикладной подготовке Занятия по спортивной подготовке
16.00 – 18.00	а) силовая подготовка; б) рукопашный бой
18.00 – 19.00	Свободное время. Подготовка к спортивным играм
19.00	Ужин
20.30 – 22.30	Спортивные игры и мероприятия
22.30 – 23.00	Личное время
23.00	Отбой. Вечернее построение, назначение дежурных

5. Условия реализации программы

Кадровое обеспечение.

1. Главный судья слета.
2. Заместитель главного судьи, педагог по физической подготовке.

Материально-технические условия реализации программы.

Для реализации данной программы необходимо иметь:

- палатки для проживания участников слета;

- пищевой блок;
- медицинский «кабинет»;
- инвентарь .

Снаряжение, необходимое для проживания участников слет-похода

ПРИМЕРНОЕ групповое снаряжение:

- Палатки для проживания команды (из расчета 4 участника/1 палатка)
- Палатка маленькая для продуктов и снаряжения
- Тент групповой (для натягивания над местом внутри командного сбора и приема пищи)
- Шпагат или тонкий шнур (100 -200 м)
- Топор, пила.
- Медаптечка
- Ремонтный набор: клей, проволока, плоскогубцы, молоток, гвозди, нитка, иголка, скотч
- Веревка 40 метров. d 10мм –1 шт.
- Кухонные принадлежности (Половники, разделочный нож, железные щетки/мочалки, одноразовые скатерти, сковорода. и котлы (не менее 2-х штук), средства для мытья посуды и т.д).
- Рукавицы-прихватки.
- Мешки для мусора – 2 уп
- Репшнур на каждого участника (1,5 – 2 м.)
- Ручка
- Блокнот
- Маркер
- Пауэрбанк (из расчета, что необходимо отправлять и снимать фото и видео ЕЖЕДНЕВНО и в последний день выход в эфир
- Газовая туристская горелка + 6 бал. газа

ПРИМЕРНОЕ личное снаряжение:

Рюкзачок маленький (размер школьного рюкзака)	Кеды или кроссовки
Сидушка	КЛМН (кружка, ложка, миска, нож- складной) в мешочке.
Пенополиуретановый коврик	Фонарь (лучше на лоб) + комплект зап. батареек
Спальный мешок	ПЛГ (предметы личной гигиены)
Костюм штормовой (его можно пачкать)	Полотенце
Костюм спортивный	Кусок полиэтиленовой пленки 1,5х2 м.
Кепка или панамка	Средство от комаров (крем)
Футболка (3 штуки)	Фляга или пластиковая бутылка (0.5л) для воды
Шорты (1 шт.)	Очки солнцезащитные
Носки простые (3 пары.)	Влажные салфетки, туалетная бумага
Носки шерстяные (1 пара.)	Сапоги резиновые
Одежда для сна	
Плащ (защита от дождя)	
Свитер или полар	
Сандалии или шлепки	

5. Используемая литература:

Бузырева Л.М., Организация отдыха и оздоровления молодежи. Народное образование. – 2002, №3.

Кудашев Г.Н. Лето в палатках. Методическое пособие. Тюмень: изд-во Вектор-Бук. – 2004.

Начальная военная подготовка. Под ред. Ю.А. Науменко. М., «Просвещение», 1985.