

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
«Демянская средняя школа имени Героя Советского Союза А.Н. Дехтяренко»

РАССМОТРЕНО  
на заседании  
методического совета  
Протокол № 1 от 23.08.2023 года

УТВЕРЖДЕНО  
Приказом директора  
№ 171 от 30.08.2023 года

Рабочая программа  
курса внеурочной деятельности

«Патриот»

направленность: *духовно-нравственная*

Возраст учащихся:  
8-11 класс (14-18 лет)

Срок реализации:  
1 год,  
68 часов

Составитель программы:  
Иванов Андрей Юрьевич,  
учитель физической культуры

п. Демянск

2023 – 2024 учебный год

### Пояснительная записка.

Программа курса внеурочной деятельности «Патриот» реализуется в рамках духовно-нравственного направления.

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Патриот» составлена на основе следующих нормативных документов:

Федеральным законом от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования, утв. приказом Минпросвещения России от 31.05.2021 № 286 (далее – ФГОС НОО);

- Федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования, утв. приказом Минпросвещения России от 31.05.2021 № 287 (далее – ФГОС ООО).

- Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования, утвержденным приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 22.03.2021 №115;

- Письма Министерства просвещения Российской Федерации от 05.07.2022г. №ТВ–1290/03 «О направлении методических рекомендаций»; (Информационно- методическое письмо об организации внеурочной деятельности в рамках реализации обновленных федеральных государственных образовательных стандартов начального общего и основного общего образования);

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 18.07.2022 № 569 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования». (Зарегистрирован 17.08.2022 № 69676.);

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 18.07.2022 № 568 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования». (Зарегистрирован 17.08.2022 № 69675.);

- Санитарные правила и нормы СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 (далее – СанПиН 1.2.3685- 21);

- Основной образовательной программы начального общего образования;

-Рабочей программы воспитания.

**Цель программы:** гражданское и патриотическое воспитание, морально-психологическая и физическая подготовка подростков. Первоначальная подготовка по основам военной службы.

В рамках программы предполагается развитие у учащихся активной гражданской позиции и патриотизма как важнейших духовно-нравственных и социальных ценностей, отражающих сопричастность к делам и достижениям старших поколений, готовность к активному участию в различных сферах жизни общества, поэтому реализация данной программы направлена на решение ряда задач:

- Создать условия для формирования гражданского сознания у учащихся;
- Формировать положительную направленность у воспитанников на службу в рядах вооруженных сил и выбор профессии военнослужащего или сотрудника МЧС;
- Пропагандировать здоровый образ жизни;
- Формировать у воспитанников дисциплинированность, целеустремленность, самообладание, ответственность, коллективизм, товарищество;
- Создать условия для реализации физического и творческого потенциала личности каждого ученика.

**Профиль программы:** военно-патриотический. Курс предназначен для всесторонней подготовки молодежи к предстоящей службе в рядах Вооруженных Сил Российской Федерации. Программа ориентирована на военно-патриотическое воспитание юношей и девушек, имеет целевую установку готовить юношей к защите Отечества, основываясь на боевых традициях России на всех этапах ее существования, формировать морально-психологические качества, дисциплинированность, уважение к старшим, ветеранам боевых действий. Основная цель военно-патриотического воспитания – готовить обучающихся к защите Родины, своего народа, родного

края, воспитывать чувство уважения и гордости к Российской Федерации и ее Вооруженным силам.

Новизна этой программы в синтезе различных направлений оборонно-спортивной деятельности, что позволяет обеспечить комплексный подход к изучению основ военного дела. В процессе освоения данной программы воспитанники формируются как целостная личность, в единстве многообразия своих физических, психических и нравственных качеств.

На сегодняшнем этапе развития современного общества данная образовательная программа, несомненно, актуальна. Уровень патриотического сознания у подрастающего поколения не высок. Служба в армии, структурах МВД и МЧС не считается достаточно престижной и почетной. Программа позволяет подросткам приобщиться к здоровому образу жизни. Создаются условия для развития у юношей и девушек мотивации к познанию, выработки чувства коллективизма, ответственности за себя и товарищей. Дает возможность получить первичные навыки военной службы и основам безопасности жизнедеятельности.

Занятия по программе способствуют привитию подросткам любви к Родине, изучению военной истории России, укреплению здоровья и физического развития, развитию умения действовать в экстремальных ситуациях и сложной обстановке, привитию здорового образа жизни, культуры поведения в обществе, оказывают помощь в выборе будущей профессии.

Педагогическая целесообразность программы проявляется в том, что получив знания на уроках ОБЖ, часть ребят желает попробовать и проверить себя в условиях соревнований. В программе изначально запланировано участие в таких сложных комплексных соревнованиях, как «Зарница», участие в походах, в поисковой работе, несение вахты памяти и почетных караулов, где подросткам нужно не только показать их умения и навыки в видах спорта, но и глубокие теоретические знания по истории, правилам 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. Поэтому программа прежде всего будет интересна подросткам, интересующимся военной историей, патриотическим движением.

Программа рассчитана на 1 год, 68 часов. Режим занятий 2 часа в неделю, занятие (час) – 40 мин.

Рекомендуемый возраст воспитанников 14-18 лет (8-11 класс). Для начала занятий в кружке специальной подготовки не требуется, но принимаются обучающиеся без медицинских противопоказаний. Оптимальное число воспитанников - 8-15 человек.

#### **Формы организации образовательного процесса и виды занятий по программе:**

Предусмотрены групповые и индивидуальные формы работы; виды занятий: тренировки, лекции, практикумы, соревнования, показательные выступления и др.

#### **Формы контроля:**

- Смотры/слеты,
- Мониторинг личных достижений,
- Спартакиады,
- Соревнования разного уровня (школа, район, область),

Целесообразно для проведения лекционных, ознакомительных занятий привлекать сотрудников военкомата, сотрудников органов внутренних дел и др. спецслужб. Обязательно все теоретические знания закреплять практическими приемами. Учащиеся объединения привлекаются для помощи в организации общешкольных массовых мероприятий оборонно-патриотической и спортивной направленности.

#### **Планируемые результаты**

**Личностными результатами** освоения учащимися содержания курса являются следующие умения:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;

- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

**Метапредметными результатами** освоения учащимися содержания программы по курсу являются следующие умения:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в соревновательной деятельности.

В конце обучения учащиеся должны показать следующие **предметные результаты**:

- Знать особенности современных отечественных вооруженных сил, воинские звания и их отличия;
- Уметь выполнять приемы строевой подготовки;
- Знать материальную часть оружия;
- Выполнять на зачет упражнения по стрельбе из пневматической винтовки ИЖ-22 и малокалиберной винтовки ТОЗ-8;
- Уметь применять первичные средства пожаротушения;
- Знать порядок действий в чрезвычайных ситуациях;
- Уметь работать с противогазом;
- Знать принцип действия приборов ДП-5, ВПХР;
- Знать назначение и уметь использовать ОЗК;
- Уметь оказывать первую медицинскую помощь при травмах, ожогах, поражении отравляющими веществами;
- Уметь ориентироваться на местности;
- Уметь разбивать туристический лагерь;
- Знать правила дорожного движения.

### **Формы учета рабочей программы воспитания в рабочей программе курса внеурочной деятельности «Патриот».**

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Патриот» ориентирована на целевые приоритеты, сформулированные в Программе воспитания Демянской средней школы.

Воспитательный потенциал курса внеурочной деятельности «Патриот» реализуется через :

- Побуждение обучающихся соблюдать общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (педагогическими работниками) и сверстниками (обучающимися), принципы учебной дисциплины и самоорганизации.
- Привлечение внимания обучающихся к ценностному аспекту изучаемых предметов, явлений, событий через:
  - демонстрацию обучающимся примеров ответственного, гражданского поведения, проявления человеколюбия и добросердечности
  - обращение внимания на ярких деятелей культуры, связанных с изучаемыми в данный момент темами, на тот вклад, который они внесли в развитие нашей страны и мира, на достойные подражания примеры их жизни, на мотивы их поступков;

— использование на уроках информации, затрагивающей важные социальные, нравственные, этические вопросы

- Использование воспитательных возможностей содержания учебного предмета для формирования у обучающихся российских традиционных духовно-нравственных и социокультурных ценностей через подбор соответствующих текстов для чтения, проблемных ситуаций для обсуждения в классе

- Инициирование обсуждений, высказываний своего мнения, выработки своего личностного отношения к изучаемым событиям, лицам.

- Включение в занятия игровых процедур, которые помогают поддержать мотивацию обучающихся к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений в классе, помогают установлению доброжелательной атмосферы во время занятий

-Применение на уроке интерактивных форм работы, стимулирующих познавательную мотивацию обучающихся.

- Применение групповой работы или работы в парах, которые способствуют развитию навыков командной работы и взаимодействию с другими обучающимися.

- Выбор и использование на уроках методов, методик, оказывающих воспитательное воздействие на личность в соответствии с воспитательным идеалом, целью и задачами воспитания.

- Инициирование и поддержка исследовательской деятельности школьников в форме включение в урок различных исследовательских заданий, что дает возможность обучающимся приобрести навыки самостоятельного решения теоретической проблемы, генерирования и оформления собственных гипотез, уважительного отношения к чужим идеям, публичного выступления, аргументирования и отстаивания своей точки зрения.

- Установление уважительных, доверительных, неформальных отношений между учителем и учениками, создание на уроках эмоционально-комфортной среды.

### УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ЗАНЯТИЙ.

№	Наименование темы	Теория	Практика	Всего часов	Формы организации	Виды деятельности
1.	Введение. Основы военного дела	2	-	2	групповая	лекция
2.	Спортивная стрельба из малокалиберных и пневматических винтовок	2	13	15	групповая / индивидуальная	тренировки, практикумы, соревнования
3.	Основы пожарно-прикладного спорта	2	6	8	групповая	лекции, тренировки, экскурсия
4.	Строевая подготовка	1	13	14	групповая	тренировки, практикумы, показательные выступления
5.	Гражданская оборона	4	6	10	групповая	лекции, практикумы, соревнования,
6.	Правила дорожного движения	2	1	3	групповая	лекции, практикумы,
7.	Туризм	2	6	8	групповая / индивидуальная	лекции, практикумы,
8.	Соревнования. Военизированные игры. Несение вахты памяти и почетных караулов.	1	7	8	групповая / индивидуальная	тренировки, соревнования, показательные выступления
<b>Итого</b>		<b>16</b>	<b>52</b>	<b>68</b>		

## Содержание программы.

### 1. *Введение. Основы военного дела:*

Ознакомление с программой обучения условиям занятий.

Вооруженные силы на современном этапе.

Воинские звания и знаки отличия.

Присяга и уставы.

Воинская дисциплина, её сущность и значение.

### 2. *Спортивная стрельба из малокалиберных и пневматических винтовок:*

Материальная часть оружия.

Основы стрельбы. Меры безопасности.

Приемы изготовления.

Спуск курка.

Внесение поправок на прицельном приспособлении.

Совмещение средней точки попадания с центром мишени.

Тренировка.

Стрелковые соревнования.

Физическая подготовка.

### 3. *Основы пожарно-прикладного спорта:*

Физическая подготовка (кросс, общая физическая подготовка с акцентом на скоростно-силовые упражнения).

Экскурсия в пожарную часть, знакомство с приспособлениями для пожаротушения.

Преодоление полосы препятствий (преодоление забора).

Эстафетный бег (+ теория).

### 4. *Строевая подготовка.*

Строевые приемы на месте. Строевые приемы в движении без оружия. Выполнение команд.

Повороты на месте и в движении. Шаг походный и строевой. Перестроения на месте и в движении.

Отдание чести. Подход к начальнику и отход от него. Ответ на приветствие в строю.

### 5. *Гражданская оборона.*

Действия в чрезвычайных ситуациях. Преодоление зоны заражений. Отработка навыков работы в противогазе. Изучение ОЗК. Медицинская помощь. Изучение приборов ДП-5, ВПХР.

### 6. *Правила дорожного движения.*

Дорожные знаки. Вождение велосипеда.

### 7. *Туризм.*

Сборка палатки. Разведение костра. Преодоление препятствий. Техника вязания узлов. Работа с компасом. Ориентирование на местности.

### 8. *Соревнования. Военизированные игры. Несение вахты памяти и почетных караулов.*

Участие в соревнованиях «Школа безопасности «Зарница». Несение вахты почетного караула.

## Тематическое планирование

№	Тема	Формы контроля	Часы	Форма проведения занятия	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Вооруженные силы на современном этапе. Техника	фронтальный опрос	1	лекция	13. <a href="https://voen">https://voen</a>

	безопасности на занятиях.				<p>noedelo.com/ - Военное дело 14. <a href="https://ww.w.mil.ru/">https://ww.w.mil.ru/</a> - Министерство обороны Российской Федерации 15. <a href="https://ww.w.mchs.gov.ru">https://ww.w.mchs.gov.ru</a> – Гражданская оборона 16. <a href="https://predpohod.ru/">https://predpohod.ru/</a> - ПредПоход</p>
2	Основы стрельбы. Меры безопасности. Приемы изготовления. Спуск курка.	Смотры/слеты	1	практикум	
3	Стрельба из винтовки с дианооптическим прицелом.	Мониторинг личных достижений	1	практикум	
4	Стрельба из винтовки с дианооптическим прицелом.	Спартакиады	1	соревнования	
5	Силовая подготовка. Подтягивание, отжимание.	Соревнования	1	тренировка	
6	ОРУ. Упражнение на гимнастической стенке.	фронтальный опрос	1	лекция	
7	Кроссовая подготовка 15 – 20 минут.	Смотр/слет	1	практикум	
8	Кроссовая подготовка. 1000 м (минут)	Мониторинг личных достижений	1	практикум	
9	Работа с компасом. Ориентирование.	Спартакиады	1	соревнования	
10	Работа с компасом. Составления плана.	Соревнования	1	тренировка	
11	Техника вязания узлов .	фронтальный опрос	1	лекция	
12	Техника вязания узлов.	Смотр/слет	1	практикум	
13	Техника вязания узлов.	Мониторинг личных достижений	1	практикум	
14	Техника вязания узлов.	Спартакиады	1	соревнования	
15	Следопыт. Паралельная переправа, «болото»	Соревнования	1	тренировка	
16	«Бабочка», установка и разборка палатки..	фронтальный опрос	1	лекция	
17	Стрельба из винтовки пневматическая.	Смотр/слет	1	практикум	
18	Стрельба из винтовки пневматическая.	Мониторинг личных достижений	1	практикум	
19	Стрельба из винтовки пневматическая.	Спартакиады	1	соревнования	
20	Стрельба из винтовки пневматическая.	Соревнования	1	тренировка	
21	Силовая подготовка (руки, ноги, «пресс»)	фронтальный опрос	1	лекция	
22	Силовая подготовка (гири, гантели).	Смотр/слет	1	практикум	
23	Г.о. Противогаз, защитные костюмы.	Мониторинг личных достижений	1	практикум	
24	Г.о. Защитные костюмы (на время).	Спартакиады	1	соревнования	
25	Г.о. Приборы ВПХР, ДП – 5 «в» Практика.	Соревнования	1	тренировка	
26	Г.о. Приборы ВПХР, ДП – 5 «в» Практика.	фронтальный опрос	1	лекция	
27	Материальная часть оружия. Сборка ак - 74.	Смотры/слет	1	практикум	
28	Сборка, разборка АК-74. Контрольное время.	Мониторинг личных достижений	1	практикум	
29	ОФП. «Волейбол». Приём мяча сверху, снизу.	Спартакиада	1	соревнования	

30	ОФП «Волейбол». Приём мяча сверху, снизу.	Соревнования	1	тренировка
31	Внесение поправок в прицельное устройство	фронтальный опрос	1	лекция
32	Стрельба (тир) 3*5 (8 дм)	Смотр/слет	1	практикум
33	Совмещение средней точки. Попадание в мишени.	Мониторинг личных достижений	1	практикум
34	Стрельба (тир).	Спартакиады,	1	соревнования
35	Основы пожарно-прикладного спорта.	Соревнования	1	тренировка
36	Экскурсия в пожарную часть (знакомство)	фронтальный опрос	1	лекция
37	Экскурсия в пожарную часть.	Смотры/слет	1	практикум
38	Стрелковые соревнования.	Мониторинг личных достижений	1	практикум
39	Стрелковые соревнования.	Спартакиада	1	соревнования
40	Воинские звания и знаки отличия.	Соревнования	1	тренировка
41	Строевые приёмы на месте.	фронтальный опрос	1	лекция
42	Строевые приёмы в движении.	Смотры/слет	1	практикум
43	Строевые приёмы в движении.	Мониторинг личных достижений	1	практикум
44	Выполнение команд. Повороты на месте.	Спартакиада	1	соревнования
45	Выполнение команд. Повороты в движении.	Соревнования	1	тренировка
46	Шаг походный , шаг строевой.	фронтальный опрос	1	лекция
47	Шаг походный , шаг строевой.	Смотры/слет	1	практикум
48	Перестроение на месте и в движении.	Мониторинг личных достижений	1	практикум
49	Перестановка на месте и в движении.	Спартакиада	1	соревнования
50	Отдание чести. Поворот к начальнику.	Соревнования	1	тренировка
51	Практика по строевой подготовке.	фронтальный опрос	1	лекция
52	Практика	Смотры/слеты	1	практикум
53	Правила дорожного движения. Дорожные знаки.	Мониторинг личных достижений	1	практикум
54	Дорожные знаки.	Спартакиада	1	соревнования
55	Вождение велосипеда.	Соревнования	1	тренировка
56	Преодоление полосы препятствий (преодоление забора).	фронтальный опрос	1	лекция
57	Эстафетный бег ( + теория).	Смотры/слет	1	практикум
58	Кроссовая подготовка.	Мониторинг личных достижений,	1	практикум
59	Туризм. Сборка палатки. Разведение костра.	Спартакиады	1	соревнования
60	Туризм. Сборка палатки. Разведение костра.	Соревнования	1	тренировка
61	Несение вахты почетного	фронтальный опрос	1	лекция



	караула.			
62	Несение вахты почетного караула.	Смотры/слеты	1	практикум
63	Несение вахты почетного караула.	Мониторинг личных достижений	1	практикум
64	Участие в соревнованиях «Школа безопасности «Зарница».	Спартакиада	1	Показательные выступления
65	Участие в соревнованиях «Школа безопасности «Зарница».	Соревнования	1	Показательные выступления
66	Участие в соревнованиях «Школа безопасности «Зарница».	фронтальный опрос	1	Показательные выступления
67	Участие в соревнованиях «Школа безопасности «Зарница».	Смотр/слет	1	Показательные выступления
68	Участие в соревнованиях «Школа безопасности «Зарница».	Мониторинг личных достижений	1	Показательные выступления
			68	

### Материально-техническое обеспечение.

1. Тир.
2. Пневматические винтовки ИЖ-22.
3. Стадион.
4. Спортивный зал.
5. Полоса препятствий.
6. Асфальтированная площадка для занятий строевой подготовки.
7. Противогазы.
8. Костюм - Л 1/1
9. ОЗК
10. Приборы ДП-5, ВПХР.
11. Бинты (10 см., 14 см.)
12. Шинный материал
13. Туристическое снаряжение (карабины, палатки, шнуры, компасы и т.д.).
- 14.

### Список литературы:

1. «Основы безопасности жизнедеятельности» учебник для общеобразовательных учреждений под редакцией Ю.Л. Воробьева, Москва, Астрель – АСТ, 2007г.
2. Федеральный Закон РФ «Об обороне»
3. Федеральный Закон РФ «О воинской обязанности и военной службе».
4. А.Т. Смирнов, Б.И. Мишин. Методические материалы и документы по курсу Основы безопасности жизнедеятельности. Москва. «Просвещение» 2001г.;
5. <https://voennoedelo.com/> - Военное дело
6. <https://www.mil.ru/> - Министерство обороны Российской Федерации
7. <https://www.mchs.gov.ru> – Гражданская оборона
8. <https://predpohod.ru/> - ПредПоход

### Оценочные материалы.

#### Контрольные нормативы.

Упражнение по стрельбе из малокалиберной винтовки ТОЗ-8.

Цель – мишень №6 на 25м.

Количество патронов:

- пробных – 3;
- зачетных – 5.

Время – неограниченно.

Положение стрельбы – лежа с упора.

Оценка:

- отлично – 40(37);
  - хорошо – 33 (30);
- удовлетворительно – 30 (27).

Упражнение по стрельбе из пневматической винтовки ИЖ-22.

Цель – мишень №П на 10м.