

Приложение к ФООП ООО
МБОУ «Школа № 2»

Министерство образования Кузбасса
Управление образования
Администрации города Прокопьевска
МБОУ «Школа № 2»
Прокопьевского ГО

УТВЕРЖДЕНО
Директор МБОУ «Школа №2»
Краубергер Н.В.
Приказ № 123 от «31» августа 2023г.



Рабочая программа курса внеурочной деятельности

«Зарница»

(7 класс)

Срок реализации 1 год

Составитель:

Щелокова Ольга Сергеевна,
учитель физической культуры

Прокопьевск, 2023

Содержание

1. Пояснительная записка.....	3
2. Содержание программы внеурочной деятельности «Зарница».....	4
3. Планируемые результаты освоения программы внеурочных занятий «Зарница».....	6
4. Тематическое планирование.....	7

Пояснительная записка.

Военно-патриотическое воспитание школьников включает в себя начальную военную, военно-техническую, морально-психологическую подготовку. В основе практики военно-патриотического воспитания должен лежать принцип единства всех его составных частей, что позволит наиболее полно сформировать качества: любовь к стране, дисциплинированность, мужество, волю, смелость, находчивость, силу, выносливость и ловкость. Школьники должны получить хорошие навыки по строевой, стрелковой, медико-санитарной подготовке, по основам тактической подготовки.

Навыки юнармейских специальностей школьники получают в течении учебного года. Свои умения и навыки проверяют и закрепляют в тактических военных и подвижных спортивных играх на местности, комбинированных эстафетах, смотрах, конкурсах, викторинах.

Цель программы: Гражданско-патриотическое и военно-спортивное воспитание учащихся.

Задачи:

1. Воспитание учащихся в духе любви и преданности Отечеству, краю, городу, дому.
2. Воспитание качеств коллективизма, товарищества, взаимопомощи.
3. Формирование гражданственности, патриотизма.
4. Пропаганда здорового образа жизни.
5. Популяризация физической культуры и спорта среди молодёжи, приобщение её к систематическим занятиям ФК и спорту.

Воспитательные направления программы: Гражданско-патриотическое, Военно-спортивное

Программа разработана на основе: Воспитательной программы школы

Срок реализации: Программа рассчитана на 1 год.

Содержание программы внеурочной деятельности

Программа кружка «Зарницы» рассчитана на один год для обучающихся в возрасте от 10 до 16 лет. Она составлена в соответствии с возрастными особенностями обучающихся и рассчитана на проведение 2 часа в неделю: 5-11 класс — 68 часов в год.

Разделы программы:

- ОФП;
- строевая подготовка;
- юнармейцы-разведчики;
- юнармейцы-санитары; - огневая подготовка;
- основы туртехники.

1. Общая физическая подготовка.

Занятия проводятся не реже четырех дней в неделю. Продолжительность занятий для детей 10-16 лет 1 ч.

1.1 Правила выполнения самостоятельных занятий ОФП. Предупреждение травматизма. Подбор заданий для самостоятельных занятий. Гигиена и закаливание.

1.2 Упражнения и игры на развитие быстроты и выносливости.

1.3 Упражнения и игры на развитие скоростно-силовых качеств.

1.4 Упражнения и игры на развитие ловкости и силы.

1.5 Командные игры.

2. Строевая подготовка.

2.1 Обязанности командиров отрядов в организации и управлении строем.

2.2 Строевая выучка. Построение в одну, в две шеренги по звеньям.

2.3 Сигналы управления строем.

2.4 Движение строем, поворот в движении, размыкание и смыкание строя.

2.5 Исполнение песни в строю, отдавание воинской чести во время движения отряда.

2.6 Выход из строя и поход к начальнику, возврат в строй.

3. Юнармейцы-разведчики.

- 3.1 Ориентирование на местности без карты. Определение направления на стороны горизонта. Измерение расстояний.
- 3.2 Движение по азимуту.
- 3.3 Составление схемы местности и нанесение цели на схему.
- 3.4 Чтение топографических знаков. Изображение местных предметов и рельефа.
- 3.5 Измерение расстояния различными способами.
- 3.6 3.6 Организация движения по азимуту.

4. Юнармейцы-санитары.

Главная задача - научить оказывать первую медицинскую помощь при разных ситуациях.

- 4.1 Личная и общественная гигиена.
- 4.2 ПМП при травмах и несчастных случаях.
- 4.3 Понятие раны. Виды ран.
- 4.4 Кровотечения. Виды и признаки, способы временной остановки кровотечения.
- 4.5 перевязочный материал. Повязки: основные виды, правила.
- 4.6 Ушибы, растяжения связок и ПМП при них. Закрытые и открытые переломы костей, их признаки. ПМП при переломах.
- 4.7 Понятие о шинах. Правила переноса пострадавших на руках, на носилках, с помощью подручных средств.
- 4.8 Понятие об ожогах и обморожениях, ПМП при них. ПМП при тепловом и солнечном ударах, поражении электрическим током. Первая помощь утопающему, способы искусственного дыхания.
- 4.9 ПМП при инфекционных заболеваниях, меры их предупреждения. Пищевые отравления, ПМП при них.
- 4.10 Профилактика травматизма. Основные правила техники безопасности.
- 4.11 4.11 Лекарственные травы, их значение, назначение. Основные виды растений родного края, их использование. Умение собирать лекарственные травы.

5. Огневая подготовка.

- 5.1 Стрельба из пневматической винтовки из положения: лежа, стоя, с колена.
- 5.2 Неполная разборка и сборка автомата Калашникова.
- 5.3 Снаряжение магазина.

5.4 Основы и правила стрельбы.

5.5 Скоростная стрельба.

6. Основы туристической техники.

6.1 Ориентирование в туристическом походе.

6.2 Организация бивуачных работ.

6.3 Разведение костра.

6.4 Работа с палаткой.

6.5 Способы преодоления препятствий во время маршрута.

Планируемые результаты освоения программы внеурочной деятельности .

Личностные результаты

- ✓ понимание и принятие учащимися духовно-нравственных ценностей российского общества;
- ✓ осознание себя гражданином России, сформированность гражданскопатриотических ценностей;
- ✓ развитие этических чувств как регуляторов морального поведения;
- ✓ сформированность установки на здоровый и безопасный образ жизни.

Метапредметные результаты

- ✓ сформированность умения работать с различными источниками информации(картами, справочниками, путеводителями, информационными знаками, имеющимися в городской среде и т.д.);
- ✓ развитие умения сопоставлять информацию, полученную из разных источников;
- ✓ умение применять полученную информацию в ходе выполнения практических заданий;
- ✓ наличие коммуникативных умений – работать в группе и взаимодействовать с членами команды, слушать собеседника и вести диалог, предлагать помощь и сотрудничество, договариваться и приходить к общему решению;
- ✓ развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в различных социальных ситуациях, умений не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.

Предметные результаты

Теоретическая подготовка (учащиеся должны знать)

- Сущность исторических и боевых традиций русской армии и современных Вооружённых Сил Российской Федерации
- Порядок прохождения военной службы, обязанности и ответственность военнослужащих
 - Приемы строевой подготовки
 - Приемы защиты от оружия массового поражения
 - Сооружения гражданской обороны и правила их использования
 - Правила противопожарной безопасности
 - Правила ориентирования на местности
 - Правила дорожного движения

Практическая подготовка (учащиеся должны уметь)

- Выполнять физические упражнения в объёме требований к уровню подготовленности учащихся соответствующего возраста
- Пользоваться индивидуальными средствами защиты
- Ориентироваться на местности
- Оказывать первую медицинскую помощь.

Тематическое планирование

№	Наименование разделов, блоков, тем	Всего, час	Количество часов		Характеристика деятельности обучающихся
			Аудиторные	Внеаудиторные	
1	ОФП	16	1	15	Познавательные: выдвижение идеи; поиск аргументированных доказательств; обобщение полученных данных.
	Правила выполнения самостоятельных занятий ОФП. Подбор заданий для самостоятельных занятий.		1		Регулятивные: оценка, осмысление, присвоение; контроль, коррекция; прогнозирование, планирование.
	Упражнения и игры на развитие быстроты и выносливости.			4	Коммуникативные: умение брать ответственность на себя; умение

	Упражнения и игры на развитие скоростно-силовых качеств.			4	аргументировать не враждебно; умение точно выражать мысль.
	Упражнения и игры на развитие ловкости и силы.			4	
	Командные игры.			3	
2	Строевая подготовка	16	1	15	<p>Познавательные: выдвижение идеи; поиск аргументированных доказательств; обобщение полученных данных.</p> <p>Регулятивные: оценка, осмысление, присвоение; контроль, коррекция; прогнозирование, планирование.</p> <p>Коммуникативные: умение брать ответственность на себя; умение аргументировать не враждебно; умение точно выражать мысль.</p>
	Обязанности командиров отрядов в организации и управлении строем.		1		
	Строевая выучка. Построение в одну, в две шеренги по звеньям.			3	
	Сигналы управления строем.			3	
	Движение строем, поворот в движении, размыкание и смыкание строя.			3	
	Исполнение песни в строю, отдавание воинской чести во время движения отряда.			3	
	Выход из строя и поход к начальнику, возврат в строй.			3	
3	Юнармейцы разведчики	6	3	3	<p>Познавательные: выдвижение идеи; поиск аргументированных доказательств; обобщение полученных данных.</p> <p>Регулятивные: оценка, осмысление, присвоение; контроль, коррекция; прогнозирование, планирование.</p> <p>Коммуникативные: умение брать ответственность на себя; умение аргументировать не враждебно; умение точно выражать мысль.</p>
	Ориентирование на местности без карты. Определение направления на стороны горизонта. Измерение расстояний.			1	
	Движение по азимуту.			1	
	Составление схемы местности и нанесение цели на схему.		1		
	Чтение топографических знаков. Изображение местных предметов и рельефа.		1		
	Измерение расстояния различными способами.		1		
	Организация движения по азимуту.			1	
4	Юнармейцы санитары	14	14	0	<p>Познавательные: выдвижение идеи; поиск аргументированных доказательств; обобщение полученных данных.</p> <p>Регулятивные: оценка, осмысление, присвоение; контроль, коррекция; прогнозирование, планирование.</p> <p>Коммуникативные: умение брать ответственность на себя; умение аргументировать не враждебно; умение точно выражать мысль.</p>
	Личная и общественная гигиена. ПМП при травмах и несчастных случаях.		2		
	Понятие раны. Виды ран. Кровотечения. Виды и признаки, способы временной остановки кровотечения. травмы.		2		
	Перевязочный материал. Повязки: основные виды, правила.		2		

	Понятие о шинах. Правила переноса пострадавших на руках, на носилках, с помощью подручных средств.		2		
	Понятие об ожогах и обморожениях, ПМП при них. ПМП при тепловом и солнечном ударах, поражение электрическим током. Первая помощь утопающему, способы искусственного дыхания.		2		
	ПМП при инфекционных заболеваниях, меры их предупреждения. Пищевые отравления, ПМП при них.		2		
	Лекарственные травы, их значение, назначение. Основные виды растений родного края, их использование. Умение собирать лекарственные		2		
5	Огневая подготовка	11	7	4	<p>Познавательные: выдвижение идеи; поиск аргументированных доказательств; обобщение полученных данных.</p> <p>Регулятивные: оценка, осмысление, присвоение; контроль, коррекция; прогнозирование, планирование.</p> <p>Коммуникативные: умение брать ответственность на себя; умение аргументировать не враждебно; умение точно выразить мысль.</p>
	Стрельба из пневматической винтовки из положения: лежа, стоя, с колена.			3	
	Неполная разборка и сборка автомата Калашникова.		3		
	Снаряжение магазина.		2		
	Основы и правила стрельбы.		2		
	Скоростная стрельба.			1	
6	Основы туристической техники	5	2	3	<p>Познавательные: выдвижение идеи; поиск аргументированных доказательств; обобщение полученных данных.</p> <p>Регулятивные: оценка, осмысление, присвоение; контроль, коррекция; прогнозирование, планирование.</p> <p>Коммуникативные: умение брать ответственность на себя; умение аргументировать не враждебно; умение точно выразить мысль.</p>
	Ориентирование в туристическом походе.		1		
	Организация бивуачных работ.			1	
	Разведение костра.			1	
	Работа с палаткой.		1		
	Способы преодоления препятствий во время маршрута.			1	

Итого:	68	28	40	
--------	----	----	----	--