**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение города Москвы «Школа № 1000»**

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

**«ЮНЫЙ ПАРАШЮТИСТ»**

Автор:

Мовчанюк Василий Васильевич

старший воспитатель кадетского класса

Соавтор:

Цыганов Игорь Александрович

воспитатель кадетского класса

**Москва, 2022 г.**

**Цель:** создание условий для формирования и становления личности гражданина и патриота России с присущими ему ценностями, взглядами, ориентациями, установками, мотивами деятельности и поведения, – посредством занятий с учащимися парашютно-десантной подготовкой и другими военно-прикладными и физкультурно-спортивными направлениями деятельности*.*

**Задачи**

Образовательные:

* знакомство с историей возникновения и особенностями Воздушно-десантных войск, перспективами срочной и контрактной военной службы в ВДВ; расширить знания учащихся об организации ДОСААФ России;
* обучение теоретическим основам парашютизма и укладке ПС Д-6 с.4 и З-5;
* формирование знаний в области аэродинамики;
* расширение и углубление знаний учащихся, дополняющих школьную программу по истории, ОБЖ, физике, биологии и физической подготовке;
* развитие технического мышления и обучение использованию в речи правильной технической терминологии, технических понятий и сведений;
* формирование навыков бережного обращения с изделиями, приборами, инструментами, приспособлениями, различными материалами в ходе занятий по изучению материальной части парашютных систем и их укладке;
* мотивация отношения к обучению как важному и необходимому для личности и общества делу.

Развивающие:

* физическое совершенствование подростков;
* адаптация воспитанников к высоким физическим нагрузкам посредством выработки грамотного режима работы и отдыха.

Воспитательные:

* содействие гармоничному развитию личности, совершенствование духовных и физических качеств;
* создание мотивации к формированию устойчивой потребности в здоровом образе жизни;
* воспитание аккуратности, дисциплинированности, ответственности за порученное дело;
* формирование твёрдых нравственных и гражданских позиций;
* формирование самостоятельности и волевых качеств в любой обстановке;
* умение вести себя в коллективе, выработка организаторских навыков в случае необходимости;
* популяризация среди молодежи авиационных видов спорта.

**Этапы реализации программы**

1. **Теоретический -** изучение нового материала или закрепление пройденного ранее (проводится в форме лекции, дискуссии, свободной беседы).
2. **Подготовительный -** комплексные интерактивные и практические занятия с материальной частью парашютных систем Д-6 с.4 и З-5; занятия на тренажерах; физические упражнения и упражнения для сплочения коллектива.
3. **Практический –** совершенствование навыков укладки парашютных систем, выполнение нормативов по воздушно-десантной подготовке ВДВ; наземная отработка элементов прыжка с парашютом.
4. **Заключительный –** выполнение первого ознакомительного и последующих учебно-тренировочных прыжков с парашютом из самолетов на базе аэроклубов ДОСААФ, получение сертификатов «Юный парашютист» по завершению модульной программы Юнармии.
5. **Аналитический** – подведение итогов реализации программы и взаимодействия с Юнармией, создание видеоотчета по итогам учебного года, планирование на следующий учебный год.

**Методы реализации программы**

С обучающимися проводятся групповые занятия по определённым темам в виде лекций, семинарских занятий, комплексных интерактивных и практических занятий, тренингов и зачётных занятий. Один раз в год совершается выездная экскурсия в музей Рязанского гвардейского воздушно-десантного командного училища (РГВДКУ).

Занятия проводятся в учебном классе ОБЖ и укладочном помещении (спортивном зале или тире), а также на территории спортивного городка ГБОУ «Школа №1000». Для проведения некоторых ознакомительных, показных и зачётных занятий возможно планирование согласованных выездов в войсковые части ВДВ или аэроклубы ДОСААФ.

Особенностью практических занятий являются индивидуальные зачеты: самостоятельная (в составе расчёта) укладка парашютов Д-6 и З-5; раскрытие запасного парашюта в особых случаях каждым начинающим парашютистом; физическая подготовка (подтягивания-отжимания, КСУ и бег 3 км). Допуском к практическим зачётам является наличие у каждого юного парашютиста полного конспекта по программе курса кружка. Ежегодно к прыжкам допускается 15-20 кадет.

После успешной сдачи зачётов организовывается выезд для выполнения прыжков с парашютом на аэродромы МГАК ДОСААФ (Волосово-Чехов, Ватулино-Руза). Все прыжки с парашютом выполняем только в личном присутствии родителей, нередко выполняют прыжки и сами родители.

**Оборудование**

1. Учебный класс с интерактивной доской.
2. Спортивный зал и спортивный городок школы.
3. Парашютные системы Д-6 с.4 и З-5.
4. Учебные плакаты с этапами укладки парашютных систем Д-6 с.4 и З-5.
5. Укладочные принадлежности для укладки парашютных систем.
6. Федеральный Закон от 28.03.1998 № 53-ФЗ «О воинской обязанности и военной службе»;
7. Учебно-методическое пособие «Воздушно-десантная подготовка»/ Лукьянов И.В. (руководитель проекта, автор-составитель), Даурцев К.В. (методист) – Москва, 2017.
8. Технические описания и инструкции по эксплуатации парашютных систем Д-6 с.4 и З-5

**Методические и оценочные материалы**

Зачет «Укладка парашюта Д-5 (Д-6) и запасного парашюта З-5» сдается по нормативам ВДВ (см. Приложение 1).

Зачет по физической подготовке сдается по нормативам ГТО соответственно возрасту.

**Полученные результаты**

Ежегодно к прыжкам допускается 15-30 кадет.

Критерии оценки деятельности учащихся

*Прямыми критериями* оценки результатов обучения являются: успешное усвоение комплексной программы; получение в аэроклубе книжки парашютиста (удостоверения парашютиста-разрядника, «3-й разряд») после совершения 3-х прыжков с парашютом.

*Косвенными критериями* являются: создание стабильного коллектива в объединении; заинтересованность участников в выбранном виде деятельности; развитие чувства ответственности и товарищества; воспитание физически здоровых; нравственно мыслящих и образованных патриотов страны.

За 7 лет выполнили от 1 до 25 прыжков с парашютом:

* 75 кадет и обучающихся школы (15 девушек);
* 15 взрослых (3 учителя, 3 студента, 2 мамы, 4 отца, 3 офицера-воспитателя).

31 кадету школы приказом МГАК ДОСААФ от 20.06.2022 года № 61-П присвоен III разряд по парашютному спорту (см. Приложение 2).

В конце обучения подросток сможет осознанно выбрать подходящую специализацию и, используя широкий комплекс полученных знаний и навыков, продолжить своё развитие в специальных образовательных учреждениях по определённому профилю.

**Перспективы дальнейшего развития**

Часть кадет с большим интересом занимаются в кружке 3-4 года и к моменту окончания школы имеют до 25 прыжков с разными парашютными системами, прыжки с учебным оружием (ММГ АКС-74) и снаряжением десантника, прыжки с задержкой раскрытия парашюта до 20 секунд.

Занятия в парашютном кружке способствуют становлению личности молодого человека, сближают родителей с детьми, готовят юношей к военной службе. Несколько наших кадет, успешно занимавшихся в кружке, в настоящее время проходят срочную военную службу в ВДВ и собираются поступать с войск в Рязанское ВВДКУ.

**Трансляция опыта реализации педагогической практики**

Ссылки на материалы о работе кружка «Юный парашютист» и видеоролики

1. Видеоролики о прыжках с парашютом:
   * [2018 Ватулино](https://disk.yandex.ru/i/2rGfrdW0TNVr5g)
   * [2022 Волосово](https://disk.yandex.ru/d/EiHl-UVbNtjfKg)
2. [Прыжки с парашютом 26.01.2020 и 09.01.2021. Ватулино](https://sch1000.mskobr.ru/edu-news/2332)
3. [Предпрыжковая тренировка. Волосово. 01.03.2021](https://sch1000.mskobr.ru/edu-news/2584)
4. [Выполнение ознакомительного прыжка 13.03.2021](https://sch1000.mskobr.ru/edu-news/2677)
5. [Теоретические занятия. Зачет. 10.12.2021](https://vk.com/club205597551?w=wall-205597551_25)
6. [Практическое занятие 14.01.2022](https://vk.com/club205597551?w=wall-205597551_38)
7. [Наземная отработка элементов прыжка 10.03.2022](https://vk.com/club205597551?w=wall-205597551_95)
8. [Выполнение прыжков 12.03.2022. Волосово. Юнармия](https://vk.com/club205597551?w=wall-205597551_103)
9. [Выполнение прыжков 04.06.2022. Волосово. Юнармия](https://vk.com/club205597551?w=wall-205597551_419)
10. [Выполнение прыжков 02.07.2022. Волосов. Юнармия](https://vk.com/club205597551?w=wall-205597551_487)

Ссылки на материалы по распространению опыта

1. [Отчет о проведенном 19 сентября 2019 года практическом семинаре «Организация парашютной подготовки» в рамках проектов «Кадетский класс в Московской школе» и «Взаимообучение московских школы»](Отчёт_Семинар_19.09.2019.docx)
2. [День открытых дверей для магистрантов Московского педагогического государственного университета 25.10.2022](https://sch1000.mskobr.ru/articles/6220)
3. [Проведение семинара в рамках конференции «Воспитательный потенциал кадетского образования». Эффективные практики в рамках реализации городского проекта «Кадетский класс в московской школе»](https://vk.com/club205597551?w=wall-205597551_1176)
4. [Участие в итоговой конференции по педагогической ознакомительной практике магистрантов 1 курса, которая прошла в  
   Институте педагогики и психологии образования МГПУ.](https://vk.com/club205597551?w=wall-205597551_1234)

Приложение 1

**ВОЗДУШНО-ДЕСАНТНАЯ ПОДГОТОВКА**

**ПОДГОТОВКА ЛИЧНОГО СОСТАВА К ДЕСАНТИРОВАНИЮ**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ норма-тива** | **Наименование норматива** | **Условия и порядок выполнения норматива** | **Объем работы** | **Категория обучаемых (подразделение)** | **Оценка по времени** | | |
| **"отлично"** | **"хорошо"** | **"удовлетво- рительно"** |
| **1** | Укладка парашюта Д-5 (Д-6) и запасного парашюта З-5 | Рабочее место подготовлено, парашюты в сумке в распушенном положении в полном комплекте. Норматив считается выполненным, если выполнены все этапы укладки, парашюты опечатаны, документация оформлена | Один основной и один запасной парашюты на двоих проверяемых | 2 чел.  Взвод  Рота (батарея) | 1 ч.  1ч.15мин  1ч.30мин | 45мин.  1ч.  1ч.15мин | 1ч.15мин.  1ч.30мин.  1ч.45мин |
| Один основной и один запасной парашюты на каждого проверяемого | 2 чел.  Взвод  Рота (батарея) | 1ч.30мин  2ч.  2ч.30мин | 2ч.  2ч.30мин  3ч. | 2 ч.30мин  3ч.  3ч.30мин |
| **2** | Крепление оружия и снаряжения, надевание парашютов (на автоматчика, гранатометчика и пулеметчика) | Парашюты установлены в "козлах" на походных полотнищах, предметы экипировки на личном составе (рюкзак в положении по-походному, оружие по штатной специальности в положении "на ремень", штык-нож и лопата на поясном ремне). Боевая выкладка и экипировка по штатной специальности. Чехлы и ремни крепления оружия в рюкзаке. Норматив считается вы полненым, если основной и запасной парашюты, снаряжение и вооружение подогнаны и закреплены правильно и не мешают раскрытию парашюта. | Один основной и один запасной парашюты на каждого проверяемого. Оружие и предметы экипировки по штатной специальности. | 2 чел.  Взвод  Рота (батарея) | 8 мин  15 мин.  25 мин. | 10 мин.   20 мин.   30 мин | 15 мин.   25 мин.   40 мин |

Приложение 2

****