

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ
ФЕДЕРАЦИИ**

Департамент образования Вологодской области

Управление образования Сокольского муниципального района

муниципальное автономное общеобразовательное учреждение

«Средняя общеобразовательная школа №9 имени В.Н. Власовой»

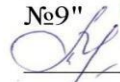
ПРИНЯТО

на заседании
педагогического совета

Протокол №1
от 30.08.2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор МАОУ «СОШ
№9»



Т.А. Куфарева

Приказ № 223-о/д от
30.08.2023 г.



Рабочая программа
курса внеурочной деятельности
«Военно-спортивный клуб «Патриот»
5-9 класс

Автор составитель:

УВЦ «Человек- знаковая система-природа»

Дополнительная общеобразовательная программа социально-педагогической направленности военно-спортивного клуба «Патриот» разработана в соответствии с нормативными актами:

-Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с последующими изменениями);

-приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.05.2012 № 413 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования» (с последующими изменениями);

-приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 31.03.2014 № 253 «Об утверждении Федерального перечня учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования» (с последующими изменениями);

- письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 14.12.2015 №09-3564 «О внеурочной деятельности и реализации дополнительных общеобразовательных программ»;

-письмо Министерства образования и науки РФ от 12 мая 2011 г. №03-296 «Об организации внеурочной деятельности при введении федерального государственного образовательного стандарта общего образования»;

-Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях», утвержденные Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 29.12.2010 № 189;

-Примерная основная образовательная программа основного общего образования;

-Основная общеобразовательная программа основного общего образования общеобразовательной организации;

-Положение о рабочей программе БОУ СМР «СОШ №9».

1. Планируемые результаты

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

- Воспитание учащихся в духе любви и преданности Отечеству, краю, городу, дому.
- Повышение интереса к военным профессиям, успешное поступление в военные ВУЗы.
- Воспитание качеств коллективизма, товарищества, взаимопомощи.
- Участие в тематических мероприятиях патриотической направленности: «Призывник», «Зарница», вахта памяти, митинг, и др.

2. Содержание программы

1. Общая физическая подготовка.

Продолжительность занятий для детей 12-15 лет 1 ч.

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

1.2 Упражнения и игры на развитие быстроты и выносливости.

1.3 Упражнения и игры на развитие скоростно-силовых качеств.

1.4 Упражнения и игры на развитие ловкости и силы.

1.5 Командные игры.

2. Строевая подготовка.

2.1 Обязанности командиров отрядов в организации и управлении строем.

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

2.3 Сигналы управления строем.

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

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

2.6 Выход из строя и подход 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.

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.

3. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ КЛУБА «Патриот» (первый год обучения).

№	Содержание	Количество часов
1	Командообразование.	1
2	Обучение перемещению по местности поточным способом. Функционирование "командой"	1
3	Строевая подготовка: повороты на месте	1
4	Строевая подготовка: строевой шаг	1
5	Строевые приемы в движение: перестроение из колонны по одному в колонну по два. Развитие скоростных качеств.	1
6	Строевая подготовка: строевая стойка, повороты на месте.	1
7	Совершенствование строевых упражнений гимнастики с целью контроля за правильной последовательностью упражнений. Игры и эстафеты с элементами метания.	1
8	.Строевая подготовка: перестроение на места.	1
9	Патриотизм и верность воинскому долгу – основные качества защитника Отечества. Герои-Вологжане. Преминин С.А.	1
10	Предназначение противогазов. ГП-7В, ГП-7, ПДФ-Ш. Размеры противогазов. Подборка противогазов по размеру; таблица размеров.	1
11	Правила пользования противогазом. Противогаз в «боевом положении».	1
12	Практические упражнения по надеванию противогазов.	1

	Нормативы.	
13	Общая физическая подготовка. Значение двигательной активности для здоровья человека в процессе его жизнедеятельности. Учить метания мяча в цель.	1
14	Развитие скоростной выносливости. Подвижные игры на местности.	1
15	Развитие координационных способностей: челночный бег 3*10 метров, Игры на местности.	1
16	Совершенствование навыков метания. Провести бег на выносливость 4 минуты.	1
17	Познакомить с простейшим комплексом силовой подготовки.	1
18	Бег по пересеченной местности с заданиями.	1
19	Совершенствование быстрого построения в шеренгу и колонну по одному. Подвижные игры, развивающие скоростную выносливость.	1
20	Развитие координационных способностей. Эстафеты, развивающие ловкость, меткость, быстроту.	1
21	Провести учет скоростных качеств в беге на 100. Подвижная игра на местности.	1
22	Провести учет скоростных качеств в беге на 60 метров. Подвижная игра на местности.	1
23	Развитие выносливости в беге на 1000 метров: 200 м бежать + 200 м идти. Обучить правильному дыханию. Развитие силы.	1
24	Эстафета по кругу, передача эстафеты.	1
25	Сооружение временного жилища. Основные требования, предъявляемые к месту сооружения временного жилища. Виды и способы сооружения временного жилища	1
26	Бивуак. Установка палатки.	1
27	Добывание и использование огня. Соблюдение мер пожарной безопасности. Виды костров и их назначение. Способы разжигания и сохранения огня.	
28	Ориентирование по компасу, по собственной тени, по звездам, по часам. Нахождение магнитного азимута.	1
29	Движение по азимуту с использованием двух ориентиров, Знакомство с компасом.	1
30	Ориентирование по местным признакам: таянию снега, густоте травы, влажности земли, строению муравейника, расположению мхов и т. д	1
31	Памяти поколений. Дни воинской славы России.	1
32	Ритуалы Вооруженных Сил РФ.	1
33	Боевое знамя воинской части – символ чести, доблести и славы.	1
34	Ордена – почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе.	1

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ КЛУБА «Патриот» (второй год обучения).

№	Содержание	Количество часов
1	Командообразование.	1
2	Огневая подготовка. Ознакомление с пневматической винтовкой. Техника безопасности.	1
3	Правила и техника прицеливания.	1
4	Огневая подготовка. Выбор точки прицеливания.	1

5	Огневая подготовка. Разборка и сборка АК.	1
6	Общевоинские уставы. Строевой устав. Строевые приемы в движении. Исполнение песни в движении в колонне по 3.	1
7	Строевые приемы в движении. Исполнение песни в движении в колонне по 3. Подвижная игра с мячом.	1
8	Строевые приемы в движении..	1
9	Строевая подготовка: движение в колонне по 3 с песней. Метание мяча, гранаты, копья в цель.	1
10	Строевая подготовка: повороты в движении	1
11	Строевая подготовка: движение в колонне по 3 с песней.	1
12	Строевая подготовка: движение в колонне по 3 с песней. Управление строем..	1
13	Строевая подготовка: перестроения в движении	1
14	Движение. Двигательная активность. Гиподинамия. Скелет и мышцы человека. К чему приводит недостаток движения в жизни человека.	1
15	Подвижная командная игра "Взятие крепости", развивающая основные двигательные качества Провести тестирование по челночному бегу 3*10	1
16	Провести тестирование по подтягиванию и отжиманию.	1
17	Совершенствование прыжков в высоту.	1
18	Провести тестирование в беге , в течении 6 минут. ОФП.	1
19	Обучение метанию мяча с разбега. Техника и правила выполнения метания. Эстафета по кругу.	1
20	Развитие скоростной выносливости в беге с преодолением вертикальных препятствий.	1
21	Провести тестирование в беге на 1500 метров. ОФП.	1
22	Бег по пересеченной местности. Безопасное поведение во время прохождения трассы. ОФП.	1
23	Метание мяча, гранаты, копья в цель.	1
24	Подвижная игра на местности. ОФП.	1
25	Провести тестирование в прыжках в длину с разбега. Ловля и передача мяча в движении.	1
26	Бег по пересеченной местности с заданиями . Подвижные игры на внимание.	1
27	Совершенствование дыхательных упражнений во время движения. Подвижные игры на быстроту реакции..	1
28	Основные средства защиты органов дыхания и правила их использования. Средства защиты кожи. Медицинские средства защиты и профилактики. <i>Практические занятия.</i> Отработать порядок получения и пользования средствами индивидуальной защиты.	1
29	<i>Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени</i>	1
30	Чтение топографических знаков. Движение по азимуту с использованием двух ориентиров, Знакомство с компасом.	1
31	Дни воинской славы России — дни славных побед, сыгравших решающую роль в истории государства.	1
32	Основные формы увековечения памяти российских воинов, отличившихся в сражениях, связанных с днями воинской славы России.	1
33	Ритуалы Вооруженных Сил РФ.	1

34	Воинские звания военнослужащих ВС РФ. Военная форма одежды.	1
----	---	---

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ КЛУБА «Патриот» (третий год обучения).

№	Содержание	Количество часов
1	Командообразование	1
2	Дни воинской славы России — дни славных побед, сыгравших решающую роль в истории государства.	1
3	Строевой устав. Строевая подготовка. Перестроение в движении из колонны по 1 в колонну по 2 способом дробления и сведения.	1
4	Совершенствование быстрого построения в шеренгу и колонну по одному.	1
5	Совершенствование строевых упражнений гимнастики с целью контроля за правильной последовательностью упражнений.	1
6	Строевые приемы в движении. Исполнение песни в движении в колонне по3.	1
7	Необходимость выработки привычек к систематическим занятиям физической культурой для обеспечения высокого уровня работоспособности и долголетия.	1
8	Познакомить с простейшим комплексом силовой подготовки.	1
9	Комплекс упражнений гимнастики с целью контроля за правильной последовательностью упражнений. Полоса препятствий.	1
10	Развитие координационных способностей. Эстафеты, развивающие ловкость, меткость, быстроту.. Подвижные игры на местности.	1
11	Физиологические особенности влияния закаливающих процедур на организм человека и укрепление его здоровья.	1
12	Необходимость выработки привычки к систематическому выполнению закаливающих процедур.	1
13	Движение по азимуту с использованием двух ориентиров, Чтение топографических знаков	1
14	Ориентирование по местным признакам: таянию снега, густоте травы, влажности земли, строению муравейника, расположению мхов и т. Д	1
15	Огневая подготовка. Ознакомление с пневматической винтовкой. Техника безопасности.	1
16	Правила и техника прицеливания.	1
17	Огневая подготовка. Выбор точки прицеливания.	1
18	Огневая подготовка. Выбор точки прицеливания.	1
19	Огневая подготовка. Знакомство с материальной частью автомата Калашникова.	1
20	Снаряжение патронами магазина АК.	1
21	Разборка и сборка АК.	1
22	Предназначение противогазов. ГП-7В, ГП-7, ПДФ-Ш. Размеры противогазов. Подборка против огазов по размеру; таблица размеров.	1
23	Правила пользования противогазом. Противогаз в «боевом положении». Практические упражнения по надеванию противогазов. Нормативы.	1
24	Как пользоваться поврежденным противогазом. Замена поврежденного противогаза на исправный в условиях зараженного	1

	воздуха.	
25	Способы подачи сигналов бедствия. Специальные знаки международной кодовой таблицы символов. Устройство и изготовление простейших сигнальных средств.	1
26	Система оповещения населения о чрезвычайных ситуациях. Порядок подачи сигнала «Внимание всем!».	1
27	Самовоспитание и самосовершенствование личности.	1
28	Психическое саморегулирование и самоанализ.	1
29	Воинские звания военнослужащих ВС РФ. Военная форма одежды.	1
30	Общевоинские уставы ВС РФ – закон воинской жизни.	1
31	Дни воинской славы России — дни славных побед, сыгравших решающую роль в истории государства.	1
32	Основные формы увековечения памяти российских воинов, отличившихся в сражениях, связанных с днями воинской славы России.	1
33	Ритуалы Вооруженных Сил РФ.	1
34	Как стать офицером Российской армии.	1

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ КЛУБА «Патриот» (четвертый год обучения).

№	Содержание	Количество часов
1	Командообразование.	1
2	Дни воинской славы России — дни славных побед, сыгравших решающую роль в истории государства.	1
3	Строевая подготовка. Строевая выучка. Построение в одну, в две шеренги по звеньям.	1
4	Сигналы управления строем.	1
5	Движение строем, поворот в движении, размыкание и смыкание строя.	1
6	Исполнение песни в строю, отдавание воинской чести во время движения отряда.	1
7	Строевая подготовка. Движение строем, поворот в движении, размыкание и смыкание строя.	1
8	Выход из строя и поход к начальнику, возврат в строй.	1
9	Строевые приемы в движении: перестроение из колонны по одному в колонну по два. Развитие скоростных качеств.	1
10	Движение строем, поворот в движении, размыкание и смыкание строя.	1
11	Строевая подготовка. Движение строем, поворот в движении, размыкание и смыкание строя.	1
12	Строевая подготовка. Движение строем, поворот в движении, размыкание и смыкание строя.	1
13	Выход из строя и поход к начальнику, возврат в строй.	1
14	Выход из строя и подход к начальнику, возврат в строй.	1
15	Строевая подготовка. Воинское приветствие.	1
16	Уставы ВО РФ: Строевой устав.	1
17	Уставы ВО РФ: Дисциплинарный устав.	1
18	Уставы ВО РФ: Устав караульной и гарнизонной службы	1
19	Уставы ВО РФ: Устав внутренней службы.	1

20	Сооружение временного жилища. Основные требования, предъявляемые к месту сооружения временного жилища.	1
21	Виды и способы сооружения временного жилища. Бивуак. Установка палатки.	1
22	Добывание и использование огня. Соблюдение мер пожарной безопасности. Виды костров и их назначение. Способы разжигания и сохранения огня.	
23	Топографические знаки. Чтение топографических знаков	1
24	Топографические знаки. Чтение топографических знаков	1
25	Огневая подготовка. Ознакомление с пневматической винтовкой. Техника безопасности.	1
26	Правила и техника прицеливания.	1
27	Огневая подготовка. Выбор точки прицеливания.	1
28	Огневая подготовка. Выбор точки прицеливания.	1
29	Огневая подготовка. Знакомство с материальной частью автомата Калашникова.	1
30	Снаряжение патронами магазина АК.	1
31	Дни воинской славы России — дни славных побед, сыгравших решающую роль в истории государства.	1
32	Основные формы увековечения памяти российских воинов, отличившихся в сражениях, связанных с днями воинской славы России.	1
33	Ритуалы Вооруженных Сил РФ.	1
34	Как стать офицером Российской армии.	1

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ КЛУБА «Патриот» (пятый год обучения).

№	Содержание	Количество часов
1.	Командообразование.	1
2.	Личность и социальная роль военного человека.	1
3.	Прохождение полосы препятствий в зале. Упражнения в висах и упорах.	1
4.	Лазание по наклонной плоскости различными способами. Подвижная игра на местности. Бег по пересеченной местности. Безопасное поведение во время прохождения трассы. ОФП.	1
5.	Подвижные игры с мячом. Тест по бегу на 1000 м. ОФП.	1
6.	Бег по пересеченной местности с заданиями. Подвижные игры на внимание. Тестирование по подтягиванию и отжиманию.	1
7.	Развитие скоростных качеств в круговой эстафете. Ловля теннисного мяча в парах: развитие ловкости и быстроты реакции.	1
8.	Ловля и передача мяча в движении. Силовые упражнения в упорах. Тест по прыжкам в длину с разбега	1
9.	Обучение метанию мяча с разбега. Техника и правила выполнения метания. Эстафета по кругу.	1
10.	Провести тестирование в беге на 1500 метров. ОФП	1
11.	Строевая подготовка. Движение строем, поворот в движении, размыкание и смыкание строя.	1

12.	Выход из строя и поход к начальнику, возврат в строй.	1
13.	Выход из строя и подход к начальнику, возврат в строй.	1
14.	Строевая подготовка. Военское приветствие.	1
15.	Строевая подготовка. Военское приветствие.	1
16.	Ознакомление с пневматической винтовкой. Техника безопасности. Основы и правила стрельбы	1
17.	Основы и правила стрельбы из пневматической винтовки. Правила и техника прицеливания.	1
18.	Огневая подготовка. Стрельба из пневматической винтовки из положения: лежа, стоя, с колена. Скоростная стрельба.	1
19.	Знакомство с материальной частью автомата Калашникова. Снаряжение магазина.	1
20.	Неполная разборка и сборка автомата Калашникова Снаряжение патронами магазина АК.	1
21.	Топографические знаки. Чтение топографических знаков	1
22.	Сооружение временного жилища. Бивуак. Установка палатки.	1
23.	Уставы ВС РФ: Строевой устав.	1
24.	Уставы ВС РФ: Дисциплинарный устав.	1
25.	Уставы ВС РФ: Устав караульной и гарнизонной службы	1
26.	Уставы ВС РФ: Устав внутренней службы.	1
27.	Правила пользования противогазом. Противогаз в «боевом положении». Практические упражнения по надеванию противогазов. Нормативы.	1
28.	Как пользоваться поврежденным противогазом. Замена поврежденного противогаза на исправный в условиях зараженного воздуха.	1
29.	Способы подачи сигналов бедствия. Специальные знаки международной кодовой таблицы символов. Устройство и изготовление простейших сигнальных средств.	1
30.	Система оповещения населения о чрезвычайных ситуациях. Порядок подачи сигнала «Внимание всем!».	1
31.	Дни воинской славы России — дни славных побед, сыгравших решающую роль в истории государства.	1
32.	Основные формы увековечения памяти российских воинов, отличившихся в сражениях, связанных с днями воинской славы России.	1
33.	Ритуалы Вооруженных Сил РФ.	1
34.	Как стать офицером Российской армии.	1

Список литературы.

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» №6,2007г.
21. Научно-методический журнал «Воспитание школьников» №2,2003 г.
22. Справочник руководителя Образовательного учреждения №08 август 2005г.
23. Целовальникова А. Патриотами не рождаются, ими становятся. ОБЖ №11,2006 г.
24. Стрельников В. Исторический опыт патриотического воспитания. ОБЖ №1,2006 г.

Электронно- образовательный ресурс:

1. https://ru.wikipedia.org/wiki/%C2%EE%E8%ED%F1%EA%EE%E5_%E7%E2%E0%ED%E8%E5
2. <http://www.afanas.ru/mapbase/znaki.htm>
3. <https://learningapps.org/index.php?category=76&s=>