

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Департамент образования Вологодской области**

**Управление образования Администрации города Вологда**

**МОУ «СОШ № 37»**

РАССМОТРЕНО

Методический совет

Протокол №1 от «27» августа  
2024 г.

СОГЛАСОВАНО

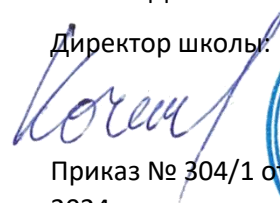
Педагогический совет школы

Протокол №1 от «28» августа  
2024 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор школы:

Приказ № 304/1 от «28» августа  
2024 г.



**Рабочая программа Рабочая программа  
по учебному курсу внеурочной деятельности  
«Зарница»**

для основного общего образования

срок освоения программ: 1 год (6,8,9 классы)

Вологда, 2024 г.

## **Пояснительная записка.**

**Направленность дополнительной образовательной программы.** Военно-патриотическое воспитание школьников включает в себя начальную военную, военно-техническую, морально-психологическую подготовку. В основе практики военно-патриотического воспитания должен лежать принцип единства всех его составных частей, что позволит наиболее полно сформировать качества: любовь к стране, дисциплинированность, мужество, волю, смелость, находчивость, силу, выносливость и ловкость. Школьники должны получить хорошие навыки по строевой, стрелковой, медико-санитарной подготовке, по основам тактической подготовки.

**Новизна, актуальность, педагогическая целесообразность.** Навыки юнармейских специальностей школьники получают в течении учебного года. Свои умения и навыки проверяют и закрепляют в тактических военных и подвижных спортивных играх на местности, комбинированных эстафетах, смотрах, конкурсах, викторинах.

**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.

**Отличительные особенности данной дополнительной образовательной программы:** в том, что она в полной мере позволяет подросткам освоить юнармейское дело, увлекает их гражданско – патриотическим воспитание.

**Сроки реализации дополнительной образовательной программы** – программа рассчитана на 2024 – 2025 учебный год.

**Формы и режим занятий** – занятия проходят в форме подачи теоретического и практического материала два раза в неделю по два часа.

**Ожидаемые результаты и способы определения их результативности** – это выезды на окружные и городские соревнования по «Зарнице».

## Программа разработана на основе Воспитательной программы школы

### Учебно-тематический план

№	Вид программного материала	Количество часов
1	Общая физическая подготовка.	10
2	Строевая подготовка.	10
3	Юнармейцы-разведчики.	14
4	Юнармейцы-санитары.	10
5	Огневая подготовка.	10
6	Основы туристической техники.	14
7	Итого	68

#### **Количество часов.**

Программа рассчитана на 68 часов в год по 2 часа в неделю.

К программе прилагается календарно-тематическое планирование

#### **Ожидаемые результаты**

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

#### **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 старшекласников. - 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, 2007 г.
21. Научно-методический журнал «Воспитание школьников» №2, 2003 г.
22. Справочник руководителя Образовательного учреждения №08 август 2005 г.
23. Целовальникова А. Патриотами не рождаются, ими становятся. ОБЖ №11, 2006 г.
24. Стрельников В. Исторический опыт патриотического воспитания. ОБЖ №1, 2006 г.
25. <http://www.bibliofond.ru>

### КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ КРУЖКА «ЗАРНИЦА»

№	Тема занятия	Кол-во часов
1	Провести учёт по прыжкам в длину с места. Бег по пересечённой местности с заданиями.	1
2	Совершенствование навыков метания. Провести бег на выносливость 4 минуты. Развитие координатных способностей: челночный бег 3*10 метров, Игры на местности.	1

3	Обучение перемещению по местности поточным способом. Функционирование "командой". Эстафета по кругу, передача эстафеты. Общая физическая подготовка.	1
4	Провести учёт силовых качеств: подтягивание. Подвижные игры с бегом. Учить метания мяча в цель. Совершенствование строевых приемов.	1
5	Бивуак. Установка палатки. Строевая подготовка. Развитие скоростной выносливости. Подвижные игры на местности.	1
6	Строевые приемы в движение: перестроение из колонны по одному в колонну по два. Развитие скоростных качеств. Познакомить с простейшим комплексом силовой подготовки. Бег по пересеченной местности с заданиями.	1
7	Совершенствование быстрого построения в шеренгу и колонну по одному. Подвижные игры, развивающие скоростную выносливость. Развитие координационных способностей. Эстафеты, развивающие ловкость, меткость, быстроту.	1
8	Провести учет скоростных качеств в беге на 100 и 60 метров. Подвижная игра на местности. Развитие выносливости в беге на 100 метров: 200 бежать + 200 идти. Обучить правильному дыханию. Развитие силы.	1
9	Совершенствование строевых упражнений гимнастики с целью контроля за правильной последовательностью упражнений. Игры и эстафеты с элементами метания. Проведение комплекса упражнений гимнастики с целью контроля за правильной последовательностью упражнений. Полоса препятствий.	1
10	Знакомство с компасом. Нахождение магнитного азимута. Развитие ловкости в эстафетах. Подвижные игры на местности.	1
11	Развитие равновесия. Совершенствование строевых движений, перестроения. Преодоление полосы препятствий. Совершенствование метаний и силовых качеств.	1
12	Развитие ловкости и эстафеты. Выполнение броска набивным мячом на дальности. Строевая подготовка. Бег по	1

	пересеченной местности с заданиями.	
13	Развитие быстроты реакции. Бег с заданиями. Провести командную игру - эстафету с набивным мячом (1кг). Силовые упражнения на перекладине.	1
14	Правила и техника разведения костра. Строевая подготовка. Перестроение в движении из колонны по 1 в колонну по 4 способом дробления и сведения. Эстафеты с преодолением вертикальных препятствий.	1
15	Силовые эстафеты. Круговая тренировка. Подвижные игры с элементами лазания, перелазания и с прыжками через препятствия.	1
16	Строевая подготовка. Выполнение статистического усилия: вис на согнутых руках. Общая физическая подготовка, толкание набивных мячей.	1
17	Эстафеты на развитие основных двигательных качеств. Силовые упражнения. Развитие равновесия в эстафетах и играх.	1
18	Знакомство с материальной частью автомата Калашникова. Развитие скоростных качеств в круговой эстафете. Ловля теннисного мяча в парах: развитие ловкости и быстроты реакции.	1
19	Лазание по наклонной плоскости различными способами. Подвижная игра на местности. Развитие координационных способностей в челночном беге (3*10; 10*10). Строевые упражнения. Подвижная игра на местности.	1
20	Провести командную игру на местности с элементами марш-броска. Разборка и сборка АК.	1
21	Снаряжение патронами магазина АК. Чтение топографических знаков. Общая физическая подготовка.	1
22	Подвижная игра с ловлей и передачей мяча. Силовые упражнения в упорах. Строевая подготовка. Подвижные игры в равновесии.	1
23	Прохождение полосы препятствий в зале. Упражнения в	1

	висах и упорах. Чтение топографических знаков. Игра-эстафета с любыми предметами.	
24	Ознакомление с пневматической винтовкой. Техника безопасности. Развитие скоростной выносливости в беге с преодолением вертикальных препятствий.	1
25	Провести тестирование по подтягиванию и отжиманию. Провести тестирование по челночному бегу 3*10 метров. Строевая подготовка.	1
26	Правила и техника прицеливания. Огневая подготовка.	1
27	Бег по пересеченной местности. Безопасное поведение во время прохождения трассы. ОФП. Подвижная командная игра "Взятие крепости», развивающая основные двигательные качества.	1
28	Строевые приемы в движении. Исполнение песни в движении в колонне по 3. Подвижная игра с мячом. Совершенствование прыжков в высоту. Силовые упражнения на рукоходе.	1
29	Провести тестирование в беге , в течении 6 минут. ОФП. Обучение метанию мяча с разбега. Техника и правила выполнения метания. Эстафета по кругу.	1
30	Провести тестирование в беге на 1500 метров. ОФП. Огневая подготовка. Выбор точки прицеливания.	1
31	Строевая подготовка: движение в колонне по 3 с песней. Метание мяча в цель. Подвижная игра на местности. ОФП.	1
32	Провести тестирование в прыжках в длину с разбега. Ловля и передача мяча в движении.	1
33	Бег по пересеченной местности с заданиями. Подвижные игры на внимание. Провести тестирование в 6-ти минутном беге. ОФП.	1
34	Силовая подготовка. Метание по движущейся цели. Игры на воздухе. Чтение топографических знаков.	1
35	Строевая подготовка. Дать определение строевой	1

	подготовки. Строи и управление ими.	
36	Строй. Строевой расчет. Шеренга. Одна, две шеренги.	1
37	Линия машин. Строи взвода на машинах. Фланг. Левый, правый фланг.	1
38	Фронт. Выполнение приемов «ложись» (к бою), «встать». Тыльная сторона строя.	1
39	Интервал. Расстояние по фронту между военнослужащими (машинами, подразделениями и частями). Дистанция. Расчет в глубину между военнослужащими и машинами.	1
40	Ширина строя. Соблюдение ширины строя. Расстояние между флангами. Двухшереножный строй. Практические занятия в строю	1
41	Сомкнутый строй. Разомкнутый строй .	1
42	Колонна. Комплексное передвижение. Походный строй. Отделение в походном строю.	1
43	Направляющий в походном строю. Замыкающий в походном строю.	1
44	Строевые приемы и движения без оружия. Строевая стройка. Команды. Выполнение воинского приветствия.	1
45	Ручные гранаты Метание ручных осколочных и противотанковых гранат	1
46	Метание гранат из траншей и окопов Метание гранат из положения лежа	1
47	Метание гранат в движении Тактика использования гранаты Ф-1	1
48	Военнослужащий – защитник Отечества Честь и достоинство воина Вооруженных сил Служебно -боевая деятельность	1
49	Основные виды воинской деятельности и их особенностей Учебно-боевая подготовка. Правила оказания первой медицинской помощи	1
5	Первая медицинская помощь при острой сердечной	1



	недостаточности и инсульте Первая медицинская помощь ранениях	
1	Остановка всех видов кровотечений Правила наложения давящей повязки, жгута, жгута-закрутки	1
52	Первая медицинская помощь при травмах Подготовка разведчика к действиям в тылу противника	1
53	Техника скрытного и бесшумного передвижения и маскировка разведчиков в тылу противника Наблюдение	1
54	Поиск Налет	1
55	Засада Диверсия	1
56	Марш и передвижение в тылу противника Отрыв от противника, преследующего с собаками	1
57	Пистолеты и техника стрельбы из них Снайперские винтовки	1
58	Пулеметы Реактивная противотанковая граната РПГ-26	1
59	Автоматический гранатомет на станке АГС-17 «Пламя» Подствольные гранатометы	1
60	Нож разведчика стреляющий НРС-2 Задержки при стрельбе и способы их устранения	1
61	Уход за вооружением, его хранение и сбережение Некоторые сведения по основам стрельбы из стрелкового оружия	1
62	Проверка боя и приведение к нормальному бою стрелкового оружия. Требования безопасности при проведении стрельб	1
63	Специальная подготовка стрелка - спортсмена. Психология чемпиона. Секреты мастерства	1
64	Темп стрельбы Уход за автоматом, его хранение и сбережение	1
65	Приемы и правила стрельбы из автомата. Этапы подготовки стрелка	1
66	Тактика стрельбы на соревнованиях Описание базовой	1

	тренировки стрельбы из винтовки стоя	
67	Самоучитель стрельбы на стенде и на охоте. Дыхание и спуск курка в стрельбе из винтовки и пистолета	1
68	<b>ИТОГО</b>	68