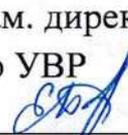


**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧЕРЕЖДЕНИЕ «СРЕДНЯЯ ШКОЛА №47 ГОРОДСКОГО ОКРУГА  
МАРИУПОЛЬ»**

СОГЛАСОВАНО:

Зам. директора

по УВР

 Е.С. Попова

Протокол №

от «\_\_\_» \_\_\_ 202\_\_\_ г.

УТВЕРЖДЕНО:

Директор



Е.М. Боруш

Приказ № 47

от «\_\_\_» «МАРИУПОЛЬ»

202\_\_\_ г.

## **Рабочая программа**

ID ( 1558457)

### **военно-спортивной секции**

### **«Патриот»**

для 10 класса

**Составитель:**

**учитель физической культуры**

**Рихтовский Станислав Александрович**

**Мариуполь 2024**

## **Пояснительная записка.**

### **Введение:**

Программа военно-спортивной секции «Патриот» (далее Программа) разработана в соответствии с постановлением Правительства Российской Федерации от 5 октября 2010 г. № 795 «О государственной программе "Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации на 2011-2015 гг."», в соответствии с:

1. Концепцией патриотического воспитания граждан Российской Федерации (протокол № 2 (12)-П4 от 21 мая 2003 г.);
2. Федеральным законом "О воинской обязанности и военной службе" от 28 марта 1998 г. № 53-ФЗ;

Программа определяет основные направления военно-патриотического воспитания учащихся МБОУ лицей с. Долгоруково.

### **Актуальность проблемы**

#### **патриотического воспитания детей и молодёжи:**

В последнее десятилетие в России произошли экономические и политические изменения, которые привели к значительной социальной дифференциации населения и потере общих для всех граждан страны духовных ценностей. Эти изменения снизили воспитательное воздействие российской культуры и образования как важнейших факторов формирования чувства патриотизма. Стала все более заметной постепенная утрата нашим обществом традиционно российского патриотического сознания.

За последние годы в России значительно ослаблена работа по патриотическому воспитанию граждан. Этому во многом способствуют такие явления последнего времени: экономическая дезинтеграция, социальная

дифференциация общества, девальвация духовных ценностей, снижение воспитательного воздействия культуры, искусства и образования; насаждение культа вседозволенности, насилия и жестокости в средствах массовой информации и печати; обострение межнациональной розни. Разрушение системы патриотического воспитания привело к тому, что происходит постепенная утрата обществом патриотического сознания, нравственных и этических ориентиров. Утрачивается истинное значение и понимание интернационализма; получают широкое распространение в общественном сознании равнодушие, эгоизм, цинизм, немотивированная агрессивность, неуважительное отношение к государству и социальным институтам; проявляется устойчивая тенденция падения престижа военной и государственной службы. В этих условиях становление системы патриотического воспитания необходимо рассматривать, как объединяющее начало, фактор взаимодействия детского и молодежного движения, органов исполнительной власти, общественных объединений, как основу для развития идейно-патриотического воспитания граждан.

В целях объединения усилий школы, семьи, общественности, жителей поселков Дальний и Заозёрный в патриотическом воспитании детей, а также выработки единых подходов в военно-патриотическом воспитании и разработана данная Программа.

### **Цель и задачи программы:**

**Целью** Программы является развитие у учащихся активной гражданской позиции и патриотизма как важнейших духовно-нравственных и социальных ценностей, отражающих сопричастность к делам и достижениям старших поколений, готовность к активному участию в различных сферах жизни общества.

Для достижения указанной цели решаются следующие **задачи**:

- формирование у подрастающего поколения верности Родине, готовности к служению Отечеству и его вооруженной защите;
- изучение истории и культуры Отечества и родного края;
- физическое развитие учащихся, формирование у них потребности в здоровом образе жизни;
- дальнейшее развитие и совершенствование системы дополнительного образования в школе;
- консолидация и координация деятельности школы, семьи, общественности, жителей города в патриотическом воспитании детей.

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

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

### **Результатами реализации Программы служит следующее:**

- воспитание у учащихся ответственности за личную безопасность, безопасность общества и государства; ответственного отношения к

личному здоровью как индивидуальной и общественной ценности; ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды как основы в обеспечении безопасности жизнедеятельности личности, общества и государства;

- развитие духовных и физических качеств личности, обеспечивающих безопасное поведение человека в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера в современных условиях жизнедеятельности; потребности ведения здорового образа жизни; необходимых моральных, физических и психологических качеств, для выполнения конституционного долга и обязанности гражданина России по защите Отечества.

**Конечным результатом реализации Программы** стала положительная динамика роста патриотизма и интернационализма в школе, обеспечение на ее основе благоприятных условий для духовного и культурного воспитания личности школьника, гражданина и патриота Родины, повышение авторитета школы.

### **Содержание программы**

Наиболее эффективной, в плане военно-патриотического воспитания, формой внешкольной деятельности учащихся, на мой взгляд, являются творческие объединения учащихся (кружки) военно-патриотического характера, так как они охватывают сразу все направления военно-патриотической работы и позволяют, с одной стороны, придать военно-патриотическому воспитанию более массовый характер, а с другой стороны – вовлечь больше учащихся в самоуправление оборонно-массовой работой.

**Целью** работы секции является:

- Пропаганда здорового образа жизни;
- Популяризация службы в рядах Вооружённых сил;
- Физическое и нравственное совершенствование личности.

Работа секции – это не разовое эпизодическое мероприятие, а массовая форма систематической военно-патриотической и спортивной работы. Она представляет собой комплекс занятий по ОБЖ и ОВС, соревнований, эстафет, конкурсов, викторин, походов, тактических игр на местности и других мероприятий, которые закладывают основы морально-психологической подготовки, способствуют физической закалке и совершенствованию военных знаний и навыков.

### **Направления деятельности.**

#### **Общая физическая подготовка.**

- ✓ Правила выполнения самостоятельных занятий ОФП. Предупреждение травматизма. Подбор заданий для самостоятельных занятий. Гигиена и закаливание.
- ✓ Упражнения и игры на развитие быстроты и выносливости.
- ✓ Упражнения и игры на развитие скоростно-силовых качеств.
- ✓ Упражнения и игры на развитие ловкости и силы.
- ✓ Командные игры.

#### **Строевая подготовка.**

- ❖ Обязанности командиров отрядов в организации и управлении строем.
- ❖ Строевая выучка. Построение в одну, в две шеренги по звеньям.
- ❖ Сигналы управления строем.
- ❖ Движение строем, поворот в движении, размыкание и смыкание строя.
- ❖ Исполнение песни в строю, отдавание воинской чести во время движения отряда.
- ❖ Выход из строя и подход к начальнику, возврат в строй.
- .

#### **Первая медицинская помощь.**

*Главная задача* – научить оказывать первую медицинскую помощь при разных ситуациях.

- Личная и общественная гигиена.

- ПМП при травмах и несчастных случаях.
- Понятие раны. Виды ран.
- Кровотечения. Виды и признаки, способы временной остановки кровотечения.
- Перевязочный материал. Повязки: основные виды, правила..

### **Физическая подготовка**

#### **Количество часов:**

Программа рассчитана на 35 часов в год, по 1 часа в неделю.

#### **Источники:**

1. «Государственная программа "Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации на 2011 - 2015 годы"» - Постановление Правительства Российской Федерации от 5 октября 2010 г. № 795;
2. "Об утверждении Инструкции об организации обучения граждан Российской Федерации начальным знаниям в области обороны и их подготовки по основам военной службы" - Приказ Минобороны РФ и Минобразования РФ от 3 мая 2006 г. N 203/1936;
3. Концепцией патриотического воспитания граждан Российской Федерации (протокол № 2 (12)-П4 от 21 мая 2003 г.);
4. Федеральный закон «О воинской обязанности и военной службе» от 28 марта 1998 г. № 53-ФЗ;
5. Строевой устав вооруженных сил Российской Федерации. Москва, военное издательство, 2006

### Календарно-тематическое планирование.

№	Тематика занятия.	Количество часов.	Дата		
<b>Первая медицинская помощь (4 ч).</b>					
<b>1</b>	Личная и общественная гигиена.	<b>1</b>	05.09	05.09	05.09
<b>2</b>	Первая медицинская помощь при травмах и несчастных случаях.	<b>1</b>	12.09	12.09	12.09
<b>3</b>	Понятие раны. Виды ран.	<b>1</b>	19.09	19.09	19.09
<b>4</b>	Кровотечения. Виды и признаки, способы временной остановки кровотечения.	<b>1</b>	26.09	26.09	26.09
<b>Общая физическая подготовка и строевая подготовка (31 ч).</b>					
<b>5</b>	Строевая подготовка: обязанности командиров отрядов в организации и управлении строем, строевая выучка. Развитие прыгучести: эстафеты с прыжками.	<b>1</b>	03.10	03.10	03.10
<b>6</b>	Строевая подготовка: строевая выучка. Бег по пересечённой местности. Провести учёт по прыжкам в длину с места.	<b>1</b>	10.10	10.10	10.10
<b>7</b>	Строевая подготовка: действие в составе отряда на месте. Провести бег на выносливость 4 минуты.	<b>1</b>	17.10	17.10	17.10
<b>8</b>	Строевая подготовка: действие в составе отряда на месте. Развитие координационных способностей: челночный бег 3x10 м. Игра на местности.	<b>1</b>	24.10	24.10	24.10
<b>9</b>	Строевая подготовка: действие в составе отряда на месте. Обучение перемещению по местности поточным способом. Функционирование «командой».	<b>1</b>	07.11	07.11	07.11
<b>10</b>	Строевая подготовка: действие в составе отряда на месте. Общая физическая подготовка. Эстафеты.	<b>1</b>	14.11	14.11	14.11

<b>11</b>	Строевая подготовка: действие в составе отряда на месте. Учёт силовых качеств: подтягивание. Подвижные игры с бегом.	<b>1</b>	21.11	21.11	21.11
<b>12</b>	Строевая подготовка: действие в составе отряда на месте. Обучение метанию мяча в цель.	<b>1</b>	28.11	28.11	28.11
<b>13</b>	Строевая подготовка: действие в составе отряда на месте. Развитие скоростной выносливости. Подвижные игры на местности.	<b>1</b>	05.12	05.12	05.12
<b>14</b>	Строевая подготовка: действие в составе отряда в движении. Челночный бег 3x10	<b>1</b>	12.12	12.12	12.12
<b>15</b>	Строевая подготовка: действие в составе отряда в движении. Простейший комплекс силовой подготовки. Бег с заданиями.	<b>1</b>	19.12	19.12	19.12
<b>16</b>	Строевая подготовка: действие в составе отряда в движении. Подвижные игры, развивающие скоростную выносливость.	<b>1</b>	26.12	26.12	26.12
<b>17</b>	Строевая подготовка: действие в составе отряда в движении. Развитие координационных способностей. Эстафеты, развивающие ловкость, меткость и быстроту.	<b>1</b>	02.01	02.01	02.01
<b>18</b>	Строевая подготовка: действие в составе отряда в движении. Учёт скоростных качеств .	<b>1</b>	09.01	09.01	09.01
<b>19</b>	Строевая подготовка: действие в составе отряда в движении. (обучение правильному дыханию).	<b>1</b>	16.01	16.01	16.01
<b>20</b>	Строевая подготовка: действие в составе отряда в движении. Полоса препятствий.	<b>1</b>	23.01	23.01	23.01
<b>21</b>	Строевая подготовка: одиночная строевая выучка. Развитие быстроты реакции. Бег с заданиями.	<b>1</b>	13.02	13.02	13.02
<b>22</b>	Строевая подготовка: одиночная строевая выучка. Эстафеты с преодолением вертикальных препятствий.	<b>1</b>	20.02	20.02	20.02

<b>23</b>	Строевая подготовка: одиночная строевая выучка. Круговая тренировка.	<b>1</b>	27.02	27.02	27.02
<b>24</b>	Строевая подготовка: одиночная строевая выучка. Подвижные игры с элементами лазания, перелазания и с прыжками через препятствия.	<b>1</b>	06.03	06.03	06.03
<b>25</b>	Строевая подготовка: одиночная строевая выучка. Выполнение статического усилия: вис на согнутых руках.	<b>1</b>	13.03	13.03	13.03
<b>26</b>	Строевая подготовка: одиночная строевая выучка. Эстафеты на развитие основных двигательных качеств. Силовые упражнения.	<b>1</b>	20.03	20.03	20.03
<b>27</b>	Строевая подготовка: строевые приёмы со знаменем. Развитие равновесия в эстафетах и играх.	<b>1</b>	20.03	20.03	20.03
<b>28</b>	Строевая подготовка: строевые приёмы со знаменем. Развитие скоростных качеств в круговой эстафете. Ловля теннисного мяча в парах: развитие ловкости и быстроты реакции.	<b>1</b>	03.04	03.04	03.04
<b>29</b>	Строевая подготовка: строевые приёмы со знаменем. Лазание по наклонной плоскости различными способами. Подвижная игра на местности.	<b>1</b>	10.04	10.04	10.04
<b>30</b>	Строевая подготовка: строевые приёмы со знаменем. Прыжки через скакалку	<b>1</b>	17.04	17.04	17.04
<b>31</b>	Строевая подготовка: строевые приёмы со знаменем. Подвижная игра с ловлей и передачей мяча. Силовые упражнения в упорах.	<b>1</b>	24.04	24.04	24.04
<b>32</b>	Строевая подготовка: строевые приёмы со знаменем. Прохождение полосы препятствий в зале. Упражнения в висах и упорах.	<b>1</b>	01.05	01.05	01.05
<b>33</b>	Строевая подготовка: строевые приёмы со знаменем. Развитие скоростной выносливости в беге с преодолением вертикальных препятствий.	<b>1</b>	08.05	08.05	08.05
<b>34</b>	Строевая подготовка: строевые приёмы со знаменем. Тестирование по подтягиванию и отжиманию.	<b>1</b>	15.05	15.05	15.05

<b>35</b>	Строевая подготовка: строевые приёмы со знаменем. Бег по пересечённой местности. Безопасное поведение во время прохождения трассы. ОФП.	<b>1</b>	22.05	22.05	22.05
-----------	---	----------	-------	-------	-------