

Рабочая программа
курса внеурочной деятельности
«Строевая подготовка»
для 5-6 классов

Составитель:

учитель физической культуры
МОУ СШ № 33
Джуненко Е.В.

Волгоград 2023

Пояснительная записка

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Строевая подготовка» разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, основной образовательной программой основного общего образования МОУ СШ № 33, а также рабочей программой МОУ СШ № 33.

Общая характеристика курса внеурочной деятельности «Строевая подготовка»

Программа курса внеурочной деятельности «Строевая подготовка» имеет социально-педагогическую, военно-патриотическую направленность и способствует формированию у молодежи готовности и практической способности к выполнению гражданского долга и конституционных обязанностей по защите Отечества.

Программа направлена на:

- 1) участие в реализации основных задач государственной молодежной политики Российской Федерации;
- 2) всестороннее развитие и совершенствование личности детей и подростков, удовлетворение их индивидуальных потребностей в интеллектуальном, нравственном и физическом совершенствовании;
- 3) повышение в обществе авторитета и престижа военной службы;
- 4) сохранение и приумножение патриотических традиций.

Цель и задачи программы

Цель программы - развитие у детей и подростков гражданственности, патриотизма как важнейших духовно-нравственных и социальных ценностей.

Задачи программы:

- применять меры безопасности во время занятий, слетов, соревнований;
- знать воинские традиции Советской и российской армии;
- оказывать первую медицинскую помощь при травмах и ранениях в чрезвычайных ситуациях;
- ориентироваться на местности;
- организация привала и ночлега в полевых условиях;
- знать и выполнять элементы строя и обязанности в строю.
- приобщать к боевым и трудовым традициям российской и советской армии, разъяснять истоки героизма и самоотверженности русского народа;
- воспитывать гордость за подвиги разных поколений защитников Отечества и стремление подражать им;
- создавать условия для физического, психического, нравственного развития учащихся;
- организовывать сотрудничество и совместную деятельность с педагогом и членами команды;
- работать индивидуально и в группе: находить общее решение на основе согласования позиций и учета интересов.

Формы обучения и режим занятий

Реализация программы основана на системно-деятельностном подходе, предусматривает использование различных форм организации работы: коллективные, групповые, индивидуальные и дифференцированно-групповые.

Методы обучения: словесные, наблюдения, проблемные, иллюстративные, практические.

Формы занятий: тактико-строевые занятия, тематические и комплексные занятия, походы, практические занятия на местности, викторины, экскурсии.

Форма обучения - очная.
Индивидуальная форма обучения Дистанционная
(электронная) форма обучения.

Место курса в плане внеурочной деятельности:
курс внеурочной деятельности рассчитан на 68 часов в год (2 часа в неделю).

Планируемые результаты

В результате освоения программного материала ожидается формирование и овладение учащимися личностных, метапредметных и предметных универсальных учебных действий.

Личностные универсальные действия:

- соблюдать дисциплину;
- выполнять правила внутреннего распорядка;
- осознать себя как индивидуальность и одновременно как член детского коллектива;
- способность к самооценке своих действий и поступков;
- проявлять в конкретных ситуациях доброжелательность, доверие, внимательность, помощь;
- усвоить гуманистические, демократические и традиционные ценности многонационального российского общества;
- принять чувство ответственности и долга перед Родиной.

Метапредметные универсальные учебные действия:

Регулятивные

- уметь самостоятельно определять цель при выполнении работы;
- выстраивать последовательность необходимых операций;
- уметь оценивать правильность выполнения учебной задачи.

Познавательные

- выделять и обобщать смысл поставленной учебной задачи;
- определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии;
- уметь работать с информацией.

Коммуникативные

- уметь сотрудничать с взрослыми и сверстниками в процессе совместной деятельности;
- работать индивидуально и в группе;
- сознавать ответственность за общее дело;
- выделять моральное содержание ситуации.

Предметные универсальные учебные действия

знать:

- меры безопасности во время занятий;
- воинские традиции Советской и российской армии;
- символы воинской чести;
- государственную символику России;
- элементы строя и обязанности в строю;
- требования к личному и групповому снаряжению;
- организацию привалов и ночлегов;
- принципы оказания первой медицинской помощи в чрезвычайных ситуациях.

уметь:

- выполнять строевые команды на месте и в движении;
 - организовать ночлег в полевых условиях;
- ориентироваться на местности;
- выполнять комплексы физических упражнений;
- оказать первую медицинскую помощь при травмах и ранениях;
- оказать помощь при чрезвычайных ситуациях.

Содержание программы

Вводное занятие. Знакомство с основными разделами программы. Правила безопасного поведения на занятиях. Инструктаж по технике безопасности.

Раздел 1. История вооруженных сил России

- Виды вооруженных сил

Воинская слава России. Армия и флот России XX века.

Армия России на современном этапе. Виды и рода войск ВС РФ. Вооружение Российской армии на современном этапе. Ракетные войска. Сухопутные войска. Военно-воздушные силы. Военно-морской флот. Пограничные войска. Внутренние войска.

-Символы воинской чести

Сила воинских традиций. Роль и место традиций и ритуалов в жизнедеятельности воинских коллективов. Система воинских традиций и ритуалов.

Боевое знамя воинской части. История военной присяги и порядок ее принятия. Флаг. Герб. Гимн. Геральдика. Знаки отличия.

- Полководцы и герои

Полководцы XX века: Брусилов, Жуков, Рокоссовский, Антонов, Конев. Создание новых видов родов вооруженных сил. Герои Советского Союза. Военачальники. Героизм женщин.

-Воинские профессии

Профессия военного: описание и содержание деятельности. Необходимые умения. Область применения. Военные профессии для девушек.

-Воинские подвиги. Великие Сражения.

Сталинградская битва, Битва за Москву.

Раздел 2. Строевая подготовка

-Основы строевой подготовки.

Виды строя, передвижение в строю, перестроение из одношереножного строя в двух шереножный строй, смыкание и размыкание в одношереножном строю. Строевые приемы: «направо», «налево», «кругом» индивидуально и в строю. Команды: «равняйся», «смирно», «равнение на середину» в строю. Передвижение в составе знаменной группы.

- Команды строевой подготовки и правила их выполнения

Алгоритм выполнения строевых упражнений в передвижении (индивидуально и в составе подразделения). Повороты направо, налево, кругом при передвижении строя. Подача и выполнение команд в строю. Выход из строя и подход к командиру. Ответ на приветствие командира. Переход с походного шага на строевой шаг. Команды: «равняйся», «смирно», «равнение на середину», «влево», «вправо» при передвижении строя.

-Строй и управление им.

Понятия: строй, шеренга, фланг, фронт, тыльная сторона строя, интервал, дистанция, ширина и глубина строя

- Строй и его элементы.

Шеренга строя и виды (одношереножный и т. д.)

- Отдание воинской чести без оружия

Отдание воинской чести на месте. Отдание воинской чести при движении.

Практические занятия: Отработка строевой подготовки подразделения. Отработка строевых приемов:

«направо», «налево», «кругом» индивидуально и в строю. Команды: «равняйся», «смирно», «равнение на середину» в строю.

Отработка строевых приемов. Движение шагом. Движение бегом. Строевой шаг, Походный шаг. Повороты в движении: «направо», «налево», «кругом – марш». Развернутый строй одношереножный, двушереножный, развернутый строй отделения и взвода. Перестроения из одношереножного в двушереножный строй. Размыкание влево, вправо. Строевой шаг. Строевая

стойка. Построение в шеренгу, в 2 шеренги, в 3 шеренги. Выход из строя и возвращение в строй. Отдание воинской чести на месте и в движении. Выход из строя и подход к начальнику. Повороты на месте и в движении. Перестроение в две шеренги. Перестроение в одну шеренгу. Воинская честь. Строевой шаг. Отработка строевой подготовки знаменной группы. Разучивание строевой песни. Отработка строевой песни при передвижении.

Раздел 3. Основы медицинских знаний

- Принципы оказания первой доврачебной помощи

Знакомство с алгоритмом оказания первой доврачебной помощи при механических травмах, ранениях, ожогах, тепловом и солнечном ударе, ударе электрическим током.

- Лекарственные растения и грибы

Изучение лекарственных трав и грибов. Способы приготовления и применения лекарственных растений.

-Алгоритмом оказания первой доврачебной помощи при механических травмах.

Знакомство с приемами временной остановки артериального кровотечения с использованием жгута и жгута-закрутки, накладки повязки «Уздечка», накладки повязки «Восьмиобразная», накладки повязки «Спиральная» на конечности.

Накладка повязки «Черепичная расходящаяся» на конечности. Имобилизация с использованием шин Крамера при открытом (с артериальным кровотечением) переломе бедренной кости. Правила транспортировки пострадавшего.

- Алгоритмом оказания первой доврачебной помощи при ранениях и ожогах.

Виды перевязок и правила их наложения.

-Ранения и кровотечения.

Виды ранений. Обработка ран. Виды и правила наложения повязок на раны. Виды кровотечений. Способы остановки кровотечений. Правила наложения жгута.

-Травмы опорно-двигательного аппарата

Вывихи, растяжения, разрывы связок. Переломы конечностей. Оказание первой помощи. Правила наложения шин.

-Виды перевязок.

Раздел 4. Огневая подготовка

- История оружия

Примитивное оружие. Средневековое оружие. Оружие современности. Оружие массового поражения.

- Виды вооружения.

Холодное, огнестрельное, метательное.

-Автомат Калашникова. АК-74: устройство, назначение, тактико-технические характеристики
Устройство, назначение, тактико-технические характеристики.

Раздел 5. Основы выживания в сложных условиях

- Основы ориентирования на местности

Карты и схемы. Правила работы с картой. Сопоставление карты с местностью. Ориентирование с использованием крупных форм рельефа. Ориентирование с помощью компаса и карты. Ориентирование с картой без компаса. Погрешности в ориентировании. Определение азимута и отработка навыков по азимуту. Сопоставление способов ориентирования.

- Организация привалов и ночлегов

Назначение привалов, их периодичность и продолжительность. Личное и групповое снаряжение. Ночлег в полевых условиях: выбор места, распределение обязанностей при устройстве бивака. Меры безопасности при ночлегах в полевых условиях. Охрана природы в месте ночлегов.

- Организация питания в полевых условиях

Питание войск в полевых условиях. Составление и гигиеническая оценка раскладки продуктов.

- Костровое хозяйство. Меры безопасности

Типы костров. Место для костра. Разжигание костра. Безопасность.

- Виды узлов. Способы переправы через овраги, водоемы

Виды узлов. Узлы для связывания веревок одинакового и разного диаметров. Узлы для закрепления концов веревок. Специальные узлы.

- Ориентирование на местности

Определение азимута.

Раздел 6. Общефизическая подготовка.

Техника безопасности при проведении занятий по физической подготовке.

Комплекс утренней гигиенической гимнастики. Общеразвивающие упражнения. Различные виды передвижений. Бег на короткие, средние и длинные дистанции. Различные виды прыжков. Упражнения на растяжку и гибкость. Сдача нормативов по ОФП

Учебно-методическое обеспечение

1. Аверин, А.И. и др. Начальная военная подготовка [Текст]/ А.И. Аверин, И.Ф. Выдрин, Н.К. Ендовицкий. – М.: просвещение, 1987. - 256 с.
2. Агапова, И.А. Патриотическое воспитание в школе [Текст]/ И.А. Агапова. - М.: Айрис-пресс, 2002. – 150 с.
3. Вырщиков А.Н. Патриотическое воспитание: методологический аспект [Текст] / А.Н. Вырщиков. - Волгоград, 2001. - 200 с.
4. Глыжко, Л.И. Военно-патриотическое воспитание молодежи (опыт работы центра доп. образования [Текст]/ Л.И. Глыжко, С.А. Пищулин// Внешкольник. - 2002. - С.11-12.
5. Государственная программа «Патриотическое воспитание граждан РФ на 2006-2010 годы» [Текст]/. – М., 2005.
6. Зеленин, А.А.и др. Методическое пособие по организации и проведению военно-спортивных игр, конкурсов и соревнований [Текст]/ А.А. Зеленин, С.И. Мешкова, А.В. Мешков. – Кемерово: Кузбассвузиздат, 2004.-163с.
7. Иванова, И. Больше, чем игра...: «Зарница»: вчера, сегодня, завтра [Текст]/ И. Иванова // Военные знания. - 2003. - №2. - С.32-33.
8. Кульков, Ю.В. Военно-патриотический клуб «Патриот» [Текст] Ю.В.Кульков// Физическая культура в школе. - 2003. - №1. - С.52-54.
9. Лысогор, Н.А. и др. Питание в туристском походе [Текст]/ Н.А. Лысогор, Л.А. Толстой, В.В. Толстая. – М.: Пищевая промышленность, 1980. – 96 с.
- 10.Мазыкина, Н.В. Инновационные подходы в патриотическом воспитании и гражданском становлении личности [Текст]/ Н.В.Мазыкина // Внешкольник. -2002. - №5. - С.5-8.
- 11.Рожков, С. Воспитываем патриотов: Патриотическое воспитание в школе [Текст]/ С.Рожков // Педагогический вестник. - 2003. - №12. - С.7
- 12.Салихова, Р. Воспитание гражданина [Текст]/ Р.Салихова, Г.Ахметжанова // Воспитание школьников: Теоретический и научно-методический журнал. – 2003. - №1. - С.2-8.
- 13.Федоровская, Г. О критериях оценок при проведении соревнований военно-патриотической направленности [Текст]/ Г.Федоровская // Воспитание школьников. -

2002. - №10. - С.25-29.

Штюмер, Ю.А. Карманный справочник туриста [Текст]/ Ю.А.Штюмер. - М: профиздат, 1982. - 224с.

№ п/п	Тема урока	Количество часов	Дата изучения	Форма проведения	Электронные цифровые образовательные ресурсы	Доминирующее направление воспитания
1.	Знакомство с основными разделами программы. Правила безопасного поведения на занятиях. Инструктаж по технике безопасности.	1		Теоретическое занятие.		
2	ОФП на базе легкой атлетике.	1		Практическое занятие	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7134/start/290630/ Соблюдение правил ТБ и гигиены мест занятий физическими упражнениями.	Физическое
3	История вооруженных сил России. Виды вооруженных сил.	1		Теоретическое занятие.	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3988/conspect/104731/ Виды и рода войск ВС РФ.	Патриотическое
4	ОФП на базе легкой атлетике.	1		Практическое занятие	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7437/start/314090/ Основные показатели физического развития.	Физическое
5	История вооруженных сил России. Символы воинской чести.	1		Теоретическое занятие.		Патриотическое
6	ОФП на базе легкой атлетике.	1		Практическое занятие		Физическое
7	История вооруженных сил России. Полководцы и герои.	1		Теоретическое занятие.		Патриотическое

8	ОФП на базе легкой атлетике.	1		Практическое занятие	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7437/start/314090/ Режим дня.	Физическое
9	История вооруженных сил России. Воинские профессии.	1	октябрь	Теоретическое занятие.		Патриотическое
10	ОФП на базе легкой атлетике.	1		Практическое занятие	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7442/start/309247/ Закаливание.	Физическое
11	История вооруженных сил России. Воинские подвиги. Великие сражения.	1		Теоретическое занятие.		Патриотическое
12	ОФП на базе легкой атлетике.	1		Практическое занятие	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7447/start/262856/ Физическая нагрузка и способы ее дозирования.	Физическое
13	История вооруженных сил России. Воинские подвиги. Великие сражения.	1		Теоретическое занятие.		Патриотическое
14	ОФП на базе легкой атлетики	1		Практическое занятие	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7130/start/261862/ Физическая подготовка. Ее связь с укреплением здоровья.	Физическое
15	История вооруженных сил России. Итоговое занятие	1		Тестирование		Патриотическое
16	ОФП на базе легкой атлетики	1		Практическое занятие	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7131/start/262120/ Физическая подготовка. Ее связь с развитием физических качеств.	Физическое
17	Основы строевой подготовки. Строевой устав ВС РФ.	1	ноябрь	Теоретическое занятие.		Патриотическое

18	Строевая подготовка. Построение в одну шеренгу. Повороты на направо, налево.	1		Практическое занятие		Физическое
19	Основы строевой подготовки. Команды строевой подготовки и Правила их выполнения	1		Теоретическое занятие.		Патриотическое
20	Строевая подготовка. Построение в одну шеренгу. Повороты на направо, налево.	1		Практическое занятие		Физическое
21	Основы строевой подготовки. Строй и управление им.	1		Теоретическое занятие.		Патриотическое
22	Строевая подготовка. Команды строевой подготовки и Правила их выполнения. Строй и управление им.	1		Практическое занятие		Физическое
23	Основы строевой подготовки. Отдание воинской чести без оружия	1		Теоретическое занятие.		Патриотическое
24	Строевая подготовка. Команды строевой подготовки и Правила их выполнения. Строй и управление им. Отдание воинской чести без оружия	1		Практическое занятие		Физическое
25	Основы строевой подготовки. Выход из строя и подход к начальнику.	1	декабрь	Теоретическое занятие.		Патриотическое
26	Строевая подготовка. Команды строевой подготовки и Правила их выполнения. Строй и управление им. Отдание воинской чести без оружия	1		Практическое занятие		Патриотическое
27	Основы строевой подготовки. Перестроение в две шеренги.	1		Теоретическое занятие.		Патриотическое
28	Строевая подготовка. Выход из строя и подход к	1		Практическое занятие		Патриотическое

	начальнику. Перестроение в две шеренги.					
29	Основы строевой подготовки. Перестроение в одну шеренгу. Строевой шаг.	1		Теоретическое занятие.		Патриотическое
30	Строевая подготовка. Выход из строя и подходкначальнику. Перестроение в две шеренги. Перестроение в одну шеренгу.	1		Практическое занятие		Патриотическое
31	Основы строевой подготовки. Итоговое занятие	1		Тестирование		Патриотическое
32	Строевая подготовка. Строевой шаг.	1		Практическое занятие		Патриотическое
33	Основы медицинских знаний. Принципы оказания первой доврачебной помощи.	1	январь	Теоретическое занятие.		Культура ЗОЖ
34	Строевая подготовка. Отработка строевых приемов.	1		Практическое занятие		Патриотическое
35	Основы медицинских знаний. Лекарственные растения и грибы	1		Теоретическое занятие.		Культура ЗОЖ
36	Строевая подготовка. Отработка строевых приемов	1		Практическое занятие		Патриотическое
37	Основы медицинских знаний. Алгоритм оказания первой доврачебной помощи при механических травмах	1		Теоретическое занятие.		Культура ЗОЖ
38	Строевая подготовка. Отработка строевых приемов	1		Практическое занятие		Патриотическое
39	Основы медицинских знаний. Алгоритмом оказания первой Доврачебной помощи при ранениях и ожогах	1		Теоретическое занятие.		Культура ЗОЖ
40	Строевая подготовка. Отработка строевых приемов	1	февраль	Практическое занятие		Патриотическое

41	Основы медицинских знаний. Ранения и кровотечения	1		Теоретическое занятие.		Культура ЗОЖ
42	Строевая подготовка. Отработка строевых приемов	1		Практическое занятие		Патриотическое
43	Основы медицинских знаний. Травмы опорно-двигательного аппарата. Виды перевязок	1		Теоретическое занятие.		Культура ЗОЖ
44	Строевая подготовка. Отработка строевых приемов.	1		Практическое занятие		Патриотическое
45	Основы медицинских знаний. Итоговое занятие	1	март	Тестирование		Культура ЗОЖ
46	Строевая подготовка. Отработка строевых приемов	1		Практическое занятие		Патриотическое
47	Огневая подготовка. История оружия	1		Теоретическое занятие.		Культура ЗОЖ
48	Строевая подготовка. Отработка строевых приемов	1		Практическое занятие		Патриотическое
49	Огневая подготовка. Виды вооружения. Холодное, огнестрельное, метательное. Автомат Калашникова.	1		Теоретическое занятие.		Культура ЗОЖ
50	Строевая подготовка. Отработка строевых приемов	1		Практическое занятие		Патриотическое
51	Огневая подготовка. Итоговое занятие.	1		Тестирование.		Культура ЗОЖ
52	Строевая подготовка. Отработка строевых приемов	1		Практическое занятие		Патриотическое
53	Основы выживания в сложных условиях. Основы ориентирования на местности.	1	апрель	Теоретическое занятие.		Культура ЗОЖ
54	Строевая подготовка. Отработка строевых приемов	1		Практическое занятие		Патриотическое

55	Основы выживания в сложных условиях. Организация привалов и ночлегов	1		Теоретическое занятие.		Культура ЗОЖ
56	Строевая подготовка. Подготовка с смотру строевой песни.	1		Практическое занятие		Патриотическое
57	Основы выживания в сложных условиях. Организация питания в полевых условиях.	1		Теоретическое занятие.		Культура ЗОЖ
58	Строевая подготовка. Подготовка с смотру строевой песни.	1		Практическое занятие		Патриотическое
59	Основы выживания в сложных условиях. Костровое хозяйство. Меры безопасности	1	май	Теоретическое занятие.		Культура ЗОЖ
60	Строевая подготовка. Подготовка с смотру строевой песни.	1		Практическое занятие		Патриотическое
61	Основы выживания в сложных условиях. Виды узлов. Способы переправы через овраги, водоемы.	1		Теоретическое занятие.		Культура ЗОЖ
62	Строевая подготовка. Подготовка с смотру строевой песни.	1		Практическое занятие		Патриотическое
63	Основы выживания в сложных условиях. Ориентирование на местности	1		Теоретическое занятие.		Культура ЗОЖ
64	ОФП на базе легкой атлетике.	1		Практическое занятие	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7136/start/261643/ Оценка физической подготовленности.	Физическое
65	Основы выживания в сложных условиях. Итоговое занятие	1		Тестирование		Культура ЗОЖ
66	ОФП на базе легкой атлетике.	1		Практическое занятие	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7438/start/263294/ Осанка как показатель физического развития.	Физическое

67	Сдача нормативов ОФП.	1		Тестирование		Физическое
68	Сдача нормативов ОФП	1		Тестирование		Физическое
	Всего часов по программе	68				

