

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ»

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ «ЦЕНТР «ПАТРИОТ»»

Принято  
Педагогическим советом  
МБУ ДО «Центр «Патриот»»  
Протокол № 4  
От « 28 » апреля 2023  
г.

УТВЕРЖДАЮ:  
Директор МБУ ДО «Центр  
«Патриот»»  
А.В. Ильин



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
«ЛАЗЕРТАГ»**

Направленность: физкультурно-спортивная  
Уровень программы: ознакомительный  
возраст обучающихся: 9-18 лет  
срок реализации: 1 год

Составитель: Лотков Владимир Владимирович,  
педагог дополнительного образования;  
консультант Воробьева Елена Георгиевна,  
методист

ЗАТО г. Железногорск  
2023

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Модернизация Вооруженных сил Российской Федерации и современная геополитическая обстановка в мире способствует значительному росту требований к современному российскому солдату. В этой связи повышается значимость системы подготовки молодежи к военной службе. Особую роль в этом призваны сыграть образовательные учреждения. В последнее годы, в учреждениях дополнительного образования реализуется большое количество различных программ и проектов, направленных на подготовку молодежи к военной службе и патриотическое воспитание будущих защитников Отечества.

«Лазертаг», как игра, имитирующая боевые действия, идеально подходит для патриотического воспитания. Она вовлекает подростков в активную деятельность, создает условия для систематических упражнений на практике. Обучаясь по данной программе, ее участники, помимо теоретических знаний, получают возможность улучшить показатели общей физической подготовки, а также приобщиться к занятиям физической культурой и спортом.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Лазертаг» **разработана на основе:**

1. Федерального Закона «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ;

2. Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 09 ноября 2018 года №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

3. Письма Министерства образования и науки Российской Федерации от 18 ноября 2015 года № 03242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающим программ»;

4. Распоряжения Правительства РФ от 31 марта 2022 г. N 678-р об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 г. и плана мероприятий по ее реализации;

5. Распоряжения правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 года №996-р «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;

6. «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020г. № СП 2.4.3648-20;

7. Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021г. № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;

8. Приказа Министерства труда и социальной защиты РФ от 22.09.2021 г. № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;

9. Устава «МБУ ДО «Центр «Патриот»».

**Актуальность** общеобразовательной общеразвивающей программы «Лазертаг» обусловлена выполнением социального заказа по обновлению содержания образования, необходимостью обеспечения выбора наиболее интересных для детей направлений деятельности, для их максимального включения в воспитательный, образовательный и игровой процесс. В ходе реализации программы подростки смогут окунуться в мир познавательных военно-тактических игр, разработанных на основе реальных событий.

**Новизна программы** опирается на понимание приоритетности воспитательной работы, направленной на развитие чувства патриотизма, морально-волевых и нравственных качеств обучающихся.

Программа имеет **физкультурно-спортивную направленность**, носит практико-ориентированный характер и направлена на совершенствование физических качеств допризывной подготовки подростков, формирование положительного отношения к службе в рядах вооруженных сил России и здорового образа жизни.

**Программа педагогически целесообразна.** Она дает возможность обучающимся получить теоретические знания по обращению со стрелковым снарядом; освоить основы стрельбы, тактики и техники ведения боя в рамках игровой площадки. Занятия по программе оказывают положительное воздействие на приобретение навыков правильного распределения силы, развивают координационные движения и ловкость, что способствует успеху в различных жизненных обстоятельствах. Кроме этого, игра «Лазертаг», в силу своей специфики – занятий на открытом воздухе – имеет большой оздоровительный потенциал.

**Отличительной особенностью** данной программы является то, что основой подготовки занимающихся является не только технико–тактическая, но и общефизическая подготовка, направленная на более высокий показатель физического развития занимающихся.

**Уровень программы:** стартовый (ознакомительный).

**Адресат программы** - все желающие 9-18 лет, не имеющие медицинских противопоказаний.

Наполняемость групп: 13-20 человек.

**Срок реализации программы** – 1 год.

Количество учебных часов в год - 72 часа.

**Форма обучения** – очная с использованием дистанционных и электронных образовательных технологий.

**Режим занятий** - занятия проводятся 1 раз в неделю по 2 часа с перерывом 10 минут, 1 час занятий длится 40 минут.

## ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

**Цель:** совершенствование физической подготовки подростков, формирование здорового образа жизни, чувства патриотизма посредством военно-тактической игры «Лазертаг».

**Задачи:**

**Обучающие:**

- научить правилам ведения военно-тактических игр;
- отработка практических навыков по тактической подготовке.

*Развивающие:*

- развитие интереса к занятиям физической культурой и спортом, здоровому образу жизни;
- развитие морально-волевых качеств, силы, ловкости, выносливости, стойкости, дисциплинированности.

*Воспитательные:*

- формирование чувства патриотизма, уважения к Отечеству, гордости за русский народ.
- воспитание потребности в здоровом образе жизни;
- развитие познавательных интересов, творческой активности и инициативы;
- становление основ спортивной этики и эстетики ведения игры.

## УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№	Тема занятий	Всего часов	В том числе		Вид контроля
			теория	практика	
	Вводное занятие	1	1	-	Устный опрос
<b>I.</b>	<b><i>Общая и специальная физическая подготовка</i></b>	<b>10</b>	-	<b>10</b>	
	Общеразвивающие упражнения	6	-	6	
	Упражнения для развития быстроты, выносливости, силы, гибкости	4	-	4	
<b>II.</b>	<b><i>Техническая подготовка</i></b>	<b>15</b>	<b>3</b>	<b>12</b>	
	Оборудование лазертаг	1	1		Устный опрос
	Технико-тактические характеристики тагера.	3	1	2	Зачет
	Правила игры в лазертаг	1	1	-	Устный опрос
	Уходы/выходы. Стрельба по мишени	10	-	10	Зачет
<b>III.</b>	<b><i>Тактическая подготовка</i></b>	<b>28</b>	-	<b>28</b>	
	Тактика ведения боя на пересеченной местности. Передвижение в двойках, тройках, перебежки.	2	-	2	
	Захват и удержание контрольной точки	4	-	4	Контрольная игра
	Захват флага	4	-	9	Контрольная игра
	Тактики ведения боя в позиции нападения	4	-	2	

	Тактика ведения боя в позиции защиты	4	-	2	
	Тактика ведения боя в здании	4	-	4	
	Зачистка комнаты от группы противников	4	-	4	
<b>IV.</b>	<b>Игровая подготовка</b>	<b>16</b>	<b>-</b>	<b>16</b>	
	Военно-тактические игры по различным сценариям	16	-	16	Контрольная игра
<b>V.</b>	<b>Контрольные занятия</b>	<b>2</b>	<b>-</b>	<b>2</b>	Зачет, Контрольная игра, комплексное соревнование
	Всего часов	<b>72</b>	<b>6</b>	<b>66</b>	

За рамками учебных часов предусматривается участие учащихся в городских турнирах по Лазертагу в целях приобретения соревновательного опыта, более глубокого изучения правил соревнований, практической реализации приобретенных тактико-технических навыков, а также воспитания духа состязательности, коллективизма и взаимоуважения.

## СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА ПРОГРАММЫ

### ВВОДНОЕ ЗАНЯТИЕ – 1 Ч.

*Теория:* Краткая характеристика, цель и задачи программы.

Правила гигиены, техники безопасности на занятии, культуры общения на занятиях. Двигательный режим.

#### I. ОБЩАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА - 10 Ч.

##### 1. *Общеразвивающие упражнения (6 ч).*

*Практика:* Разминка конечностей, ходьба по кругу в колонне; бег по кругу, передвижение правым и левым боком вперед, движение спиной вперед, бег с ускорением; круговые и маховые движения руками и ногами, круговые и наклонные движения туловищем и головой; упражнения на гибкость, растяжку и формирование правильной осанки, кувырки вперед и назад; отжимание на кулаках, приседание с выпрыгиванием, пресс, челночный бег, прыжки в длину с места, 6-минутный бег, подтягивание из виса.

##### 2. *Упражнения для развития быстроты, выносливости, силы, гибкости (4 ч).*

*Практика:* Развитие силы рук, общей выносливости, происходит в рамках практических занятий, состоящих из различных упражнений, проходящих в игровой форме.

Бег 30 м, 60 м, 300 м, 500 м, 1000 м; бег на длинные дистанции: девочки 1500 м, мальчики 2000 м; бег по пересеченной местности (кросс) до 2000 м с преодолением естественных и искусственных препятствий.

Упражнения на снарядах: брусья, низкая перекладина, гимнастическая стенка, лазание по канату. Элементы акробатики: кувырки вперед, назад, в стороны, перекаты, стойка на лопатках, мост.

## II. ТЕХНИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА - 19 Ч.

### ***Тема: Оборудование Лазертаг (1 ч).***

*Теория:* Краткое знакомство с принципом работы «Лазертаг»-оборудования. Преимущества, возможности и перспективы «Лазертаг».

### ***Тема «Технико-тактические характеристики тагера» (3 ч).***

*Теория:* Строение тагера (автомат «АК 74»), излучатель, прицел, курок, перезарядка. Характеристики электроники: количество хитов, обойм, боеприпасов. Инструктаж по технике безопасности: правила поведения на полигоне, правила обращения с тагером.

*Практика:* Упражнение на усвоение техники стрельбы. Вводная игра: игра по сценарию «Командное противостояние», играют две команды по 5 человек, цель: уничтожить команду противника.

### ***Тема «Правила игры в «Лазертаг» (1 ч).***

*Теория:* Основные правила игры в помещении и открытой площадке (полигоне). Атакующие и защитники. Игровая этика. Различные игровые сценарии. Требования ТБ в работе с личным и групповым снаряжением. Техника безопасности в парке, в лесу, на соревнованиях. Первичное знакомство с основными сценариями игры.

### ***Тема: Укрытия. Уходы/выходы. Техника стрельбы (6 ч).***

*Практика:* Уходы, выходы. Передвижение в двойках, тройках по полигону, перебежки, использование естественных укрытий, принцип огневой поддержки и прикрытия союзников.

Стрельба по мишени. Освоение элементов техники выполнения выстрела:

- изготовка (в избранном упражнении), вкладка или вскидка, прицеливание (однообразное накладывание головы), поводка при выполнении выстрелов по мишеням: прямым, левым, правым с разными углами возвышения и прямым, левым и правым с разными боковыми углами в соответствии схемам (таблицам)

- поводка при выполнении выстрелов на разных стрелковых местах, начиная с простого, по мере освоения постепенный переход к более сложным,

- управление спуском в движении, дыхание.

Прицельные приспособления. Пристрелка, поправки. Стрельба. Выполнение выстрелов в «районе колебаний». Выполнение выстрелов в «зоне поражения».

## III. ТАКТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА - 28 Ч.

### ***Тема: Тактика ведения боя на пересеченной местности (4 ч.)***

*Практика:* Тактика ведения боя на пересеченной местности: передвижение в двойках и тройках. Перебежки по фронту и флангу. Принцип огневой поддержки и прикрытия союзников. Использование естественных укрытий. Ориентиры на местности.

### ***Тема: Тактика при захвате и удержании контрольной точки (4 ч.)***

*Практика:* Правила игрового сценария «Захват контрольной точки». ТТХ игрового предмета «Контрольная точка». ТТХ игрового предмета «Точка

возрождения игрока»).

Расстановка на поле. Распределение роли и задач между участниками команды. Выбор правильной позиции. Стратегия атаки и обороны. Коммуникация и координация в команде.

Инструктаж по технике безопасности: правила поведения на полигоне, правила обращения с тагером, игровая этика. Учебно-тренировочная игра. Анализ учебно-тренировочной игры.

**Тема: Тактика при захвате флага (4 ч.)**

**Практика:** Инструктаж по технике безопасности. Расстановка на поле. Групповая тактика. Переговоры внутри команды. Работа парой. Заход во флангов или обход с двух сторон.

**Тема: Тактики ведения боя в позиции нападения (4 ч.)**

**Практика:** Тактики ведения боя в позиции нападения. Групповые действия в атаке. Правила прохождения препятствий. Передвижения, использование укрытий. Быстрый прорыв (отрыв). Позиционное нападение. Групповые действия в нападении.

Инструктаж по технике безопасности: правила поведения на полигоне, правила обращения с тагером, игровая этика. Учебно-тренировочная игра на полигоне по сценарию «Командное противостояние». Отработка тактики ведения боя в позиции нападения и заданных ситуациях.

**Тема: Тактика ведения боя в позиции защиты (4 ч.)**

**Практика:** Тактика ведения боя в позиции защиты. Групповые действия в защите. Правила прохождения препятствий, передвижение в коридорах, использование укрытий.

Инструктаж по технике безопасности: правила поведения на полигоне, правила обращения с тагером, игровая этика. Учебно-тренировочная игра по сценарию «Командное противостояние». Отработка тактики ведения боя в позиции защиты, в различных ситуациях.

**Тема: Тактика ведения боя в здании (4 ч.)**

**Практика:** Тактика ведения боя в здании, использование помещений для укрытия, правила прохождения лестничных пролетов, передвижение в коридорах, использование укрытий внутри здания.

Инструктаж по технике безопасности: правила поведения на полигоне, правила обращения с тагером, игровая этика. Учебно-тренировочная игра с использованием тактики ведения боя в здании.

**Тема: тактика зачистки комнаты от группы противников (4 ч.)**

**Практика:** Инструктаж по технике безопасности. Моделирование ситуации с захватом комнаты с тремя противниками, зачистка комнаты группой из 2,3,5 человек. Распределение секторов обстрела при проникновении в помещение. Открывание двери, вход, нейтрализация цели. Техника «штурма».

IV. ИГРОВАЯ ПОДГОТОВКА – 16 Ч.

**Игровой сценарий: «Захват контрольной точки».**

**Практика:** учебно-тренировочные игры. Захват контрольной точки – это основной игровой режим. Игра базируется на захвате и удержании контрольной точки. Нападение: контрольная точка захватывается, когда на ней кто-то стоит.

Скорость захвата напрямую зависит от того, сколько игроков нападающей команды.

Анализ тактических действий участников в игре.

**Игровой сценарий: «Захват Флага».**

Цель: Захватить Флаг противника и принести его на базу быстрее, чем это сделает команда соперников.

Практика: учебно-тренировочные игры. Захват Флага - задача: игроки делятся на две команды и занимают на территории свое расположение, кроме этого каждая команда получает Флаг, который она должна беречь и не дать сопернику захватить его. Флаг устанавливается на условной базе. Требуется пробраться на территорию противника, забрать их Флаг и принести на свою базу. Если игрока, несущего флаг, убивают, он должен оставить Флаг на месте где его «убили» и выйти из игры. Флаг своей команды брать нельзя.

Анализ тактических действий участников в игре.

**Игровой сценарий: «Team Deathmatch».**

Практика: учебно-тренировочные игры. Команде приказано провести боевую операцию, целью которой является обнаружение и уничтожение отряда соперника.

Правила: После виртуального поражения игрок ожидает окончание раунда в условленном месте. Побеждает та команда, которой удалось полностью уничтожить отряд соперника, если по истечении отведенного на раунд времени в обеих командах еще остались «живые» бойцы, инструктор (судья) подает предупредительный сигнал. Это означает, что до конца раунда осталась одна минута, по окончании которой битву выигрывает та команда, у которой «в живых» осталось больше игроков.

Анализ тактических действий участников в игре.

**Игровой сценарий: «Последний герой».**

Практика: учебно-тренировочные игры. Игра - каждый сам за себя.

Правила: Всем игрокам дается 2 минуты, чтобы они заняли позиции на полигоне. По сигналу судьи - инструктора начинается бой. Когда останутся 3 последних бойца, инструктор поставит контрольную точку. Победит тот, кто первый захватит контрольную точку или «поразит» двух оставшихся противника.

Анализ тактических действий участников в игре.

**Игровой сценарий: «Телохранитель»**

Практика: учебно-тренировочные игры.

Правила: Участники разбиваются на команды. Задача одной команды: доставить VIP-персону из пункта «А» в пункт «В». Задача другой команды: «поразить» или захватить (в зависимости от пожеланий участников) VIP-персону. Игроки в данном сценарии не могут возрождаться с помощью аптечки или аналогичных девайсов.

Анализ тактических действий участников в игре.

**Игровой сценарий: «Терминатор»**

Практика: Учебно-тренировочная игра.

Правила: Один из игроков получает звание «Терминатора» и занимает произвольное место на полигоне. Остальные игроки начинают охоту на Терминатора с базы. Задача команды уничтожить одиночку. Цель Терминатора



выжить и ликвидировать охотников. Терминатор имеет много жизней. Команде необходимо продумать стратегию и действовать сообща. Терминатору необходимо найти наиболее выигрышное место на полигоне.

Анализ тактических действий участников в игре.

#### ***Игровой сценарий «9 рота»***

Практика: Учебно-тренировочная игра.

Правила: Игроки делятся на две команды (4 на 8; 3 на 7), одна обороняется, другая атакует. Цель обороняющихся – защищать свою базу в течение 15 минут. Цель нападающих – уничтожить обороняющихся.

Анализ тактических действий участников в игре.

#### ***Игровой сценарий «Командное сражение».***

Практика: Учебно-тренировочная игра.

Правила: Составы команд: 5 на 5. Возможны альтернативные составы (6 на 4) уравненные разным количеством жизней игроков. Задача: Все игроки делятся на две команды и занимают на территории своё расположение. По команде начинается бой. Цель: Полное уничтожение противника. Побеждает команда, в которой остался живой хотя бы один боец. Напутствие: В этом сценарии старайтесь действовать командно, используя командную тактику защиты и нападения, держите командную связь, чтобы случайно не попасть в своего бойца. И не забывайте про отведенное время на бой, а также про то, что выстрелов у вас не бесконечное множество

Анализ тактических действий участников в игре.

#### **V. КОНТРОЛЬНЫЕ ЗАНЯТИЯ – 2 Ч.**

На контрольных занятиях проходит аттестация учащихся по технической и тактической подготовке.

*Практика:* Игра на полигоне по игровым сценариям: «Захват флага», «Захват и удержание контрольной точки».

### **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

#### **Предметные результаты:**

К концу обучения учащиеся

*будут знать:*

- основные принципы работы лазертаг-оборудования, его технические характеристики;
- технику безопасности при игре с использованием лазертаг оборудования;
- технику и тактику ведения игры;
- основные сценарии игры и их тактические особенности.

*будут уметь:*

- выполнять комплекс общефизических упражнений.
- вести игру по различным сценариям, применяя соответствующие им тактические приемы.

#### **Метапредметные результаты:**

- умение быстро анализировать ситуацию и принимать решения;
- умение оценивать правильность выполнения учебной задачи;
- владение основами самоконтроля;

- умение организовывать совместную деятельность со сверстниками.
- Личностные результаты:**
- ответственное отношения к здоровому образу жизни, спорту;
  - уважительное и заботливое отношение к одноклассникам;
  - чувство патриотизма, уважения к Отечеству, гордости за русский народ.

## КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятий
01 сентября	31 мая	36	72	1 раз в неделю по 2 часа

## УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

### *Материально-техническое обеспечение*

Для реализации программы необходимы: помещение для проведения теоретических занятий; наличие полигона или специализированной площадки.

#### *Лазертаг оборудование:*

- таггеры – 7 шт
- фениксы – 7 шт
- контрольные точки – 2 шт.
- зарядное устройство (спайдер -2 шт, светлячек -2 шт.)

*Дополнительное оборудование* – надувные укрытия.

*Лазертаг снаряжение:* бандана, повязка, костюм для занятия.

*Техническое оборудование:* компьютерная аппаратура.

### *Информационное обеспечение*

- методические разработки по темам программы;
- видео материалы «Что такое Лазертаг?»; «Как проходит игра в лазертаг? Варианты и режимы»; видео различных Лазертаг-сценариев)
- Инструкции по работе с оборудованием Лазертаг;
- Интернет-ресурсы:

<https://lasertag-federation.ru/> Федерация Лазертага России;

<https://trutnee.ru/> Лазертаг портал;

<https://sportlasertag.ru/> Федерация спортивного Лазертага;

<https://pro-lazertag.ru/> Про Лазертаг;

<https://lazertag.zone/scenarnie-igri> Сценарные игры.

### *Кадровое обеспечение*

Данная программа реализуется педагогом дополнительного образования, имеющим профессиональное образование в области, соответствующей профилю программы, и постоянно повышающим уровень профессионального мастерства. Компетенции педагога должны соответствовать профессиональному стандарту «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» (утверждён приказом Министерства труда и социальной защиты РФ от 05.05.2018 № 298н).

## ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

На разных этапах реализации программы проводятся различные виды аттестации.

*Промежуточная аттестация* - проводится по окончании I полугодия по тестированию уровня общей физической подготовки. *Итоговая аттестация* – проводится по окончании года по тестированию технической и тактической подготовки.

*Формы аттестации:* тестирование, контрольная игра или комплексное соревнование, включающих в себя состязания по всем основным сценариям игры.

Форма фиксации образовательных результатов по данной программе - протокол. Протокол вынесен в *Приложение №1*.

Оценочные материалы вынесены в *Приложение 2*.

## МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Обучение по программе построено на реализации следующих *дидактических принципов:*

- *принцип цикличности.* Он заключается в повторяющейся последовательности занятий, что обеспечивает повышение эффективности занятий, улучшает физическую подготовленность ребенка.
- *принцип возрастной адекватности.* Формирование двигательных умений и навыков, физическое образование ребенка, его двигательные способности, функциональные возможности организма развиваются в физическом воспитании на основе процесса физического воспитания (т.е. учета возрастных и индивидуальных особенностей ребенка).
- *принцип оздоровительной направленности,* согласно которому должен быть обеспечен рациональный общий и двигательный режим, созданы оптимальные условия для двигательной активности детей.
- *принцип индивидуальности.* Программа реализует право ребенка на овладение знаниями и умениями в индивидуальном темпе. При этом успехи ребенка принято сравнивать, в первую очередь, с предыдущим уровнем его знаний и умений.

Для организации занятий в рамках реализации программы «Лазертаг» используются следующие *методы организации* занятий:

*Фронтальная* – подача учебного материала всему коллективу, на этих занятиях важен «эффект эмоционального воздействия и сопереживания», что приводит к повышению умственной активности, побуждает ребенка к самовыражению (реализации своих двигательных способностей во время игры).

*Индивидуальная* – используется при возникновении затруднения, не уменьшая активности детей и содействуя выработке навыков самостоятельной работы. В индивидуальных занятиях нуждаются дети с явно выраженными способностями к той или иной деятельности, дети с доминирующим познавательным интересом.

Для реализации программы применяются следующие *методы обучения*:

*Словесные методы* позволяют быстро передавать детям информацию ставить перед ними учебную задачу, указывать пути ее решения. Это лекции, беседы, дискуссии. Словесные методы и приемы сочетаются с наглядными, игровыми, практическими методами, делая последние более результативными.

*Наглядные методы* оживляют процесс обучения, способствуют пробуждению интереса к занятию. Для этого используются презентации, мультимедийные учебные пособия, видеоролики, мультимедийные учебные пособия, видеоролики, демонстрируется зеркальный показ упражнений.

*Практические методы* выполнение различных упражнений и сложных координационных действий.

*Игровые методы* и позволяют осуществлять учебные задачи в атмосфере легкости и заинтересованности, активности детей. Используются игровые задания, ребенок легко может усвоить правила игры и технику ведения боя.

Основной формой организации образовательного процесса является учебно-тренировочное занятие. Деятельность по программе представлена двумя видами занятий - теоретическими и практическими. Изучение теоретического материала осуществляется в форме 10-15-минутных бесед, которые проводятся, как правило, в начале занятий (как часть комплексного занятия). Кроме того, теоретические сведения сообщаются в процессе проведения практических занятий. Практические занятия включают выполнение общих физических упражнений, освоение приемов техники и тактики игры, спортивные соревнования. Большинство практических занятий проводятся на открытом воздухе, на специально оборудованной площадке - «полигоне», с использованием специального лазертаг-оборудования.

Во избежание травматизма при проведении занятий особое внимание уделяется подготовке места проведения занятий и готовности учащихся к выполнению технических действий, требующих высокой координации их исполнения, дисциплине в группе занимающихся.

Формы организации воспитательной работы:

информация о спортивных событиях в стране и в мире;

встречи с интересными людьми;

родительские собрания;

взаимодействие с общеобразовательной школой при проведении мероприятий;

мероприятия военно-патриотической направленности; постоянное обновление стендов.

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Акопян А.О., Новиков А.А Анализ-синтез спортивной деятельности как основной фактор совершенствования методики тренировки // Научные труды ВНИИФК за 1995 г. Т.1. - М.,1996. -С. 21-31.
2. Астахов СА. Технология планирования тренированных этапов скоростно-силовой направленности в системе годичной подготовки

- высококвалифицированных единоборцев (на примере рукопашного боя): Автореф. дис. канд. пед. наук. - М., 2003. - 25 с.
3. Бочкарев О.И. Система работы по формированию ЗОЖ. Волгоград, 2008
  4. Кун Л. Всеобщая история физической культуры / Л. Кун. - М.: Радуга, 1982.- 136 с.
  5. Микляева Н.В. Развитие способностей детей средствами двигательной игровой деятельности. М., 2010
  6. Пивоваров Г. А. Философско-культурологический анализ физической культуры и спорта. – Челябинск, 1996.
  7. Пивоваров Г. А. Философско-культурологический анализ физической культуры и спорта / Г.А. Пивоваров.– Челябинск, 1996
  8. Пухов Д.Н. Отношение к физической культуре детей школьного возраста. /ТиПФК. - 2008. - №3. - С.7.

**Список рекомендуемых Интернет-ресурсов:**

- 1 Лазертаг, инструктаж [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://yandex.ru/video/preview/6711422364848971455>, свободный. (3.09.2022)
- 2 Тактика и стратегия в лазертаге: побеждаем с умом! [Электронный ресурс]. – Режим доступа: [https://laserwar.ru/news/taktika-i-strategiya-v-lazertage-pobezhdaem-s-umom-1243\\_1243/](https://laserwar.ru/news/taktika-i-strategiya-v-lazertage-pobezhdaem-s-umom-1243_1243/), свободный. (3.09.2022)

**Протокол промежуточной аттестации  
по тестированию общей и специальной физической подготовки**

№ п/п	ФИ учащегося	Год рождения	Упражнение		
			Челночный бег 3x10 м (сек.)/ уровень	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (раз)/ уровень	Бег 1 км (мин, сек.)/ уровень.
1.					
2.					
3.					
4.					
5.					

**Протокол итоговой аттестации по тестированию уровня  
технической и тактической подготовки**

№ п/п	ФИ учащегося	Контрольная игра, Уровни (высокий, средний, низкий)
1.		
2.		
3.		
4.		
5.		

### Оценочные материалы промежуточной аттестации

Возраст	Челночный бег 3x10 м (сек.)/ уровень			Бег 1 км (мин, сек.)/ уровень.			Сгибание и разгибание рук в упоре лежа		
	уровень								
	Выс.	Ср.	Низ.	Выс.	Ср.	Низ.	Выс.	Ср.	Низ.
9-10 лет	8.8	9.5	9.9	Без учета времени зач/н.зач			25	20	15
11-12 лет	8.3	8.5	9.2	5.50	6.10	6.40	30	25	20
13-15 лет	7.6	8.0	8.5	4.20	4.50	5.0	50	40	30
16-17 лет	7.3	8.0	8.5	3.45	4.0	4.30	60	50	40

### Оценочные материалы итоговой аттестации

#### КОНТРОЛЬНЫЙ ТУРНИР.

Оценивание происходит на площадке для игры в лазертаг, оборудованной специальными укрытиями, или на местности с естественными укрытиями. Сценарий – «Захват контрольной точки», формат игры 5x5 человек. Общее время раунда – не более 10 мин.

**Высокий уровень** – Соблюдение правил техники безопасности, правильное удержание тагера. Передвижения быстрые, точные, без ошибок и падений, перемещение по игровой площадке аккуратное, своевременное выдвижение и укрывание, с сохранением выгодных позиций, ведение точного огня по мишеням. Хорошее командное взаимодействие, четкая координация действий со стороны лидера, соблюдение правил игры, грамотные действия игрока.

**Средний уровень** – Наблюдаются единичные нарушения правил техники безопасности. Движения суетливые, что приводит к незначительным ошибкам в укрывании после перемещения, в точности стрельбы по мишеням. Допускаются незначительные ошибки в тактике, не полное командное взаимодействие. Незначительные ошибки в действиях игрока.

**Низкий уровень** – Наблюдаются нарушения правил техники безопасности. Сравнительно медленное выполнение упражнения, значительные ошибки в укрывании после перемещения, не точная стрельба по мишеням. Нарушение командного взаимодействия, отсутствие слаженности действий игроков, нарушение правил игры.