

Отдел образования Администрации города Кургана
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение города Кургана
«Средняя общеобразовательная школа № 50»

Принята на заседании
педагогического совета
от «29» августа 2024 г.
Протокол № 1



Утверждаю:
Директор МБОУ г. Кургана
«СОШ № 50»
Тимофеев М.А.
приказ от «30» августа 2024 г. № 410

**Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа
физкультурно-спортивной направленности
«Патриот»
Возраст учащихся: 14-16 лет
Срок реализации: 1 полугодие**

Автор-составитель: Руденко Евгений Николаевич,
педагог дополнительного образования

г. Курган, 2024 год

1. Комплекс основных характеристик программы

1.1 Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа «Патриот» составлена с учетом Федерального компонента Государственного стандарта среднего общего образования; Федерального перечня учебников, рекомендованных Министерством образования РФ к использованию в образовательном процессе в общеобразовательных учреждениях с учетом авторского тематического планирования учебного материала, базисного учебного плана; Требований к содержанию и оформлению образовательных программ дополнительного образования детей, утвержденных на заседании Научно-методического совета по дополнительному образованию детей Министерства образования Российской Федерации от 03.06.2003г.

Направленность программы: физкультурно-спортивная направленность.

Актуальность программы. Одной из важнейших задач государства является военно-патриотическое воспитание молодежи, в основе которого, лежит подготовка молодых людей страны к службе в Вооруженных Силах РФ, воспитание любви к армии, формирование высокого чувства гордости за принадлежность к России, постоянной готовности к защите Родины.

Важную роль в подготовке молодежи к жизни играют готовность к нравственному поведению, идеалы и ценности, в соответствии с которыми они выбирают себе профессию, стиль жизни, строят свое будущее. Военно-патриотическое воспитание является основой для подготовки морально устойчивых, с активной гражданской позицией, физически развитых будущих защитников нашего Отечества.

Отличительная особенность программы. Программа определяет основные пути развития системы военно-патриотического воспитания обучающихся, ее основных компонентов, позволяющих формировать готовность наших выпускников к служению Отечеству, к выбору профессии военнослужащего.

Адресат программы: программа рассчитана на обучающихся 9 классов (14-16 лет). Юноши, имеющие ограничение по здоровью, к занятиям не допускаются.

Срок реализации (освоения) программы: 1 полугодие.

Объем программы: 17 ч (1 час в неделю).

Формы обучения, особенности организации образовательного процесса.

Образовательный процесс строится в соответствии с возрастными, психологическими возможностями и особенностями учащихся. Форма проведения занятий: коллективная, групповая, индивидуальная.

Особенности организации образовательного процесса - форма обучения очная. Общее количество часов в полугодие – 17 часов. Продолжительность занятий исчисляется в академических часах – 40 минут, между занятиями установлены 10-минутные перемены. Недельная нагрузка: 1 час. Занятия проводятся 1 раз в неделю.

Уровни сложности содержания программы: стартовый (ознакомительный) - 1 год.

1.2 Цели и задачи программы. Планируемые результаты

Цель программы: создание условий, способствующих патриотическому, физическому, интеллектуальному и духовному развитию личности юного гражданина России, формирование готовности к защите Отечества и развитие гражданских компетентностей, необходимых для выполнения этого конституционного долга.

Задачи программы:

- воспитание гражданственности, патриотизма и любви к Родине;
- формирование профессионально значимых качеств и умений;
- воспитание бережного отношения к героическому прошлому нашего народа, землякам;
- физическое и духовно- нравственное развитие детей и подростков;
- совершенствование ценностно - ориентированных качеств личности, обеспечение условий для самовыражения обучающихся, их творческой активности.

Планируемые результаты

1. *Личностными результатами* освоения учащимися содержания программы являются следующие умения:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

2. *Метапредметными результатами* освоения учащимися содержания программы являются следующие умения:

- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность.

3. *Предметными результатами* освоения учащимися содержания программы являются следующие умения:

- выполнять неполную разборку и сборку автомата Калашникова;
- выполнять строевые приемы с оружием и без оружия;
- оказывать первую медицинскую помощь при различных травмах и ранениях;
- обращаться с оружием на линии огня до и во время стрельбы;
- стрелять на кучность по спортивным мишеням;
- владеть элементарными навыками самообороны;
- владеть элементарными навыками самообороны;
- знать основные меры безопасности в различных ЧС;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

1.3 Рабочая программа Учебный план

№ п/п	Название раздела программы	Количество часов			Формы промежуточной аттестации
		всего	теория	практика	
1	Введение	1	1		
2	Воспитательная подготовка	3	3		
3	Специальная подготовка	12	4	8	сдача нормативов, тестирование
4	Подведение итогов	1		1	
	Итого	17	8	9	

Содержание программы

Раздел 1. Введение (1 час – 1 час теории)

Тема 1. Вводное занятие. Тематика занятий. Внутренний распорядок кружка.

Теория: Тематика занятий и внутренний распорядок кружка. Инструктаж по ТБ.

Раздел 2. Воспитательная подготовка (3 часа – 3 часа теории)

Тема 2. История создания оружия. Виды оружия и их специфика. Воинские и патриотические ритуалы. История российских знамен, герба и гимна.

Теория: История создания оружия, виды оружия и их специфика. Воинские и патриотические ритуалы. Военная история нашей страны, история российских знамен, герба, гимна, история и боевые традиции вооруженных сил России.

Тема 3. Боевые традиции ВС России. Герои и военачальники Великой Отечественной войны.

Теория: Боевые традиции вооруженных сил России. Герои и военачальники Великой Отечественной войны.

Тема 4. Страницы истории Великой отечественной войны.

Теория: Военная история нашей страны.

Раздел 3. Специальная подготовка (12 часов – 4 часа теории, 8 часов практики)

Тема 5 - 7. Назначение, боевые свойства, общее устройство и принцип работы автомата. Неполная разборка и сборка автомата.

Практика: Назначение, боевые свойства, общее устройство и принцип работы автомата Калашникова. Неполная разборка и сборка автомата, мера безопасности при обращении с оружием. Порядок чистки и смазки автомата после стрельбы, хранение оружия.

Тема 8 - 9. Строевые приемы с оружием и без оружия.

Практика: Прохождение строевой подготовки.

Тема 10. Основы самообороны.

Теория: Инструктаж по технике безопасности. Основы самообороны.

Тема 11. Основы самообороны.

Практика: Отработка приемов самообороны.

Тема 12. Оказание доврачебной помощи пострадавшим.

Теория: Изучение наглядного пособия. Оказание доврачебной помощи пострадавшим.

Тема 13. Оказание доврачебной помощи пострадавшим.

Практика: Оказание ПМП.

Тема 14 - 15. Правила безопасного поведения в ЧС.

Теория: Изучение наглядного пособия. Правила безопасного поведения в ЧС.

Тема 16. Военно-спортивные соревнования.

Практика: Организация и прием участия в военно – патриотических соревнованиях.

Раздел 4. Подведение итогов занятий кружка (1 час – 1 час практики)

Тема 17. Подведение итогов занятий кружка.

Тематическое планирование

№ п/п	Название раздела программы	Дата проведения	Кол-во часов	Тема занятий	Форма занятия	Форма текущего контроля/ промежуточной аттестации
1	Введение		1	Вводное занятие. Тематика занятий. Внутренний распорядок кружка.	рассказ	
2	Воспитательная подготовка		1	История создания оружия. Виды оружия и их специфика. Воинские и патриотические ритуалы. История российских знамен, герба и гимна.	беседа	
			1	Боевые традиции ВС России. Герои и военачальники Великой Отечественной войны.	беседа	
			1	Страницы истории Великой отечественной войны.	беседа	
3	Специальная подготовка		1	Назначение, боевые свойства, общее устройство и принцип работы автомата. Неполная разборка и сборка автомата.	практика	
			1	Назначение, боевые свойства, общее устройство и принцип работы автомата. Неполная разборка и сборка автомата.	практика	
			1	Назначение, боевые свойства, общее устройство и принцип работы автомата. Неполная разборка и сборка автомата.	практика	сдача нормативов
			1	Строевые приемы с оружием и без оружия.	практика	
			1	Строевые приемы с оружием и без оружия.	практика	сдача нормативов
			1	Основы самообороны.	рассказ	
			1	Основы самообороны.	практика	
	1	Оказание доврачебной помощи пострадавшим.	беседа			

			1	Оказание доврачебной помощи пострадавшим.	практика	тестирование
			1	Правила безопасного поведения в ЧС.	беседа	
			1	Правила безопасного поведения в ЧС.	рассказ	опрос
			1	Военно-спортивные соревнования.	практика	военно-спортивные соревнования
4	Подведение итогов занятий кружка		1	Подведение итогов занятий кружка.	практика	тестирование
Итого			17			

2. Комплекс организационно-педагогических условий

Календарный учебный график

Количество учебных недель	34 недели/ каникулы 30 дней
I четверть	02.09.2024г. – 26.10.2024г. (8 учебных недель)
Осенние каникулы	27.10.2024г. – 05.11.2024г. (10 дней)
II четверть	06.11.2024г. – 29.12.2024г. (7,5 учебных недель)
Зимние каникулы	30.12.2024г. – 08.01.2025г. (10 дней)
III четверть	09.01.2025г. – 22.03.2025г. (10,5 учебных недель)
Весенние каникулы	23.03.2025г. – 01.04.2025г. (10 дней)
IV четверть	02.04.2025г. – 31.05.2025г. (9 учебных недель)

Формы текущего контроля/промежуточной аттестации: проведение опроса, тестирование, военно-спортивные соревнования, контрольно-измерительные нормативы в течение всего периода.

Материально-техническое оснащение: кабинет ОБЖ, проектор, компьютер с необходимым ПО, спортивный зал, АК-74, противогазы, маты гимнастические, ОЗК, гранаты.

Кадровое обеспечение. Реализацию программы осуществляют штатные педагогические работники с соответствующим профилем программы образованием, которые:

- организуют деятельность обучающихся, направленную на освоение дополнительной общеобразовательной программы;
- осуществляют педагогический контроль и оценку освоения дополнительной общеобразовательной программы;
- разрабатывают программно-методического обеспечения реализации дополнительной общеобразовательной программы.

Методические материалы.

В процессе спортивной тренировки используются *две большие группы методов:* общепедагогические, включающие словесные и наглядные методы, и практические, включающие методы строго регламентированного упражнения, игровой и соревновательный.

К словесным методам, применяемым в спортивной тренировке, относятся рассказ, объяснение, беседа, анализ и обсуждение и др.

Эффективность тренировочного процесса во многом зависит от умелого использования указаний и команд, замечаний, словесных оценок и разъяснений.

Наглядные методы, используемые в спортивной практике, многообразны и в значительной степени обуславливают действенность процесса тренировки. К ним прежде всего следует отнести правильный в методическом отношении показ отдельных упражнений и их элементов, который обычно проводит тренер или квалифицированный спортсмен.

Методы спортивной тренировки, основанные на двигательной деятельности спортсмена, можно подразделить на методы строго регламентированного упражнения, соревновательный и игровой методы.

Методы строго регламентированного упражнения. Основная черта данных методов заключается в строгой упорядоченности действий выполняющего упражнения и достаточно четком регулировании воздействующих факторов.

К ним относятся, прежде всего, две основные группы: методы, преимущественно направленные на освоение спортивной техники, и методы, преимущественно направленные на воспитание двигательных качеств.

Методы, направленные преимущественно на совершенствование двигательных качеств. Структура практических методов тренировки определяется тем, имеет ли упражнение в процессе однократного использования данного метода непрерывный характер или дается с интервалами для отдыха, выполняется в равномерном (стандартном) или переменном (варьирующем) режиме.

В процессе спортивной тренировки упражнения используются в рамках *двух основных групп методов* - непрерывных и интервальных.

Непрерывные методы характеризуются однократным непрерывным выполнением тренировочной работы.

Интервальные методы предусматривают выполнение упражнений как с регламентированными паузами, так и произвольными паузами отдыха.

Непрерывные методы тренировки, применяемые в условиях равномерной и переменной работы, в основном используются для повышения аэробных возможностей, воспитания специальной выносливости к работе средней и большой длительности.

Интервальные методы тренировки (в том числе повторные и комбинированные) широко применяются в практике спортивной тренировки. Выполнение серии упражнений одинаковой и разной продолжительности с постоянной и переменной интенсивностью и строго регламентированными произвольными паузам-и является типичным для данных методов. В одном комплексе могут также сочетаться прогрессирующий и нисходящий варианты.

Игровой метод чаще всего воплощается в виде общепринятых подвижных и спортивных игр, однако, его нельзя осуществлять с какой-либо конкретной игрой. В принципе, он может быть использован на материале самых разнообразных двигательных действий при условии, что они поддаются организации в соответствии с требованиями игрового метода.

Соревновательный метод предполагает специально организованную соревновательную деятельность, которая в данном случае выступает в качестве оптимального способа повышения эффективности тренировочного процесса.

Оценочные материалы. Неполная разборка/сборка автомата АК-74

Неполная разборка:

13 сек.	Отлично
14 секунд	Хорошо
17 секунд	Удовлетворительно

Сборка после неполной разборки:

23 секунды	Отлично
25 секунд	Хорошо
30 секунд	Удовлетворительно

Снаряжение магазина патронами:

30 секунд	Отлично
35 секунд	Хорошо
40 секунд	Удовлетворительно

Список литературы

1. Государственная программа «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации на 2006-2010годы» -М.: Росвоенцентр, 2005.
2. Концепция патриотического воспитания граждан Российской Федерации //Красная звезда - 2003.-5 июля
3. Концепция воспитания военнослужащих Вооруженных Сил Российской Федерации // Приказ министра обороны РФ 2004г № 70.
4. Приказ министра обороны РФ 2006 года № 28 «Об утверждении ведомственной программы Министерства обороны РФ по реализации государственной программы «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации на 2006-2010годы».
5. Закон РФ «О воинской обязанности и военной службе».1998г.
6. Военно- патриотическое воспитание в школе. изд. 2- е, авт. М.В.Видякин. Волгоград: Учитель 2008 г.
7. Учебник ОБЖ 10 класс авт. В.В.Марков, В.Н.Латчук, С.К.Миронов, С.Н.Вангородский. издательство М.: Дрофа 2008 г.
8. Уставы ВС РФ.