

бюджетное общеобразовательное учреждение  
Сокольского муниципального округа  
«Средняя общеобразовательная школа № 3»

Согласовано  
на педагогическом совете  
протокол №1  
от 30.08.2023 г.

Утверждено  
приказ № 132 от 30.08.2023 г.  
Директор БОУ СМО «СОШ №3»  
  
С.А.Хвалина



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
физкультурно- спортивной направленности  
« Юный зарничник»**

ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 11-17 лет

Срок реализации -1 ГОД ОБУЧЕНИЯ

Сокол

2023 г.

## Пояснительная записка.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Юный зарничник» спортивно-оздоровительной направленности разработана для того, чтобы школьники почувствовали себя частью народа огромной страны, что они – граждане России, россияне. Стержнем деятельности объединения является формирование у детей морально-психологических качеств, определенных понятием патриот. Патриот – это человек, который горячо любит свою Родину, учится и трудится на ее благо, приумножает ее богатства.

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.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно – спортивной направленности «Юный зарничник» составлена в соответствии следующих нормативных документов:

- Федеральный закон РФ «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ (с последующими изменениями)
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года (утверждена распоряжением Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р.
- Указ Президента Российской Федерации от 21 июля 2020 года № 474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года».
- Паспорт федерального проекта «Успех каждого ребенка» (утвержден протоколом заседания проектного комитета по национальному проекту «Образование» от 07 декабря 2018 г. № 3 (с изменениями).
- «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей». Приказ Министерства просвещения РФ от 3 ноября 2019 г. № 467.
- «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28).
- Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам «Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», утвержден приказом Министерства просвещения Российской Федерации № 629

от 27 июля 2022 г.

Направленность программы – физкультурно-спортивная.

**Новизна программы** заключается в формировании патриотических чувств, развитии чувства гордости за свою страну; воспитании личности гражданина – патриота России, способного встать на защиту интересов страны; формирование комплекса нормативного, правового и организационно-методического обеспечения функционирования системы патриотического воспитания. Любовь к Родине, патриотические чувства формируются у детей постепенно, в процессе накопления знаний и представлений об окружающем мире, об истории и традициях русского народа, о жизни страны, о труде людей и о родной природе.

**Уровень программы** – базовый.

**Форма обучения** – очная.

Численность группы – 12-16 человек.

Набор детей – Свободный (без входного тестирования, без предъявления требований к знаниям и умениям). Для зачисления обучающихся требуется медицинская справка.

Программа реализуется 1 год, занятия проходят в форме подачи теоретического и практического материала, предполагает 74 часа, занятия 2 часа по 40 минут в неделю. Программа имеет 1 модуль .

#### **Календарный учебный график.**

Дата начала и окончания учебного года: 1 сентября – 31 мая.

Количество учебных недель: 37 недель.

Количество учебных дней: 37дня.

Сроки контрольных процедур: формы контроля основных компетенций обучающихся представлены в таблице и занимают не более 10 минут основного времени занятия, проводятся в ходе занятия по темам и разделам программы в течение учебного года.

**Цель программы:** развитие у школьников гражданственности, патриотизма как важнейших духовно-нравственных и социальных ценностей, формирование умения и готовности к их активному проявлению в различных сферах жизни общества, верности конституционному и воинскому долгу в условиях мирного и военного времени, высокой ответственности, дисциплинированности.

#### **Задачи:**

1. создать условия для эффективного гражданского и патриотического воспитания школьников;
2. формировать эффективную работу по патриотическому воспитанию, обеспечивающей оптимальные условия развития у каждого ученика верности Отечеству, готовности приносить пользу обществу и государству;

3. утверждать в сознании и чувствах воспитанников гражданских и патриотических ценностей, взглядов и убеждений, воспитание уважения к культурному и историческому прошлому России и родного края;
4. воспитывать уважительное отношение к героическому прошлому Родины, ее истории, традициям через поисково-краеведческую работу;
5. повышать качества патриотического воспитания через организаторскую и пропагандистскую деятельность с целью дальнейшего развития патриотизма как стержневой духовной составляющей гражданина России.

### Условия реализации программы

Форма организации работы по программе в основном – коллективная, но также используются групповые и индивидуальные формы работы.

Предполагается использовать игровую, проектную, художественно-творческую, познавательную виды деятельности.

Занятия кружка являются комплексными – на них используются различные виды деятельности как теоретического, так и практического характера.

**Формы теоретических занятий:** беседы, сообщения, встречи с интересными людьми, просмотр и обсуждение видеоматериала, заочные путешествия, виртуальные экскурсии.

**Формы практических занятий:** творческие конкурсы, викторины, интеллектуально-познавательные игры, экскурсии, выполнение рисунков и стенгазет, оформление страниц портфолио, выставки, создание творческих проектов, участие в акциях.

### Учебный план

Тематический блок	Количество часов, отведенных на теорию	Количество часов, отведенных на практику	Всего	Форма аттестации
<b>1 модуль</b>				
Вводное занятие	1	-	1	Тест
Правила техники безопасности и предупреждение травматизма	0,5	2,5	3	Зачет
Огневая подготовка	1	5	6	Зачет
Строевая подготовка	1	5	6	Зачет
Основы первой медицинской помощи	1	2,5	3,5	Зачет
Военно-исторические знания	1	4	5	Беседа
Правила соревнований	1	2	3	Беседа
Общая физическая подготовка	0,5	5	5,5	Зачет

Основы туристической техники	1	8,5	9,5	Участие в соревнованиях
Специальная физическая подготовка	1	14,5	15,5	Участие в соревнованиях
Спортивные игры	0	6	6	Зачет
Участие в соревнованиях	0	10	10	Зачет
<b>Итого</b>	9	65	74	

### Содержание учебного плана

#### ***Вводное занятие***

Теория – 1 час. Основы знаний .обучающиеся знакомятся с коллективом, с деятельностью кружка «Юный патриот».

#### ***Правила техники безопасности и предупреждение травматизма – 3 часа***

Теория - 0,5 часа

Соблюдение правил техники безопасности при занятиях . Понятие о травмах и их причинах.

Практика – 2,5 часа

Конспектирование основных правил техники безопасности.

#### ***Огневая подготовка – 6 часов***

Теория – 1 час.

Проведение занятий, в процессе которых обучающиеся знакомятся с материальной частью автомата Калашникова, назначением, боевыми свойствами, общим устройством и принципом работы автомата.

Практика – 5 часов.

Стрельба из пневматической винтовки из положения: лежа, стоя, с колена, неполная разборка и сборка автомата Калашникова, снаряжение магазина, основы и правила стрельбы. скоростная стрельба.

#### ***Строевая подготовка – 6 часов.***

Теория – 1 час.

Знакомство строевых приёмов на месте и в движении и с оружием (автоматом АКМ-74) согласно Строевому уставу Вооруженных Сил Российской Федерации.

Практика – 5 часов.

Изучение на практике строевых приемов на месте и в движении и с оружием.

### ***Основы первой медицинской помощи – 3,5 часа.***

Теория – 1 час.

Знакомство с правилами оказания первой медицинской помощи в природных условиях (ссадины, порезы, укусы животных; вывихи переломы, обморожения; первая помощь утопающему).

Практика – 2,5 часа.

Личная и общественная гигиена, ПМП при травмах и несчастных случаях, понятие раны, виды ран, кровотечения, виды и признаки, способы временной остановки кровотечения, перевязочный материал, повязки: основные виды, правила, ушибы, растяжения связок и ПМП при них, закрытые и открытые переломы костей, их признаки. ПМП при переломах, понятие о шинах, правила переноса пострадавших на руках, на носилках, с помощью подручных средств, понятие об ожогах и обморожения, ПМП при них, ПМП при тепловом и солнечном ударах, поражение электрическим током, первая помощь утопающему, способы искусственного дыхания, ПМП при инфекционных заболеваниях, меры их предупреждения, пищевые отравления, ПМП при них, профилактика травматизма, основные правила техники безопасности, лекарственные травы, их значение, назначение, основные виды растений родного края, их использование, умение собирать лекарственные травы.

### ***Военно-исторические знания – 5 часов.***

Теория – 1 час.

Знакомство с Государственной и военной символикой, Днями воинской славы России, Символами воинской чести, основными битвами ВОВ, городами – героями ВОВ, Вооруженными Силами Российской Федерации, историей, символами и геральдикой ЯНАО.

Практика – 4 часа.

Использование на практике, полученных знаний.

### ***Правила соревнований – 3 часа.***

Теория – 1 час.

Значение соревнований игры «Зарница», их цели и задачи. Виды соревнований. Правила определения победителей в соревнованиях.

Практика – 2 часа.

Проведение соревнований внутри объединения. Судейство. Правила судейства. Определение победителей соревнований.

### ***Общая физическая подготовка – 5,5 часов.***

Теория – 0,5 часов.

Понятия: «строевая стойка», «стойка ноги врозь», «основная стойка», «колонна», «шеренга», «фронт», «тыл», «интервал», «дистанция».

Практика – 5 часов.

Проведение занятий, в процессе которых поводится физическая подготовка, направленная на развитие физических качеств: сила, быстрота, ловкость, скоростная и силовая выносливость. С использованием различных средств и методов физического воспитания.

### ***Основы туристической техники – 9,5 часов.***

Теория -1 час.

Понятие « Туристическая техника»

Практика – 8,5 часов.

Ориентирование в туристическом походе, организация бивуачных работ, разведение костра, работа с палаткой, способы преодоления препятствий во время маршрута.

### ***Специальная физическая подготовка – 15,5 часов.***

Теория – 1 час.

Работа с раздаточными материалами, со специальной литературой.

Практика – 14,5 часов.

Ориентирование на местности без карты, определение направления на стороны горизонта, измерение расстояний, движение по азимуту, составление схемы местности и нанесение цели на схему, чтение топографических знаков, изображение местных предметов и рельефа, измерение расстояния различными способами, организация движения по азимуту, упражнения для развития специальных физических качеств.

### ***Спортивные игры – 6 часов.***

Практика – 6 часов.

Проведение спортивных игр внутри объединения.

### ***Участие в соревнованиях – 10 часов.***

## **Планируемые результаты.**

1. Повышение уровня физической подготовки учащихся
2. Повышение интереса к туризму и спорту
3. Приобретение спортивных и туристических навыков

#### 4. Развитие чувств патриотизма, гражданственности, ответственности за судьбу России

##### **Методическое обеспечение программы.**

**Основными формами** учебно-тренировочного процесса являются:

- групповые учебно-тренировочные и теоретические занятия;
- медико-восстановительные мероприятия;
- тестирование и медицинский контроль;
- участие в соревнованиях и учебно-тренировочных сборах.

**Методы обучения:**

- беседы, рассказ, совместное обсуждение;
- наглядные (просмотр видеоматериалов, плакатов, иллюстраций);
- отработка полученных навыков и умений;
- творческие выступления (участие в районных, городских соревнованиях);
- объяснительно-иллюстративный -практические задания;
- проблемный (путь решения проблемы показывает педагог);
- частично-поисковый (дети решают проблему с педагогом, могут сами выбрать проблему и путь решения);
- исследовательский (ребята ставят проблему и сами её решают).

**Средствами обучения** являются:

- метод упражнений;
- игровой;
- соревновательный;
- круговой тренировки.

Главным из них является метод упражнений, который предусматривает многократные повторения движений.

Разучивание упражнений осуществляется двумя методами:

- в целом;
- по частям.

Метод круговой тренировки предусматривает выполнение заданий на специально подготовленных местах (станциях). Упражнения подбираются с учетом технических и физических способностей занимающихся.

Для реализации данной программы необходимо:

- спортивный зал (БОУ СМО «СОШ №3»)
- мячи, сетка, гимнастические маты, скакалки, рулетка.

**Формы подведения итогов** реализации образовательной программы являются:

- контрольное занятие;
- районные, городские соревнования, конкурсы;
- слеты;
- праздники;
- акции, митинги;
- контрольное задание.

### **Воспитательный компонент.**

Календарный план воспитательной работы составляется на учебный год с учетом следующих основных задач воспитательной работы:

- формирование духовно-нравственных, морально-волевых и этических качеств;
- воспитание лидерских качеств, ответственности и патриотизма;
- укрепление здоровья обучающихся, привитие навыков здорового образа жизни;
- развитие и совершенствование навыков саморегуляции и самоконтроля;
- воспитание гражданина России, осознающего ответственность за настоящее и будущее своей страны, укорененного в духовных и культурных традициях многонационального народа Российской Федерации.

По итогам программы, обучающиеся должны показать следующие результаты:

## Результативность программы

По окончании курса данной программы, обучающиеся должны **знать**:

- Технику безопасности на занятиях по физической, стрелковой, строевой подготовке;
- Материальную часть автомата Калашникова;
- Назначение, боевые свойства, общее устройство и принцип работы автомата Калашникова;
- Специфику физической подготовки;
- Последовательность неполной разборки и сборки АКМ-74;
- Меры безопасности при обращении с автоматом и патронами;
- Правила прицеливания и стрельбы из пневматической винтовки;
- Государственную и военную символику;
- Дни воинской славы России;
- Структуру Вооруженных Сил Российской Федерации;
- Историю, символы и геральдику;
- Символы воинской чести;
- Правила оказания первой медицинской помощи при различных видах травм;
- Правила безопасного поведения у водоемов, при пожаре, в природных экстремальных ситуациях;
- Опасные природные факторы и защиту от их влияния;
- Современные средства поражения;
- Мероприятия ГО по защите населения;
- Средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожи;
- Приборы радиационной и химической разведки и правила пользования ими.

Должны уметь:

- Выполнять неполную разборку и сборку АКМ-74;
- Правильно прицеливаться и прицельно вести стрельбу по мишени;
- Выполнять строевые приемы на месте и в движении по одному и в отделии согласно Строевому уставу Вооруженных Сил Российской Федерации;
- Выполнять перевязку при различных видах травм, останавливать кровотечение различными способами, накладывать шины при различных переломах;
- Одевать противогаз и костюм химической защиты;
- Применять различные туристические узлы, в зависимости от ситуаций;
- Применять различные способы преодоления естественных препятствий в пешем и лыжном походах;
- Ориентироваться на местности с помощью карты и компаса.

## Информационное обеспечение.

1. Научно-методический журнал «Классный руководитель»
2. Дни воинской славы России. Москва, ООО Глобус, 2007
3. Аронов А.А. Воспитывать патриотов: Кн. для учителя. - М.: Просвещение, 1989 г.
4. Буров А.И. Искусство и военно-патриотическое воспитание школьников: (сборник сочинений). - М.: Просвещение, 1975 г.
5. Валеев Р.А., Зайцев А.А., Зайцева В.Ф. Военно-патриотическая работа с подростками в молодежных организациях России // Проблемы воспитания патриотизма. - Вологда.: ВИРО, 2004.
6. Васютин Ю.С. Военно-патриотическое воспитание: теория, опыт. - М.: Издательство Мысль, 1984 г.
7. Гаврилов Ф.К., Кожин Г.А. Военно-спортивные игры. - М.: Изд-во ДОСААФ, 1996 г.
8. Жуков И.М. Военно-патриотическое воспитание старшеклассников. - М.: Педагогика, 1982 г.
9. Каунас А.Я. Сборник статей. Начальная военная подготовка и военно-патриотическое воспитание. - М.: «Швиеса», 1976 г.
10. Конжиев Н.М. Система военно-патриотического воспитания в общеобразовательной школе. - М.: Просвещение, 1978 г.
11. Лукашов П.Д. Военно-спортивные игры на местности. Пособие для учителей. - М.: Просвещение, 1978 г.
12. Ребята растут патриотами. Из опыта военно-патриотического воспитания школьников, / Под редакцией Н.И. Монахова. - М.: Просвещение, 1971 г.
13. Военно-патриотическое воспитание молодежи в современных условиях: Сборник научных трудов // АН СССР, 1975 г.
14. Становов Н.М. Военно-патриотическое воспитание призывной молодежи: Сборник статей. - М.: Издательство ДОСААФ, 1975 г.
15. Тетушкина Л.Н. Уроки воспитания патриотизма. ОБЖ №8, 2005 г.
16. Хромов Н.А. Основы военной службы. ОБЖ, №8, 2005 г.
17. Чиняков М.Н. Уроки патриотизма. ОБЖ, №8, 2005 г.
18. «Патриот отечества» №9, 2004 г.
19. Тупикин Е.А., Евтеев В.А. «Основы безопасности жизнедеятельности» 2007 г.
20. Методический и практический журнал «Воспитание и обучение» №6, 2007 г.
21. Научно-методический журнал «Воспитание школьников» №2, 2003 г.
22. Справочник руководителя Образовательного учреждения №08 август 2005 г.
23. Целовальникова А. Патриотами не рождаются, ими становятся. ОБЖ №11, 2006 г.
24. Стрельников В. Исторический опыт патриотического воспитания. ОБЖ №1, 2006 г.
25. <http://www.bibliofond.ru>