

Краснодарский край, город Сочи  
Муниципальное общеобразовательное бюджетное учреждение  
средняя общеобразовательная школа № 67 г. Сочи

УТВЕРЖДЕНО

Решением педагогического совета

от 29.08.2014 года

протокол № 1

Председатель педсовета

\_\_\_\_\_ Л.Г.Гаврилова

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

**«Зарница»**

(военно-патриотическое направление)

Срок реализации программы – 1 год.

Возраст обучающихся: 10 – 13 лет.

Программу составил: Чакрян Аик Хоренович, учитель физической культуры  
и ОБЖ

## 1. 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**

2014 – 2015 уч.г. Программа рассчитана на 1 год.

## 2. Учебно-тематический план

№	Наименование разделов, блоков, тем	Всего, час	Количество часов		Характеристика деятельности обучающихся
			Аудиторные	Внеаудиторные	
1	<b>ОФП</b>	<b>5</b>	1	4	Познавательные: выдвижение идеи; поиск аргументированных доказательств; обобщение полученных данных. Регулятивные: оценка, осмысление, присвоение; контроль, коррекция; прогнозирование, планирование.
	Правила выполнения самостоятельных занятий ОФП. Подбор заданий для самостоятельных занятий.		1		

	Упражнения и игры на развитие быстроты и выносливости.			1	Коммуникативные: умение брать ответственность на себя; умение аргументировать не враждебно; умение точно выразить мысль.
	Упражнения и игры на развитие скоростно-силовых качеств.			1	
	Упражнения и игры на развитие ловкости и силы.			1	
	Командные игры.			1	
2	<b>Строевая подготовка</b>	6	1	5	Познавательные: выдвижение идеи; поиск аргументированных доказательств; обобщение полученных данных. Регулятивные: оценка, осмысление, присвоение; контроль, коррекция; прогнозирование, планирование. Коммуникативные: умение брать ответственность на себя; умение аргументировать не враждебно; умение точно выразить мысль.
	Обязанности командиров отрядов в организации и управлении строем.		1		
	Строевая выучка. Построение в одну, в две шеренги по звеньям.			1	
	Сигналы управления строем.			1	
	Движение строем, поворот в движении, размыкание и смыкание строя.			1	
	Исполнение песни в строю, отдавание воинской чести во время движения отряда.			1	
	Выход из строя и поход к начальнику, возврат в строй.			1	
3	<b>Юнармейцы-разведчики</b>	6	3	3	Познавательные: выдвижение идеи; поиск аргументированных доказательств; обобщение полученных данных. Регулятивные: оценка, осмысление, присвоение; контроль, коррекция; прогнозирование, планирование. Коммуникативные: умение брать ответственность на себя; умение аргументировать не враждебно; умение точно выразить мысль.
	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	<b>Юнармейцы-санитары</b>	7	7	0	Познавательные: выдвижение идеи; поиск аргументированных доказательств; обобщение полученных данных. Регулятивные: оценка, осмысление, присвоение; контроль, коррекция; прогнозирование, планирование. Коммуникативные: умение брать ответственность на себя; умение аргументировать не враждебно; умение точно выразить мысль.
	Личная и общественная гигиена. ПМП при травмах и несчастных случаях.		1		
	Понятие раны. Виды ран. Кровотечения. Виды и признаки, способы временной остановки кровотечения. Травы.		1		
	Перевязочный материал. Повязки: основные виды, правила.		1		
	Понятие о шинах. Правила переноса пострадавших на руках, на носилках, с помощью подручных средств.		1		

	Понятие об ожогах и обморожениях, ПМП при них. ПМП при тепловом и солнечном ударах, поражение электрическим током. Первая помощь утопающему, способы искусственного дыхания.		1		
	ПМП при инфекционных заболеваниях, меры их предупреждения. Пищевые отравления, ПМП при них.		1		
	Лекарственные травы, их значение, назначение. Основные виды растений родного края, их использование. Умение собирать лекарственные		1		
5	<b>Огневая подготовка</b>	5	3	2	Познавательные: выдвижение идеи; поиск аргументированных доказательств; обобщение полученных данных. Регулятивные: оценка, осмысление, присвоение; контроль, коррекция; прогнозирование, планирование. Коммуникативные: умение брать ответственность на себя; умение аргументировать не враждебно; умение точно выразить мысль.
	Стрельба из пневматической винтовки из положения: лежа, стоя, с колена.			1	
	Неполная разборка и сборка автомата Калашникова.		1		
	Снаряжение магазина.		1		
	Основы и правила стрельбы.		1		
	Скоростная стрельба.			1	
6	<b>Основы туристической техники</b>	5	1	4	Познавательные: выдвижение идеи; поиск аргументированных доказательств; обобщение полученных данных. Регулятивные: оценка, осмысление, присвоение; контроль, коррекция; прогнозирование, планирование. Коммуникативные: умение брать ответственность на себя; умение аргументировать не враждебно; умение точно выразить мысль.
	Ориентирование в туристическом походе.		1		
	Организация бивуачных работ.			1	
	Разведение костра.			1	
	Работа с палаткой.			1	
	Способы преодоления препятствий во время маршрута.			1	
<b>Итого:</b>		<b>34</b>	<b>16</b>	<b>18</b>	

**В основу программы «Казачьи игры» положены следующие принципы:**

- принцип сознательности и активности.
- принцип наглядности
- принцип систематичности и последовательности
- принцип доступности

**Место проведения:**

- военно-спортивная площадка, спортивный зал, тренажёрный зал.

### **Участники программы:**

-учащиеся 5-х классов.

### **Этапы работы:**

- 1(первые) классы – подготовительный;
- 2-3(вторые-третьи) классы – основной;
- 4(четвертые) классы – заключительный.

### **Требования к учащимся:**

- соблюдать технику безопасности при проведении занятий;
- строго соблюдать и выполнять правила;
- не допускать конфликтных ситуаций во время игр;
- участвовать в военно-спортивных праздниках, конкурсах, эстафетах, соревнованиях.

### **Ценностными ориентирами содержания** данного кружка являются:

- формирование умения рассуждать как компонента логической грамотности;
- формирование физических, интеллектуальных умений, связанных с выбором алгоритма действия,
- развитие познавательной активности и самостоятельности обучающихся;
- привлечение обучающихся к обмену информацией в процессе свободного общения на занятиях.

### **3. Содержание программы:**

Программа кружка «Зарницы» рассчитана на один год для обучающихся в возрасте от 10 до 13 лет. Она составлена в соответствии с возрастными особенностями обучающихся и рассчитана на проведение 1 часа в неделю: 5 класс — 34 часа 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 12-15 лет 1,5 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 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, поражение 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 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.

## **4. Предполагаемые результаты реализации программы.**

Программа по внеурочной деятельности «Казачьи игры» способствует формированию личностных, регулятивных, познавательных и коммуникативных учебных действий.

### **Познавательные УУД:**

- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя
- ориентироваться в понятиях «здоровый образ жизни», характеризовать значение занятий по оздоровлению, влиянию спорта на занятия и самочувствие;
- характеризовать роль и значение занятий с оздоровительной направленностью в режиме труда и отдыха; планировать и корректировать физическую нагрузку в зависимости от

индивидуальных особенностей, состояния здоровья, физического развития, физической подготовленности;

- осуществлять поиск информации о здоровом образе жизни.

### **Личностные УУД:**

- оценивать поступки людей, жизненные ситуации с точки зрения общепринятых норм и ценностей; оценивать конкретные поступки как хорошие или плохие;
- выражать свои эмоции;
- понимать эмоции других людей, сочувствовать, сопереживать.
- установка на здоровый образ жизни;
- ориентация в нравственном содержании и смысле как собственных поступков, так и поступков окружающих людей в игровой деятельности;
- эмпатия как понимание чувств других людей и сопереживание им в процессе знакомства с играми на развитие сенсорной чувствительности;

знание основных моральных норм на занятиях фитнесом и ориентации на их выполнение;

### **Регулятивные УУД:**

- определять и формировать цель деятельности с помощью учителя;
- проговаривать последовательность действий во время занятия;
- учиться работать по определенному алгоритму;
- организовывать места занятий физическими упражнениями и играми в сотрудничестве с учителем;
- соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителя, товарищей, родителей и других людей во время показательных выступлений, индивидуальных и групповых заданий;
- оценивать правильность выполнения действия;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителя, товарищей, родителей и других людей;
- проявлять инициативу в творческом сотрудничестве при составлении комплексов упражнений, игровых ситуаций;
- самостоятельно адекватно оценивать правильность выполнения упражнений, заданий учителя и вносить коррективы в исполнение по ходу реализации и после.

### **Коммуникативные УУД:**

- планирование учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия;
- постановка вопросов — инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации;
- разрешение конфликтов — выявление, идентификация проблемы, поиск и оценка альтернативных способов разрешения конфликта, принятие решения и его реализация;
- управление поведением партнёра — контроль, коррекция, оценка его действий;
- умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; владение монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка, современных средств коммуникации.
- формирование навыков позитивного коммуникативного общения.

## **5. Формы и виды контроля за реализацией программы .**

Учет знаний и умений для контроля и оценки результатов освоения программы внеурочной деятельности происходит путем участия в соревнованиях (школьных, районных), эстафетах, конкурсах, участие в проведении общешкольных мероприятий: День Здоровья, игра «Зарница».

### **Типы занятий:**

- ознакомительные;
- тренировочные;
- итоговые.

### **Формы работы с детьми**

Занятия полностью построены на игровых обучающих ситуациях с использованием спортивного инвентаря и без него.

1. Фронтальные занятия.
2. Групповые занятия.
3. Индивидуальные занятия.
4. Военно-спортивные праздники.
5. Спортивные развлечения.
6. Дни здоровья.

### **Методы работы с детьми**

- метод сравнения - наглядно демонстрирует образцы правильного и неправильного владения исполнительскими навыками;
- метод звуковых и пространственных ориентиров;
- метод наглядно-слухового показа;
- метод коммуникативного соревнования;

## **6. Ожидаемые результаты**

- Повышение уровня физической подготовки учащихся
- Повышение интереса к туризму и спорту
- Приобретение спортивных и туристических навыков
- Развитие чувств патриотизма, гражданственности, ответственности за судьбу России

## **7. Описание материально-технического обеспечения образовательного процесса.**

№ п/п	Наименование объектов и средств материально-технического обеспечения	Количество
<b>1. Библиотечный фонд (книгопечатная продукция)</b>		
1.	Научно-методический журнал «Классный руководитель».	1
2.	Дни воинской славы России. Москва, ООО Глобус, 2007	1
3.	Аронов А.А. Воспитывать патриотов: Кн. для учителя. - М.: Просвещение, 1989 г.	1
4.	Буров А.И. Искусство и военно-патриотическое воспитание школьников: (сборник сочинений). - М.: Просвещение, 1975 г.	1
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.	1
6.	Васютин Ю.С. Военно-патриотическое воспитание: теория, опыт. - М.: Издательство Мысль, 1984 г.	1
7.	Гаврилов Ф.К., Кожин Г.А. Военно-спортивные игры. - М.: Изд-во ДОСААФ, 1996 г.	1
8.	Жуков И.М. Военно-патриотическое воспитание старшекласников. - М.: Педагогика, 1982 г. Каунас А.Я. Сборник статей. Начальная военная подготовка и военно-патриотическое воспитание. - М.: «Швиеса», 1976 г.	1
9.	Конжиев Н.М. Система военно-патриотического воспитания в общеобразовательной школе. - М.: Просвещение, 1978 г	1
10.	Лукашов П.Д. Военно-спортивные игры на местности. Пособие для учителей. - М.: Просвещение, 1978 г.	1
11.	Ребята растут патриотами. Из опыта военно-патриотического воспитания школьников, / Под редакцией Н.И. Монахова. - М.: Просвещение, 1971 г.	1
12	Военно-патриотическое воспитание молодежи в современных условиях: Сборник научных трудов //АН СССР, 1975 г.	

13	Становов Н.М. Военно-патриотическое воспитание призывной молодежи: Сборник статей. - М.: Издательство ДОСААФ, 1975 г	
<b>2. Инвентарь.</b>		
	Палатки	4 шт.
	Медицинская аптечка	По количеству детей
	Кариматы, спальные мешки	По количеству детей
	Компас	По количеству детей
	Автомат Калашникова (макет)	1 шт.
	Перевязочный материал	По количеству детей
<b>3. Технические средства обучения</b>		
	Фотоаппарат. Оборудование для демонстрации мультимедийных презентаций: компьютер, мультимедийный проектор, DVD, и др.	
<b>4. Экранно – звуковые пособия.</b>		
	Мультимедийные презентации, колонки, музыкальный центр.	
<b>5. Игры и игрушки.</b>		
<b>6. Оборудование зала.</b>		
	Гимнастические скамейки. Кариматы.	

## Календарно - тематический план

№	Наименование разделов, блоков, тем	Всего, час	Количество часов		Характеристика деятельности обучающихся	5 класс			
			Аудиоторные	Внеаудиоторные		5 «А»		5 «Б»	
						План	Факт	План	Факт
1	<b>ОФП</b>	5	1	4	Познавательные: выдвижение идеи; поиск аргументированных доказательств; обобщение полученных данных. Регулятивные: оценка, осмысление, присвоение; контроль, коррекция; прогнозирование, планирование. Коммуникативные: умение брать ответственность на себя; умение аргументировать не враждебно; умение точно выразить мысль.				
	Правила выполнения самостоятельных занятий ОФП. Подбор заданий для самостоятельных занятий.		1						
	Упражнения и игры на развитие быстроты и выносливости.			1					
	Упражнения и игры на развитие скоростно-силовых качеств.			1					
	Упражнения и игры на развитие ловкости и силы.			1					
	Командные игры.			1					
2	<b>Строевая подготовка</b>	6	1	5	Познавательные: выдвижение идеи; поиск аргументированных доказательств; обобщение полученных данных. Регулятивные: оценка, осмысление, присвоение; контроль, коррекция; прогнозирование, планирование. Коммуникативные: умение брать ответственность на себя; умение аргументировать не враждебно; умение точно выразить мысль.				
	Обязанности командиров отрядов в организации и управлении строем.		1						
	Строевая выучка. Построение в одну, в две шеренги по звеньям.			1					
	Сигналы управления строем.			1					
	Движение строем, поворот в движении, размыкание и смыкание строя.			1					
	Исполнение песни в строю, отдавание воинской чести во время движения отряда.			1					
	Выход из строя и поход к начальнику, возврат в строй.			1					
3	<b>Юнармейцы-разведчики</b>	6	3	3	Познавательные: выдвижение идеи; поиск аргументированных доказательств; обобщение полученных данных. Регулятивные: оценка, осмысление,				
	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		присвоение; контроль, коррекция; прогнозирование, планирование. Коммуникативные: умение брать ответственность на себя; умение аргументировать не враждебно; умение точно выражать мысль.				
	Измерение расстояния различными способами.		1						
	Организация движения по азимуту.			1					
4	<b>Юнармейцы-санитары</b>	7	7	0	Познавательные: выдвижение идеи; поиск аргументированных доказательств; обобщение полученных данных. Регулятивные: оценка, осмысление, присвоение; контроль, коррекция; прогнозирование, планирование. Коммуникативные: умение брать ответственность на себя; умение аргументировать не враждебно; умение точно выражать мысль.				
	Личная и общественная гигиена. ПМП при травмах и несчастных случаях.		1						
	Понятие раны. Виды ран. Кровотечения. Виды и признаки, способы временной остановки кровотечения. Травы.		1						
	Перевязочный материал. Повязки: основные виды, правила.		1						
	Понятие о шинах. Правила переноса пострадавших на руках, на носилках, с помощью подручных средств.		1						
	Понятие об ожогах и обморожениях, ПМП при них. ПМП при тепловом и солнечном ударах, поражении электрическим током. Первая помощь утопающему, способы искусственного дыхания.		1						
	ПМП при инфекционных заболеваниях, меры их предупреждения. Пищевые отравления, ПМП при них.		1						
	Лекарственные травы, их значение, назначение. Основные виды растений родного края, их использование. Умение собирать лекарственные		1						
5	<b>Огневая подготовка</b>	5	3	2	Познавательные: выдвижение идеи; поиск аргументированных доказательств; обобщение полученных данных. Регулятивные: оценка, осмысление, присвоение; контроль, коррекция; прогнозирование, планирование. Коммуникативные: умение брать				
	Стрельба из пневматической винтовки из положения: лежа, стоя, с колена.			1					
	Неполная разборка и сборка автомата Калашникова.		1						
	Снаряжение магазина.		1						
	Основы и правила стрельбы.		1						

	Скоростная стрельба.			1	ответственность на себя; умение аргументировать не враждебно; умение точно выразить мысль.				
6	<b>Основы туристической техники</b>	5	1	4	Познавательные: выдвижение идеи; поиск аргументированных доказательств; обобщение полученных данных. Регулятивные: оценка, осмысление, присвоение; контроль, коррекция; прогнозирование, планирование. Коммуникативные: умение брать ответственность на себя; умение аргументировать не враждебно; умение точно выразить мысль.				
	Ориентирование в туристическом походе.		1						
	Организация бивуачных работ.			1					
	Разведение костра.			1					
	Работа с палаткой.			1					
	Способы преодоления препятствий во время маршрута.			1					
<b>Итого:</b>		<b>34</b>	<b>16</b>	<b>18</b>					