

Комитет по образованию администрации
Всеволожского муниципального района Ленинградской области
Муниципальное общеобразовательное бюджетное учреждение
«Кудровская средняя общеобразовательная школа № 3»
(МОБУ «Кудровская СОШ № 3»)

ПРИНЯТО
на Педагогическом совете
МОБУ «Кудровская СОШ №3»
Протокол №1
от «29» августа 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО
Приказом
МОБУ «Кудровская СОШ № 3»
от «29» августа 2024 года №267

Директор _____ Е.И. Майоров

СОГЛАСОВАНО
На Совете родителей
МОБУ «Кудровская СОШ №3»
Протокол №1
От «26» августа 2024 года

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 00C34C1DA5F651BD09CE20D27B98B83014
Владелец: Майоров Евгений Игоревич
Действителен: с 23.05.2024 до 16.08.2025

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
внеурочной деятельности
«Зарница»
для обучающихся 8-9-х классов

Рабочую программу составила:
Волкова Антонина Игоревна,
учитель ОБЗР

г. Кудрово
2024

Пояснительная записка

Продолжительность учебных занятий установлена с учетом возрастных особенностей учащихся, допустимой нагрузки в соответствии с санитарными нормами и правилами, утвержденными СанПин 2.4.4.3172-14.

Цель программы:

формирование гражданско-патриотических качеств личности, способной к самообразованию и самосовершенствованию.

Задачи:

обучающие:

- знакомство с историей Вооруженных Сил РФ;
- знакомство с символами воинской славы, Боевым Знаменем;
- знакомство со стрелковым оружием;
- формирование навыка использования стрелкового оружия;
- овладение приемами первой медицинской помощи и выживания в экстремальной ситуации;
- знакомство с правилами дорожного движения;
- формирование навыка действий при учебной пожарной тревоге;

развивающие:

- развитие выносливости, ловкости, физической силы юнармейцев через занятия военно-прикладным многоборьем;
- развитие аккуратности, чистоплотности, дисциплинированности;
- развивать практические навыки и умения учащихся в вопросах действий в чрезвычайных и экстремальных ситуациях, способности оказания первой медицинской помощи;
- развивать физическую закалку учащихся и укрепление их здоровья.

воспитательные:

- воспитание патриотизма как преданности и любви к своему Отечеству;
- воспитание ответственности за принятые решения и поступки, самостоятельности;
- воспитание коллективизма.
- воспитывать любовь к родному краю, бережное отношение к традициям и культуре народов России.
- способствовать профессиональной ориентации учащихся.

Условия реализации программы:

Сроки реализации программы:

Программа рассчитана на 1 год обучения.

Условия набора в группу: в группу набираются все желающие, которые соответствуют возрастным ограничениям и имеют соответствующий медицинский допуск.

Формы проведения занятий:

Дифференцированное обучение: лекции, практические занятия, а также экскурсии, походы, конкурсы, соревнования и занятия в стрелковом тире, и в воинской части.

Формы организации занятий:

фронтальная:

1. беседа;
2. устный опрос;
3. тестирование;

групповая:

4. практическое занятие;
5. занятие-игра;
6. соревнование;
7. викторина.

Материально — техническое оснащение:

1. Спортивные и топографические карты.
2. Атласы и планы.
3. Серия видеоматериалов «Школа безопасности»
4. Комплект специального оборудования.
5. Комплекты боевой одежды.
6. Пожарные разветвления и рукава (на базе пожарной части).

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 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 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 чётко 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 программы

1 Введение.

Теория: Знакомство с положением о проведении МСПШ «Зарница». Инструктаж по технике безопасности.

Практика: Входной контроль по определению уровня подготовки учащихся. Планирование работы.

2. Основы противопожарной подготовки.

Теория: 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 «штурмовки», «спасательного пояса», одежды пожарного. Правила пользования стволом, пожарным рукавом.

Практика: Выполнение теста. Практические занятия со стволом, пожарным рукавом, разветвлением.

3. Основы безопасности жизнедеятельности

Теория: Правила поведения в чрезвычайных ситуациях. Действия при команде «Газы». Правила одевания противогаза на себя. Правила одевания противогаза на пораженного

Практика: Одевание противогаза на себя. Одевание противогаза на пораженного.

4. Силовая подготовка

Теория: Строение и функции организма человека, влияние физических упражнений. Краткие сведения о строении организма, основные сведения о строении внутренних органов. Влияние физических упражнений на укрепление

здоровья, работоспособности. Медицинский контроль, самоконтроль, предупреждение травм. Правила техники безопасности на занятиях.

Практика: Общая физическая подготовка. Комплексное силовое упражнение. Подтягивание на перекладине.

5. Строевая подготовка.

Теория: Виды строя. Передвижение в строю. Перестроение из одношереножного строя в двухшереножный строй. Смыкание и размыкание в одношереножном строю. Строевые приемы: «направо», «налево», «кругом» индивидуально и в строю. Команды: «равняйся», «смирно», «равнение на середину» в строю.

Практика: Отработка строевой подготовки подразделения. Отработка строевых приемов: «направо», «налево», «кругом» индивидуально и в строю. Команды: «равняйся», «смирно», «равнение на середину» в строю. Перестроения из одношереножного в двухшереножный строй. Размыкание влево, вправо. Разучивание строевой песни. Отработка строевой песни при передвижении.

6. Стрелковая подготовка.

Теория: 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.

7. Медико-санитарная подготовка.

Теория: 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. Страницы истории Отечества

Теория: 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, Ленинграда и Ленинградской области в годы Великой Отечественной войны.

9. Правила дорожного движения

Теория: 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: выполнение теста по ПДД.

10. Военизированный кросс.

Теория: Порядок проведения и нормативы военизированного кросса. Военно-прикладная полоса препятствий, нормативы, этапы.

Практика: Отработка и выполнение требований нормативов военизированного кросса.

11. Заключение.

Теория: Подведение итогов программы. Рефлексия.

Практика: Написание отзыва об участии в программе.

Тематическое планирование

№ п/п	№ темы в разделе	Тема урока	Количество часов
Раздел 1. Введение.			1 час
1	1.1.	Вводное занятие «Что такое Зарница?»	1
Раздел 2. Основы противопожарной подготовки.			3 часа
2	2.1.	Правила обращения с огнем в квартире, доме. Пользование электроприборами.	1
3	2.2.	Элементы пожарной подготовки (надевание боевой одежды, боевое развёртывание рукава от пожарного автомобиля) (теория)	1
4	2.3.	Элементы пожарной подготовки (надевание боевой одежды, боевое развёртывание рукава от пожарного автомобиля) (практика)	1
Раздел 3. Основы безопасности жизнедеятельности.			3 часа
5	3.1.	Правила поведения в чрезвычайных ситуациях. Автономное выживание в природе.	1
6	3.2.	Действия при команде «Газы». Правила одевания противогаза на себя. Правила одевания противогаза на пораженного (теория). Вязка узлов, походный рюкзак, виды костров.	1
7	3.3.	Одевание противогаза на себя. Одевание противогаза на пораженного. Вязка узлов Походный рюкзак. Виды костров.	1
Раздел 4. Силовая подготовка.			4 часа

8	4.1.	Строение и функции организма человека, влияние физических упражнений. Краткие сведения о строении организма, основные сведения о строении внутренних органов.	1
9	4.2.	Эстафета: сгибание и разгибание рук в упоре лежа, прыжки на скакалке, поднимание туловища из положения лежа, приседания, выпрыгивание вверх из упора сидя.	1
10	4.3.	Метание снаряда в цель	1
11	4.4.	Подтягивание на перекладине, подъём туловища из положения лежа.	1
Раздел 5. Строевая подготовка.			4 часа
12	5.1	Виды строя. Передвижение в строю. Перестроение из одношереножного строя в двухшереножный строй.	1
13	5.2	Смыкание и размыкание в одношереножном строю. Строевые приемы.	1
14	5.3	Отработка строевой подготовки подразделения. Отработка строевых приемов	1
15	5.4	Разучивание строевой песни. Отработка строевой песни при передвижении.	1
Раздел 6. Стрелковая подготовка.			4 часа
16	6.1	Основы теории стрельбы. Правила поведения в тире, правила стрельбы и меры безопасности. Устройство пневматической винтовки.	1
17	6.2	Изготовка к стрельбе. Правила прицеливания. Корректировка стрельбы.	1
18	6.3	Неполная сборка и разборка автомата Калашникова (АК-74).	1
19	6.4	Тренировка по неполной сборке и разборке автомата.	1

Раздел 7. Медико-санитарная подготовка.			6 часов
20	7.1	Виды травм, ранений, кровотечений, утоплений, степени тяжести ожогов, отморожений. Понятия: антисептик, асептик, давящая повязка, иммобилизация, шина.	1
21	7.2	Личная гигиена, профилактика различных заболеваний. Основные приемы оказания первой доврачебной помощи.	1
22	7.3	Алгоритм оказания первой доврачебной помощи при механических травмах, ранениях, ожогах, тепловом и солнечном ударе, ударе электрическим током.	1
23	7.4	Природные лекарственные средства, ядовитые растения, грибы, первая помощь при укусах насекомых, змей.	1
24	7.5	Отработка алгоритма оказания доврачебной помощи. Отработка наложения повязок, шин, жгута и транспортировки пострадавшего. Приемы транспортировки пострадавших.	1
25	7.6	Письменный тест на знание медицинских терминов.	1
Раздел 8. Страницы истории Отечества.			3 часа
26	8.1	История вооруженных сил, боевых традиций армии и флота, других силовых структур. Страницы воинской славы. Обсуждение творческого проекта «Вклад жителей моего района/города/региона в общее дело Великой Победы»	1
27	8.2	полководцы и герои, ордена и медали Великой Отечественной войны, основные битвы, военная техника и вооружение, ученые и конструкторы оружия Победы, Ленинграда и Ленинградской области в годы Великой Отечественной войны	1
28	8.3	Выполнение теста по истории Отечества	1
Раздел 9. Правила дорожного движения.			3 часа

29	9.1	Знание правил дорожного движения для пешеходов, велосипедистов, водителей самокатов, дорожных знаков, понимание сигналов светофора и жестов регулировщика.	1
30	9.2	Дорожные знаки, понимание сигналов светофора и жестов регулировщика.	1
31	9.3	Выполнение теста по ПДД	1
Раздел 10. Военизированный кросс.			2 часа
32	10.1	Порядок проведения и нормативы военизированного кросса. Военно-прикладная полоса препятствий, нормативы, этапы.	1
33	10.2	Отработка и выполнение требований нормативов военизированного кросса.	1
Раздел 11. Заключение.			1 час
34	11.1	Подведение итогов программы. Рефлексия. Написание отзыва об участии в программе.	1
Итого:			34 часа

Оценочные и методические материалы

Входная диагностика проводится в сентябре с целью выявления первоначального уровня знаний и умений, возможностей детей и определения природных физических качеств.

Формы:

- Педагогическое наблюдение
- Выполнение практических заданий педагога

Диагностика физических качеств проводится с каждым ребенком индивидуально. Во время проведения входной диагностики педагог заполняет Информационную карту «Определение уровня физических качеств учащихся».

Текущий контроль по разделам осуществляется на занятиях в течение всего учебного года для отслеживания уровня освоения учебного материала программы и развития личностных качеств учащихся.

Формы:

- Педагогическое наблюдение
- Опрос на выявление профильных умений
- Выполнение тестовых заданий на знание теоретических основ разделов программы
- Анализ педагогом и учащимися качества выполнения практических нормативов по разделам программы

Промежуточный контроль предусмотрен 2 раза в год (декабрь, май) с целью выявления уровня освоения программы учащимися и корректировки процесса обучения.

Формы:

- Устный и письменный опрос
- Выполнение тестовых заданий
- Выполнение практических нормативов по разделам программы

Результаты участия учащихся в творческих и спортивных мероприятиях заносятся в «Карту учета достижений учащегося». Участие, призовые места, победа отмечаются в таблице баллами (от 1 до 10) в зависимости от уровня соревнований или конкурсов:

- В составе коллектива на городском уровне
- Личные творческие или спортивные достижения

Педагог подсчитывает баллы каждого учащегося и коллектива в целом, затем по общей сумме баллов выводит рейтинг активности каждого ребенка.

Итоговый контроль проводится в конце обучения по программе.

Формы:

- открытое занятие для педагогов и родителей
- анализ участия в соревнованиях, конкурсах, фестивалях

- участие в профильных соревнованиях военно-патриотического и спортивного направления: финал игры «Зарничка»

Диагностика уровня личностного развития учащихся проводится по следующим параметрам: умение слушать и выделять главные аспекты, умение планировать, умение самостоятельно ставить задачи, умение самостоятельно решать поставленные перед собой задачи, самоконтроль, мотивация, коммуникативные навыки. Итоги диагностики педагог заносит в информационную карту «Определение уровня развития личностных качеств учащихся».

Литература для учителя

1. Вооруженные Силы России. Учебное пособие по «Основам военной службы». Москва – 2018.
2. Государственная программа «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации на 2006-2010 годы»
3. Дворник А.Д. Пневматическое оружие. Стрельба. Эксплуатация. Оборудование тира. Москва – 2019.
4. Защита Отечества – обязанность каждого гражданина. Учебное пособие по «Основам военной службы». Москва – 2018.
5. На службе Отечеству. Учебное пособие по «Основам военной службы». Москва – 2006.
6. Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации.
7. Романовский В.К. Символы Российской государственности. Русское слово. – 2016.
8. Сборник основных документов по вопросам подготовки граждан Российской Федерации к военной службе. Москва – 2015.
9. Тактическая подготовка. Учебное пособие по «Основам военной службы». Москва – 2016.

ЭОР

1. Смотр строя и песня видео пособие <https://vk.com> > ducpetergof
2. Неполная разборка-сборка автомата Калашникова <https://vk.com> > ducpetergof
3. Прохождение Пожарной эстафеты <https://vk.com> > ducpetergof

Литература для обучающихся

1. Бубнов В.Г. Атлас добровольного спасателя. Учебное пособие «Первая медицинская помощь на месте происшествия». Москва – 2005.

2. Алексеев Сергей Владимирович, Данченко Сергей Петрович, Костецкая Галина Анатольевна. Редактор: Рыжов К. В., Клепова Людмила Павловна, Вегенер К. Г. Издательство: Вентана-Граф, 2019 г. ОБЖ. 10-11 классы. Базовый уровень. Учебник. ФГОС

3. Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации.

4. Основы медицинских знаний учащихся / под ред. М.И.Гоголева. М.: Просвещение, 1991 А.Т.