

муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 2 с кадетскими классами»

ПРИНЯТО с поправками педагогическим советом
от 06.07.2023 протокол № 17

УТВЕРЖДЕНО с изменениями и
дополнениями приказом директора МБОУ
«СОШ № 2 с кадетскими классами»
№ 01-1879 от 07.07.2023



Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
«Зарница»
физкультурно-спортивной направленности

Возраст детей 11-17 лет
3 года обучения

Составители: педагоги дополнительного
образования Шпикин О.А., Плотников
А.Ю.

г. Великий Устюг
2023

Пояснительная записка

Программа определяет основные пути развития системы патриотического воспитания граждан, содержит систематизированное изложение концептуальных основ патриотического воспитания, обоснование его содержания в современных условиях. Она ориентирована на все социальные слои и возрастные группы граждан России.

Программа разработана в соответствии с

Конституцией РФ ст.28, ст. 29 (о свободе совести и свободе информации),

✓ Национальная доктрина образования в Российской Федерации (утв. Постановлением Правительства Российской Федерации от 4 октября 2000 г. № 751) нацелена на «воспитание патриотов России, граждан правового, демократического государства, способных к социализации в условиях гражданского общества, уважающих права и свободы личности, обладающих высокой нравственностью и проявляющих национальную и религиозную терпимость, уважительное отношение к языкам, традициям и культуре других народов»;

✓ Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29.12.2012г.;

✓ Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р;

✓ Профессиональный стандарт «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» (Приказ Минтруда России от 22.09.2021 № 652н);

✓ Приказ Министерства просвещения РФ от 27.07.2022г. № 629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

✓ Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020г. №28;

✓ Письмо Минобрнауки РФ от 18.11.2015 № 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) Министерства образования и науки РФ»;

✓ Стратегия развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. №996-р;

✓ Указ Президента Российской Федерации от 29 мая 2017 года № 240 «Об объявлении в Российской Федерации Десятилетия детства»;

✓ Распоряжение Правительства Российской Федерации от 23 января 2021 г. № 122-р «Об утверждении плана основных мероприятий, проводимых в рамках Десятилетия детства», на период до 2027 года;

✓ Паспорт Федерального проекта «Успех каждого ребенка» утвержден протоколом заседания проектного кабинета по национальному проекту «Образование» от 07 декабря 2018 г. №3 (с изменениями).

✓ Законом Вологодской области о патриотическом воспитании в Вологодской области № 4837-ОЗ от 28.12.2020 (пр. постановлением Законодательное Собрание области от 23 декабря 2020 г. № 507) ориентирует на «формирование патриотизма у российских граждан, развитие у них высокой социальной активности, гражданской ответственности и дисциплинированности, способности проявить себя в укреплении и защите государства».

✓ локальными актами и нормативными документами кадетского класса общеобразовательной школе, касающимися сфер образования и культуры, письмами Министерства образования РФ.

Возрождение патриотизма – шаг к возрождению России. Именно патриотизм является духовным достоянием личности, одним из важнейших элементов общественного сознания и фундамента общественной и государственной систем, составляет духовно-нравственную основу их жизнедеятельности и эффективного функционирования.

Направленность дополнительной образовательной программы. Программа «Зарница» физкультурно-спортивной направленности тесно связана с гражданско-патриотическим воспитанием учащихся и в практике осуществляется через проведение соревнований «Зарница», «Школа безопасности». Программа подготовки учащихся к этим соревнованиям определяется в соответствии с Положениями об этих соревнованиях. Соревнования «Зарница», «Школа безопасности» предусматривают подготовку учащихся в различных областях: туризм, ориентирование, пожарное дело, правила дорожного движения, спортивную, медико-санитарную подготовку. В настоящее время нет образовательных программ, направленных на овладение знаниями, умениями и навыками, необходимыми для успешного участия в этих соревнованиях. Данная программа предлагает вариант решения этой проблемы, предусматривая комплексную подготовку команд учащихся для участия в соревнованиях оборонно-спортивной направленности.

Актуальность данной программы заключается в том, что она направлена на дальнейшее формирование патриотического сознания подростков и является одной из основ их духовно-нравственного развития.

Программа предполагает:

- дополнение и расширение школьных знаний путем практических действий в разных видах деятельности,
- возможность освоения воспитанниками программы с разным уровнем компетентности: от ознакомления до начального мастерства.

Отличительная особенность программы состоит в интеграции знаний, умений и навыков по безопасности жизнедеятельности в различных ситуациях с использованием проектного подхода, участие команды воспитанников в районной оборонно-спортивной игре «Зарница» и «Школа безопасности».

Педагогическая целесообразность: при реализации данной программы основываюсь на базовые знания обучающихся, полученные на уроках ОБЖ и физической культуры. Реализация данной программы позволяет подготовить подростков к военной службе в соответствии с требованиями Федеральных законов «Об образовании» и «О воинской обязанности и военной службе».

Адресат программы: данная программа рассчитана на освоение в течение 3-х лет воспитанниками в возрасте от 11 до 17 лет, имеющими медицинский допуск от врача.

Программа разработана на основе модуля «Основы военной подготовки» дополнительной общеразвивающей программы дополнительного образования «Военно-патриотическое воспитание детей и взрослых» МБОУ «СОШ № 2 с кадетскими классами».

Получив знания на уроках ОБЖ и практические навыки на занятиях по ОВП, часть ребят желает попробовать и проверить себя в условиях соревнований. Опыт показывает, что ребятам, особенно юношам, всегда присущ дух соперничества, желание быть лучшим: самым сильным, быстрым, метким, умелым. Это стремление и дает возможность реализовать программа «Зарница», в которой изначально запланировано участие в таких сложных комплексных соревнованиях, где подросткам нужно не только показать их умения и навыки в несложных видах спорта, но и глубокие теоретические знания по истории, правила дорожного движения, медицине и т.д. Кроме того, эти соревнования воспитывают коллективизм, умение подчинять свои амбиции интересам команды, чувству ответственности за свои действия и поступки, спортивно-волевые качества. Программа направлена, в первую очередь, на нравственное воспитание и физическое совершенствование учащихся, подготовку их к самостоятельной жизни в обществе.

Цель:

- всестороннее развитие и совершенствование личности средствами нравственного, патриотического и физического воспитания.

Задачи:

- подготовка команды для участия в соревнованиях военно-спортивной направленности.
- воспитание гражданственности, любви к родному краю, бережного отношения к традициям и культуре народов России;
- воспитание потребности выполнения этических, нравственных норм общества;
- развитие трудолюбия, инициативы, самостоятельности, коллективизма, смелости в принятии решений и настойчивости в их выполнении;
- воспитание бережного отношения к природе;
- морально-психологическая и физическая закалка, формирование устойчивости в преодолении трудностей, способности действовать в экстремальных условиях;
- подготовка сборной команды школы для участия в военно-спортивных играх «России верные сыны» и «Зарница».

Тип программы: модифицированная.

Межпредметные связи: в ходе реализации программы идет взаимосвязь с предметами история, физическая культура, основы туризма, география, основы безопасности жизнедеятельности: правила поведения в экстремальных ситуациях, гражданская оборона, строевая подготовка, огневая подготовка, медицинская подготовка.

Организация учебного процесса: Программа предназначена для учащихся 5-10 классов и предусматривает приобретение ими знаний, умений и навыков для участия в соревнованиях по программе Всероссийского клуба «Зарница» и «Школа безопасности».

Программа рассчитана на три года обучения. Количество часов на освоение программы: 1 год – 34 ч; 2 год – 34 ч; 3 год – 34 ч. причем, большая их часть используется на практические занятия, тренировочные и соревновательные старты.

В конце года планируется участие в полевом лагере с отработкой техники и тактики спортивного ориентирования и туризма.

Рекомендуемый состав группы – 15 человек – 1 год обучения;
12 человек – 2 год обучения;
12 человек – 3 год обучения.

Группы разновозрастные.

Занятия, как правило, проводятся с полным составом группы.

Порядок изучения тем в целом и отдельных вопросов определяется условиями соревнований и графиком их проведения и в зависимости от этого изменяется место проведения занятий, его цели и задачи.

Ожидаемый результат: результат обучения проверяется в ходе приема тестов, собеседования и контрольных нормативов. Призовое место в районных соревнованиях по оборонно-спортивной игре «Зарница» и участие в областных соревнованиях по пожарно-спасательному спорту.

Формы подведения итогов: прием тестов физической подготовки, контрольные упражнения физической подготовки, выполнение контрольных нормативов, участие в районных и областных соревнованиях.

Форма обучения: очная, возможна смешанная с использованием дистанционных технологий и электронных образовательных ресурсов.

Формы и режим занятий – занятия проходят в форме подачи теоретического и практического материала один раз в неделю по 1 часу.

Содержание программы предполагает освоение учащимися основ спортивного ориентирования и туризма, военного дела и гражданской обороны, приемов первой медицинской помощи, знание национальных, культурных, географических, исторических и экологических особенностей, воспитание гражданственности, чувства патриотизма и ответственности за судьбу Отечества, воспитание движения к ратному труду, готовности защищать Родину.

Для ряда занятий предполагается привлечение специалистов различного рода деятельности (спасателей, альпинистов, медиков и др.)

Практические занятия проводятся, как правило, в условиях, приближенных к соревновательным, при этом у ребят вырабатывается чувство ответственности за судьбу команды, своих товарищей, отрабатываются командные действия в той или иной ситуации, воспитываются физические и морально - психологические качества.

В течение всех лет обучения планируется участие в соревнованиях по программам «Зарница», «Школа безопасности» и пожарно-спасательному спорту.

Этапы педагогического контроля

Целью педагогического контроля является определение качества освоения программы.

1 год обучения.

Сроки	Содержание	Формы	Критерии
сентябрь март	Туристская подготовка	Соревнования, контрольная тренировка на дистанции полосы препятствий.	Закончить дистанцию без учета времени
Октябрь май	Дорожно-транспортная безопасность	Тесты	Правильно ответить на 8 вопросов из 10 по правилам дорожного движения.
ноябрь Март	Пожарная безопасность	Тесты	Правильно ответить на 3 вопроса из 5
Сентябрь май	Военно-спортивная подготовка	Соревнования, контрольная тренировка. тесты	Выполнение нормативов школьной программы по физкультуре не менее «4». Или набрать в сумме не менее 20 баллов.
Декабрь Февраль	Медико-санитарная подготовка	Зачеты	Тесты: 5 вопросов. Правильно ответить на 4 вопроса.
Январь Май	Топография и ориентирование	Топографический диктант, школьный турслет	Правильно определить 70% условных знаков, выполнить топографическое задание в программе слета.

2 год обучения.

Сроки	Содержание	Формы	Критерии
Сентябрь-октябрь Апрель-Май	Туристская подготовка	Соревнования по туртехнике	Техническая дистанция. Полоса препятствий. Пройти дистанцию без учета времени.
Ноябрь март	Пожарная безопасность	Тесты	Правильно ответить на 4 вопроса из 5.
Январь февраль Май	Военно-спортивная подготовка	Зачеты, тесты	Набрать 20 баллов при сдаче нормативов по ОФП. Выбить не менее 25 из 50. Правильно ответить на 12 из 15 вопросов.
Декабрь Апрель	Дорожно-транспортная безопасность	Тесты	Правильно ответить на 9 вопросов из 10 по правилам дорожного движения
В течение года	Топография и ориентирование	Закончить две дистанции «по выбору» Зачет на «Поляне заданий»	Закончить дистанцию «по выбору» без учёта времени со взятием 100% КП. Правильно ответить на все вопросы и выполнить задания по программе соревнований «России верные сыны».

3 год обучения.

Сроки	Содержание	Формы	Критерии
-------	------------	-------	----------

Март	Пожарная безопасность	Тесты	Правильно ответить на 8 вопросов из 10.
Сентябрь Май	Топография и ориентирование	Соревнования на дистанции в заданном направлении	Закончить дистанцию без учёта времени в заданном направлении.
Октябрь Май	Туристская подготовка	Соревнования по ТПТ и турмногоборью	Закончить 2 дистанции без учета времени.
февраль	Медико-санитарная подготовка	Тесты	Тесты: 7 вопросов. Правильно ответить не мене, чем на 6 вопросов.
Февраль, май	Военно-спортивная подготовка	Зачеты и тесты	Набрать не менее 25 баллов при сдаче нормативов по ОФП. Выбить 25 из 50. Правильно ответить на 14 из 15 вопросов.
Апрель	Дорожно-транспортная безопасность	Тесты	Правильно ответить на 10 из 12 вопросов

Планируемые результаты

Задачи программы «Зарница» решаются посредством проведения теоретических и практических занятий по тематике программы. Предполагается, что к окончанию обучения по программе учащиеся приобретут начальные знания по основам военной подготовки, оказанию первой доврачебной помощи.

Освоив программу, учащиеся смогут приобрести те знания и умения в области военных знаний, которые помогут им в дальнейшем, например, в условиях экстремальных и чрезвычайных ситуаций, в период несения воинской службы.

В результате освоения содержания программы у обучающихся предполагается формирование универсальных учебных действий (личностных, регулятивных, познавательных, коммуникативных), позволяющих достигать предметных, метапредметных и личностных результатов.

Предметные результаты.

Учащиеся должны знать

- основные вехи в истории Вооруженных сил Российской Федерации;
- символы воинской славы;
- нормативы физической подготовки для прохождения военизированной полосы препятствий и военизированного кросса;
- правила техники безопасности и основные приемы при работе с оружием;
- порядок неполной разборки и сборки автомата Калашникова и правила поведения во время стрельбы;
- команды и приказы военнослужащему, находящемуся в строю, при осуществлении доклада командиру, при передвижении в строю;
- азбуку пожарной безопасности, виды огнетушителей и знаков безопасности;
- правила ПДД;
- медицинские термины,
- основы при оказании доврачебной помощи;
- лекарственные травы, растения и грибы.

Учащиеся должны научиться:

- уважительно относиться к символам воинской славы;
- осуществлять неполную сборку разборку автомата Калашникова в связи с установленными нормативами и порядками проведения сборки- разборки автомата;
- вести прицельную стрельбу из положений стоя;
- четко и последовательно осуществлять команды, выполнять приказы командира и осуществлять доклад о выполнении поставленной задачи;
- использовать знание правил ПДД на практике;
- выполнять нормативы физической подготовки для прохождения военизированной полосы препятствий и военизированного кросса;
- проводить учебную пожарную тренировку, соблюдая правильный алгоритм действий;
- применять на практике правильный алгоритм оказания доврачебной помощи и транспортировки пострадавшего;
- оказывать элементарную доврачебную помощь;

Метапредметные результаты.

Регулятивные УУД:

Учащиеся научатся:

- понимать и принимать учебную задачу, сформулированную учителем;
- осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности.

Познавательная УУД:

Учащиеся научатся:

- проводить сравнение и классификацию объектов;
- понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий;
- проявлять индивидуальные творческие способности.

Коммуникативные УУД:

Учащиеся научатся:

- работать в группе, учитывать мнение партнеров, отличные от собственных;
- обращаться за помощью;
- предлагать помощь и сотрудничество;
- слушать собеседника;
- формулировать свои затруднения;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- договариваться и приходить к общему решению;
- осуществлять взаимный контроль;

Учебно-интеллектуальные умения

- способность и готовность к самостоятельному поиску методов решения практических задач,
- осуществлять поиск информации, анализировать и отбирать информацию,
- анализировать изображения, тексты при выполнении практических и самостоятельных работ;

Учебно-коммуникативные умения

- слушать и слышать педагога;
- умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты;
- принимать на себя ответственность за результаты своих действий;

- представить итог проделанной работы, отвечая на заданные вопросы;
- отстаивать свою позицию;

Учебно-организационные умения и навыки

- умение организовать свое рабочее место;
- навык соблюдения правил по технике безопасности в процессе деятельности;
- умение планировать, организовывать, контролировать и оценивать выполненную работу в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;
- умение правильно распределять учебное время на выполнение заданий;
- умение аккуратно и четко выполнять задание.

Личностные результаты

У учащихся будут сформированы:

- установка на безопасный, здоровый образ жизни;
- потребность сотрудничества со сверстниками, доброжелательное отношение к сверстникам, бесконфликтное поведение, стремление прислушиваться к мнению одноклассников;
- основы гражданской идентичности личности в форме осознания “Я” как гражданина России, чувства сопричастности и гордости за свою малую Родину, народ и историю, осознание ответственности человека за общее благополучие, осознание своей этнической принадлежности;
- знание основных моральных норм и ориентация на их выполнение, развитие этических чувств как регуляторов моральных норм;
- чувство прекрасного и эстетические чувства на основе знакомства с культурой города и края.

Организационно-волевые качества:

- принятие и освоение социальной роли учащегося,
- развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- умение переносить предлагаемые нагрузки в течение занятия;
- активное побуждение к практическим действиям;
- контроль своих поступков.

Ориентационные качества:

- формирование самооценки, включая осознание своих возможностей в учении, способности адекватно, соответственно возрасту, судить о причинах своего успеха/неуспеха в учении;
- умение видеть свои достоинства и недостатки, уважать себя и верить в успех; формирование мотивации учебной деятельности, включая социальные, учебно-познавательные и внешние мотивы, любознательность и интерес к новому содержанию и способам решения проблем, приобретению новых знаний и умений;
- мотивация к творческому труду, работе на результат;
- стремлению к совершенствованию своих способностей и ориентацию на образец поведения «хорошего ученика» как пример для подражания;
- доверие и способность к пониманию и сопереживанию чувствам других людей; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, ответственного отношения к своему здоровью;
- бережное отношение к материальным и духовным ценностям;
- чувство гордости за свою Родину, знание знаменательных для Отечества исторических событий, которым уделяется внимание в программе;

- осознание своей национальности, уважение культуры и традиции народов России и мира.

Поведенческие качества:

- знание моральных норм и сформированных морально-этических суждений;
- умение оценивать свои поступки и действия других с точки зрения соблюдения/нарушения моральной нормы;
- развитие навыков сотрудничества с педагогом и сверстниками в разных ситуациях; умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- восприятие общих дел объединения как своих собственных;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.

Содержание тем

1 год обучения.

I. Топография и ориентирование

Теория: Географические карты: история и современность. Виды карт. Эволюция спортивной карты. Условные знаки спортивной карты. Масштаб. Дистанция. Ориентирование как вид спорта. Виды ориентирования. Одежда и снаряжение ориентировщика.

Практика: Определение расстояния на местности (шагами) и по карте. Ориентирование по линейным площадным ориентирам. Техника и тактика прохождения дистанции «по выбору». Правила соревнований. Участие в соревнованиях на дистанцию «по выбору».

II. Туристская подготовка

Теория: Узлы, виды узлов, их применение. Личное и групповое туристское снаряжение. Подбор, подгонка, ремонт. Туристский быт: правила безопасного поведения в лесу и у воды.

Практика: Техника преодоления естественных препятствий в условиях турпохода и на соревнованиях. Техника преодоления искусственных препятствий без специального снаряжения в зале и на местности. Укладка рюкзака, установка и снятие палатки, разжигание костра и организация питания в походе. Ориентирование по местным признакам. Организация бивака в условиях похода выходного дня. Участие в соревнованиях по туртехнике.

III. Духовно - патриотические воспитание

Встреча с ветеранами ВОВ, участниками локальных войн, выпускниками школы отслужившими в рядах Вооруженных сил. Экскурсии по городу к памятным местам.

IV. Военно-спортивная подготовка

Теория: Типы и устройство противогаза.

Практика: Силовая подготовка: д – упражнения на пресс – 30 сек.; м – подтягивание на перекладине. Стрелковая подготовка: обучение и совершенствование стрельбы из пневматического оружия из положения сидя с упора. Соревнования «Меткий стрелок». Беговая подготовка: бег на 60 и 100 м, кросс 1000, 2000, 3000 м (в зависимости от

возраста). Строевая подготовка: ходьба строевым шагом, повороты и перестроения на месте.

Надевание средств защиты (ватно-марлевая повязка, противогаз) и преодоление зараженного участка. Участие в конкурсе «Парад исторических войск». Соревнования по легкой атлетике. И силовым видам.

V. Медико-санитарная подготовка

Теория: Характеристика ранений и кровотечений. Средства оказания первой помощи.

Практика: Первая медицинская помощь при кровотечениях различных видов, укусах насекомых, ожогах, обморожениях и переохлаждения организма. Способы переноски пострадавших. Участие в соревнованиях по туртехнике. Изготовление простейших транспортировочных средств.

VI. Дорожно-транспортная безопасность.

Теория: Правила дорожного движения для пешеходов.

Практика: Фигурное вождение велосипеда в программе соревнований «Безопасное колесо» (в зависимости от Положений и Условий проведения соревнований).

VII. Пожарная безопасность

Теория: Опасные факторы и причина пожаров. Правила поведения во время пожара.

Практика: Виды пожарно-прикладного спорта в программе соревнований.

VIII. Подготовка и участие в соревнованиях, играх и конкурсах

Создание сборных команд, планирование и организация тренировочного процесса и участие в различных мероприятиях и соревнованиях: по спортивному ориентированию, туртехнике в зале и на местности, «Безопасное колесо», «Меткий стрелок» и т.д.

IX. ОФП и СФП

Упражнения и игры, способствующие повышению уровня общефизической подготовки, умению самостоятельно выполнять разминку перед занятием и соревнованиями по различным видам спорта, входящим в программу игр «Зарница»

2 год обучения.

I. Топография и ориентирование

Теория: Условные знаки топографических карт. Масштаб карт и определение расстояний. Символьные легенды – дополнительная информация о местоположении контрольных пунктов. Компас. Работа с компасом и картой.

Практика: Определение расстояний на местности и по карте. Определение силуэта по карте. Азимутальный код. Определение точки стояния, выхода на КП, выбор пути. Степень и надежность ориентирования. Ориентирование на маршрутной трассе. Сбор и анализ предстартовой информации. Выработка тактической установки на длинный старт. Участие в соревнованиях.

II. Туристская подготовка

Теория: Специальное туристское снаряжение: веревки, карабины, страховочные системы. ТБ на тренировках и соревнованиях по тур. многоборью и поисково-спасательные работы.

Практика: Преодоление искусственных и естественных препятствий с помощью специального снаряжения. Этапы соревнований по туристской технике на дистанции 1-2 кв. Техника и тактика прохождения в зависимости от дистанции соревнований. Преодоление препятствий с использованием самостраховки и судейской страховки.

Этапы соревнований по виду поисково-спасательные работы: поиск пострадавшего, подача сигналов бедствия (определение аварийных знаков на карточках) транспортировка пострадавшего на носилках и изготовление их. Организация бивака. Ориентирование по легенде. Действия в ЧС в районе аварии с учетом АХОВ и аварий с выбросом радиоактивных веществ.

III. Духовно - патриотическое воспитание

Теория: Герои войны и труда. Участие представителей РК на боевых и трудовых фронтах ВОВ. Их именами названы улицы Великого Устюга.

Практика: Экскурсии по г. Великий Устюг. Посещение выставок, музеев.

IV. Военно-спортивная подготовка

Практика: Силовая подготовка: юноши - подтягивание на перекладине; девушки – упражнение на пресс 30 сек.

Беговая подготовка: бег на 60 и 100м. Кросс 1000, 2000, 3000м.

Стрелковая подготовка: стрельба из пневматического оружия из положения стоя и сидя с упора. Строевая подготовка: ходьба строевым шагом, с песней, повороты и перестроение на месте, подготовка и смотр строя и военно-прикладное обучение по программе военно-спортивной игры «России верные сыны», «Зарница».

V. Медико-санитарная подготовка

Теория: Лекарственные растения РК.

Практика: Оказание первой медицинской помощи при переломах верхних и нижних конечностей. Наложение повязок. Первая медицинская помощь при поражении аварийно химически опасными веществами при бытовых отравлениях. Травматический шок. Травмы опорно-двигательной системы.

VI. Дорожно-транспортная безопасность

Теория: Правила дорожного движения для водителей категории А и Б.

Практика: Фигурное вождение велосипеда по программе военно-спортивных игр «России верные сыны» и «Зарница» (в зависимости от Положений и Условий проведения соревнований).

VII. Пожарная безопасность

Теория: Опасные факторы и причина пожаров. Средства пожаротушения.

Практика: Виды пожарно-прикладного спорта в программе соревнований «Серебряная штурмовка» и военно-спортивной игры «Зарница» (в зависимости от Положений и Условий проведения соревнований).

VIII. Подготовка и участие в соревнованиях, играх и конкурсах

Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию, туртехнике, ПСР, «Зарница», соревнованиях «Школа безопасности».

IX. Инструкторская и судейская практика

Теория: Правила соревнований по спортивному ориентированию, туристскому многоборью, военно-спортивным играм «России верные сыны», «Зарница», соревнований «Школа безопасности». Опасные факторы и причина пожаров. Средства пожаротушения.

Практика: Проведение тренировочных занятий. Судейство соревнований.

X. ОФП и СФП

Общеразвивающие и специальные упражнения и игры, способствующие повышению уровня общефизической и специальной силовой и беговой подготовки, для успешного участия в соревнованиях по различным видам спорта, входящим в программу игр «Зарница».

3 год обучения.

I. Топография и ориентирование

Теория: Компас и работы с ним.

Практика: Определение азимута на карте и на местности. Азимутальный код. Линейное ориентирование на местности с различным ландшафтом. Взятие КП с привязки. Ориентирование по рельефу. Выбор оптимального пути движения. Техника и тактика ориентирования в заданном направлении. Участие в соревнованиях и контрольных стартах.

II. Туристская подготовка.

Теория: Специальное туристское снаряжение: жумары, полиспасты, спусковые устройства, средства транспортировки пострадавшего.

Практика: Прохождение препятствий с самостраховкой, самонаведением и командной страховкой. Этапы туристских соревнований на дистанциях 3-4 класса. Техника и тактика их прохождения. Этапы соревнований по виду «поисково-спасательных работ» изготовление волокуши, подача аварийных сигналов (на местности), оказание помощи и транспортировка пострадавшего в условиях ЧС техногенного характера (в условиях возможных ЧС на предприятиях г. Сыктывкара). Жизнеобеспечение человека при ЧС в природной среде. Приборы радиационного поиска, средства индивидуальной и коллективной защиты от радиации и ОВ. Дегазация. Дезактивация. Дезинфекция.

III. Духовно - патриотические воспитание

Теория: Русские и зарубежные путешественники и исследователи.

Участие представителей Великого Устюга в экспедициях, путешествиях и военных походах на территории России.

Практика: Посещение выставок, музеев. Встречи с представителями воинских частей, училищ, городского и республиканского военкомата (за сеткой часов).

IV. Военно-спортивная подготовка

Теория: Патриотизм и верность воинскому долгу – основные качества защитника Отечества.

Дни воинской славы России.

Символы воинской чести.

Практика: Силовая подготовка: юноши - подтягивание на перекладине; девушки – упражнение на пресс 1 мин.

Беговая подготовка: бег на 100м. Кросс 2000 и 3000м.

Стрелковая подготовка: стрельба из пневматического оружия из положения стоя, стрельба из малокалиберного оружия из положения «лежа», «дуэльная стрельба», сборка и разборка автомата.

Строевая подготовка: ходьба строевым шагом с песней, повороты и перестроение на месте и в движении, подготовка и смотр строя и военно-прикладной эстафеты по программе военно-спортивных игр «России верные сыны», «Орленок» (в зависимости от Положений и Условий проведения соревнований).

V. Медико-санитарная подготовка.

Практика: Оказание первой помощи утопающему, экстренная реанимационная помощь (оживление человека после внезапной остановки сердца и дыхания), первая медицинская помощь при черепно-мозговой травме и повреждении позвоночника, груди, живота и области таза, острой сердечной недостаточности и инсульте.

VI. Дорожно-транспортная безопасность

Теория: Правила дорожного движения для водителей категории А и Б.

Практика: Фигурное вождение велосипеда по программе военно-спортивной игры «Орленок» (за сеткой часов).

VII. Пожарная безопасность

Практика: Виды пожарно-прикладного спорта в программе военно-спортивной игры «Орленок» и соревнований «Школа безопасности» (в зависимости от Положений и Условий проведения соревнований).

Пользование средствами пожаротушения.

VIII. Подготовка и участие в соревнованиях, играх и конкурсах

Практика: Создание сборных команд, планирование и организация подготовки к соревнованиям и играм по программе туристского многоборья, спортивного ориентирования в заданном направлении, «Школа безопасности», (в зависимости от Положений и Условий проведения соревнований).

IX. Инструкторская и судейская практика

Практика: Подготовка судейских бригад и младшего инструкторского состава из старших членов объединения для помощи в организации и проведении мероприятий (в зависимости от Положений и Условий проведения соревнований).

X. ОФП и СФП

Общеразвивающие и специальные упражнения и игры, способствующие повышению уровня общефизической и специальной силовой и беговой подготовки, развитию скоростно-силовой подготовки, воспитанию волевых качеств и умения быстро

реагировать на изменение обстановки для успешного участия в соревнованиях по различным видам спорта, входящим в программу игр «Зарница».

Методическое обеспечение программы. В ходе занятий применяются методы: объяснительный, наглядный, объяснительно-иллюстративный, практический. В ходе практических занятий обучающиеся выполняют практические задания по пройденным темам, сначала под наблюдением преподавателя, а затем самостоятельно. После выполнения задания производится разбор ошибок.

Для реализации данной программы требуется учебные макеты автомата Калашникова, пневматические винтовки, туристическое снаряжение (обвязки, страховочные верёвки, репшнур, карабины, палатки разных конструкций, компасы, топографические карты, медицинские носилки, лыжное снаряжение, спортзал, плакаты по ориентированию и технике преодоления препятствий), спортивный инвентарь: мячи набивные, баскетбольные, волейбольные, гири, гантели, штанга, силовые тренажеры, противогазы, костюм химической защиты, приборы ДП – 5В и ВПХР (войсковой прибор химической разведки).

Распределение учебного времени по темам и видам учебных занятий.

1 год обучения					
№ П/П	Наименование тем.	Количество часов			Форма контроля
		Т.	Практ	Все го	
1.Топография и ориентирование				3	
1	Введение. Инструктаж по ТБ. Компас и работы с ним.	1			
2.	Определение азимута на карте и на местности.		1		
3.	Техника и тактика ориентирования.		1		Составление карты школьного двора
2.Военно-спортивная подготовка				8	
4	Введение. Инструктаж по ТБ.Патриотизм и верность воинскому долгу.	1			
5	Силовая подготовка.		<u>1</u>		
6	Беговая подготовка. Бег на короткие дистанции.		<u>1</u>		
7	Беговая подготовка. Бег на длинные дистанции.		<u>1</u>		
8	Строевая подготовка. Строевые приемы на месте.		<u>1</u>		
9	Строевая подготовка. Строевые приемы в движении.		<u>1</u>		Зачет по строевой подготовке
10	Управление строем,		<u>1</u>		
11	Семафорная азбука		<u>1</u>		
3.Медико-санитарная подготовка				3	
12	Введение. Инструктаж по ТБ. Экстренная реанимационная помощь.		<u>1</u>		

13	Первая медицинская помощь при переломах и кровотечениях.		<u>1</u>		
14	Первая медицинская помощь при обморожениях и ожогах.		<u>1</u>		Практическое оказание ПМП условному пострадавшему
4.Пожарная безопасность				3	
15	Введение. Инструктаж по ТБ. Правила пожарной безопасности в быту	1			
16	Пользование средствами пожаротушения (эстафета).		1		
17	Виды огнетушителей, правила пожарной безопасности на улице.	1			Тест
6.Огневая подготовка				6	
18	Порядок неполной разборки, сборки автомата АК-74		1		
19	Разборка, сборка АК-74, снаряжение магазина		1		
20	Разборка, сборка АК-74, снаряжение магазина. Совершенствование навыков		1		
21	Стрелковая подготовка. Стрельба лежа.		1		
22	Стрелковая подготовка. Стрельба стоя.		1		Контрольные стрельбы
23	Техника метания гранаты на дальность		1		
7.Военная теория				5	
24	Полководцы России	1			
25	Конструкторы и их изобретения	1			
26	Вологжане - Герои Советского Союза, России	1			
27	Дни воинской славы Петличные знаки, награды РФ, воинские звания	1			Тест
28	Топографические знаки	1			
8.Радиационная, химическая, бактериологическая защита (РХБЗ)				3	
29	Защитные свойства противогаза	1			
30	Одевание противогаза на себя.	1			
31	Одевание противогаза на пострадавшего.	1			
8. ОФП и СФП				3	
32	Введение. Инструктаж по ТБ. Фрироуп.	1			
33	Фрироуп. Закрепление.	1			
34	Прыжки и многоскоки.	1			
Итого		15	19	34	

2 год обучения

П/П	Наименование тем.	Количество часов		
		Т.	Практ	Всего
1. Топография и ориентирование				3
1.1.	Введение. Инструктаж по ТБ. Компас и работы с ним.	1		
1.2.	Определение азимута на карте и на местности.		1	

1.3.	Техника и тактика ориентирования.		1	
2. Туристская подготовка				6
2.1.	Введение. Инструктаж по ТБ. Специальное туристское снаряжение.	2		
2.2.	Прохождение препятствий с самостраховкой, самонаведением и командной страховкой.		2	
2.3.	Этапы соревнований по виду «поисково-спасательных работ».		1	
2.4.	Приборы радиационного поиска, средства индивидуальной и коллективной защиты от радиации и ОВ.		1	
3. Духовно-патриотическое воспитание		за сеткой часов		
4. Военно-спортивная подготовка				5
4.1.	Введение. Инструктаж по ТБ. Патриотизм и верность воинскому долгу.	1		
4.2.	Силовая подготовка.		<u>1</u>	
4.3.	Беговая подготовка.		<u>1</u>	
4.4.	Стрелковая подготовка.		<u>1</u>	
4.5.	Строевая подготовка.		<u>1</u>	
5. Медико-санитарная подготовка				2
5.1.	Введение. Инструктаж по ТБ. Экстренная реанимационная помощь.		<u>1</u>	
5.2.	Первая медицинская помощь при различных травмах.		<u>1</u>	
6. Дорожно-транспортная безопасность				1
6.1.	Правила дорожного движения для водителей категории А и Б.	1	-	
7. Пожарная безопасность				2
7.1.	Введение. Инструктаж по ТБ. Виды пожарно-прикладного спорта в программе оборонно-спортивной игры «Зарница» и соревнований «Школа безопасности»	1		
7.2.	Пользование средствами пожаротушения.		1	
8. Подготовка и участие в соревнованиях, играх и конкурсах				5
8.1.	Введение. Инструктаж по ТБ. Соревнования и игры по программе туристского многоборья.		2	
8.2.	Соревнования и игры по программе спортивного ориентирования в заданном направлении.		1	
8.3.	Соревнования и игры по спортивному ориентированию..		2	
9. ОФП и СФП				9
9.1.	Введение. Инструктаж по ТБ. Фрироуп.		2	
9.2.	Метание гранаты на дальность и точность.		1	
9.3.	Прыжки и многоскоки. Перенос тяжестей.		2	
9.4.	Развитие скоростно-силовых качеств: эспандер, подтягивание, ускорение на средней дистанции.		2	
9.5.	Подвижные спортивные игры.		2	
10. Инструкторская и судейская практика				1
10.1	Судейство соревнований с элементами туризма.		1	
	Итого часов в год:	5	29	34

3 год обучения

П/П	Наименование тем.	Количество часов			Форма контроля
		Т.	Практ	Всего	
7. Топография и ориентирование				3	
1.1.	Введение. Инструктаж по ТБ. Компас и работы с ним. Азимут.	1			
1.2.	Определение азимута на карте и на местности.		1		
1.3.	Техника и тактика ориентирования.		1		Составление карты квартала
8. Туристская подготовка				4	
2.1.	Туристические узлы.		1		
2.2.	Наведение переправы.		1		
2.3.	Этапы соревнований по виду «поисково-спасательных работ».		1		
2.4.	Приборы радиационного поиска, средства индивидуальной и коллективной защиты от радиации и ОВ.		1		
9. Духовно-патриотическое воспитание		за сеткой часов			
10. Военно-спортивная подготовка				5	
4.1.	Введение. Инструктаж по ТБ. Воинский долг. Юридическая ответственность.	1			
4.2.	Силовая подготовка.		<u>1</u>		
4.3.	Беговая подготовка.		<u>1</u>		
4.4.	Стрелковая подготовка.		<u>1</u>		
4.5.	Строевая подготовка.		<u>1</u>		
11. Медико-санитарная подготовка				2	
5.1.	Введение. Инструктаж по ТБ. Экстренная реанимационная помощь.		<u>1</u>		
5.2.	Первая медицинская помощь при различных травмах.		<u>1</u>		Тест
12. Дорожно-транспортная безопасность				1	
6.1.	Правила дорожного движения для велосипедистов и пешеходов.	1	-		
7. Пожарная безопасность				2	
7.1.	Введение. Инструктаж по ТБ. Виды пожарно-прикладного спорта в программе военно-спортивной игры «Орленок» и соревнований «Школа безопасности»	1			
7.2.	Пользование средствами пожаротушения.		1		
8. Подготовка и участие в соревнованиях, играх и конкурсах				3	
8.1.	Введение. Инструктаж по ТБ. Соревнования и игры по программе туристского многоборья.	1			
8.2.	Соревнования и игры по программе спортивного ориентирования в заданном направлении.	1			

8.3.	Соревнования по спортивному ориентированию.		1		
9. ОФП и СФП				13	
9.1.	Введение. Инструктаж по ТБ. Фрироуп.	1			
9.1.1	Фрироуп. Способы прохождения		1		
9.2.	Метание гранаты на дальность и точность.		1		
9.3.	Прыжки и многоскоки.		1		
9.3.1	Перенос тяжестей. (Ящик с боезапасом)		1		
9.4.	Развитие скоростно-силовых качеств: эспандер, подтягивание, ускорение на средней дистанции.		1		
9.4.1	Развитие скоростно-силовых качеств: ускорение на средней дистанции.		1		
9.5.	Подвижные спортивные игры. Лапта		1		
9.5.1	Футбол		1		
9.5.2	Гандбол		1		
9.5.3	Волейбол		1		
9.5.4	Городки		1		
9.6.	Резерв военно-спортивная игра «Зарница»		1		<u>Отбор в команду</u>
10. Инструкторская и судейская практика				1	
10.1	Судейство соревнований с элементами туризма.		1		
	Итого часов в год:	7	27	34	

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.
Участие в военно-спортивной игре «Зарница»

Методическое обеспечение

Материально-технические условия реализации Программы.

Материально-техническая база образовательного учреждения приведена в соответствие с задачами по обеспечению реализации программы дополнительного образования, имеет необходимое учебно-материальное оснащение образовательного процесса, создаёт соответствующую образовательную и социальную среду.

Необходимое оборудование и оснащение в образовательном учреждении

Компоненты оснащения	Необходимое оборудование и оснащение
Компоненты оснащения помещений для занятий по программе «Основы военной подготовки»	<ol style="list-style-type: none"> 1. Спортзал, спортивная площадка, учебный кабинет; 2. Плац для занятий строевой подготовкой; 3. Туристическое оборудование (оборудование для туристической полосы препятствий, компасы) 4. Магнитофон, телевизоры, копиры, компьютеры с выходом в интернет, проекторы; 5. Таблицы, плакаты, дидактический материал, мультимедийные

	<p>презентации</p> <p>6. Таблицы, плакаты, дидактический материал, мультимедийные презентации.</p> <p>7. Макеты автоматов – 10 шт.</p> <p>8. Учебные автоматы – 2 шт.</p> <p>9. Противоголазы – 16 шт.</p>
--	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Методические материалы, которые будут использоваться при организации дистанционного обучения:

<http://fcior.edu.ru/> – Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов

<http://www.school.edu.ru/> – Российский общеобразовательный портал

<http://window.edu.ru/> – Единое окно доступа к образовательным ресурсам

<http://www.edu.ru/db/portal/sites/school-page.htm> – Федеральный портал Российское образование

<http://catalog.iot.ru/> – Образовательные ресурсы сети Интернет

<http://ndce.edu.ru/> – Каталог учебников, оборудования, электронных ресурсов

<http://school-collection.edu.ru/> – Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов

<http://media.edu.yar.ru/> – Сайт «Медиацентр сети образовательных учреждений Ярославской области»

<http://podrostok.edu.yar.ru/consul/> – Интернет-сайт «Подросток и закон» – Юридическая онлайн консультация

<http://media.edu.yar.ru/media/> – ДИСТАНЦИОННЫЕ МАСТЕР-КЛАССЫ для школьников и педагогов

<http://www.ict.edu.ru/> – Информационно-коммуникационные технологии в образовании

<http://www.rulex.ru/> – Русский Биографический Словарь

<http://www.cbook.ru/peoples/index/welcome.shtml> – Народы и религии мира

<http://www.ecoculture.ru/ecolibary/index.php> – Библиотека сайта «Экокультура»

<http://virlib.eunnet.net/> – Виртуальная библиотека EUNnet

<http://www.megabook.ru/> – Мегаэнциклопедия портала «Кирилл и Мефодий»

<http://www.edu-all.ru/> – Портал ВСЕОБУЧ — все об образовании

<http://prlib.ru> – Портал Президентской библиотеки

Мониторинг образовательных результатов:

Успешное участие в военно-спортивной игре «Зарница».

Календарный план воспитательной работы

№ п/п	Название события, мероприятие	Сроки	Форма проведения	Практический результат и информационный продукт, иллюстрирующий успешное достижение цели события
1	День знаний	1 сентября	Торжественная линейка	Фото- и видеоматериалы с участием детей
2	День солидарности в борьбе с терроризмом	3 сентября	Торжественная линейка	Фото- и видеоматериалы с участием детей
3	День воинской славы России. Бородинское сражение русской	8 сентября	Урок мужества	Фото- и видеоматериалы с участием детей

	армии под командованием М.И. Кутузова с французской армией (1812 г.)			
4	Международный день памяти жертв фашизма	9 сентября	Участие в памятном мероприятии	Фото- и видеоматериалы с участием детей
5	День победы русской эскадры под командованием Ф.Ф. Ушакова над турецкой эскадрой у мыса Тендра (1790 г.)	11 сентября	Урок мужества	Фото- и видеоматериалы с участием детей
6	День памяти святого благоверного князя Александра Невского	12 сентября	Живой кинозал	Фото- и видеоматериалы с участием детей
7	День памяти Героя России Сергея Преминина	3 октября	Урок мужества	Фото- и видеоматериалы с участием детей
8	День памяти жертв политических репрессий	30 октября	Памятное мероприятие	Фото- и видеоматериалы с участием детей
9	День народного единства. 411 лет со дня освобождения Москвы силами народного ополчения под руководством К. Минина и Д. Пожарского от польских интервентов (1612 г.)	4 ноября	Урок мужества	Фото- и видеоматериалы с участием детей
10	День Неизвестного солдата	3 декабря	Урок мужества	Фото- и видеоматериалы с участием детей
11	День Героев Отечества в России	9 декабря	Посещение музея ОО «Боевое братство»	Фото- и видеоматериалы с участием детей
12	День Конституции Российской Федерации	12 декабря	Час истории	Фото- и видеоматериалы с участием детей
13	День снятия блокады города Ленинграда	27 января	Урок мужества	Фото- и видеоматериалы с участием детей
14	День памяти воинов-интернационалистов в России	15 февраля	Урок мужества	Фото- и видеоматериалы с участием детей
15	Всемирный день авиации и	12 апреля	Урок мужества	Фото- и видеоматериалы с участием детей

	космонавтики			
16	День Победы в Великой Отечественной войне (1941-1945)	9 мая	Участие в памятном мероприятии	Фото- и видеоматериалы с участием детей

Список информационных источников:

1. Научно-методический журнал «Классный руководитель»
2. Дни воинской славы России. Москва, ООО Глобус, 2007
3. Валеев Р.А., Зайцев А.А., Зайцева В.Ф. Военно-патриотическая работа с подростками в молодежных организациях России // Проблемы воспитания патриотизма. - Вологда.: ВИРО, 2004.
4. Тетушкина Л.Н. Уроки воспитания патриотизма. ОБЖ №8, 2005 г.
5. Хромов Н.А. Основы военной службы. ОБЖ, №8, 2005 г.
6. Чиняков М.Н. Уроки патриотизма. ОБЖ, №8, 2005 г.
7. «Патриот отечества» №9, 2004 г.
8. Тушкин Е.А., Евтеев В.А. «Основы безопасности жизнедеятельности» 2007 г.
9. Методический и практический журнал «Воспитание и обучение» №6, 2007 г.
10. Научно-методический журнал «Воспитание школьников» №2, 2003 г.
11. Справочник руководителя Образовательного учреждения №08 август 2005 г.
12. Целовальникова А. Патриотами не рождаются, ими становятся. ОБЖ №11, 2006 г.
13. Стрельников В. Исторический опыт патриотического воспитания. ОБЖ №1, 2006 г.
14. Михайлов Г.И. «Ориентирование и следопытство»: Учебное пособие. - М.: Ассоциация военной печати «Армпресс», 2002 г.
15. Самарина И.А. «Основы Туристско-экологической деятельности учащихся» : Учебно-методическое пособие. - М.: ФЦДЮТиК, 2007 г.
16. Куликов В. М., Константинов Ю.С. «Топография и ориентирование в туристическом путешествии»: Учебное пособие. - М.: ЦДЮТиК, 2004 г.
17. Константинов Ю.С. «Детско-юношеский туризм»: Учебно-методическое пособие. - М.: ФЦДЮТиК, 2006 г.
18. <http://www.bibliofond.ru>

Литература в адрес учащихся

19. Кто покушается на твои права и свободы: пособие для учащихся. – М.: Просвещение, 2010.
20. Когда не один противостоишь злу...: пособие для учащихся. – М.: Просвещение, 2010.
21. Основы безопасности: сб.заданий для проведения экзаменов в 9 кл. /(А.Т.Смирнов, М.В.Маслов, Б.И.Мишин; научн. руководитель
22. Г.С. Ковалёва; под ред. А.Т. Смирнова). – М.: Просвещение, 2006-2009.
23. Основы безопасности жизнедеятельности: справочник /А.Т.Смирнов, Б.О.Хренников, Р.А.Дурнев, Э.Н.Аюпов; под ред. А.Т.Смирнова). – М.: Просвещение, 2007.
24. Рыбин А.Л. Дорожное движение: безопасность пешеходов, пассажиров, водителей: пособие для учащихся : 5-9 кл. /А.Л.Рыбин, М.В.Маслов; под ред. А.Т.Смирнова. – М.:Просвещение, 2008.
25. Рыбин А.Л. Безопасность дорожного движения. Учебно-наглядное пособие для учащихся. 5-9 кл. В 2 ч. (24 плаката) / А.Л. Рыбин, Б.О.Хренников, М.В.Маслов; под ред. А.Т.Смирнова. – М.: Просвещение, 2008.
26. Рыбин А.Л. Обучение правилам дорожного движения: пособие для учителя: 5-9 кл./ А.Л.Рыбин, М.В. маслов; под ред. А.Т.Смирнова – М.: Просвещение, 2008.

27. Сальникова И.В. «Свой?» - «Чужой?» А стоит ли делить?: пособие для учащихся / И.В.Сальникова. – М.: Просвещение, 2010.