

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Пензенской области
Отдел образования администрации Земетчинского района
МБОУ «Лицей» р.п. Земетчино

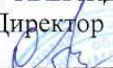
РАССМОТРЕНО

на заседании МО учителей
физической культуры и
преподавателей-
организаторов ОБЗР
 /Лисёнков Ю.В./
Протокол №1
от «27» августа 2025 г.

ПРИНЯТО

на заседании
педагогического совета
Протокол №1
от «27» августа 2025 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор
 /Панькина О.А./
Приказ №150-А
от «1» сентября 2025 г.



Рабочая программа
курса внеурочной деятельности (ID 9140058)
«Защитники Отечества»
для обучающихся 10-11 классов среднего общего образования
2025-2026 учебный год

Составитель: Лисёнков Юрий Викторович,
преподаватель-организатор ОБЗР

Земетчино
2025

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Проблема патриотического воспитания и гражданского становления подрастающего поколения сегодня одна из актуальных задач государства и общества. Сегодня определена не только государственная политика в области образования, но и дан социальный заказ государства на воспитание человека с активной жизненной позицией, трудолюбивого и высоконравственного, патриота своей Родины, уважающего права и свободы личности, традиции и культуру других народов, проявляющего национальную и религиозную терпимость. Изменения военно-политической обстановки в мире требуют укрепления экономической мощи Отечества, повышения его обороноспособности, отлаженной работы всей системы патриотического воспитания подрастающего поколения, подготовки его к защите Родины.

Обществу нужны здоровые, мужественные, смелые, инициативные, дисциплинированные, грамотные люди, которые были бы готовы работать и учиться на его благо. Поэтому особое место в воспитании подрастающего поколения отводится воспитанию патриотизма, чувства любви к Родине.

Рабочая программа по внеурочной деятельности «Защитники Отечества» для обучающихся 8-10 классов разработана в соответствии с концепцией патриотического воспитания граждан Российской Федерации и государственной программой «Патриотическое воспитание граждан РФ», областными программами по патриотическому воспитанию и на основе следующих нормативно-правовых документов:

- Федерального закона РФ от 29.12.2012 №273-

ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», с учётом Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года и Плана мероприятий по ее реализации в 2021-2025 гг., № 996-р и Плана мероприятий по её реализации в 2021 — 2025 годах (Распоряжение Правительства Российской Федерации от 12.11.2020 №2945-р);

- Федерального закона РФ от 04.09.2022 г. №371-ФЗ "О внесении изменений в Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации";

- Стратегии национальной безопасности Российской Федерации (Указ Президента Российской Федерации от 02.07.2021 №400);

- Приказа Минпросвещения Российской Федерации №370 от 18 мая 2023 года

«Об утверждении федеральной образовательной программы основного общего образования»;

- Приказа Минпросвещения Российской Федерации №371 от 18 мая 2023 года

«Об утверждении федеральной образовательной программы среднего общего образования».

Актуальность программы

В условиях становления гражданского общества и правового государства необходимо осуществлять воспитание принципиально нового, демократического типа личности, способной к инновациям, к управлению собственной жизнью и деятельностью, делами общества, готовой рассчитывать на собственные силы, собственным трудом обеспечивать свою материальную независимость. В формирование такой гражданской личности, сочетающей в себе развитую нравственную, правовую и политическую культуру, ощутимый вклад должна внести современная школа.

Детский возраст является наиболее оптимальным для системы гражданско-патриотического воспитания, так как это период самоутверждения, активного развития социальных интересов и жизненных идеалов.

Только через активное вовлечение в социальную деятельность и сознательное участие можно достигнуть успехов в этом направлении.

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

Задачи:

- Воспитание готовности к достойному и самоотверженному служению обществу и государству, к выполнению обязанностей по защите Отечества;

- Укрепление здоровья, военно-патриотическое воспитание молодёжи, 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.

Место программы в учебном плане.

Программа соответствует требованиям ФГОС и представляет собой вариант программы организации внеурочной деятельности обучающихся 8-10 классов. Рассчитана на 34 учебных часа и предполагает равномерное распределение этих часов по неделям с целью проведение регулярных еженедельных внеурочных занятий со школьниками (1 раз в неделю).

Режим занятий: занятия по данной программе проводятся в форме урока, 1 раз в неделю.

Место проведения: спортивный зал лицея, спортивная площадка.

Формы занятий – игры, соревнования, эстафеты, просмотр видеороликов военно-спортивного содержания, презентации, беседы.

Формы контроля – опрос, тесты-практикумы, соревнования по параллелям.

Прогнозируемые результаты:

- формирование гражданского самосознания, толерантности, способности к ответственному самоопределению в современной культуре;
- формирование ценностного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих;
- формирование чувства патриотизма, смелости, настойчивости,

организованности и самодисциплины;

повышение уровня физической подготовки обучающихся;

повышение интереса к военному делу, истории родного края, туризму и спорту;

- формирование у обучающихся разносторонних познавательных интересов и способностей;
- развитие у обучающихся уверенности в своей будущей социальной востребованности;
- приобретение опыта партнерских, сотруднических отношений обучающихся друг с другом и с взрослыми в совместной деятельности;
- приобретение опыта принятия решений в экстремальных ситуациях при проведении тренировок и участия в соревнованиях.

Обучающиеся должны научиться:

- государственную и военную символику Российской Федерации;
- правила ориентирования на местности;
- магнитный азимут и его определение;
- порядок движения по азимуту, обхождение преград, поиск объекта;
- особенности специальной и прикладной физической подготовки;
- общее представление анатомии человека;
- виды ран и кровотечений;
- переломы, вывихи и их виды;
- правила предоставления первой медицинской помощи;
- виды чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени;
- сигналы и порядок оповещения об угрозе возникновения чрезвычайных ситуаций;

- правила техники безопасности на занятиях.

Обучающиеся могут научиться выполнять:

- комплексы упражнений на координацию, гибкость, силу и выносливость;
- команды «Становись», «Смирно», «Равняйсь», «Вольно», «Разойдись» и т.д.;
- повороты на месте;
- военно приветствие;
- метание гранаты на меткость и дальность;
- преодоление отдельных инженерных и природных преград;
- нормативы по бегу на короткие и длинные дистанции;
- нормативы по челночному бегу;
- подтягивание на перекладине;
- сгибание и разгибание рук в упоре лежа;
- определение сторон горизонта по компасу, небесным светилам и местными предметами;
- чтение карты местности;
- наложение повязок, применять кровоостанавливающий жгут;
- проведение искусственного дыхания и непрямого массажа сердца;
- оказание первой медицинской помощи при тепловых и солнечных ударах, поражении электрическим током, отравлениях, утоплении, укусах ядовитых змей и насекомых.

УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

В реализации программы участвуют подростки, занимающиеся по направлениям, педагоги лицея, медицинский персонал, администрация лицея.

Механизм реализации программы включает в себя:

- ✓ четкое планирование на учебный год;
- ✓ методические разработки сценариев мероприятий и создание положений по каждому из проводимых дел;
- ✓ опору на сообщество педагогов, руководителей кружков и секций лицея;
- ✓ проведение консультаций по деятельности для каждой из категорий участников;
- ✓ организацию обучения лидеров и актива по направлениям;
- ✓ анализ хода реализации программы;
- ✓ пропаганду деятельности клуба в средствах массовой информации;
- ✓ сотрудничество в реализации программы с органами власти

2. Основы военной и специальной подготовки.

Военная и специальная подготовка воспитанников направлена на:

- ❖ Формирование военно-профессиональной ориентации;
- ❖ Формирование психологической готовности к военно-профессиональной деятельности;
- ❖ Развитие физических и морально-психологических качеств, необходимых для выполнения воинского долга по вооружённой защите РФ;
- ❖ Овладения знаниями в области НВП;
- ❖ Освоение практических навыков в огневой, строевой, медицинской подготовке;
- ❖ Формирование осознанного отношения в выборе профессии.

3. Физическая подготовка.

Быть здоровым, сильным, выносливым, т.е. физически развитым – это главное требование к выпускнику школы. В МБОУ «Лицей» р.п. Заметчино ведётся усиленная физическая подготовка, в т.ч. и к сдаче норм ГТО.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Теоретическая часть программы	Практическая часть программы	Сроки прохождения
Знания по начальной военной подготовке. Знание строевого и общевоинского уставов. Знание основ первой медицинской помощи. История учреждения звания Героя Советского Союза. История учреждения звания Героя Российской Федерации. Города-герои, города воинской славы .	Овладение практическими умениями в строевой, огневой, военно-медицинской, топографической подготовке; Строевые приёмы и движения без оружия.	Первая четверть 1-9 занятия
Прославленные полководцы и флотоводцы России. Основные сражения Великой Отечественной войны 1941-1945 годов. Награды периода Великой Отечественной войны и их статус. Современная техника и вооружение. Основы обороны государства,	Строевые приёмы с оружием. Устройство и неполная разборка и сборка макета автомата. Снаряжение магазина патронами.	Вторая четверть 10-16 занятия
Вооруженные силы Российской Федерации (предназначение, состав, традиции и т.п.). Общевоинские уставы (права и обязанности военнослужащих, начальники и подчинённые, сущность воинской дисциплины, обязанности и практические действия лиц суточного наряда, обязанности и практические действия караула – алгоритм действий выполняется в соответствии с уставом караульной и гарнизонной службы). Государственная и военная символика – история и современность (сущность и значение государственных символов Российской Федерации – флага Российской Федерации, герба Российской Федерации, гимна Российской Федерации, Знамени Победы, Знамен Вооруженных Сил Российской Федерации, Военно-воздушных сил Российской Федерации, Военно-морского флота	Оказание первой медицинской помощи при ранениях, кровотечениях, переломах, ожогах, обморожениях и отравлениях. Надевание противогаза на себя. Надевание противогаза на пострадавшего. Надевание ОЗК. Овладение туристическими навыками(установка палатки, разжигание костра, прохождение различными способами переправу и т.д.)	Третья четверть 17-26 занятия

Российской Федерации и иных видов Вооруженных Сил Российской Федерации, Боевых Знамен, Военной присяги); символика городов-героев. Дни воинской славы и памятные даты России	Преодоление общевоинской полосы препятствий.	Четвертая четверть 27-34 занятия
---	---	---

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

В результате реализации данной программы:

- ▲ обучающиеся достигнут общекультурного уровня образования по истории родного края, овладеют основами научно-исследовательской деятельности, культурой мышления, оформления и защиты исследовательской работы;
- ▲ обучающиеся освоят правила безопасного поведения в повседневной жизни, принципы здорового образа жизни, способы самообороны и самосохранения, подготовятся к действиям в чрезвычайных ситуациях и экстремальных условиях;
- ▲ у подростков сформируется потребность в регулярных занятиях физической культурой, воспитание осмысленного отношения к ним как способу самореализации и личностно значимому проявлению человеческих способностей;
- ▲ компенсируются отсутствующие в основном образовании знания, умения и навыки в области краеведения, физкультуры, медицины, спорта, военной подготовки;
- ▲ будет усовершенствована работа с педагогами дополнительного образования школы.

Обучающиеся должны **знать/понимать:**

- ✓ Структуру ВС РФ;
- ✓ Основные положения воинского устава;
- ✓ Команды строевого устава;
- ✓ Порядок сборки-разборки автомата Калашникова;
- ✓ Правила стрельбы и ТБ при выполнении упражнений огневой подготовки;
- ✓ Основы боевых действий, сущность тактики;
- ✓ Об основах военной топографии;
- ✓ Правила оказания первой медицинской помощи.

Уметь:

- ✓ Выполнять строевые приёмы (упражнения) в соответствии с воинским уставом;
- ✓ Производить сборку-разборку автомата Калашникова (АК-74). Выполнять стрельбу из различных исходных положений;
- ✓ Демонстрировать порядок использования средств индивидуальной защиты;
- ✓ Ориентироваться на местности с использованием местных предметов;
- ✓ Оказывать первую медицинскую помощь при различных видах повреждений;
- ✓ Использовать приобретённые знания и умения для дальнейшей профориентации.

Личностные результаты:

- ✓ Формирование чувства ответственности за личную и общественную безопасность;
- ✓ Освоение знаний об обязанностях граждан по защите государства;
- ✓ Владением умений оценивать ситуацию и оперативно принимать решения.

Метапредметные результаты:

- ✓ Проявление культуры взаимодействия, терпимости и толерантности в достижении общих целей при совместной деятельности;
- ✓ Ответственное отношение к порученному делу, проявление дисциплинированности и готовности отстаивать собственные позиции, отвечать за результаты собственной деятельности.

Предметные результаты:

- ✓ Освоение знаний по начальной военной подготовке;
- ✓ Овладение практическими умениями в строевой, огневой, военно-медицинской, топографической подготовке;
- ✓ Формирование способности организовывать и проводить самостоятельные занятия на уровне отделения.
- ✓ Строевые приёмы и движения без оружия.
- ✓ Строевые приёмы с оружием.
- ✓ Устройство и неполная разборка и сборка макета автомата АКС-74
- ✓ Оказание первой медицинской помощи при ранениях, кровотечениях, переломах, ожогах, обморожениях и отравлениях.
- ✓ Воинские уставы – закон жизни военнослужащих.

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ЗАНЯТИЙ

№ п/п	Раздел, тема	Кол-во часов	Кол-во часов		Виды контроля
			План.	Факт.	
1.	Т.Б. и правила поведения во время занятий. Строевой устав. Строевые упражнения.	1 час			Текущий
2.	Строевой устав. Строевые упражнения. Неполная сборка-разборка автомата.	1 час			Текущий
3.	Силовая подготовка (различные упражнения на перекладине, силовые упражнения). Бег на 1000м	1 час			Текущий
4.	Скоростно-силовая подготовка. Строевая подготовка. Неполная сборка-разборка автомата.	1 час			Текущий
5.	Тактическая подготовка. Надевание противогаза. Снаряжение магазина.	1 час			Текущий
6.	Строевая подготовка. Действие по вспышке ядерного взрыва. Надевание противогаза.	1 час			Текущий
7.	Химзащита. Надевание ОЗК. Метание гранаты из различных положений.	1 час			Текущий
8.	Бег на выносливость. Преодоление полосы препятствий. Метание гранаты.	1 час			Текущий
9.	Преодоление полосы препятствий. Метание гранаты. Строевая подготовка.	1 час			Текущий
10.	Силовой комплекс на высокой перекладине. Упражнения на мышцы брюшного пресса.	1 час			Текущий
11.	Развитие силовой выносливости. Подготовка к сдаче норм ГТО.	1 час			Текущий
12.	Основы воинской службы. Основы рукопашного боя.	1 час			Текущий
13.	Гуманитарное право. Основы рукопашного боя.	1 час			Текущий
14.	Ратные страницы истории. Основы рукопашного боя.	1 час			Текущий
15.	Устав вооруженных сил. Упражнения на развитие силы мышц рук.	1 час			Текущий
16.	Общевоинские уставы. Силовой комплекс на высокой перекладине.	1 час			Текущий
17.	Современная техника и вооружение. Основы рукопашного боя.	1 час			Текущий

18.	Государственная и военная символика. Силовой комплекс на высокой перекладине.	1 час			Текущий
19.	Основы обороны государства, Вооруженные силы Российской Федерации (предназначение, состав, традиции и т.п.) Развитие выносливости, силы.	1 час			Текущий
20.	Дни воинской славы и памятные даты России. Основы рукопашного боя. Подготовка к сдаче норм ГТО	1 час			Текущий
21.	Города-герои, города воинской славы. Строевые приемы без оружия.	1 час			Текущий
22.	Основные сражения Великой Отечественной войны 1941-1945 годов. Строевые приемы с оружием.	1 час			Текущий
23.	Основы рукопашного боя. Элементы акробатики.	1 час			Текущий
24.	Строевая подготовка. Преодоление полосы препятствий. Метание гранаты.	1 час			Текущий
25.	Надевание противогаза и ОЗК. Действие по вспышке ядерного взрыва.	1 час			Текущий
26.	Развитие скоростной выносливости. Старт из различных и.п. Снаряжение магазина.	1 час			Текущий
27.	Метание гранаты в горизонтальную цель. Силовые упражнения. Неполная сборка- разборка автомата.	1 час			Текущий
28.	Топография и ориентирование. Нахождение азимута.	1 час			Текущий
29.	Огневая подготовка. Преодоление полосы препятствий, бег 100м.	1 час			Текущий
30.	Преодоление полосы препятствий (индивидуально и в составе группы). Туристические навыки.	1 час			Текущий
31.	Метание гранаты в горизонтальную цель. Силовые упражнения. Основы медицинских знаний.	1 час			Текущий
32.	Преодоление препятствий, метание гранаты в цель, силовые упражнения. Туристические навыки.	1 час			Текущий
33.	Основы медицинских знаний. Строевые приемы в составе отделения.	1 час			Текущий
34.	Строевые приемы в составе отделения и в одиночной подготовке.	1 час			