

Муниципальное общеобразовательное учреждение «Гимназия»
(Коми национальная гимназия)
(МОУ КНГ)

«Гимназия» муниципальной велодан учреждение
(Коми национальной гимназия)
(МБУ КНГ)

ПРИНЯТО
на заседании
педагогического совета
«25» февраля 2025г.
Протокол №4

СОГЛАСОВАНО
Председатель Совета
обучающихся
Зеленина А. Зеленина А.

УТВЕРЖДЕНО
приказом МОУ КНГ
От 25.02.2025 №31-ОД

Рабочая программа
внеурочной деятельности ВПК «Чужан му»
на 2024-2025 учебный год

Сыктывкар 2025

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ВПК

Цели - воспитывать:

- у обучающихся 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;
- самостоятельность;
- сознательную дисциплину и культуру поведения;
- и формировать эмоционально-ценностное отношение к окружающей действительности;
- дисциплинированность, силу воли, умение концентрироваться на выполнении поставленной цели.

Конечный результат деятельности военно-патриотического клуба – сформированный опыт служения Отечеству, основанный на чувстве Родины, проявлениях деятельной любви к ней и готовности в случае необходимости беззаветно ее созидать и защищать.

Задачи:

- изучить основы ведения боевых действий и обязанности солдата в бою, уметь выполнять действия солдата в различных видах боя;
- изучить боевые свойства и материальную часть стрелкового оружия, правила его сбережения и хранения, меры безопасности при обращении с оружием и проведении стрельб;
- получить знания о действиях при выполнении приемов и правил стрельбы из автомата и метании ручных гранат и практически выполнить стрельбу из автомата боевыми патронами;
- уметь ориентироваться на местности различными способами и определять расстояния;
- твердо знать порядок и правила оказания первой медицинской помощи, уметь правильно оказать первую помощь себе и товарищу;
- знать обязанности солдата перед построением и в строю, уметь четко и правильно выполнять строевые приемы и действия, как без оружия, так и с оружием;
- освоить и совершенствовать дисциплины общей и специальной физической подготовки.

СТРУКТУРА ПРОГРАММЫ

Программа для ВПК ориентирована на подростков и юношей в возрасте от 7 до 18 лет включительно и рассчитана на 1 год обучения.

Общее количество часов (учебный час)
34 часа
34 недели
1ч/неделю

Продолжительность учебного дня – 1 час, учебного часа – 40 минут. При проведении полевых выходов, учений, стрельб, а также других занятий, связанных с выходом в поле, выездом в воинскую часть, участием в учебно - полевых сборах и соревнованиях продолжительность учебного дня не регламентируется.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ НА 2024-2025 УЧЕБНЫЕ ГОДЫ.

№ п/п	Наименование разделов	Общее количество часов
1	Физическая подготовка	10
2	Огневая подготовка и оружейное дело	6
3	Строевая подготовка	8
4	Тактическая подготовка	4
5	Военно-медицинская подготовка	6
	Итого:	34

Основные направления работы ВПК «Чужан му»:

1. Воспитание на героических, боевых традициях Вооруженных Сил РФ.
2. Изучение истории и традиций Вооруженных Сил РФ, овладение умениями и навыками оказания первой помощи при ранениях, изучение материальной части стрелкового оружия, изучение строевых приемов движения без оружия и с оружием, Овладение навыками действий солдата на поле боя, совершенствование физических умений и навыков;
3. Пропаганда службы в Вооруженных Сил РФ в школе и внешкольных учреждениях;
4. Участие в смотрах, слетах и соревнованиях допризывной молодежи, в игре «Зарница 2.0».

Основные формы организации деятельности учащихся на занятии:

1. Индивидуальные.
2. Групповые.
3. Коллективные

Формы обучения учащихся:

- Тематические занятия,
- игровые уроки,
- практические занятия,
- конкурсы,
- соревнования,
- викторины на лучшее знание материальной части оружия и другие.

Основные методы проведения занятий:

1. Лекция;
2. Демонстрация;
3. Тренировка

Методическое обеспечение:

- Наставление по физической подготовке;
- Наставление по огневой подготовке, практические стрельбы
- Общевоинские уставы;
- Учебники по ОБЗР.

Материальное обеспечение и оборудование:

Занятия с учащимися проводятся в кабинете ОБЗР, спортивном зале, на оборудованной физкультурной площадке на улице с использованием учебно-наглядных пособий и оборудования

Планируемые результаты:

В результате освоения программы учащиеся должны знать:

- государственную и военную символику;
- Дни воинской славы России;
- виды военной техники – технику безопасности на занятиях по физической, стрелковой, строевой подготовке;
- назначение, общее устройство и принцип работы автомата Калашникова;
- материальную часть автомата Калашникова;
- технику безопасности при разборке и сборке автомата Калашникова;
- последовательность неполной разборки и сборки автомата Калашникова;

В результате освоения программы учащиеся должны уметь:

- правильно выполнять команды в строю и одиночные строевые приемы без оружия;
- строевые приемы в составе подразделения;
- выполнять строевые приемы на месте и в движении по одному и в отделии согласно Строевому уставу Вооруженных Сил Российской Федерации;
- выполнять неполную разборку и сборку автомата Калашникова;
- выполнять начальные упражнения стрельбы из пневматической винтовки ИЖ- 38;
- моделировать некоторые виды военной техники;
- правильно пользоваться средствами индивидуальной защиты, изготавливать простейшие средства защиты органов дыхания;
- оказывать первую доврачебную помощь при некоторых видах травм.

Метапредметные результаты освоения программы:

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- умение самостоятельно планировать пути достижения целей в решении учебных и познавательных задач;
- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами курса, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата;
- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с руководителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов

Личностные результаты освоения программы:

- формирование чувства патриотизма, готовности служения Отечеству;
- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности учащихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию;
- формирование готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания;
- освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах;
- формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной, общественно полезной, творческой и других видов деятельности;
- формирование потребностей соблюдать нормы здорового образа жизни,

- осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;
- сформированная мотивация на регулярные занятия спортом;
 - сформированные морально-психологических качеств: самодисциплина, ответственность.

Нравственно-духовные параметры

1. Сформированность гражданских навыков:
 - умение работать и действовать индивидуально и в коллективе;
 - знание своих прав и обязанностей и умение их использовать;
 - умение принимать и защищать свои решения;
 - готовность к участию в общественных делах;
 - готовность к образованию
2. Сформированность осознанного отношения к базовым ценностям:
 - патриотизм и любовь к Родине;
 - права и свободы человека и гражданина;
 - символика Российской Федерации;
 - национальное самосознание;
 - уважение чести и достоинства других граждан;
 - гражданственность.

Количественные параметры:

- Сдача нормативов по спортивной подготовке
- Сдача нормативов по военно-прикладным видам
- умения и навыки выживания в условиях ВАС
- умения и навыки оказания доврачебной ПМП
- знания Воинских уставов и армейского быта.

Оценочные материалы

Нормативы ГТО

Нормативы для кандидатов поступающих в ВУЗы МО и МВД

СОДЕРЖАНИЕ

ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА (10 часов)

Тема 1. Гимнастика

Тренировка выполнения 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 брусках – 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, брусках, с тяжестями и в лазанье.

Тема 2. Преодоление препятствий

Изучение общего контрольного упражнения на единой полосе препятствий по элементам. Изучение техники метания гранат с места и в движении. Тренировка в метании гранат на точность и дальность.

Разучивание приемов и действий при выполнении общего контрольного упражнения на единой полосе препятствий. Изучение техники метания гранат стоя с места, в движении, с колена и лежа. Тренировка в метании гранат на точность и дальность.

Тренировки в выполнении общего контрольного упражнения на единой полосе препятствий и метании гранаты Ф-1 на дальность.

Тема 3. Ускоренное передвижение

Начальное обучение технике бега. Техника бега на короткие дистанции, старт, финиш. Техника бега на средние и длинные дистанции. Техника бега по пересеченной местности. Тренировка в беге на короткие (100 м) и средние (1 км) дистанции.

Тема 4. Комплексные занятия, игры

Общая физическая подготовка: выполнение силовых упражнений на гимнастических снарядах – подтягивание, подъем переворотом, поднимание ног к перекладине, сгибание и разгибание рук упоре на брусьях; в прыжках – прыжок через козла в длину; на силовых тренажерах; с тяжестями; в лазанье. Тренировка в беге на 100 м и 1 км. Проверка по упражнениям физической подготовки: марш-бросок на 5 км или лыжный марш на 5 км; метание гранат Ф-1 на дальность; приемы рукопашного боя с автоматом; передвижение на поле боя.

Общая физическая подготовка: выполнение упражнений на гимнастических снарядах, тренировка в беге на короткие и средние дистанции. Игровые упражнения, способствующие развитию скорости Игровые упражнения, способствующие развитию силы Игровые упражнения, способствующие развитию ловкости Игровые упражнения, способствующие развитию гибкости

СТРОВАЯ ПОДГОТОВКА (8 часов)

Тема 1. Строевые приемы и движение без оружия

Занятие 1. Строй, команды и обязанности солдата перед построением и в строю.

Занятие 2. Выполнение команд: «Становись», «Смирно», «Вольно», «Заправится», «Отставить», «Головные уборы – снять (надеть)».

Занятия 3 и 4. Строевая стойка. Повороты на месте. Строевой и походный шаг.

Занятия 5 и 6. Повороты в движении.

Занятие 7. Отдание воинского приветствия на месте и в движении.

Занятие 8. Выход военнослужащего из строя и подход к начальнику. Возвращение в строй.

Тренировка в выполнении строевых приемов без оружия.

ОГНЕВАЯ ПОДГОТОВКА И ОРУЖЕЙНОЕ ДЕЛО (6 часов)

Тема № 1. Введение

Краткий экскурс в историю развития стрелкового оружия. Утерянные секреты изобретателей. Новая жизнь старых изделий. Меры безопасности при обращении с оружием и боеприпасами.

Назначение и боевые свойства пневматической винтовки и пистолета. Принципы работы механизмов пневматического оружия. Устранение основных неисправностей.

Неполная разборка и сборка оружия. Чистка и смазка. Приведение оружия к нормальному бою.

Тема № 2. Материальная часть и ТТХ автомата Калашникова (РПК) и ручных гранат.

Автомат Калашникова АК-74м. Модификации, история создания. Назначение, боевые свойства/общее устройство и принцип работы автомата.

Последовательность неполной сборки и разборки автомата АК-74м. Назначение и общее устройство основных частей и механизмов. Отработка нормативов по сборке-разборке оружия.

Снаряжение магазина АК-74м патронами. Принадлежности к автомату АК-74м. Порядок чистки и смазки оружия и его хранение.

Назначение, боевые свойства, общее устройство и принцип действия ручных гранат. Порядок осмотра и подготовки гранат к броску. Меры безопасности при обращении с ручными гранатами.

Тема №3. Материальная часть и ТТХ пистолета Макарова (ПМ)

Назначение, боевые свойства, общее устройство принцип работы ПМ. Назначение и общее устройство основных частей и механизмов.

Последовательность неполной сборки и разборки ПМ. Чистка и смазка. снаряжение магазина патронами. Отработка нормативов по сборке-разборке оружия.

Тема № 4. Правила и меры безопасности при обращении с оружием и боеприпасами

Общие правила безопасности при обращении с оружием и боеприпасами. Положение оружия, меры безопасности при обращении с ним во время следования на транспортных средствах, 50 несения боевой службы, на занятиях и стрельбах. Правила производства предупредительного выстрела.

Порядок осмотра оружия и патронов перед стрельбами. Меры предосторожности при устранении задержки. Правила заряжения и разряжения оружия. Меры безопасности при стрельбе холостыми патронами и при использовании имитационных средств.

Тема №5. Приведение оружия бою

Порядок приведения оружия к бою для ведения огня днем. Выбор установки прицела, дел и точки прицеливания для стрельбы по неподвижным и появляющимся целям. Определение и учет поправок на отклонение от нормальных (табличных) целей в зависимости от условий стрельбы.

Тема №6. Правила стрельбы из стрелкового оружия.

Виды движения цели. Выбор установок прицела и точки прицеливания при стрельбе по движущимся целям. Решение огневых задач.

Ведение огня с места по неподвижным и появляющимся целям

Подготовка упора для стрельбы лежа. Виды изготовок для стрельбы из винтовки (автомата, пистолета) лежа, сидя, стоя, в перемещении.

ТАКТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА (4 часа)

Тема № 1. Психологическая подготовка бойца спецподразделения

Способы устранения страха перед взрывом, а также боязни огня, высоты и воды (теоритический курс).

Силы специальных операций армии, флота и силовых ведомств

История специальных сил, операции армий мира. История формирования групп специального назначения в СССР и РФ.

Тема № 2. Тактическая подготовка

Действие подразделений в обороне. Типы инженерных заграждений. Окопы.

Действие подразделения при наступлении. Форсирование водных преград. Деблокирование заграждений переднего края противника. Марш и походное охранение.

Тактические учения

Тема №3. Техника и тактика действий групп антитеррора

Тактика спецгруппы при захвате здания, самолета, автотехники, железнодорожного транспорта.

Распределение обязанностей в группе. Группы разведки, наблюдения, обеспечения, захвата. Огневое взаимодействие в группе. Прохождение лестничных маршей, дверных проемов.

Тактика спецгруппы при освобождении заложников из здания. Форсированное проникновение в здание. Применение лестниц штурмовых трапов.

"Тактика" группы при освобождении заложников из автотранспорта и воздушных судов.

Досмотр автотранспорта и железнодорожных вагонов. Правила и тактика досмотра техники и опрашиваемых лиц.

Тактика - специальные учения.

Тема №4. Боевые действия в городе

Ведение боевых действий в городе. Основные сложности городских боев. Опорные точки, Доты и Дзоты. Тактика действий при штурме городских кварталов. Взаимодействие пехоты и других родов войск. Тактика действий разведывательных подразделений. Система радиосвязи. Понятие «зачистка».

Огневое взаимодействие в группе. Тактика штурма здания.

ВОЕННО-МЕДИЦИНСКАЯ ПОДГОТОВКА (6 часов)

Оказание первой медицинской помощи.

Занятие 1. 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.

Занятие 2. 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.

Занятие 3. Признаки клинической и биологической смерти. Техника проведения искусственной вентиляции легких и непрямой массаж сердца. Оказание первой медицинской помощи при ожогах и отморожениях. Ожоги, причины возникновения, признаки и классификация. Отморожения, переохлаждения, ознобления и замерзание: причины, признаки, классификация.

Занятие 4. 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.

Занятие 5. Первая помощь при радиационных поражениях, поражениях отравляющими и сильнодействующими ядовитыми веществами.

Занятие 6. 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 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 санитаров. Приемы и способы переноски раненных с помощью подручных материалов. Эвакуация раненых с учетом характера ранения и вида транспорта.

Календарно-тематический план занятий

№ п/п	Наименование темы	Кол-во часов
1	Введение. Инструктаж техники безопасности на занятиях. Правила и меры безопасности при обращении с оружием. Стрелковое оружие России и боеприпасы к нему.	1
2	Стрельбовые приемы и движения без оружия. Стрельбовые приемы и движения с оружием.	1
3	Приведение оружия к нормальному бою. Тактика боя в курсе подготовки «Стрельба из пневматической винтовки». Ведение огня с места по неподвижным и появляющимся мишеням.	1
4	Психологическая подготовка бойца спецподразделения. Ведение огня с места по неподвижным мишеням.	1
5	Психологическая подготовка бойца спецподразделения.	1
6	Стрельбовые приемы и движения с оружием. Розыск раненных на поле боя. Вынос с поле боя.	1
7	Материальная часть и ТТХ пневматической винтовки. Розыск раненных на поле боя. Вынос с поле боя.	1
8	Оказание первой медицинской помощи.	1
9	Силы спецопераций армии. Средства индивидуального медицинского оснащения военнослужащих и правила пользования ими.	1
10	Розыск раненных на поле боя. Вынос с поле боя. Методы и способы ведения разведки.	1
11	Средства индивидуального медицинского оснащения военнослужащих и правила пользования ими. Стрельбовые приемы и движения без оружия.	1

12	Строевые приемы и движения с оружием. Техника и тактика действий антитеррористических групп.	1
13	Техника и тактика действий антитеррористических групп. Психологическая подготовка бойца спецподразделения.	1
14	Техника и тактика действий антитеррористических групп. Методы и способы ведения разведки	1
15	Действия подразделения в разведке	1
16	Строевые приемы и движения с оружием. Действия подразделения в разведке	1
17	Строевые приемы и движения без оружия. Материальная часть и ТТХ автомата Калашникова	1
18	Боевые действия в городе. Средства индивидуальной защиты	1
19	Материальная часть и ТТХ автомата Калашникова. Холодное оружие	1
20	Силы спецопераций армии. Тактическая подготовка	1
21	Материальная часть и ТТХ автомата Калашникова. Психологическая подготовка бойца спецподразделения	1
22	Тактическая подготовка. Средства индивидуального медицинского оснащения военнослужащих и правила пользования ими.	1
23	Боевые действия в городе. Тактическая подготовка.	1
24	Оказание первой медицинской помощи. Розыск раненных на поле боя. Вынос и вывоз раненных с поля боя.	1
25	Боевые действия в городе. Оказание первой медицинской помощи.	1
26	Тактическая подготовка. Средства индивидуальной защиты.	1
27	Боевые действия в городе. Розыск раненных на поле боя. Вынос и вывоз раненных с поля боя.	1
28	Материальная часть и ТТХ пистолета Макарова. Оказание первой медицинской помощи.	1
29	Стрельба из пневматической винтовки. Строевые приемы с оружием.	1
30	Стрельба из пневматической винтовки. Оказание первой медицинской помощи.	1
31	Строевые приемы с оружием. Строевые приемы без оружия	1
32	Оказание первой медицинской помощи. Комплексные и игровые упражнения.	1
33	Гимнастика. Комплекс вольных упражнений №1 и №2. Оказание первой медицинской помощи.	1
34	Комплексные и игровые упражнения Ускоренное передвижение. Преодоление препятствий Оказание первой медицинской помощи.	1

Список литературы:

1. Агапова И., Давыдова М. Патриотическое воспитание в школе. - М., Айрис-пресс, 2012 - С.224
2. Бачевский, В.И. Система военно-патриотического воспитания несовершеннолетних граждан: Учебно-методическое пособие по разделу "Основы военной службы". - М.: ООО "Редакция журнала "Военные знания", 2010. - 186 С.
3. Валеев Р.А., Зайцев А.А., Зайцева В.Ф. Военно-патриотическая работа с подростками в молодежных организациях России // Проблемы воспитания патриотизма. - Вологда.: ВИРО, 2014.
4. Вороненко А.Г. Из истории патриотического воспитания в России. Методические рекомендации для учителей и педагогов дополнительного образования. М.: ИОО МО РФ. - 2014.
5. Гаврилов Ф.К., Кожин Г.А. Военно-спортивные игры. - М.: Изд-во ДОСААФ, 2006 г.