

Управление образования города Калуги
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Основная общеобразовательная школа №35» города Калуги

ПРИНЯТА

педагогическим советом

протокол № 1 от «30» августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНА

приказом №114

от «30» августа 2023 г.

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности**

Возраст обучающихся: 14-15 лет

Срок реализации программы: 1 год

Уровень сложности: стартовый (базовый)

Автор-составитель программы:

Егоренков Сергей Витальевич

учитель физической культуры

Калуга, 2023

ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

Полное название программы	Юниор
Автор-составитель программы, должность	Егоренков Сергей Витальевич, учитель физической культуры
Адрес реализации программы	Муниципальное бюджетное образовательное учреждение «Основная общеобразовательная школа №35» города Калуги Адрес г.Калуга, ул.Новая, д1 Тел. 512-725
Вид программы	– модифицированная – модульная – базовый уровень
Направленность	физкультурно-спортивная
Вид деятельности	согласно Приложению 3 данного Положения
Срок реализации программы	1 год (36 часов)
Возраст детей	От 14 до 15 лет
Форма реализации программы	групповая
Форма организации образовательной деятельности	объединение
Название объединения	Юниор
Педагоги, реализующие программу	Егоренков Сергей Витальевич

РАЗДЕЛ 1.

«КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ»

1.1 Пояснительная записка

В современном мире ясно прослеживается изменение ценностных ориентаций, отношение к службе в Вооруженных Силах. В подростковой среде авторитет Российской Армии очень низок. Психологически подростки не подготовлены к экстремальным ситуациям, у них изменилась шкала ценностей, а ведь известно, что человек без жизненных идеалов бесполезен для общества. Чтобы улучшить подготовку подростков к военной службе, прежде всего надо перестроить сознание призывника, вызвать интерес, стремление и положительное отношение к ней. Без патриотического воспитания молодежи у страны нет благополучного будущего.

Физкультурно-оздоровительная работа программы направлена на развитие и совершенствование у молодёжи физических качеств – выносливости, силы, быстроты и ловкости. Обучающиеся овладевают навыками преодоления различных препятствий, стрельбы из пневматического оружия.

Направленность программы – физкультурно-спортивная

Вид программы:

по степени авторства - модифицированная;

по уровню освоения – ознакомительная (базовая);

по форме организации содержания – модульная.

Язык реализации программы: официальный язык Российской Федерации – русский.

Перечень нормативных документов:

Программа разработана в соответствии со следующими нормативными документами:

Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ.

1. Федеральный закон от 31 июля 2020 г. N 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся».

2. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 год. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 года № 678-р.

3. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4.07.2014 г. «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».

4. Приказ Министерства просвещения РФ от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

5. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996-р «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»

6. Подпрограмма «Дополнительное образование» государственной программы Калужской области «Развитие общего и дополнительного образования в Калужской области». Утверждена постановлением Правительства Калужской области от 29 января 2019 года № 38 «Об утверждении государственной программы Калужской области «Развитие общего и дополнительного образования в Калужской области».

Актуальность программы

Актуальность данной программы заключается в том, что она направлена на дальнейшее формирование патриотического сознания подростков и является одной из основ их духовно-нравственного развития.

Программа «Юниор», прежде всего, перестраивает сознание подростка, формируя у него необходимые установки на предстоящую службу.

Военно-патриотическое воспитание программы направлено на формирование у молодежи духовно-нравственных принципов и гражданской ответственности, любви и преданности своему Отечеству, готовности к достойному и самоотверженному служению обществу и государству.

Адресат программы

Подростки 14-15 лет.

Особенности организации образовательного процесса

Объем программы- 36 часов

Сроки программы – 1 год.

Режим занятий- 1 час в неделю (40 минут)

Формы обучения – очная.

Форма организации образовательной деятельности - групповая (объединение).

Методы обучения:

В рамках объединения предусматриваются следующие методы организации учебно-познавательной деятельности, позволяющие повысить эффективность обучения:

Объяснительно - иллюстративный (беседа, объяснение, инструктаж, демонстрация, работа с пошаговыми технологическими карточками и др);

Репродуктивный (воспроизведение учебной информации: создание программ, сбор моделей по образцу);

Метод проблемного изложения (учитель представляет проблему, предлагает ее решение при активном обсуждении и участии обучающихся в решении);

Проблемный (учитель представляет проблему - учебную ситуацию, учащиеся занимаются самостоятельным поиском ее решения);

Эвристический (метод творческого моделирования деятельности).

Метод проектов. Основной метод, который используется при изучении робототехники. В основе - представление учителем образовательных ситуаций, в ходе работы над которыми учащиеся ставят и решают собственные задачи. Проектно-ориентированное обучение – это системный учебный метод, вовлекающий учащихся в процесс приобретения знаний и умений с помощью широкой исследовательской деятельности, базирующейся на комплексных, реальных вопросах и тщательно проработанных заданиях. При этом предусматривается как индивидуальная работа учащихся, так и работа в парах, малых исследовательских группах (до 3 учащихся), больших проектных группах (до 5 учащихся)

Формы проведения занятий: комбинированные, теоретические, практические.

Состав группы, особенности набора - постоянная, разновозрастная группа.

1.2. Цель и задачи программы

Основная цель программы – совершенствование гражданского и патриотического воспитания подростков и повышение престижа службы в Российских Вооруженных Силах

Для достижения этой цели необходимо решить следующие **задачи**:

- Воспитание готовности к достойному и самоотверженному служению обществу и государству, к выполнению обязанностей по защите Отечества;
- Укрепление здоровья, военно-патриотическое воспитание молодежи, комплексная подготовка юношей к службе в Вооруженных силах России;
- Развитие физических, духовных и нравственных качеств личности, формирование здорового образа жизни;
- Профессиональная ориентация подростков;
- Закрепление навыков полученных в процессе обучения в общеобразовательных учреждениях.

1.3. Содержание программы Учебный план

	Название разделов и тем	Количество часов			Контроль
		Общее	Теория	Практика	
1	Тема1. Знакомство с деятельностью курса «Юниор». Техника безопасности в занятиях по физической, стрелковой, строевой подготовке.		1	-	Зачет
2	Тема2. Определение уровня физических качеств: сила, скоростная сила, выносливость, ловкость, силовая выносливость посредством сдачи тестов физической подготовленности.		-	1	Зачет
3, 4	Тема3. Круговая тренировка общефизической направленности.		-	2	
5, 6	Тема4. Круговая тренировка на развитие скоростной выносливости.		-	2	Пр.работа
7, 8	Тема5. Материальная часть автомата Калашникова. Назначение, боевые свойства, общее устройство и принцип работы автомата.		2	-	
9, 10	Тема6. Последовательность неполной разборки и сборки АКМ-74. Меры безопасности при обращении с автоматом и патронами.		1	1	Зачет
11, 12	Тема7. Знакомство с правилами прицеливания и стрельбы из пневматической винтовки.		1	1	
13, 14	Тема8. Строевая стойка. Повороты на месте		1	1	
15, 16	Тема9. Строевой шаг.		1	1	
17, 18	Тема10. Повороты направо-налево в движении, кругом		1	1	Пр.работа
19, 20	Тема5. Строевые приемы в движении в отделении.		1	1	
21, 22	Тема1. Государственная и военная символика.		2		
23, 24	Тема2. Дни воинской славы России.		2		
25, 26	Тема3. Основные битвы ВОВ, города – герои ВОВ.		2		
27, 28	Тема6. История, символы Калужской области		2		К.работа
29	Тема1. Безопасность и защита человека в ЧС		1		
30	Тема3. Гражданская оборона.		1		
31-36	Тема1. Первая медицинская помощь при различных видах травм.		1	5	Пр.работа
	Итого:		36	20	16

Содержание программы

Вводное занятие: Основы знаний «Юниора» - обучающиеся знакомятся с коллективом, с деятельностью курса «Юниор» с правилами техники безопасности на занятиях по физической, стрелковой, строевой подготовке.

В разделе **«Физическая подготовка»** с обучающимися проводятся занятия, в процессе которых поводится физическая подготовка направленные на развитие физических качеств: сила, быстрота, ловкость, скоростная и силовая выносливость. С использованием различных средств и методов физического воспитания.

В разделе **«Огневая подготовка»** с обучающимися проводятся занятия, в процессе которых обучающиеся знакомятся с материальной частью автомата Калашникова, Назначением, боевыми свойствами, общим устройством и принципом работы автомата.

Выполняют неполную разборку и сборку АКМ-74. Знакомятся с правилами прицеливания и стрельбы из пневматической винтовки.

Выполняют стрельбу по мишеням.

В разделе **«Строевая подготовка»** обучающиеся знакомятся и изучают на практике строевые приёмы на месте и в движении и с оружием (автомвтом АКМ-74) согласно Строевому уставу Вооруженных Сил Российской Федерации.

В разделе **«Исторические и боевые традиции Отечества»** обучающиеся знакомятся с Государственной и военной символикой, Днями воинской славы России, Символами воинской чести, основными битвами ВОВ, городами – героями ВОВ, Вооруженными Силами Российской Федерации, историей, символами и геральдикой ЯНАО.

В разделе **«Основы безопасности жизнедеятельности»** обучающиеся знакомятся с правилами безопасного поведения у водоемов, при пожаре, в природных экстремальных ситуациях; с ЧС аварийного характера в жилище и на транспорте, криминального характера. Опасными природными факторами и защитой от их влияния. Способами подачи сигналов бедствия, способами разведения огня и приготовления пищи, ориентированием и поиском маршрута движения на местности, преодолением рельефных и водных препятствий. Обучающиеся изучают современные средства поражения, мероприятия ГО по защите населения: средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожи, приборы радиационной и химической разведки. На практике отрабатывают навыки одевания и пребывания в противогазе и костюме химической защиты.

В разделе **«Медицинская подготовка»** обучающиеся знакомятся и изучают на практике правила оказания первой медицинской помощи в природных условиях (ссадины, порезы, укусы животных; вывихи переломы, обморожения; первая помощь утопающему). Первая помощь при ранениях и травмах (виды ран, помощь, повязка на голову и грудь), первая помощь при переломах конечностей. Первая помощь при несчастном случае: остановка кровотечений, повязки на живот, и промежность, верхние и нижние конечности.

1.4 Планируемые результаты

Планируемые (ожидаемые) результаты программы

- формирование основ российской гражданской идентичности, чувства гордости за свою страну, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности;
- формирования уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.
- освоение способов решения проблем творческого и поискового характера;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации, определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- находить и выделять при помощи взрослых информацию, необходимую для выполнения заданий из разных источников;

РАЗДЕЛ № 2
«КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ»

2.1 Календарный учебный график

	Название разделов и тем	
1	Тема1. Знакомство с деятельностью курса «Юниор». Техника безопасности на занятиях по физической, стрелковой, строевой подготовке.	1
2	Тема2. Определение уровня физических качеств: сила, скоростная сила, выносливость, ловкость, силовая выносливость посредством сдачи тестов физической подготовленности.	1 1
3, 4	Тема3. Круговая тренировка общефизической направленности.	2
5, 6	Тема4. Круговая тренировка на развитие скоростной выносливости.	2
7, 8	Тема5. Материальная часть автомата Калашникова. Назначение, боевые свойства, общее устройство и принцип работы автомата.	2
9, 10	Тема6. Последовательность неполной разборки и сборки АКМ-74. Меры безопасности при обращении с автоматом и патронами.	2
11, 12	Тема7. Знакомство с правилами прицеливания и стрельбы из пневматической винтовки.	2
13, 14	Тема8. Строевая стойка. Повороты на месте	2
15, 16	Тема9. Строевой шаг.	2
17, 18	Тема10. Повороты направо-налево в движении, кругом	2
19, 20	Тема5. Строевые приемы в движении в отделении.	2
21, 22	Тема1. Государственная и военная символика.	2
23, 24	Тема2. Дни воинской славы России.	2
25, 26	Тема3. Основные битвы ВОВ, города – герои ВОВ.	2
27, 28	Тема6. История, символы Калужской области	2
29	Тема1. Безопасность и защита человека в ЧС	1
30	Тема3. Гражданская оборона.	1
31-36	Тема1. Первая медицинская помощь при различных видах травм.	6
	Итого:	36

2.2 Условия реализации программы

Материальные ресурсы:

Для организации и эффективного проведения образовательного процесса на занятии военно – патриотического объединения «Юниор» необходимо иметь:

- кабинет (классная аудитория базовой школы: столы, стулья) – Точка роста, кабинет ОБЖ со всем оснащением.
- мультимедийная аппаратура (компьютер, проектор, экран, сканер, фотоаппарат, проектор);
- музейная комната ;
- возможность использования Интернет - программ;
- историческая литература и пособия по краеведению.

Информационные ресурсы

http://учитель.my1.ru/index/rol_istoricheskogo_kraevedeniya_v_patrioticheskom_vospitanii_i_grazhdanskom_stanovlenii_lichnosti/0-22

http://pedsovet.org/component/option,com_mtree/task,viewlink/link_id,5440/Itemid,343/

<http://zanimatika.narod.ru/RF31.htm>

<http://festival.1september.ru/articles/532695/>

<http://referat.yabotanic.ru/pedagogika/patrioticheskoe-vospitanie-detej-sredstvami-kraevedeniya/31409/31318/page1.html>

<http://festival.1september.ru/articles/522501/>

Кадровые ресурсы

1. Преподаватель объединения дополнительного образования – учитель физической культуры

2.3 Формы аттестации (контроля)

Время проведения	Цель проведения	Форма контроля
Начальный или входной контроль		
В начале учебного года	Определение уровня развития учащихся, их способностей	Тестирование
Текущий контроль		
В течение всего учебного года	Определение степени усвоения обучающимися учебного материала. Определение готовности детей к восприятию нового материала. Повышение ответственности и заинтересованности обучающихся в обучении. Выявление отстающих и опережающих обучение. Подбор наиболее эффективных методов и средств обучения	Педагогическое наблюдение, контрольное занятие.
Промежуточный контроль		
По окончании изучения темы или раздела.	Определение степени усвоения обучающимися учебного материала. Определение результатов обучения.	Контрольное занятие, зачет, самостоятельная работа.
Итоговый контроль		
В конце учебного года	Определение изменения уровня развития детей, их творческих способностей. Определение результатов обучения. Ориентирование обучающихся на дальнейшее обучение. Получение сведений для совершенствования образовательной программы и методов обучения.	Защита проектов

2.4 Оценочные материалы

В качестве диагностических материалов используются

- тесты;
- анализ продукта деятельности;
- эксперимент.

2.5 Методические материалы

В ходе занятий применяются методы: объяснительный, наглядный, объяснительно-иллюстративный, практический. В ходе практических занятий обучающиеся выполняют практические задания по пройденным темам, сначала под наблюдением преподавателя, а затем самостоятельно. После выполнения задания производится разбор ошибок.

Для реализации данной программы требуется учебные макеты автомата Калашникова, пневматические винтовки, туристическое снаряжение (обвязки, страховочные верёвки, репшнур, карабины, палатки разных конструкций, компасы, топографические карты, медицинские носилки, лыжное снаряжение, спортзал, плакаты по ориентированию и технике преодоления препятствий), спортивный инвентарь: мячи набивные, баскетбольные, волейбольные, гири, гантели, штанга, силовые тренажеры, противогазы, костюм химической защиты, приборы ДП – 5В и ВПХР (войсковой прибор химической разведки).

методические особенности организации образовательного процесса	<ul style="list-style-type: none"> ✓ практическая направленность занятий ✓ формы организации учебного занятия различные
методы обучения и воспитания	<ul style="list-style-type: none"> ✓ <i>обучения</i> (словесный, наглядный, практический; объяснительно-иллюстративный, репродуктивный, частично-поисковый, исследовательский, проблемный; игровой, проектный, эвристический и пр.) и <i>воспитания</i> (убеждения, поощрения, стимулирования, мотивация, создание ситуаций)
педагогические технологии	<ul style="list-style-type: none"> ✓ технология группового обучения, коллективного взаимообучения, дифференцированного обучения, разноуровневого обучения, развивающего обучения, проблемного обучения, личностно—ориентированного обучения, игровой деятельности, технология КТД, портфолио, ТРИЗ, здоровьесберегающая технология, игровая технология и др.
дидактические материалы	<ul style="list-style-type: none"> ✓ наглядные, демонстративные пособия, тренажеры; подборки материалов, игр, заданий, банк творческих работ и проектов и пр.
методические разработки	<ul style="list-style-type: none"> ✓ подборки разноуровневых заданий

Список литературы

1. Москва: Школьная пресса, 2008г. («Воспитание школьников. Библиотека журнала»).
2. П.Ф.Куклин, Л.А.Тетушкина, Л.А.Лаврова «Военно-спортивные игры». Волгоград: Учитель, 2009г.
3. С.В.Титов, Г.И.Шабаева «Тематические игры по ОБЖ». Методическое пособие для учителя. Москва: ТЦ Сфера, 2003 г.

4. Быков А.К. Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации: на стыке двух государственных программ / А.К. Быков // Педагогика. 2011. - №1. - с. 14-24.
5. Вандышева Е. На героике великой отечественной / Е. Вандышева // Патриот отечества. - 2010. - №9. - с. 6.
6. Воскресенская Н. М., Фруман И. Д. Гражданское образование. Сборник материалов, разработанных под эгидой Совета Европы. /Под ред. Н.М.Воскресенской, И.Д.Фрумина. М., 2000. - 151с.
7. Воскресенская Н. М., Шехтер С., Гражданское образование: содержание и методы обучения. /Под ред. С.Шехтера, Н.М. Воскресенской. М., 1997. - с. 190.