

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
средняя школа № 7  
р.п.Фролищи Володарского района Нижегородской области

Принято на заседании  
Педагогического совета  
Протокол № 1 от 30.08.2019 г.



Изменения от 27.03.2020 г.

## **Приложение 2 к основной образовательной программе основного общего образования**

### **Рабочая программа курса внеурочной деятельности Школьный кружок «Сыны Отечества» 5-7 классы на 2019-2020 учебный год**

**Духовно-нравственное направление**

Разработчик программы:  
Перегончук Владимир Дмитриевич,  
учитель ОБЖ

2019 год

Рабочая программа школьного кружка «Сыны Отечества » составлена на основе программы «Основы безопасности жизнедеятельности» в 5-11 классах общеобразовательных учреждений под редакцией А.Т.Смирнова М.: «Просвещение» 2016 г.

Программа предназначена для школьников 11-13 лет и предполагает проведение занятий в смешанной группе, состоящей из учащихся 5-7 классов указанного возраста.

Данная программа рассчитана на 1 учебный год. На её изучение отводится 35 часов в год , объемом 1 час в неделю.

Объем и содержание каждой определенной темы варьируются учителем в зависимости от возраста детей и уровня подготовленности каждого конкретного класса. Такой подход позволяет через год вновь вернуться к каждой из предусмотренных тем на новом уровне сложности.

**Цель программы:** Формирование системы ценностных отношений школьника как юного патриота России.

**Задачи:**

- воспитывать у молодых людей патриотизм, гражданское сознание, верность Отечеству, готовность к выполнению конституционных обязанностей, чувство любви к Родине; уважительное отношение к героической истории нашего государства, его вооруженным силам; потребность в здоровом образе жизни и активном отдыхе; дисциплинированность, силу воли, умение концентрироваться на выполнение поставленной цели;
- подготовить сборную команды школы к районным соревнованиям «Школа безопасности – Зарница»;
- способствовать подготовке команд по прикладным видам спорта на состязания районного уровня;
- создать условия для сохранения физического, психического, нравственного здоровья.

При переходе на обучение с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий организация внеурочной деятельности осуществляется с применением ресурсов различных электронных образовательных платформ, рекомендованных Министерством просвещения Российской Федерации», используя технические средства обучения.

### **Планируемые результаты освоения программы**

Обучающийся научится:

- проявлять ценностное отношение к России, к своей малой родине, отечественному культурно-историческому наследию, государственной символике, русскому и родному языку, народным традициям; к Конституции и законам Российской Федерации; к старшему поколению;
- формировать свой опыт на примерах исполнения гражданского и патриотического долга;
- основам строевой, огневой подготовки;
- оказывать первую медицинскую помощь.

Обучающийся получит возможность:

- научиться простейшим элементам оружейного дела в учебных целях.
- достигать личностных результатов в спорте через участие в соревнованиях, олимпиадах.

## **Содержание программы**

### **1. ПРОФЕССИЯ – РОДИНУ ЗАЩИЩАТЬ ( 1 ЧАС)**

История военной школы. Выбор военной профессии. Понятие о воинских уставах, история их создания. Воинская дисциплина, ее сущность и значение. Воинская присяга. Военная доктрина и ее взаимосвязь с военной наукой. Военные учебные заведения России.

### **2. ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА (10 часов)**

**Гимнастика.** Разучивание и тренировка в выполнении 1-го комплекса вольных упражнений, положений наскока и соскока со снаряда и действий у снарядов, упражнений на гимнастической скамейке, стенке, тренажерах, в лазанье по канату (шесту), с тяжестями. Разучивание и тренировка в выполнении упражнений: на перекладине – подтягивание; на брусьях – сгибание и разгибание рук в упоре; в прыжках – прыжок ноги врозь через козла в длину; тренировка в выполнении упражнений с тяжестями и в лазанье по канату (шесту). Совершенствование ранее изученных упражнений на перекладине, брусьях, с тяжестями и в лазанье.

### **3. СТРОЕВАЯ ПОДГОТОВКА (9 часов)**

**Строевые приемы и движение без оружия.**

Строи, команды и обязанности солдата перед построением и в строю. Выполнение команд: «Становись», «Смирно», «Вольно», «Заправиться», «Отставить», «Головные уборы – снять (надеть)». Строевая стойка. Повороты на месте. Строевой и походный шаг. Повороты в движении. Отдание воинской чести на месте и в движении. Выход военнослужащего из строя и подход к начальнику. Возвращение в строй. Тренировка в выполнении строевых приемов без оружия.

### **4. ОГНЕВАЯ ПОДГОТОВКА И ОРУЖЕЙНОЕ ДЕЛО (9 часов)**

### **5. ВОЕННО-МЕДИЦИНСКАЯ ПОДГОТОВКА (6 часов)**

**Оказание первой медицинской помощи.**

Первая медицинская помощь при ранениях и кровотечениях. Понятие о ране, классификация ран. Виды кровотечений. Использование табельных и подручных средств для остановки кровотечения. Наложение повязок при различных ранениях: в голову, грудную клетку, верхние и нижние конечности. Наложение повязок при различных ранениях: в голову, грудную клетку, живот, верхние и нижние конечности. Первая медицинская помощь при переломах костей, вывихах и ушибах. Использование подручных материалов на поле боя для иммобилизации переломов костей. Признаки клинической и биологической смерти. Техника проведения искусственной вентиляции легких и непрямого массажа сердца. Оказание первой медицинской помощи при ожогах и отморожениях. Ожоги, причины возникновения, признаки и классификация. Отморожения, переохлаждения, ознобления и замерзание: причины, признаки,

классификация.

Первая помощь при утоплении, солнечном и тепловом ударе. Оказание первой медицинской помощи при отравлении техническими жидкостями и поражении электрическим током. Меры безопасности при работе с ядовитыми жидкостями и электрическим током. Первая помощь при радиационных поражениях, поражениях отравляющими и сильнодействующими ядовитыми веществами.

### **Средства индивидуального медицинского оснащения военнослужащих и правила пользования ими.**

Табельные средства индивидуального медицинского оснащения личного состава: аптечка индивидуальная (АИ-1М и АИР-3), аптечка войсковая (АВ), пакет перевязочный индивидуальный (ППИ и АВ-3), пакет противохимический индивидуальный (ИПП-10 и ИПП-11). Предназначение, порядок и правила пользования.

### **Розыск раненых на поле боя. Вынос и вывоз раненых с поля боя.**

Розыск раненых в зависимости от характера обстановки и местности днем и ночью. Укрытие и маскировка раненых на поле боя и оказание им первой медицинской помощи. Порядок вызова санитара. Приемы и способы переноски раненных с помощью подручных материалов. Эвакуация раненых с учетом характера ранения и вида транспорта.

Форма проведения занятий:

- экскурсии;
- встречи с ветеранами ВОВ, афганских и чеченских событий;
- диспуты;
- уроки мужества;
- спортивно-массовые мероприятия: соревнования, практические занятия по отработке действий на случай ЧС;
- участие в районных смотрах, соревнованиях, фестивалях.

### **Тематическое планирование**

| № п/п | Наименование разделов и тем                                                                                              | Количество часов | Дата проведения занятия |            |
|-------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|-------------------------|------------|
|       |                                                                                                                          |                  | планируемая             | фактически |
| 1.    | Профессия - Родину защищать. Военные учебные заведения России.                                                           | 1                |                         |            |
|       | <b>Физическая подготовка</b>                                                                                             | <b>10</b>        |                         |            |
| 2     | Тренировка в выполнении 1-го комплекса вольных упражнений, положений наскока и соскока со снаряда и действий у снарядов, | 1                |                         |            |
| 3     | Совершенствование упражнений на гимнастической скамейке, стенке, тренажерах.                                             | 1                |                         |            |
| 4     | Тренировка в выполнении упражнений: на перекладине – подтягивание                                                        | 1                |                         |            |
| 5-6   | Тренировка в выполнении упражнений: на перекладине – подтягивание, ; на брусках – сгибание и разгибание рук в упоре      | 2                |                         |            |
| 7     | Тренировка в выполнении упражнений в прыжках – прыжок ноги врозь через козла в                                           | 1                |                         |            |

|       |                                                                                                                                                    |          |       |  |
|-------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|-------|--|
|       | длину                                                                                                                                              |          |       |  |
| 8     | Тренировка в выполнении упражнений с тяжестями                                                                                                     | 1        |       |  |
| 9-10  | Совершенствование ранее изученных упражнений на перекладине, брусьях, с тяжестями и в лазание.                                                     | 2        |       |  |
| 11    | Упражнения в подготовке к муниципальному этапу соревнований «Нижегородская школа безопасности – Зарница» в конкурсе «Физическая подготовка»        | 1        |       |  |
|       | <b>Строевая подготовка</b>                                                                                                                         | <b>9</b> |       |  |
| 12    | Строй, команды и обязанности солдата перед построением и в строю.                                                                                  | 1        |       |  |
| 13    | Выполнение команд: «Становись», «Смирно», «Вольно», «Заправится», «Отставить», «Головные уборы – снять (надеть)».                                  | 1        |       |  |
| 14-15 | Строевая стойка. Повороты на месте. Строевой и походный шаг.                                                                                       | 2        |       |  |
| 16-17 | Повороты в движении                                                                                                                                | 2        |       |  |
| 18    | Отдание воинской чести на месте и в движении.                                                                                                      | 1        |       |  |
| 19    | Тренировка в выполнении строевых приемов без оружия                                                                                                | 1        |       |  |
| 20    | Упражнения в подготовке к муниципальному этапу соревнований «Нижегородская школа безопасности – Зарница» в конкурсе «Строевая подготовка»          | 1        |       |  |
|       | <b>Огневая подготовка</b>                                                                                                                          | <b>9</b> |       |  |
| 21    | Ознакомление с устройством пневматического оружия, стрелкового оружия. Автомат «Калашникова». Разборка- сборка. ТБ при выполнении учебных стрельб. | 1        | 11.02 |  |
| 22    | Подготовка оружия к стрельбе, изготовка к стрельбе из положения лежа.                                                                              | 1        |       |  |
| 23-24 | Выполнение приемов и правила стрельбы из пневматической винтовки по неподвижным и движущимся целям                                                 | 2        |       |  |
| 25-26 | Навыки дуэльной стрельбы в усложненных. условиях с использованием пневматического оружия                                                           | 2        |       |  |
| 27    | Ознакомление со специальными средствами полицейского назначения и средствами индивидуальной защиты                                                 | 1        |       |  |
| 28    | Метание гранат на дальность и в цель.                                                                                                              | 1        |       |  |
| 29    | Упражнения в подготовке к муниципальному этапу соревнований «Нижегородская школа безопасности – Зарница» в конкурсе «Огневая подготовка»           | 1        |       |  |
|       | <b>Военно-медицинская подготовка.</b>                                                                                                              | <b>6</b> |       |  |
| 30    | Первая медицинская помощь при ранениях и кровотечениях. Использование табельных и                                                                  | 1        |       |  |

|    |                                                                                                                                                                                                                                                                                        |   |  |  |
|----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|--|--|
|    | подручных средств для остановки кровотечения. Наложение повязок при различных ранениях: в голову, грудную клетку, верхние и нижние конечности.                                                                                                                                         |   |  |  |
| 31 | Первая медицинская помощь при переломах костей, вывихах и ушибах. Использование подручных материалов на поле боя для иммобилизации переломов костей.                                                                                                                                   | 1 |  |  |
| 32 | Техника проведения искусственной вентиляции легких и непрямого массажа сердца. Оказание первой медицинской помощи при ожогах и отморожениях.                                                                                                                                           | 1 |  |  |
| 33 | Первая помощь при утоплении, солнечном и тепловом ударе. Оказание первой медицинской помощи при отравлении техническими жидкостями и поражении электрическим током. Меры безопасности при работе с ядовитыми жидкостями и электрическим током.                                         | 1 |  |  |
| 34 | Табельные средства индивидуального медицинского оснащения личного состава. Предназначение, порядок и правила пользования.                                                                                                                                                              | 1 |  |  |
| 35 | Розыск раненых . Укрытие и маскировка раненых на поле боя и оказание им первой медицинской помощи. Эвакуация раненых. Практические упражнения в подготовке к муниципальному этапу соревнований «Нижегородская школа безопасности – Зарница» в конкурсе «Военно-медицинская подготовка» |   |  |  |



# Приложение к рабочей программе курса внеурочной деятельности

## Школьный кружок «Сыны Отечества»

### Календарно-тематическое планирование

#### 5-7 классы

Всего часов в год – 35 ч

Количество часов в неделю – 1 час (35 учебных недель).

| №<br>п\п | Наименование<br>разделов и тем                                                                                                                    | Количество<br>часов | Дата проведения<br>занятия |            |
|----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|----------------------------|------------|
|          |                                                                                                                                                   |                     | планируемая                | фактически |
| 1.       | Профессия - Родину защищать.<br>Военные учебные заведения России.                                                                                 | 1                   |                            |            |
|          | <b>Физическая подготовка</b>                                                                                                                      | <b>10</b>           |                            |            |
| 2        | Тренировка в выполнении 1-го комплекса вольных упражнений, положений<br>наскока и соскока со снаряда и действий у снарядов,                       | 1                   |                            |            |
| 3        | Совершенствование упражнений на гимнастической скамейке, стенке,<br>тренажерах.                                                                   | 1                   |                            |            |
| 4        | Тренировка в выполнении упражнений: на перекладине – подтягивание                                                                                 | 1                   |                            |            |
| 5-6      | Тренировка в выполнении упражнений: на перекладине – подтягивание, ; на<br>брусьях – сгибание и разгибание рук в упоре                            | 2                   |                            |            |
| 7        | Тренировка в выполнении упражнений в прыжках – прыжок ноги врозь<br>через козла в длину                                                           | 1                   |                            |            |
| 8        | Тренировка в выполнении упражнений с тяжестями                                                                                                    | 1                   |                            |            |
| 9-10     | Совершенствование ранее изученных упражнений на перекладине, брусьях,<br>с тяжестями и в лазание.                                                 | 2                   |                            |            |
| 11       | Упражнения в подготовке к муниципальному этапу соревнований<br>«Нижегородская школа безопасности – Зарница» в конкурсе «Физическая<br>подготовка» | 1                   |                            |            |
|          | <b>Строевая подготовка</b>                                                                                                                        | <b>9</b>            |                            |            |
| 12       | Строй, команды и обязанности солдата перед построением и в строю.                                                                                 | 1                   |                            |            |

|       |                                                                                                                                                                                                                                  |          |       |  |
|-------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|-------|--|
| 13    | Выполнение команд: «Становись», «Смирно», «Вольно», «Заправится», «Отставить», «Головные уборы – снять (надеть)».                                                                                                                | 1        |       |  |
| 14-15 | Стрелевая стойка. Повороты на месте. Стрелевой и походный шаг.                                                                                                                                                                   | 2        |       |  |
| 16-17 | Повороты в движении                                                                                                                                                                                                              | 2        |       |  |
| 18    | Отдание воинской чести на месте и в движении.                                                                                                                                                                                    | 1        |       |  |
| 19    | Тренировка в выполнении строевых приемов без оружия                                                                                                                                                                              | 1        |       |  |
| 20    | Упражнения в подготовке к муниципальному этапу соревнований «Нижегородская школа безопасности – Зарница» в конкурсе «Стрелевая подготовка»                                                                                       | 1        |       |  |
|       | <b>Огневая подготовка</b>                                                                                                                                                                                                        | <b>9</b> |       |  |
| 21    | Ознакомление с устройством пневматического оружия, стрелкового оружия. Автомат «Калашникова». Разборка- сборка. ТБ при выполнении учебных стрельб.                                                                               | 1        | 11.02 |  |
| 22    | Подготовка оружия к стрельбе, изготовка к стрельбе из положения лежа.                                                                                                                                                            | 1        |       |  |
| 23-24 | Выполнение приемов и правила стрельбы из пневматической винтовки по неподвижным и движущимся целям                                                                                                                               | 2        |       |  |
| 25-26 | Навыки дуэльной стрельбы в усложненных. условиях с использованием пневматического оружия                                                                                                                                         | 2        |       |  |
| 27    | Ознакомление со специальными средствами полицейского назначения и средствами индивидуальной защиты                                                                                                                               | 1        |       |  |
| 28    | Метание гранат на дальность и в цель.                                                                                                                                                                                            | 1        |       |  |
| 29    | Упражнения в подготовке к муниципальному этапу соревнований «Нижегородская школа безопасности – Зарница» в конкурсе «Огневая подготовка»                                                                                         | 1        |       |  |
|       | <b>Военно-медицинская подготовка.</b>                                                                                                                                                                                            | <b>6</b> |       |  |
| 30    | Первая медицинская помощь при ранениях и кровотечениях. Использование табельных и подручных средств для остановки кровотечения. Наложение повязок при различных ранениях: в голову, грудную клетку, верхние и нижние конечности. | 1        |       |  |
| 31    | Первая медицинская помощь при переломах костей, вывихах и ушибах. Использование подручных материалов на поле боя для иммобилизации переломов костей.                                                                             | 1        |       |  |
| 32    | Техника проведения искусственной вентиляции легких и непрямого массажа сердца. Оказание первой медицинской помощи при ожогах и отморожениях.                                                                                     | 1        |       |  |
| 33    | Первая помощь при утоплении, солнечном и тепловом ударе. Оказание                                                                                                                                                                | 1        |       |  |

|    |                                                                                                                                                                                                                                                                                           |   |  |  |
|----|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|--|--|
|    | первой медицинской помощи при отравлении техническими жидкостями и поражении электрическим током. Меры безопасности при работе с ядовитыми жидкостями и электрическим током.                                                                                                              |   |  |  |
| 34 | Табельные средства индивидуального медицинского оснащения личного состава. Предназначение, порядок и правила пользования.                                                                                                                                                                 | 1 |  |  |
| 35 | Розыск раненых . Укрытие и маскировка раненых на поле боя и оказание им первой медицинской помощи. Эвакуация раненых.<br>Практические упражнения в подготовке к муниципальному этапу соревнований «Нижегородская школа безопасности – Зарница» в конкурсе «Военно-медицинская подготовка» |   |  |  |