Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

Досатуйская средняя общеобразовательная школа



Программа кружка

**по патриотическому воспитанию**

«Юнармия»

Срок реализации 1 год

(13 - 14 лет)



Составитель: Михайлова Татьяна Михайловна,

руководитель детского объединения

п. Досатуй

2017г.

Содержание рабочей программы

1. Пояснительная записка\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_3-4

2. Календарно-тематическое распределение количества часов\_\_\_\_\_5-9

3. Содержание тем учебного курса\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_10-11

4. Требование к уровню подготовки обучающихся\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_12

5. Критерии оценивания\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_13

6. Учебно-методическое обеспечение\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_14

Пояснительная записка

Одним из актуальных социальных вопросов в настоящее время является охрана и укрепление здоровья подрастающего поколения. Как для отдельного человека, так и для общества в целом самое дорогое богатство – здоровье. В основе здоровья лежит способность организма приспосабливаться к меняющимся условиям внешней среды. Фундамент здоровья и формирования тела закладывается уже в дошкольном возрасте, а дальнейшая работа в школе способствует целенаправленному развитию функциональных возможностей детского, подросткового организма, обеспечивает повышение его устойчивости к неблагоприятным воздействиям.

Сущность физкультурно-оздоровительной работы в школе состоит в том, чтобы для каждого возраста, каждого школьника выбрать подходящую форму двигательной активности. Ведь именно она является основным фактором, определяющим уровень обменных процессов в организме и, соответственно, состояние мышечной и сердечно-сосудистой систем.

Основные принципы программы:

 Учёт индивидуальных особенностей занимающихся, показатели их развития, уровня развития физических качеств, рекомендации врачей.

Цели: сохранение и укрепление физического и психического здоровья обучающихся, создание условий для удовлетворения их естественной потребности в движении и дозирование физической нагрузки с учётом состояния здоровья и функциональных возможностей организма. В результате прохождения программы данного курса учащиеся должны иметь представление об истории развития спортивной стрельбы в России и в мире, о способах стрельбы, об особенностях физической подготовки стрелков различного уровня.

Задачи:

* Обеспечить тренировку всех систем и функций организма обучающихся, (сердечно-сосудистой, дыхательной систем, обменных и терморегляционных процессов) через специально организованные оптимальные для данного возраста физические нагрузки и удовлетворить естественную потребность обучающихся, в разных формах двигательной активности;
* Развить общую выносливость организма обучающихся и их физических качеств, учить приемам выживания в экстремальных ситуациях, формировать здоровый образ жизни будущего выпускника, защитника своего Отечества, а также убеждение в престижности занятий спортом, в возможности достичь успеха, ярко проявить себя на соревнованиях;
* Развивать у школьников гражданственность и патриотизм, как важнейших духовно – нравственных и социальных ценностей, воспитывать гражданина, патриота, семьянина через изучение военного искусства, истории Отечества;
* Формировать у них профессионально значимые качества, умения и готовность к их активному проявлению в различных сферах жизни общества, верности конституционному и воинскому долгу, высокой ответственности и дисциплинированности;
* Познакомить с базовыми знания по разделу «Пулевая стрельба», способствовать формированию интереса к занятиям и подготовить обучающихся для сдачи разрядных нормативов по пулевой стрельбе.

Основные формы деятельности по данной программе: инструктажи, практические занятия.

Популяризация пулевой стрельбы необходима, так как способствует передаче новому поколению накопленного жизненного опыта, формированию ценностных ориентаций, нравственному оздоровлению и культурному развитию общества. Это один из способов социализации личности.

При обучении данной программы вырабатываются такие волевые качества, как целеустремленность, настойчивость, выдержка, самообладание. Пулевая стрельба требует хорошей физической подготовленности. Она также способствует развитию вестибулярного аппарата, зрительного анализатора. Стрельба развивает память. К особому виду памяти относится так называемая мышечная память, которая складывается из запоминания определенных мышечных ощущений. Соревнования по стрельбе эмоционально напряжены, поэтому у стрелков развиваются устойчивость к стрессовым ситуациям, контроль над эмоциями. Занятия пулевой стрельбой также развивают ассоциативное мышление.

Силовая подготовка является одной из наиболее эффективных оздоровительных технологий, способствующих формированию здорового образа жизни у подрастающего поколения и общества в целом.

Программа рассчитана на один год обучения. На занятия в кружке отводится 1 час в неделю, т. е. 34 часа на учебный год

календарно-тематическое распределение количества часов

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | | Тема раздела, урока | Дата  проведения урока | | Примечание |
| по плану | фактически |
| Строевая подготовка юнармейца | | | | | |
| 1. | Инструктаж по ТБ на уроках. История развития юнармейского движения | |  |  |  |
| 2. | Строевые приемы и движения | |  |  |  |
| 3. | Строй юнармейского отделения | |  |  |  |
| 4. | Строй юнармейского отряда | |  |  |  |
| 5. | Порядок подачи команд командиром отряда | |  |  |  |
| 6. | Практическая отработка строевых приемов и движений | |  |  |  |
| 7. | Практическая отработка строевых приемов и движений. | |  |  |  |
| Выполнение норм по сборке и разборке автомата Калашникова. | | | | | |
| 8. | Пулевая стрельба в России. Устройство пневматической винтовки | |  |  |  |
| 9. | Устройство пневматической винтовки | |  |  |  |
| 10. | Функциональная подготовка стрелков | |  |  |  |
| 11. | Теоретические основы стрельбы | |  |  |  |
| 12. | Автомат Калашникова. Понятие об устройстве и работе автомата | |  |  |  |
| 13. | Разборка и сборка автомата | |  |  |  |
| 14. | Разборка и сборка автомата | |  |  |  |
| 15. | Разборка и сборка автомата | |  |  |  |
| 16. | Разборка и сборка автомата | |  |  |  |
| 17. | Отработка нормативов по сборке – разборке АК-74 | |  |  |  |
| 18. | Отработка нормативов по сборке – разборке АК-74 | |  |  |  |
| 19. | Отработка нормативов по сборке – разборке АК-74 | |  |  |  |
| 20. | Уход за автоматом, его хранение и сбережение | |  |  |  |
| Медико – санитарная подготовка юнармейца | | | | | |
| 21. | Первая медицинская помощь при травмах и несчастных случаях | |  |  |  |
| 22. | Правила наложения повязок | |  |  |  |
| 23. | Ушибы, растяжения связок, вывихи | |  |  |  |
| 24. | Переломы костей. Правила наложение шин | |  |  |  |
| 25. | Обморок, тепловой и солнечный удары | |  |  |  |
| 26. | Эвакуация пострадавших | |  |  |  |
| ОЗК. Нормы ГТО. | | | | | |
| 27. | ОЗК. Теоретические основы правил использования, хранения средств химической защиты. | |  |  |  |
| 28. | Отработка нормативов по надеванию ОЗК. | |  |  |  |
| 29. | Отработка нормативов по надеванию ОЗК | |  |  |  |
| 30. | Отработка нормативов по надеванию ОЗК | |  |  |  |
| 31. | Отработка нормативов по надеванию ОЗК | |  |  |  |
| 32. | Нормы ГТО | |  |  |  |
| 33. | Тренировка по выполнению норм ГТО | |  |  |  |
| 34. | Тренировка по выполнению норм ГТО | |  |  |  |

Участие в муниципальных, районных и краевых спортивных мероприятиях, и мероприятиях, посвященных памяти военных событий, участие в конкурсах на сайте РДШ в течение года.

Содержание тем учебного курса

1.Строевая подготовка юнармейца (7 часов)

Все, кто хочет воспитать в себе силу воли, мужество и решительность, ответственность перед коллективом, вступают в ряды юнармейцев. 10 января 1967 года на страницах газеты «Пионерская правда» был опубликован приказ №1 командующего игрой Героя Советского Союза маршала артиллерии В. И. Казакова, где ставилась задача по формированию батальонов и обучению юнармейцев. В состав юнармейского отряда входят: командир отряда, замполит, флаговый, редактор боевого листка, связист, санитар.

Подготовка юнармейцев в составе отряда включает в себя идейно- политическую работу, строевую, стрелковую, физическую, медико – санитарную подготовку, занятия по гражданской обороне.

Выполнение норм по сборке и разборке автомата Калашникова (13 часов)

Пулевая стрельба в России. Устройство пневматической винтовки. Техника стрельбы из пневматической винтовки. Функциональная подготовка стрелков.

Автомат Калашникова. Понятие об устройстве и работе автомата. Разборка и сборка автомата. Отработка нормативов по разборке – сборке АК – 74.

5.Медико – санитарная подготовка юнармейцев (6 часов)

Первая медицинская помощь при травмах и ранениях. Правила наложения повязок. Оказание первой помощи при остановке дыхания. Некоторые способы безносилочной переноски раненых. Уход за больными. Эвакуация пострадавших

ОЗК. Нормы ГТО. (8 часов)

Техника безопасности на занятиях в спортивном зале. Подвижные игры по выбору обучающихся. Бег на 100 метров. Прыжки в высоту, в длину. Подтягивание на перекладине, отжимание от пола.

Требования к уровню подготовки обучающихся

В результате изучения курса кружковой работы, обучающиеся должны знать:

* Основные правила безопасного поведения в повседневной жизни и в условиях чрезвычайной ситуации
* Основные принципы здорового образа жизни;
* Правила оказания первой медицинской помощи;
* Правила стрельбы из пневматической винтовки
* Устройство автомата Калашникова

Должны уметь:

* Предвидеть возникновение наиболее часто встречающихся опасных ситуаций по их характерным признакам, принимать решение и действовать, обеспечивая личную безопасность;
* Грамотно действовать при возникновении угрозы чрезвычайной ситуации и во время чрезвычайной ситуации;
* Оказывать первую медицинскую помощь при неотложных состояниях;
* Выполнять основные действия, связанные с будущим прохождения воинской службы (строевые приемы, воинское приветствие, неполная разборка и сборка автомата Калашникова, стрельба из автомата и т.д.).

Приобретение знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни будут способствовать обеспечению личной безопасности в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, в том числе при угрозе террористического акта или при захватке в заложники, выработке убеждений и потребностей в соблюдении норм здорового образа жизни, владению навыками в области гражданской обороны, формированию психологической и физической готовности к прохождению военной службы по призыву.

Критерии оценивания

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Оценивание | Знание учебного материала |
| 1 | Хорошо | Ответы отличаются глубоким знанием учебного материала, свидетельствуют о способности самостоятельно находить причинно-следственные зависимости и связь с практикой грамотно действовать при возникновении угрозы чрезвычайной ситуации и во время чрезвычайной ситуации;  Показывают безошибочное оказание первой медицинской помощи при неотложных состояниях;  Быстро и правильно выполняют основные действия, связанные с будущим прохождения воинской службы (строевые приемы, воинское приветствие, неполная разборка и сборка автомата Калашникова, стрельба из автомата и т.д.); |
|  |  |  |
| 2 | Удовлетворительно | В ответах допускаются неточности, исправляемые только с помощью учителя, обучающиеся не могут сами выделить в учебном материале причинно-следственные связи, связать его с практикой.  Допускают неточности оказания первой медицинской помощи при неотложных состояниях.  Допускают неточности при выполнении основных действий, связанных с будущим прохождения воинской службы (строевые приемы, воинское приветствие, неполная разборка и сборка автомата Калашникова, стрельба из автомата и т.д.). |

Учебно-методическое обеспечение

1. Учебник для общеобразовательных учреждений ОБЖ – 10класс: М. П. Фролов под редакцией Ю. Л. Воробьева, Москва, АСТ: Астрель, 2008г.
2. Тематический сборник «Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера»: А. Т. Смирнов, В. Я. Сюньков, Москва 1995 г.
3. Развернутое тематическое планирование ОБЖ 5 – 11 классы по учебникам под редакцией Ю. Л. Воробьева, Волгоград, издательство «Учитель». Автор- составитель Т. А. Мелихова.
4. Книга юнармейца. Сборник составил В.Б. Волошинов. Москва, издательство ДОСААФ СССР – 1989 год