

Приложение № 5
к основной образовательной программе
основного общего образования

РАССМОТРЕНО и РЕКОМЕНДОВАНО
к утверждению на заседании
педагогического совета
от «_30_» августа 2023
протокол № 12



УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ «СОШ с УИОП № 3»
О.М.Горохова
Приказ № 270 от 30.08.2023

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
курса внеурочной деятельности
8 класс
«Зарница»

Составитель: Широкова М.С.

г. Березники
2023

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Актуальность и назначение программы. Программа разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, ориентирована на обеспечение индивидуальных потребностей обучающихся и направлена на достижение планируемых результатов освоения программы основного общего образования с учетом выбора участниками образовательных отношений курсов внеурочной деятельности. Это позволяет обеспечить единство обязательных требований ФГОС во всем пространстве школьного образования: не только на уроке, но за его пределами.

Программа направлена на воспитание человека с активной жизненной и профессиональной позицией, трудолюбивого и высоконравственного, патриота своей Родины, уважающего права и свободы личности, традиции и культуры других народов.

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.

Программа содержит систематизированное изложение комплексной подготовки учащихся для участия в муниципальном и региональном этапах военно-патриотической игры «Зарница», где подросткам необходимо не только показать свои практические умения и навыки в сложных видах спорта, но и глубокие теоретические знания по истории Отечества, правилам дорожного движения, медицине, основам безопасности жизнедеятельности, гражданской обороны, основам военной службы и пр.

Спортивно-патриотические игры включают в себя разнообразные виды состязаний, предъявляющих высокие требования к различным сторонам физической подготовки. Здесь важна общая выносливость для преодоления длинных дистанций, статическая выносливость, необходимая в стрельбе и строевой подготовке, сила и быстрота для успешного выступления в спортивных состязаниях и ловкость, которая требуется практически на всех этапах соревнований.

Помимо этого, соревнования воспитывают коллективизм, умение подчинять свои амбиции интересам команды, чувство ответственности за свои поступки, спортивно-волевые качества. Спортивно-патриотическое воспитание направлено, прежде всего, на возрождение и становление на новой системе воспитания детей и подростков, развивая у них чувство патриотизма, готовности быть полезным Родине, формирование установки на

здоровый образ жизни, развитие морально-волевых качеств, воспитания силы, ловкости, стойкости, дисциплинированности, формирование опыта служению Отечеству и готовности к защите Родины.

Залог успеха в качественной подготовке команды – постоянность и планомерность тренировок. Такая деятельность осуществляется в течение года, проводятся постоянные систематические занятия с городскими командами от школ. Спортивно-патриотические игры проводятся ежегодно, делятся на тематические этапы.

Программа внеурочной деятельности разработана в соответствии с обновленными ФГОС основного общего образования, ориентирована на обеспечение индивидуальных потребностей обучающихся и направлена на достижение планируемых результатов освоения программы основного общего образования с учетом выбора участниками образовательных отношений учебных курсов внеурочной деятельности. Направлена в первую очередь, на нравственное воспитание и физическое совершенствование учащихся, подготовку их к самостоятельной жизни в обществе; повышение интереса учащихся к военно-патриотической деятельности, привлечение подростков к реализации государственной политики в области военно-патриотического и гражданского воспитания; увлечение их изучением истории и культуры Отечества и родного края; передача и развитие лучших традиций российского воинства; приобретение учащимися военно-прикладных умений и навыков; воспитание ответственности за порученное дело, дисциплинированности, исполнительности, готовности к действиям в экстремальных ситуациях.

Варианты реализации программы и формы проведения занятий

Программа может быть реализована в работе со школьниками 8 классов.

Программа курса рассчитана на 34 часа, и включает в себя начальную военную, военно-техническую, морально-психологическую подготовку. В рамках курса предусмотрены такие формы проведения занятий как: лекции, практические занятия, а также экскурсии, походы, конкурсы, соревнования и занятия в стрелковом тире. Формы занятий предполагают сочетание индивидуальной и групповой работы школьников, предоставляют им возможность проявить и развить свою самостоятельность.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

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.

Личностные результаты

В сфере гражданского воспитания: 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;

В сфере патриотического воспитания: воспитание чувства сопричастности и гордости за свою малую Родину, народ и историю, осознание ответственности человека за общее благополучие, осознание своей этнической принадлежности; 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

В сфере духовно-нравственного воспитания: 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, бережное отношение к материальным и духовным ценностям;

В сфере физического воспитания, формирования культуры здоровья и эмоционального благополучия: установка на безопасный, здоровый образ жизни; умение переносить предлагаемые нагрузки в течение занятия; доверие и способность к пониманию и сопереживанию чувствам других людей; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, ответственного отношения к своему здоровью;

В сфере трудового воспитания: активное побуждение к практическим действиям; мотивация к творческому труду, работе на результат;

В сфере адаптации к изменяющимся условиям социальной и природной среды: принятие и освоение социальной роли учащегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; 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;

Метапредметные результаты

В сфере овладения универсальными учебными познавательными действиями: проводить сравнение и классификацию объектов; понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий; 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.

В сфере овладения универсальными учебными коммуникативными действиями: 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; 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.

В сфере овладения универсальными учебными регулятивными действиями: понимать и принимать учебную задачу, сформулированную учителем; осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности; 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.

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 стрельб;
- 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 оказания 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.

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

1. Вводное занятие

Знакомство с положением о проведении ВПИ «Зарница». Инструктаж по технике безопасности.

Практика: Входной контроль по определению уровня подготовки учащихся по направлениям:

- Общая физическая подготовка;
- Дорожно-транспортная безопасность;
- Гражданская оборона;
- Пожарная безопасность;
- Строевая подготовка;
- Медико-санитарная подготовка;
- Огневая подготовка.

2. Общая физическая подготовка

Упражнения и игры на развитие быстроты и выносливости.

Упражнения и игры на развитие скоростно-силовых качеств.

Упражнения и игры на развитие ловкости и силы.

Командные игры.

3. Дорожно-транспортная безопасность

Обязанности пешеходов, пассажиров, водителей. Сигналы светофора и регулировщика. Требования к движению велосипедов, мопедов, гужевых повозок. Остановка и стоянка, обгон, проезд перекрестков. Расположение транспортных средств на проезжей части, скорость движения. Приоритет маршрутных транспортных средств, движение в жилых зонах. Изучение дорожных знаков. Перевозка людей, перевозка грузов, буксировка.

Практика: решение ситуационных задач.

4. Гражданская оборона

ГО и ее предназначение, задачи по защите населения от последствий ЧС мирного и военного времени. Действия населения при землетрясениях, пожарах. Правила поведения в чрезвычайных ситуациях. Действия при команде «Газы». Правила надевания противогаза на себя. Правила надевания противогаза на пораженного

Практика: Норматив № 1. Надевание противогаза на себя. Норматив № 2. Надевание противогаза на пораженного.

5. Пожарная безопасность

Правила обращения с огнем в квартире, доме. Пользование электроприборами. Причины возникновения пожара в доме, квартире, способы тушения. Правила обращения с легковоспламеняющимися жидкостями, горючими веществами, средствами бытовой химии. Угарный газ, меры предосторожности при пользовании печами. Правила установки елки, электрогирлянд, пользования пиротехническими средствами. Знаки пожарной безопасности, их назначение. Основные поражающие факторы на пожаре, защита человека от них. Назначение «штормовки», «спасательного

пояса», одежды пожарного. Правила пользования стволом, пожарным рукавом.

Практика: решение ситуационных задач.

6. Строевая подготовка

Основные наименования строя и его распоряжения. Предварительная и исполнительная часть команды.

Практика: Основы строя, выполнение команд «Равняйся», «Смирно», «Вольно», «Разойтись», «Равнение на середину». Построение в шеренгу, колонну. Повороты направо, налево, кругом на месте, в движении. Рапорт учителю. Размыкание и смыкание. Перестроение из одной шеренги в две и обратно, из колонны по одному в колонну по два, по три. Движение строевым шагом. Зачет. Участие в соревнованиях. Участие в работе знаменной группы.

7. Медико-санитарная подготовка

Медицинские термины: виды травм, ранений, кровотечений, утоплений, степени тяжести ожогов, отморожений. Понятия: антисептик, асептик, давящая повязка, иммобилизация, шина. Повторение основ строения человека: скелет, конечность, кость, артерия, вена. Личная гигиена, профилактика различных заболеваний. Основные приемы оказания первой доврачебной помощи. Природные лекарственные средства, ядовитые растения, грибы, первая помощь при укусах насекомых, змей. Первая доврачебная помощь. Алгоритм оказания первой доврачебной помощи при механических травмах, ранениях, ожогах, тепловом и солнечном ударе, ударе электрическим током.

Практика: Отработка алгоритма оказания доврачебной помощи. Отработка наложения повязок, шин, жгута и транспортировки пострадавшего. Приемы транспортировки пострадавших. Первая медицинская помощь при обморожениях и ожогах, первая медицинская помощь при солнечном ударе, первая медицинская помощь при утоплении. Письменный тест на знание медицинских терминов.

8. Огневая подготовка

Основы теории стрельбы. Правила поведения в тире, правила стрельбы и меры безопасности. Устройство малокалиберной винтовки, пневматической винтовки. Уход и хранение стрелкового оружия. Изготовка к стрельбе. Правила прицеливания. Корректировка стрельбы. Меры безопасности при обращении с оружием и выполнении учебных стрельб. Неполная сборка и разборка автомата Калашникова (АК-74). Понятие. Порядок разборки и сборки автомата. Ошибки при разборке и сборке автомата Калашникова.

Практика: Правила прицеливания. Практическая стрельба. Выполнение стрельб из пневматической винтовки из положения с колена, стоя. Тренировка по неполной сборке и разборке автомата. Неполная сборка и разборка автомата на время.

9. Духовно-патриотическое воспитание

История вооруженных сил, боевых традиций армии и флота, других силовых структур. Страницы воинской славы: ратная слава русских дружин и ополчений, век русской воинской славы (XVII), армия и флот России в войнах XIX – начала XX вв. История создания герба и флага России.

Практика: Выполнение теста по истории Отечества: полководцы и герои, ордена и медали Великой Отечественной войны, основные битвы, военная техника и вооружение, ученые и конструкторы оружия Победы, Молотовская область (Пермский край) и г. Березники в годы Великой Отечественной войны.

Календарно-тематическое планирование курса внеурочной деятельности «Зарница»

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов
1. Вводное занятие		
1	Знакомство с положением о проведении ВПИ «Зарница». Инструктаж по технике безопасности	1
2	Входной контроль по определению уровня подготовки учащихся	1
2. Общая физическая подготовка		
3	Строение и функции организма человека, влияние физических упражнений. Краткие сведения о строении организма, основные сведения о строении внутренних органов	1
4	Влияние физических упражнений на укрепление здоровья, работоспособности	1
5	Комплексное силовых упражнений	1
6	Порядок проведения и нормативы военизированного кросса. Военно-прикладная полоса препятствий, нормативы, этапы	1
7	Отработка и выполнение требований нормативов военизированного кросса	1
3. Дорожно-транспортная безопасность		
8	Обязанности пешеходов, пассажиров, водителей. Сигналы светофора и регулировщика. Требования к движению велосипедов, мопедов, гужевых повозок	1
9	Изучение дорожных знаков. Перевозка людей, перевозка грузов	1
	Решение ситуационных задач	
4.Гражданская оборона		
10	Правила поведения в чрезвычайных ситуациях.	1
11	Действия при команде «Газы». Правила надевания противогаза на себя.	1
12	Правила надевания противогаза на пораженного	1
14	Норматив № 1. Надевание противогаза на себя.	1
15	Норматив № 2. Надевание противогаза на пораженного	1
15	Решение ситуационных задач	1
5.Пожарная безопасность		
16	Правила обращения с огнем в квартире, доме. Пользование электроприборами	1
17	Правила обращения с легковоспламеняющимися жидкостями, горючими веществами, средствами бытовой химии.	1
18	Решение ситуационных задач	1
6. Строевая подготовка		
19	Виды строя. Передвижение в строю. Перестроение из одно шереножного строя в двухшереножный строй	1
20	Смыкание и размыкание в одно шереножном строю. Строевые приемы	1
21	Отработка строевой подготовки подразделения. Отработка строевых приемов	1
22	Разучивание строевой песни. Отработка строевой песни при передвижении.	1
7.Медико-санитарная подготовка		
23	Виды травм, ранений, кровотечений, утоплений, степени тяжести ожогов, отморожений. Понятия: антисептик, асептик, давящая повязка, иммобилизация, шина	1
24	Личная гигиена, профилактика различных заболеваний. Основные приемы	1

	оказания первой доврачебной помощи.	
25	Алгоритм оказания первой доврачебной помощи при механических травмах, ранениях, ожогах, тепловом и солнечном ударе, ударе электрическим током	1
26	Отработка алгоритма оказания доврачебной помощи. Отработка наложения повязок, шин, жгута и транспортировки пострадавшего. Приемы транспортировки пострадавших	1
8.Огневая подготовка		
27	Основы теории стрельбы. Правила поведения в тире, правила стрельбы и меры безопасности. Устройство пневматической винтовки.	1
28	Изготовка к стрельбе. Правила прицеливания. Корректировка стрельбы	1
29	Неполная сборка и разборка автомата Калашникова (АК-74).	1
30	Тренировка по неполной сборке и разборке автомата.	1
9. Духовно-патриотическое воспитание		
31	История вооруженных сил, боевых традиций армии и флота, других силовых структур. Страницы воинской славы	1
32	Полководцы и герои, ордена и медали Великой Отечественной войны, основные битвы, военная техника и вооружение, ученые и конструкторы оружия Победы.	1
33	Молотовская область и г .Березники в годы Великой Отечественной войны	1
34	Подготовка визитной карточки для ВПИ «Зарница»	1
Всего		34