

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение

города Калининграда Калининградский морской лицей

МАОУ КМЛ

ОДОБРЕНО

на заседании Педагогического
совета МАОУ КМЛ протокол № 6
от 16 .06.2025г.

Введено в действие приказом
по МАОУ КМЛ от 16.06.2025г.
№252-о

Директор МАОУ КМЛ

_____ Н.В. Краснова
«16» июня 2025 года

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности**

«Патриот»

Возраст обучающихся: 13 -14 лет

Срок реализации программы: 68 часов

Автор-составитель:

Нечепоренко С.В., учитель ОБЗР

Калининград 2025

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.

Дополнительное образование детей направлено на формирование и развитие творческих способностей детей, на удовлетворение их индивидуальных потребностей в интеллектуальном, нравственном и физическом совершенствовании, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья, а также на организацию их свободного времени. Дополнительное образование детей обеспечивает их адаптацию к жизни в обществе, профессиональную ориентацию, а также выявление и поддержку детей, проявивших выдающиеся способности. Дополнительная общеобразовательная программа для обучающихся МАОУ КМЛ учитывает возрастные и индивидуальные особенности детей.

Представленная дополнительная общеразвивающая образовательная программа физкультурно-спортивной направленности, рассчитана на занятия по военно-прикладным видам спорта.

Военно-прикладные виды спорта это собирательное название упражнений, их сочетаний, взятых из отдельных видов спорта (стрельба из штатного или табельного оружия, лёгкая атлетика, строевая подготовка и т.д.) и имеющих военно-прикладное значение, эти упражнения способствуют развитию качеств и навыков, необходимых для различных воинских специальностей. Военно-прикладные упражнения входят в оценку физической подготовленности к военной службе. Ряд упражнений включен в комплекс «Готов к труду и обороне».

Дополнительное образование физкультурно-спортивной направленности по военно-прикладными видами спорта сочетает в себе:

- физическое воспитание личности, дающее возможность приобретения знаний, умений и навыков в области физической культуры и спорта, формирования культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепления здоровья.
- военно-патриотическое воспитание, которое формирует и воспитывает патриотов России, граждан правового,

демократического государства, способных к социализации в условиях гражданского общества, уважающих права и свободы личности, обладающих высокой нравственностью, формирует воинское чувство долга перед страной и желание встать на защиту Родины, если это потребуется.

Таким образом, дополнительное образование физкультурно-спортивной направленности по военно-прикладным видам спорта, играет важную роль в формировании гармонично развитой физически и духовно личности обучающихся.

Коллективный характер деятельности по военно-прикладным видам спорта, воспитывает чувство дружбы, товарищества, взаимопомощи; развивает такие ценные моральные качества, как чувство ответственности, уважение к партнерам и соперникам, дисциплинированность, активность. Каждый ребенок может проявить свои личные качества: самостоятельность, инициативу и творчество. Вместе с тем эти занятия требуют в некоторых ситуациях безоговорочного подчинения, которое воспитывается в процессе дополнительного образования.

Тренировочная деятельность оказывает комплексное и разностороннее воздействие на организм, развивает основные физические качества - быстроту, ловкость, выносливость, силу, повышаются функциональные возможности организма, формируются различные двигательные навыки. Соревновательный характер, дает возможность ребенку реализовать свою эмоциональность, что очень важно для сбалансированности подростковой психики.

Занятия спортом и построения на свежем воздухе, в разных метеорологических условиях, способствуют физической закалке, повышают сопротивляемость к заболеваниям и усиливают адаптационные возможности организма.

Программа, носит в себе еще и социальный характер, одним из видов патриотического воспитания является волонтерская деятельность, которую нельзя назвать физкультурно-спортивной, но о ней нельзя не говорить, если заниматься воспитанием патриотов.

Образовательная программа реализуется лицеем самостоятельно. Программа разработана в соответствии с требованиями Федерального закона "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012 N 273-ФЗ Глава II ст13, ст75; Федерального закона от 28.03.1998 N 53-ФЗ (ред. от 03.08.2018) "О воинской обязанности и военной службе"; Федерального закона от 13 декабря 1996 г. N 150-ФЗ "Об оружии".

Программа направлена:

- на укрепление здоровья и физического совершенствования обучающихся;
- на формирование военно-патриотического воспитания, исторической преемственности поколений, сохранение, распространение и развитие национальной культуры, воспитание бережного отношения к историческому и культурному наследию народов России
- на формирование культуры мира и межличностных отношений;
- формирование воинского чувства долга перед страной и желания встать на защиту Отечества, если это потребуется.

Цель программы.

Дополнительное образование физкультурно-спортивной направленности для занятий по военно-прикладным видам спорта, является частью образования обучающихся, а значит, является одним из компонентов всей педагогической системы лицея.

Ценностные ориентиры содержания дополнительного образования в МАОУ КМЛ.

Дополнительное образование играет важную роль как в практической, так и в духовной жизни общества.

Практическая сторона физкультурно-спортивного направления в образовании по представленной программе, связана с формированием способов деятельности в спорте, военном деле и в социальной работе.

Духовная с интеллектуальным развитием человека, формированием характера, психики и общей культуры.

Практическая полезность данного образования обусловлена тем, что его предметом являются несколько навыков необходимых для социализации обучающихся, это некоторые фундаментальные структуры военного и спортивного направлений в современном мире:

1. **воинская дисциплина** с формированием навыков самоконтроля, самоограничения и стратегического планирования,
2. **строевая подготовка** с формированием чувства коллективизма, товарищества, взаимовыручки, выносливости;
3. **овладение правилами обращения со стрелковым оружием** и формирование практических навыков стрельбы;
4. **правила и приемы в военно-прикладном виде спорта**, формирования культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепления здоровья
5. **волонтерская деятельность**, с формированием правил ухода за пожилыми и больными людьми, навыков различного

физического труда

Дополнительное образование по военно-прикладным видам спорта вносит свой вклад в **формирование общей культуры** человека. Духовные компоненты воинской культуры включают в себя

- воинские ритуалы (ритуалы присяги или награждения, а также ритуалы воинских дисциплин, порядка и быта); воинские традиции (межличностные взаимоотношения, отношение к государству, врагу, мирным гражданам и т.д.);
- мировоззренческие установки (представления о чести, доблести, верности, самопожертвовании, гуманизме) и как об одно из проявлений мировоззренческих установок - детское волонтерское движение.

Соединение разнообразных компонентов российской воинской культуры (и материальных, и духовных) свидетельствует о том, что в основе формирования воинской культуры лежит базовое понятие - «патриотизм».

Таким образом, все составляющие дополнительного образования по военно-прикладным видам спорта в лице призваны вызывать именно патриотические чувства, без определенного уровня патриотизма невозможно рассматривать службу в армии и профессиональную мотивацию военнослужащего. Патриотическое воспитание определяют такие культурные феномены, как историческая память, культурная идентичность. Патриотизм можно определить как духовно-творческий акт возвышения личности, обладающей важнейшими нравственными качествами, до осознания ее нераздельности, единства с Отечеством как высшей ценностью, необходимости служения ему, своему народу.

Таким образом, через занятие спортом, в ребенке формируется и совершенствуются как физические его составляющие, так и нравственные.

2.2 Номенклатура педагогических целей дополнительного образования в МАОУ КМЛ.

Целями военно-патриотического воспитания обучающихся в дополнительном образовании являются:

- развитие у обучающихся чувств гражданственности, гуманизма и патриотизма;
- воспитание готовности к службе в армии и военной деятельности;
- получение знаний, необходимых достойному члену общества с высоким уровнем гражданской ответственности;
- укрепление здоровья.

Реализация этих целей в процессе образования обучающихся лица призвана обеспечить развитие у них, по-настоящему **заинтересованного отношения** к своему здоровью, к военной и государственной службе, готовности к достойному выполнению функции по защите Отечества, умению видеть нуждающихся в помощи и готовность помощь оказать.

1. Педагогические практико-ориентированные задачи

Для реализации заданных целей необходимо поставить перед педагогом следующие задачи:

- развить выносливость, координацию движений;
- укрепление опорно-двигательного аппарата;
- сформировать осанку;
- укрепить здоровье;
- сформировать у обучающихся первичные знания о различных видах модулей входящих в военно-прикладной спорт;
- сформировать у обучающихся первичные знания по истории создания и развития стрелкового оружия, его современных типах, устройстве и технических характеристиках;
- выработать у обучающихся первичные навыки безопасного обращения с оружием, правильного ухода и хранения оружия;
- выработать у обучающихся практические навыки в выполнении первичных приемов стрельбы и развить результативность при выполнении упражнений по стрельбе из пневматической винтовки;
- выработка подтянутости, опрятности, внимательности при выполнении команд;
- приобщение к вопросам личной и коллективной безопасности, оказанию само- и взаимопомощи, умелым и быстрым действиям в любой обстановке;
- воспитать общечеловеческие качества: коллективизм, чувства товарищества и взаимовыручки, правдивости и умения дорожить данным словом;
- воспитать чувства высокой гражданской ответственности и патриотизма, сознания общественного долга;
- совершенствовать морально-психологические качества и физическое развитие подрастающего поколения;

2. Организационные формы проведения занятий

- урочные формы (уроки-лекции, уроки-практикумы по работе с оружием);
- практические занятия (строевая подготовка, кроссы, стрельба, волонтерская деятельность);
- экскурсии с использованием сетевой формы реализации программы;
- соревнования.

3. Результаты освоения дополнительной общеразвивающей программы

При оценки результативности освоения данной программы обучающимися, применяется следующий критерий: это средний уровень освоения программы, фиксируемый на основе зачетов, тестов, экспертизы творческих работ (фотоотчет и т. д.) каждого обучающегося в группе- в результате волонтерской деятельности(обязательный результат);

5.1 Личностные результаты освоения дополнительной общеразвивающей образовательной программы

Занятия физкультурно-спортивной направленности, по военно-прикладному виду спорта дают возможность обучающимся достичь следующих личностных результатов:

- Обучающиеся станут выносливее и дисциплинированнее, у обучающихся сформируется осанка, выправка, разовьется координация движений;
- по окончании изучения курса, обучающиеся должны стать более нравственными, то есть добрее, правдивее, умеющими видеть красоту и нужду, проявлять любовь, умеющими и желающими встать на защиту, если это потребуется;
- продолжают развивать чувства товарищества, любви и гордости к Родине и лицею;
- улучшат свою дисциплину, научатся четко исполнять приказы, четко рапортовать о выполненной работе;
- получают представление об оружии и научатся с ним обращаться;
- разовьют еще в большей мере способность к эмоциональному восприятию жизни, в том числе и волонтерскому движению. Расширят свои знания о методах и способах волонтерства.

5.2 Целостные(метапредметные) образовательные результаты освоения дополнительной общеразвивающей образовательной программы

Занятия физкультурно-спортивной направленности, по военно-прикладному виду спорта дают возможность обучающимся достичь следующих результатов развития в метапредметном направлении:

- умение находить в различных источниках информацию, необходимую для решения проблем по заданной теме, представлять ее в понятной форме, принимать решение в условиях неполной и избыточной, точной и вероятностной информации;
- умение понимать и использовать средства наглядности (диаграммы, таблицы, схемы, карты и др.):
- умение выдвигать гипотезы при решении различных спортивных, военных и прочих задач, понимать необходимость их проверки;
- умение самостоятельно ставить цели, выбирать и создавать алгоритмы для решения проблем;
- умение планировать и осуществлять деятельность, направленную на решение задач стратегического характера

5.3 Специальные результаты освоения дополнительной общеразвивающей образовательной программы.

Занятия физкультурно-спортивной направленности, по военно-прикладным видам спорта дают возможность обучающимся достичь следующих специальных результатов развития:

- познакомятся со стрелковым делом как одним из видов спорта.
- приобретут знания по этапам развития и совершенствования стрелкового оружия;
- приобретут знания по видам и техническим характеристикам основных образцов отечественного стрелкового оружия;
- освоят правила безопасного обращения с оружием, порядок его хранения и ухода за ним.
- узнают о возможных последствиях нарушения правил обращения с оружием;
- узнают об ответственности за нарушение правил техники безопасности и правил владения оружием;
- узнают об устройстве пневматической винтовки, пистолета ПМ, автомата АКМ
- узнают устройство стрелкового тира и организации проведения практических стрельб.
- овладеют правилами выполнения строевых приёмов;
- овладеют первичными приемами выполнения упражнений по стрельбе из пневматической винтовки;
- усвоят правила обязательного, точного, немедленного и быстрого выполнения всех указаний и команд преподавателя курса.

4. Оценка достижения планируемых результатов освоения учебной программы

Оценка результатов освоения дополнительной общеразвивающей образовательной программы определяется положительной динамикой:

- по результатам соревнований различных уровней и видов по военно-патриотической направленности;
- по количеству сданных норм ГТО
- по количеству и качеству отзывов о волонтерской деятельности обучающихся лица. (благодарностей устных и письменных, по количеству и качеству оказанной помощи)
- количеству обучающихся, выбравших военную или социально значимую профессию.

5. Перечень учебно-методического и материально-технического обеспечения освоения дополнительной общеразвивающей образовательной программы

7.1 Техническое оснащение

Перечень оборудования и тех средств обучения	Количество (шт.)
Пневматические винтовки	4
Мишень спортивная	150
ММГ АКС-74	3
Персональный компьютер и видеопроектор	1
Комплект компьютерных презентаций	1

7.2 Учено-методическая литература

1. Журнал ОБЖ. Основы безопасности жизнедеятельности. № 10. 2006. – ЗАО Издательство «Русский журнал», 2006.
2. Строевой устав ВС РФ – Москва. Военное издательство 2004.
3. А.А Волокин, Н.Н. Грачёв – «Военная профессиональная ориентация учащихся» М., Дрофа – 2005.
4. А.Т.Смирнов, Б.И. Мишин – «Методические материалы и документы по курсу ОБЖ. Книга для учителя». М., Просвещение 2007.
5. Э.Д. Днепров, А.Г. Аркадьев – «Сборник нормативных документов. Основы безопасности жизнедеятельности». М., Дрофа – 2008.
6. В.Г. Бубнов, Н.В. Бубнова – «Основы медицинских знаний» АСТ – АСТРЕЛЬ 2008.
7. А.Т. Смирнов, Б.И. Мишин – «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни» 10 – 11 класс М. Просвещение 2008.
8. А.Т. Смирнов, Б.И. Мишин – «Основы безопасности жизнедеятельности» 10 класс М., Просвещение 2009.
9. А.Т. Смирнов, Б.И. Мишин – «Основы безопасности жизнедеятельности» 11 класс М., Просвещение 2009.
10. А.Г. Маслов – Подготовка и проведение соревнований учащихся. «Школа безопасности» М., ВЛАДОС - 2000 г.
11. Министерство образования и науки РФ, Министерство обороны РФ, МЧС России, МВД РФ – Журналы ОБЖ. Основы безопасности жизни. 2005–2009
12. А.Г. Макеева – «Находим ответы на трудные вопросы» М., Просвещение, 2005.
13. Н.И Резнина – «Воспитание патриотизма» (методическое пособие – выпуск второй). Главное управление воспитательной работы Вооружённых сил Российской Федерации. Москва – 2006 г.

6. Учебный план

8.1 Учебный план на I полугодие

№ п/п	Раздел	Всего часов	В том числе		Форма контроля, итог по разделу
			теория	практика	
1	Вводное занятие	1	1		
	Волонтерское движение (история и направления деятельности)	1	1		
	Занятия по легкой атлетике	3	1	2	Зачет по технике безопасности
2	Строевая подготовка	9	4,5	4,5	Выполнение строевых приемов на месте.
3	Спортивная стрельба	3	3		Зачет по техники безопасности при обращении с оружием и при выполнении стрельб
	Итого	17	10,5	6,5	

8.2 Учебный план на II полугодие

№ п/п	Раздел	Всего часов	В том числе		Форма контроля, итог по разделу
			теория	практика	
	Спортивная стрельба	10	2	8	Зачет по техники безопасности при обращении с оружием и при выполнении стрельб. Выполнение нормативов спортивной стрельбы по мишеням. Выполнение нормативов по неполной разборке/сборке АКС- 74.
	Волонтерское движение	3		3	Фотоотчет о проделанной работе
2	Строевая подготовка	6	1	5	Выполнение строевых приемов на месте и в движении. Строевой смотр.
	Итого	19	3	16	

7. Тематическое планирование занятий

9.1 Тематическое планирование на I полугодие

	Тема занятия	Содержание занятия	Количество часов
1	Вводное занятие	Инструктаж по правилам техники безопасности на занятиях по видам подготовки. Ознакомление с планом работы занятий	1
Волонтерство			1
2	Волонтерское движение	История волонтерского движения. Типы волонтерства. Направления волонтерской деятельности. План работы на учебный год	1
Занятия по легкой атлетике			3
3	Правила, приемы и особенности двигательной деятельности в военно-прикладных видах спорта.	Техника безопасности. Правила, приемы и особенности двигательной деятельности в военно-прикладных видах спорта.	1
3	Специальные подводящие упражнения к бегу, прыжкам, метанию гранаты.	Овладение специальными подводящими упражнениями к бегу, прыжкам, метанию гранаты.	1
4	Общая физическая подготовка	Овладение комплексом упражнений для развития силы, быстроты, выносливости, гибкости и ловкости	1
Строевая подготовка			9

	Тема занятия	Содержание занятия	Количество часов
5	Основные положения и определения. Строи и управление ими.	Знакомство с основными понятиями: «строй», «шеренга», «колонна», «фланг», «фронт», «тыл», «глубина строя» и т. д. Управление строем. Команды и приказание, подаваемые голосом. Обязанности перед построением и в строю. Сигналы для управления строем.	1
6	Строевая подготовка	Практическое выполнение команд «Становись», «Равняйся», «Смирно», «Вольно», «Разойдись»	1
7	Строевые приемы.	Строевая стойка. Повороты на месте. Практическое выполнение строевых приемов.	1
8	Выполнение воинского приветствия без оружия на месте и в движении	Выполнение воинского приветствия без оружия на месте и в движении. Практическое выполнение воинского приветствия без оружия на месте и в движении.	1
9	Выполнение воинского приветствия без оружия на месте и в движении	Практическое выполнение воинского приветствия без оружия на месте и в движении.	1
10	Выход из строя и возвращение в строй. Подход к начальнику и отход от него	Выход из строя и возвращение в строй. Подход к начальнику и отход от него. Практическое выполнение строевого приема.	1
11	Выход из строя и возвращение в строй. Подход к начальнику и отход от него	Практическое выполнение строевого приема - выход из строя и возвращение в строй. Подход к начальнику и отход от него.	1
12	Строи отделения	Развернутый строй. Походный строй. Выполнение воинского приветствия в составе отделения на месте и в движении.	1

	Тема занятия	Содержание занятия	Количество часов
13	Способы и приёмы передвижения личного состава в бою при действиях в пешем порядке	Приемы к «Бою», «Вставить» Перебежки и переползание Действия личного состава при внезапном нападении противника	1
Спортивная стрельба			3
15	Меры безопасности при выполнении стрельб	Изучение мер безопасности при обращении с оружием и выполнении стрельб. Последствия и ответственность за нарушение техники безопасности. Инструктаж по технике безопасности при обращении с оружием и при выполнении стрельб	1
16	Устройство и принцип действия пневматического оружия	История создания и развития стрелкового оружия. Устройство и принцип действия пневматического оружия	1
17	Основы спортивной стрельбы из стрелкового оружия	Изготовка к стрельбе, прицеливание, производство выстрела, определение СТП, характеристика стрельбы	1

9.2 Тематическое планирование на II полугодие

	Тема занятия	Содержание занятия	Кол-во часов
Спортивная стрельба			10
1	Меры безопасности при выполнении стрельб	Изучение мер безопасности при обращении с оружием и выполнении стрельб. Последствия и ответственность за нарушение техники безопасности. Инструктаж по технике безопасности при выполнении стрельб	1
2	Спортивная стрельба	Выполнение упражнений учебных стрельб из пневматического оружия	1
3	Спортивная стрельба	Выполнение упражнений учебных стрельб из пневматического оружия	1
4	Спортивная стрельба	Выполнение упражнений учебных стрельб из пневматического оружия	1
5	Спортивная стрельба	Выполнение упражнений учебных стрельб из пневматического оружия	1
6	Материальная часть автомата АК-74	Назначение и устройство АКС-74. Тактико-технические характеристики. Работа частей и механизмов. Порядок неполной разборки/сборки АКС-74	1
7	Неполная разборка/сборка ММГ АК-74	Практическая отработка навыков неполной разборки/сборки АКС-74	1
8	Неполная разборка/сборка ММГ АК-74	Практическая отработка навыков неполной разборки/сборки АКС-74	1
9	Неполная разборка/сборка ММГ АК-74	Практическая отработка навыков неполной разборки/сборки АКС-74	1
10	Неполная разборка/сборка ММГ АК-74	Выполнение нормативов по неполной разборке/сборке АКС-74	1
Волонтерство			3
11	Волонтерское движение	Уход за местами захоронений советских воинов.	1
12	Волонтерское движение	Уход за местами захоронений советских воинов.	1
13	Волонтерское движение	Уход за мемориальным комплексом, погибшим морякам.	1
Строевая			6
14	Строевые приемы и движение без оружия	Движение. Повороты в движении. Изменение направления движения. Практическое выполнение строевых приемов в движении без оружия.	1
15	Строевые приемы и движение без оружия	Практическое выполнение строевых приемов в движении без оружия. (Движение. Повороты в движении. Изменение направления движения).	1
16	Строевая подготовка	Практическое выполнение команд «Становись», «Равняйсь», «Смирно», «Вольно», «Разойдись»	1
17	Строевые приемы.	Строевая стойка. Повороты на месте. Практическое выполнение строевых приемов.	1
18	Строевые приемы и движение без оружия	Практическое выполнение строевых приемов в движении без оружия. (Движение. Повороты в движении. Изменение направления движения).	1
19	Строевые приемы и движение без оружия	Строевой смотр.	1