

Рассмотрено и принято
на педагогическом совете
Протокол № 7 от 30. 08. 2017 г.

Приложение № 2
Утверждено приказом
МОУ «Изварская СОШ»
от 30. 08. 2017 г. № 161

Дополнительная общеразвивающая программа

«Школа Юнармейца»
(физкультурно-спортивная направленность)

Возраст детей: 11-13 лет

Срок реализации: 1 год

Составитель:
В.С. Большаков,
педагог дополнительного образования

д. Извара
2017-2018 учебный год.

**Информационная карта
дополнительной общеразвивающей программы**

Кружок (секция) - «Школа Юнармейца»

Руководитель кружка (секции) — Большаков В.С.

Направленность – физкультурно-спортивная

Форма обучения – очная

Форма проведения занятий – аудиторная, внеаудиторные (самостоятельные) занятия

Формы организации занятий - всем составом объединения, в группах или индивидуально

Формы аудиторных занятий – лекция, семинар, практическое занятие

Возрастной диапазон – 11-13 лет

Продолжительность реализации программы — 1 год

Режим занятия — 1 час в неделю

**Календарный учебный график
на 2017 – 2018 учебный год**

Начало учебного года	1 сентября
Продолжительность учебного года: количество учебных недель	34
Продолжительность учебной недели	5 дней
Окончание учебного года	25 мая

Учебные периоды	Количество дней за учебный период	
1 триместр	01.09.17 – 30.11.17	61 дней
2 триместр	01.12.17-28.02.18	57 дней
3 триместр	01.03.18 – 25.05.18	52 дней
Количество учебных дней за год	170 дней	

Сроки каникул

Осенние	1.11.17-06.11.17 (6 дней)
Зимние	30.12.17 – 08.01.18 (10 дней)
Весенние	27.03.18 – 01.04.18 (5 дней)
Летние	25.05.18 – 31.08.18

Пояснительная записка

Актуальность

Туризм - средство физического воспитания и в то же время- воспитание личности, в которой гармонически сочетались бы все стороны человеческой деятельности: интеллектуальная, физическая и эмоциональная. В этом смысле туризму и туристической деятельности, педагогически правильно организованной, альтернативы нет. Туристические походы, экскурсии являются важной формой гуманистического, патриотического воспитания. Походы позволяют углублять и дополнять знания по большинству предметов школьного курса. Походы способствуют оздоровлению и физическому развитию детей, готовят к жизни действиям в условиях экстремальных ситуаций.

Цель программы:

Создание готовности действовать в условиях экстремальных ситуаций, способствовать гармоничному физическому развитию.

Задачи

Обучающие:

- научить действовать в условиях экстремальных ситуаций.

Развивающие:

- развивать основные физические качества, характерные для данного возраста;
- развивать самостоятельность.

Воспитательные:

- воспитать волевые и моральные качества, ответственность.

Учебный план

№	Название раздела, темы	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	Организация	1	1	
2.	Туристическая подготовка	2	1	1
3.	Пожарная безопасность/теория/	3	1	2
4.	Спортивная подготовка	2		2
5.	Оказание первой медицинской помощи	2	1	1
6.	Огневая подготовка	6	1	5
7.	Строевая подготовка	10	1	9
8.	ПДД	2	1	1
9.	Защита	5	1	4
10.	Участие в соревнованиях	1		1
Итого:		34	8	26

Учебно – тематическое планирование

№ п.п.	Тема занятия	Кол-во часов	Планируемая дата проведения
1.	Сбор обучаемых. Информация об организации. Цели и задачи кружка. Планы работы. Инструктаж по ТБ на занятиях	1	
2.	<i>Туристическая подготовка.</i>	1	

	Основы прохождения туристических препятствий: параллельная переправа, бабочка, гать, паутина.		
3.	Туристическая подготовка. Основы прохождения туристических препятствий: параллельная переправа, бабочка, гать, паутина.	1	
4.	Пожарная безопасность. Изучение пожарной безопасности, права и обязанности граждан.	1	
5.	Пожарная безопасность. Обучение работы с пожарным инвентарем и пожарной баевкой.	1	
6.	Пожарная безопасность. Обучение работы с пожарным инвентарем и пожарной баевкой.	1	
7.	Спортивная подготовка. ОФП. Бег на короткие дистанции. Развитие выносливости и силовых	1	
8.	Спортивная подготовка. Развитие выносливости и силовых качеств. Развитие координации движения и скоростных способностей.	1	
9.	Оказание первой медицинской помощи. ПМП при переломах, кровотечениях, вывихах.	1	
10.	Оказание первой медицинской помощи. ИВЛ, непрямой массаж сердца.	1	
11.	Огневая подготовка. Инструктаж по ТБ. Отработка навыков стрельбы из пневматического оружия.	1	
12.	Огневая подготовка. Отработка навыков стрельбы из пневматического оружия.	1	
13.	Огневая подготовка. Отработка навыков стрельбы из пневматического оружия.	1	
14.	Огневая подготовка. Умение снаряжать магазин АКМ.	1	
15.	Огневая подготовка. Умение снаряжать магазин АКМ.	1	
16.	Огневая подготовка. Умение снаряжать магазин АКМ.	1	
17.	Строевая подготовка. Строевой подготовки в соответствии с уставом вооруженных сил РФ.	1	
18.	Строевая подготовка. Строевой подготовки в соответствии с уставом вооруженных сил РФ.	1	
19.	Строевая подготовка. Строевой подготовки в соответствии с уставом вооруженных сил РФ.	1	
20.	Строевая подготовка. Строевой подготовки в соответствии с уставом вооруженных сил РФ.	1	

21.	Стрелковая подготовка. Стрелковой подготовки в соответствии с уставом вооруженных сил РФ.	1	
22.	Стрелковая подготовка. Стрелковой подготовки в соответствии с уставом вооруженных сил РФ.	1	
23.	Стрелковая подготовка. Стрелковой подготовки в соответствии с уставом вооруженных сил РФ.	1	
24.	Стрелковая подготовка. Стрелковой подготовки в соответствии с уставом вооруженных сил РФ.	1	
25.	Стрелковая подготовка. Стрелковой подготовки в соответствии с уставом вооруженных сил РФ.	1	
26.	Стрелковая подготовка. Стрелковой подготовки в соответствии с уставом вооруженных сил РФ.	1	
27.	ПДД. Изучения правил пешеходов, пассажиров, водителей велосипедов.	1	
28.	ПДД. Строение велосипеда и его эксплуатация. Фигурное управление велосипедом.	1	
29.	Защита. СИЗ и их применения	1	
30.	Защита. Отработка навыков пользования средствами индивидуальной защиты органов дыхания и кожного покрова	1	
31.	Защита. Отработка навыков пользования средствами индивидуальной защиты органов дыхания и кожного покрова	1	
32.	Защита. Отработка навыков пользования средствами индивидуальной защиты органов дыхания и кожного покрова	1	
33.	Защита. Отработка навыков пользования средствами индивидуальной защиты органов дыхания и кожного покрова	1	
34.	Участие в соревнованиях. Применение полученных навыков через участие в военно-патриотической и оборонно – спортивной игре «Зарница»	1	
ИТОГО		34 часа	

Содержание изучаемого курса

Раздел, темы	Форма занятий	Приемы и методы	Дидактические материалы	Техническое оснащение	Форма Подведения итогов
Организационная деятельность Сбор обучаемых. Информация об организации. Цели и задачи кружка. Планы работы. Требования к участникам в вопросах учёбы и дисциплины. Инструктаж по ТБ на занятиях	Лекция	Рассказ - беседа	Иллюстрация	Компьютер	Беседа по ТБ
Туристическая подготовка. Основы прохождения туристических препятствий: параллельная переправа, бабочка, гать, паутина.	Лекция, практическая работа	Рассказ, выполнение заданий	Презентация	Компьютер, туристический инвентарь	Умение вязать узлы, проходить канатные дорожки
Пожарная безопасность. Изучение пожарной безопасности, права и обязанности граждан. Обучение работы с пожарным инвентарем и пожарной баевкой.	Лекция, практическая работа	Рассказ, выполнение заданий	Плакаты	Специальная литература, пожарный инвентарь	Умение одевать пожарную баевку
Спортивная подготовка. Включает в себя основы физической подготовки, бег на короткие дистанции. Развитие выносливости и силовых качеств. Развитие координации движения и скоростных способностей.	Практическая работа	Выполнение заданий	Иллюстрация	Гимнастический мат, турник, секундомер, спортивный зал	Сдача нормативов
Оказание первой медицинской помощи.	Лекция, практическая	Рассказ, выпол	Иллюстрация	Медицинское оборуд	Умение оказывать ПМП

Умение оказывать первую медицинскую помощь при переломах, кровотечениях, вывихах, ИВЛ, непрямой массаж сердца и т.д. в соответствии с разделами ОБЖ о медицинской подготовке.	работа	нение задания		ование: санитарная сумка	при переломах.
Огневая подготовка. Отработка навыков стрельбы из пневматического оружия., умение снаряжать магазин АКМ.	Лекция, практическая работа	Рассказ, выполнение задания	Стендовый материал кабинета ОБЖ	Стенды, пневматическое ружье, мишень	Умение выполнять стрельбу по мишени на результат
Строевая подготовка. Отработка строевой подготовки в соответствии с уставом вооруженных сил РФ.	Лекция, практическая работа	Рассказ, выполнение задания	Стендовый материал кабинета ОБЖ	Стенды, спортивный зал	Умение выполнять строевые упражнения
ПДД. Изучения правил пешеходов, пассажиров, водителей велосипедов. Строевание велосипеда и его эксплуатация. Фигурное управление велосипедом.	Лекция, практическая работа	Рассказ, выполнение задания	Стендовый материал кабинета ОБЖ, книга ПДД	Велосипед, спортивный зал	Умение фигурно управлять велосипедом
Защита. Отработка навыков пользования средствами индивидуальной защиты органов дыхания и кожного покрова	Лекция, практическая работа	Рассказ, выполнение задания	Стендовый материал кабинета ОБЖ	Противогаз ГП-5, ГП-7, общевойсковой защитный костюм ИЗК	Умение пользоваться СИЗ
Участие в соревнованиях. Применение полученных навыков	Практическая работа	Выполнение задания	Блокнот,	ОЗК, ГП-5, спортивная	Участие в соревнованиях

через участие в военно-патриотической и оборонно – спортивной игре «Зарница»				форма, велосипед, пневматическое ружье.	
--	--	--	--	---	--

Организационно-педагогические условия реализации образовательной программы

Статус, вид образовательной группы – профильная

Состав образовательной группы – постоянный

Особенности набора – свободный

Формы проведения занятий – коллективные

Основные направления деятельности - спортивно – оздоровительная

Объем программы 34 часа, по 1 часу в неделю.

Наполняемость объединения – до 25 человек

Основные направления деятельности
- физкультурно-спортивная и туристско-краеведческая

Программа предполагает срок обучения один год, для обучающихся 5-6 классов. Последовательное обучение предлагает приобретение теоретических знаний и практических навыков по физкультурно-оздоровительной и туристической деятельности.

Средства обучения:

1. Плакаты
2. Исторические карты
3. Презентации, иллюстрации
4. Кабинет ОБЖ,
5. Спортивный зал
6. А.В. Даринский. География Ленинградской области. СПб Издательство «Свет», 1996
7. В.И. Шимановский. «Питание в туристическом походе». Москва Профиздат, 1986
8. Ю.В. Гранильщиков. «Семейный туризм». Москва Профиздат, 1983
9. Управление ГАИ ГУВД ЛЕНОБЛГОРИСПОЛКОМОВ. «Учись быть пешеходом». Ленинград, 1986
10. В.Н. Калясьев. «Пионерская дружба». Москва «Физкультура и спорт», 1982
11. Н.А. Извекова. «Правила дорожного движения». Москва «Просвещение», 1989
12. Ю.Б. Орлов. «Правила дорожного движения». Москва «Просвещение», 1981

Планируемые результаты освоения образовательной программы

По итогам занятий обучающиеся должны применить полученные знания в участие туристка – краеведческой оборонно-спортивной игре «Зарница».

Обучающиеся должны знать:

- правила пожарной безопасности;
- историю олимпийского движения;
- историю развития отечественного спорта;
- правила дорожного движения.

Обучающиеся должны уметь:

- выполнять основные нормативы по физической культуре, характерные для данного возраста;
- владеть навыками управления велосипедом;
- уметь применять теоретические навыки в области пожарной безопасности.

Система оценки результатов освоения образовательной программы

Итоговая аттестация обучающихся проводится в конце обучения по программе, промежуточная аттестация проводится в конце триместра

Формы проведения итоговой и промежуточной аттестации: сдача норм по основам безопасности жизнедеятельности, участие в спортивных соревнованиях.

Оценка результативности:

- зачетная

Оценочные материалы:

- участие в соревнованиях «Зарница»
- сдача нормативов;
- применение знаний, умений и навыков в практических работах.