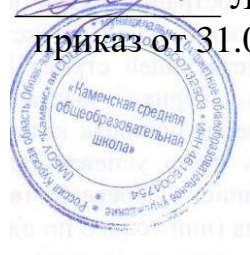


**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«КАМЕНСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»  
(МБОУ «Каменская СОШ»)**

306238 Курская область Обоянский район с. Каменка ул. Молодежная д.16а  
Тел. 3-22-32 e-mail camenskaia@yandex.ru

Рассмотрена  
на педагогическом совете  
протокол № 1 от 29.08.2022г.

Утверждаю  
директор МБОУ «Каменская СОШ»  
Л.П.Черных  
приказ от 31.08.2022г. № 178-од



**06-02**

Дополнительное образование детей и взрослых

Дополнительная общеразвивающая программа  
физкультурно – спортивной направленности  
муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения  
«Каменская средняя общеобразовательная школа»  
(2022-2023 учебный год)

с.Каменка Обоянского района  
2022

## СОДЕРЖАНИЕ

1. Пояснительная записка.....	3
2. Направленность программы .....	4
3. Актуальность программы.....	4
4. Новизна .....	4
5. Цель программы.....	5
6. Задачи.....	5
7. Отличительные особенности .....	6
8. Педагогическая целесообразность программы.....	6
9. Планируемые результаты .....	6
10. Учебный план .....	7
11. Формы аттестации .....	7
12. Рабочие программы учебных курсов .....	7
13. Оценочные материалы .....	51
14. Методическое обеспечение программы .....	53
15. Материально-техническая база .....	53
16. Перечень электронных образовательных ресурсов .....	56

### 1. Пояснительная записка

Данная дополнительная общеразвивающая программа разработана на основании нормативно-правовых документов:

- Федеральный Закон Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ.
- Федеральный закон от 31 июля 2020г. № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся».
- Концепции развития дополнительного образования детей (утверждена распоряжением Правительства РФ от 04.09.2014 № 1726-р).
- Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 09.11.2018 года № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
- Приказа Министерства просвещения РФ от 09.11.2018 года № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по ДОП».
- Приказ Минпросвещения России от 30.09.2020 №533 «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по ДОО».
- Указ президента РФ «О национальных целях и стратегических задачах развития РФ до 2024года».
- Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года.
- Целевая модель развития региональных систем ДОО.
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020г. № 28 Об утверждении санитарных правил СП 2.4.
- Письмом Минобрнауки России от 18.11. 2015 г. № 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»
- Постановление Администрации Курской области О реализации мероприятий по внедрению целевой модели развития региональной системы дополнительного образования детей в Курской области на 2020-2022г.

### **Локальная нормативно-правовая база**

- Устав МБОУ «Каменская СОШ» (постановление Администрации Обоянского района Курской области №655 от 30.10.2015).
- Лицензия на осуществление образовательной деятельности ОУ (№2455 от 08.11.2016).
- Свидетельство о государственной аккредитации (№1685 от 03.11.2016).
- Положение о дополнительной общеобразовательной программе МБОУ «Каменская СОШ».
- Положение о рабочей программе МБОУ «Каменская СОШ».
- Положение о дополнительном образовании в МБОУ «Каменская СОШ».

- Должностная инструкция педагога дополнительного образования.

## **2.Направленность**

Данная дополнительная общеразвивающая программа имеет физкультурно-спортивную направленность.

## **3.Концептуальная основа Программы (новизна, актуальность)**

Программа физкультурно-спортивной направленности призвана обеспечить необходимый уровень развития жизненно важных двигательных навыков и физических качеств, и создает предпосылки для многообразных проявлений творческой активности. Являясь обязательным разделом гуманитарного компонента образования, физическая культура способствует гармонизации телесного и духовного единства учащихся, формированию у них таких общечеловеческих ценностей, как здоровье, физическое и психическое благополучие. Физкультурно-спортивная направленность является одной из важных направленностей дополнительного образования. Здесь особое значение придаётся повышению уровня физического развития обучающихся, созданию положительной мотивации к здоровому образу жизни.

Дополнительная программа физкультурно-спортивной направленности сконцентрирована на укреплении здоровья, формировании навыков здорового образа жизни, двигательных умений и навыков физкультурно-спортивной деятельности, морально-волевых качеств и системы ценностей с приоритетом жизни и здоровья. Предметом образования в области физической культуры является двигательная (физкультурная) деятельность, которая своей направленностью и содержанием связана с совершенствованием физической природы человека. В процессе освоения данной деятельности человек формируется как целостная личность, в единстве многообразия своих физических, психических и нравственных качеств. В соответствии со структурой двигательной деятельности, занятия физкультурой и спортом структурируются по трем основным разделам: знания (информационный компонент деятельности), физическое совершенствование (мотивационно - процессуальный компонент деятельности) и способы деятельности (операциональный компонент деятельности).

Физкультурно - спортивная деятельность направлена на укрепление здоровья учащихся и создание представлений о бережном к нему отношении, формирование потребностей в регулярных занятиях спортом и использование их в разнообразных формах активного отдыха и досуга. На занятиях в объединениях данной направленности даются теоретические сведения о правилах здорового образа жизни и различных формах организации активного отдыха средствами физической культуры, раскрываются представления о современных оздоровительных системах физического воспитания и оздоровительных методиках физкультурно-оздоровительной деятельности.

Физкультурно - спортивная деятельность соотносится с возрастными интересами учащихся в занятиях спортом и характеризуется направленностью на обеспечение

оптимального и достаточного уровня физической и двигательной подготовленности обучающихся.

**4. Актуальность** дополнительной общеразвивающей программы физкультурно - спортивной направленности заключается в том, что в настоящее время наблюдается интерес подрастающего поколения к различным видам спорта, в то время как реализация программ данной направленности в системе дополнительного образования способствует физическому совершенствованию учащихся, приобщению их к здоровому образу жизни, воспитанию спортивного резерва нации. Система дополнительного образования детей позволяет привлечь квалифицированных специалистов в области физкультурно-оздоровительного и спортивного воспитания, строящих свою работу с обучающимися на основе занятий в образовательном учреждении по определенному виду спорта.

Система занятий физкультурно-спортивной направленности включает рабочие программы «Юный теннисист», «Белая ладья», «Юный армеец».

В школе имеется спортивный зал, занятия в котором осуществляются по отдельно разработанной программе.

#### **5. Цель программы.**

Целью программы является формирование у обучающихся устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к своему здоровью, целостному развитию физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни, а также приобщение детей к регулярным занятиям спортом по различным видам деятельности.

#### **6. Задачи программы**

освоение знаний о физической культуре и спорте, их истории и современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни;

обучение навыкам и умениям в физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности;

формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта— физическими упражнениями с общеразвивающей и оздоровительной направленностью, техническими действиями и приемами различных видов спорта;

укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма;

воспитание положительных качеств личности, соблюдение норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности.

**7. Отличительными особенностями** дополнительной общеразвивающей программы физкультурно-спортивной направленности является следующее:

- программа занятий составлена на основе материала для занятий физической культурой и спортом с обучающимися в рамках дополнительного образования детей, дополняя ее с учетом интересов детей (в зависимости от возраста, пола, времени года) и специфики учреждения (возможность использования материально - технической базы).

#### **8. Педагогическая целесообразность программы**

При составлении планирования в рамках объединений физкультурно-спортивной направленности предусмотрено, что программа составлена из отдельных самостоятельных разделов двигательной деятельности, отличной друг от друга по характеру и объёму. В связи с этим при планировании занятий учитываются индивидуальные особенности занимающихся.

Для успешной организации и осуществления образовательно - тренировочного процесса используются следующие принципы обучения:

принцип сознательности и активности;

принцип наглядности и доступности;

принцип систематичности.

Основной *формой* организации образовательного процесса по дополнительной общеразвивающей программе физкультурно - спортивной направленности являются:

занятия в объединениях по различным видам спорта;

участие обучающихся в физкультурно-оздоровительных мероприятиях;

участие обучающихся в спортивных соревнованиях и праздниках.

Ценностные приоритеты дополнительной общеразвивающей программы физкультурно - спортивной направленности включают в себя поддержку и развитие детского спорта; воспитание культуры здорового образа жизни; саморазвитие личности.

## **9. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ**

Успехи реализации программы возможны:

-если будет реализована теоретическая и практическая часть программы в полном объеме;

- если учитываются возрастные и личностные особенности обучающихся, мотивация их деятельности,

-если используется разнообразный методический материал по программе учебного курса,

-если есть необходимые технические средства и информационные ресурсы, отвечающие требованиям занятий различными видами спорта.

## **ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

увеличение количества учащихся, занимающихся физической культурой и спортом;  
снижение уровня заболеваемости учащихся школы;

повышение качества знаний учащихся в рамках физкультурно-спортивной направленности;

повышение уровня культуры здоровья учащихся;

формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни;

формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;

формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (длины и массы тела и др.), показателями основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).

## **10. УЧЕБНЫЙ ПЛАН**

## **Наименование объединения**

### **Количество часов за курс обучения**

**«Юный теннисист»**

68 часов (2 час в неделю)

**«Юный армеец»**

68 часов (2 час в неделю)

## **11. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ.**

Участие в спортивно- оздоровительных конкурсах, акциях, мероприятиях, соревнованиях школьного уровня

## **12. Рабочие программы учебных курсов, дисциплин (модулей)**

### **Рабочая программа объединения «Юный теннисист»**

#### **Пояснительная записка**

В рабочей программе представлены основные разделы спортивной подготовки юных теннисистов, изложенные на основе новейших данных в области теории физической культуры и спорта. Особое внимание уделяется планированию, построению и контролю процесса спортивной подготовки теннисистов.

Рабочая программа по настольному теннису составлена на основании следующих нормативно - правовых документов:

1. Федерального закона от 29.12.2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

2. Федеральный закон от 31 июля 2020г. №304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»

3. Концепция развития дополнительного образования детей, утверждённая распоряжением Правительства Российской Федерации от 04.09.2014г. № 1726-р.

4. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 09.11.2018 года №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

5. Письмом Минобрнауки Российской Федерации от 12 мая 2011 г. № 03-296 «Об организации внеурочной деятельности при введении Федерального государственного образовательного стандарта общего образования».

5. Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы САНПиН 2.4.2.2821-10 "Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях", утверждённые постановлением главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29 декабря 2010 г. № 189, зарегистрированные в Минюсте России 3 марта 2011 г. N 19993.

6. С учетом Основной образовательной программы основного общего образования МБОУ «Каменская СОШ», примерной программы (примерная основная

образовательная программа основного общего образования, одобрена решением федерального учебно –методического объединения по общему образованию, протокол от 8 апреля 2015 г. №1/15).

7. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 Об утверждении санитарных правил СП 2.4.

8. Приказ Министерства Просвещения РФ от 09.11.2018 № 196 Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по ДОП

9. Приказ Минпросвещения России от 30.09.2020 № 533 О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по ДОО

10. Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года

11. Указ президента РФ О национальных целях и стратегических задачах развития РФ до 2024

12. Целевая модель развития региональных систем ДОД

13. Устав МБУ ДО «Обоянский районный Дом пионеров и школьников Курской области»

14. Положение о рабочей программе дополнительного образования детей МБУ ДО «Обоянский районный Дом пионеров и школьников Курской области»

Направленность программы- **физкультурно-спортивная.**

Вид программы авторская.

Отличительной особенностью данной дополнительной образовательной программы является то, что в ходе активного использования школьниками освоенных знаний, способов и физических упражнений формируются практические навыки и умения игры настольного тенниса.

Новизна данной программы заключается в том, что в процессе обучения применяется информационно – компьютерная технология показ презентаций, показ и анализ выступлений выдающихся теннисистов и т.п.).

Дополнительная образовательная программа «Юный теннисист» органично аккумулировала научные разработки ведущих тренеров -теннисистов.

Многие авторы высоко оценивают важность проведения анализа соревновательной деятельности. Скородумова А.П., Шмагнна М.И., Зак А.А. делают следующие выводы:

1. Процентное содержание технико- тактических действий и комбинаций в общем и частном объемах можно считать одним из критериев стиля игры квалифицированных спортсменов;
2. Полученные данные анализа могут служить для более точной оценки стиля игры теннисистов, а также стать основой для оптимального планирования частных объемов тренировочной работы.

Так в статье Шилова Л. даются упражнения по развитию ловкости. Под ловкостью автор понимает умение владеть своим телом, быстро и легко усваивать



новые движения, умение использовать арсенал технических приемов и способов игры, приспосабливаться к непредвиденной смене ситуаций.

Вопросу обучения игре посвящена статья Б.Анисимова. В ней дается примерная схема обучения техническому приему: показ -объяснение приема (назначение, характер вращения, траектория полета) , имитация технического приема, объяснение и разучивание по частям (кисть, предплечье, плечо, туловище), тренировка совместная работа частей (кисть + предплечье, и т.п.), тренировка совместная работа всех частей и т.д.

А. Старожилец рекомендует удалять из тренировки те упражнения, которые не требуют напряжения усилий воли, внимания, интеллекта. По его мнению, тренировка должна быть сложнее и напряженнее любого поединка, для увеличения интенсивности предлагается использовать два мяча. Автор подчеркивает большую роль интеллектуальной подготовки,

важное значение так же имеет психологическая и психическая устойчивость.

Применяемые на занятиях методы обучения и содержательный компонент программы в полной мере отвечают возрастным особенностям детей. Индивидуальный подход позволяет даже в рамках групповой формы занятий раскрыть и развить спортивные и физические способности школьников.

Актуальность дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Юный теннисист» определяется тем, что настольный теннис имеет преимущество перед другими играми: укрепляет мышцы, стабилизирует кровяное давление и другие жизненно важные системы человеческого организма. Игра в настольный теннис рассматривается как универсальное средство, снижающее усталость, напряжение, рекомендуется при нарушении дыхания, повреждении опорно-двигательного аппарата и др. заболеваниях. Слежение за полетом мяча - прекрасная гимнастика для глаз. Во время игры в настольный теннис игрок должен быстро оценить обстановку и отреагировать на ответ соперника, быть внимательным, быстро двигаться и менять направление перемещений. Исследования литературы по психологии помогли доказать, что развитие физических качеств тесно связаны с развитием познавательных психических процессов у подростков. В настоящее время уже экспериментально доказано, что направленное совершенствование ловкости у учащихся оказывает положительное влияние на развитие восприятия, внимания, мышления.

Еще один важный фактор – нехватка больших спортивных залов и стандартных игровых площадок. Кроме того, значительно ограничены возможности в использовании специализированного инвентаря, приспособлений и тренажеров. В этой ситуации возникает необходимость разработки и использования методик, которые в некоторой мере сглаживают негативное влияние указанных факторов на уровень подготовки детей, прежде всего по физическим и специальным физическим показателям. каждой игровой ситуации.

**Цель рабочей программы:** создание условий для массового привлечения детей и подростков к занятиям настольным теннисом.

## **Задачи:**

### Обучающие

- дать необходимые дополнительные знания в области раздела физической культуры и спорта – спортивные игры (настольный теннис);
- научить правильно регулировать свою физическую нагрузку;
- обучить учащихся технике и тактике настольного тенниса.

### Развивающие

- развить координацию движений и основные физические качества: силу, ловкость, быстроту реакции;
- развивать двигательные способности посредством игры в теннис;
- формировать навыки самостоятельных занятий физическими упражнениями во время игрового досуга;

### Воспитательные

- способствовать развитию социальной активности обучающихся;
- воспитывать чувство самостоятельности, ответственности;
- воспитывать коммуникабельность, коллективизм, взаимопомощь и взаимовыручку, сохраняя свою индивидуальность;
- пропаганда здорового образа жизни, которая ведет к снижению преступности среди подростков, а также профилактика наркозависимости, табакокурения и алкоголизма.

Сроки реализации рабочей программы: 1 учебный год, 2 часа в неделю (68 часов в год).

Образовательная деятельность по данной программе осуществляется на русском языке, в соответствии с частью 1 статьей 14 Федерального закона «Об образовании в российской Федерации» №273-ФЗ от 29.12.2012.

Форма организации занятий – групповая.

Форма обучения – очная.

На занятиях кружка при изучении нового материала и закреплении практических умений и навыков используются различные формы и методы, соответствующие поставленным целям и задачам, а так же содержанию образовательной деятельности: методы словесного восприятия, метод наглядности, практический метод, соревновательная и игровая форма. Наибольший эффект и результат дают игровые и соревновательные формы, которые в основном и используются на занятиях.

## **Личностные, метапредметные и предметные результаты обучения**

**Универсальными компетенциями** учащихся по курсу являются:

- умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели;
- умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;

- умения доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

**Личностными результатами** освоения учащимися содержания курса являются следующие умения:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

**Метапредметными результатами** освоения учащимися содержания программы по курсу являются следующие умения:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильно выполнять приемы настольного тенниса, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

**Предметными результатами** освоения учащимися содержания программы по курсу являются следующие умения:

- представлять настольный теннис как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;

- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- организовывать и проводить игры с разной целевой направленностью
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
- выполнять технические действия настольного тенниса, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

#### К концу первого полугодия:

##### Будут знать:

- будут знать, что систематические занятия физическими упражнениями укрепляют здоровье;
- узнают, как правильно распределять свою физическую нагрузку;
- узнают правила игры в настольный теннис;
- правила охраны труда и поведения на занятиях и в повседневной жизни;
- знать правила проведения соревнований.

##### Будут уметь:

- Провести специальную разминку для теннисиста;
- Овладеют основами техники настольного тенниса;
- Овладеют основами судейства в теннисе;
- Смогут составить график соревнований в личном зачете и определить победителя.

##### Разовьют следующие качества:

- улучшат координацию движений, быстроту реакции и ловкость;
- улучшат общую выносливость организма к продолжительным физическим нагрузкам;
- повысятся адаптивные возможности организма - противостояние условиям внешней среды стрессового характера;

- разовьют коммуникабельность обучающихся в результате коллективных действий.

К концу второго полугодия:

Будут знать:

- расширят знания о технических приемах в настольном теннисе;
- получат разносторонние знания о положении дел в современном настольном теннисе;

Будут уметь:

- проводить специальную разминку для теннисиста;
- овладеют различными приемами техники настольного тенниса;
- освоят приемы тактики игры в настольный теннис;
- овладеют навыками судейства в теннисе, навыками организации мини-турнира.

- овладеют навыками общения в коллективе;
- будут иметь сформированные навыки самостоятельных занятий физическими упражнениями во время игрового досуга.

- Разовьют следующие качества:

- улучшат большинство из показателей физических качеств: координации движений, быстроты реакции и ловкости, общей выносливости организма к продолжительным физическим нагрузкам;

- повысится уровень противостояния организма обучающихся стрессовым ситуациям;

- освоят накат справа и слева по диагонали;
- освоят накат справа и слева поочередно «восьмерка»;
- освоят накат справа и слева в один угол стола;
  - научатся правильно делать подрезки справа и слева в любом направлении.

**Формы подведения итогов:**

Соревнования, спортивные праздники, тесты, выполнение нормативов.

### Учебно – тематический план

№ п/п	Тема занятий	Количество часов		всего
		теория	практика	
	Теоретическая подготовка	5		5
	Общая физическая подготовка		5	5
	Специальная физическая подготовка		15	15
	Техническая подготовка	5	10	15

	Тактическая подготовка	<b>5</b>	<b>10</b>	<b>15</b>
	Игровая подготовка	<b>3</b>	<b>10</b>	<b>13</b>
	Всего часов			<b>68</b>

### **Содержание тем учебного курса.**

#### **1. Теоретическая подготовка – 5 часов**

##### **Тема 1. Физическая культура и спорт в России. Состояние и развитие настольного тенниса в России.**

Содержание: Понятие «физическая культура». Физическая культура как составная часть общей культуры. Значение физической культуры для укрепления здоровья, физического развития. Роль физической культуры в воспитании молодежи.

История развития настольного тенниса в мире и нашей стране. Достижения теннисистов России на мировой арене. Количество занимающихся в России и в мире.

##### **Тема 2. Воспитание нравственных и волевых качеств спортсмена. Влияние физических упражнений на организм спортсмена.**

Содержание: Мотивация к регулярным занятиям спортом. Спортивно-эстетическое воспитание. Воспитание чувства ответственности перед коллективом. Инициативность, самостоятельность и творческое отношение к тренировкам.

Понятия об утомлении и переутомлении. Причины утомления. Субъективные и объективные признаки утомления. Переутомление. Перенапряжение. Восстановительные мероприятия в спорте. Проведение восстановительных мероприятий после напряженных тренировочных нагрузок.

##### **Тема 4. Гигиенические требования к занимающимся спортом. Профилактика заболеваемости и травматизма в спорте.**

Содержание: Понятия о гигиене. Гигиена тела. Гигиенические требования к спортивной одежде и обуви. Значение дыхания для жизнедеятельности организма. Понятия о рациональном питании и общем расходе энергии. Гигиенические требования к питанию обучающихся. Значение витаминов и минеральных солей, их нормы. Режим питания. Пищевые отравления и их профилактика. Режим дня спортсмена. Значение сна, утренней гигиенической гимнастики для юного спортсмена. Вредные привычки – курение, употребление спиртных напитков. Профилактика вредных привычек.

Простудные заболевания у спортсменов. Причины и профилактика. Закаливание организма спортсмена. Предупреждение инфекционных заболеваний, источники инфекций и пути их распространения. Травматизм в процессе занятий настольным теннисом; оказание первой доврачебной помощи при несчастных случаях, приёмы искусственного дыхания, транспортировка пострадавшего. Профилактика спортивного травматизма. Временные ограничения и противопоказания к тренировочным занятиям и соревнованиям.

##### **Тема 5. Основы техники и техническая подготовка.**

Содержание: Основные сведения о технике игры, о её значении для роста спортивного мастерства. Средства и методы технической подготовки. Классификация и анализ техники изучаемых приёмов игры.

Обучающиеся должны знать:

- Гигиенические требования к обучающимся
- Режим дня спортсмена
- Естественные основы по защите организма и профилактике заболеваний
- Историю развития настольного тенниса в России и терминологию избранной игры

Уметь:

- Составлять режим дня и руководствоваться им. Закалять свой организм
- Подготовить место для занятий
- Соблюдать технику безопасности на занятиях
- Оказать первую доврачебную помощь пострадавшему
- Проявлять стойкий интерес к занятиям

## **2. Общая физическая подготовка (ОФП) – 5 часов.**

- Строевые упражнения
- Упражнения для рук, кистей рук и плечевого пояса
- Упражнения для ног, стоп ног и тазобедренного сустава
- Упражнения для шеи и туловища
- Упражнения для всех групп мышц
- Упражнения для развития силы
- Упражнения для развития быстроты
- Упражнения для развития гибкости
- Упражнения для развития ловкости
- Упражнения типа «полоса препятствий»
- Упражнения для развития общей выносливости

Обучающиеся должны знать:

- Технику безопасности при выполнении упражнений (ОФП)
- Технику выполнения упражнений, последовательность, периодичность

Уметь:

- Выполнять строевые упражнения на месте и в движении
- Выполнять комплекс разминки самостоятельно

## **3. Специальная физическая подготовка (СФП) – 15 часов**

- Упражнения для развития быстроты движения и прыгучести
- Упражнения для развития игровой ловкости
- Упражнения для развития специальной выносливости
- Упражнения для развития скоростно-силовых качеств
- Упражнения с отягощениями

Обучающиеся должны знать:

- Технику безопасности при выполнении упражнений (СФП)
- Технику выполнения упражнений, последовательность, периодичность

Уметь:

- Выполнять упражнения самостоятельно и при помощи партнёра, с изменением скорости, амплитуды, с отягощениями и без них.

- Развивать специальные способности (гибкость, быстроту, ловкость)

#### **4. Техническая подготовка – 15 часов**

Основные технические приемы:

1. Исходные положения (стойки)

- а) правосторонняя
- б) нейтральная (основная)
- в) левосторонняя

2. Способы передвижений

- а) бесшажный
- б) шаги
- в) прыжки
- г) рывки

3. Способы держания ракетки

- а) вертикальная хватка-«пером»
- б) горизонтальная хватка-«рукопожатие»

4. Подачи

- а) по способу расположения игрока
- б) по месту выполнения контакта ракетки с мячом

5. Технические приемы нижним вращением

- а) срезка
- б) подрезка

6. Технические приемы без вращения мяча

- а) толчок
- б) откидка
- в) подставка

7. Технические приемы с верхним вращением

- а) накат
- б) топс- удар

Обучающиеся должны знать:

- Технику безопасности при выполнении технических упражнений
- Основные приёмы техники выполнения ударов.

Уметь:

- Выполнять эти технические элементы на учебно-тренировочных занятиях
- Соблюдать технику безопасности при выполнении технических элементов

#### **5. Тактическая подготовка – 15 часов**

Техника нападения.

Техники передвижения. Бесшажный способ передвижения(без переноса ОЦТ; с незначительным переносом ОЦТ; с полным переносом ОЦТ). Шаги(одношажный, приставной, скрестный). Прыжки(с двух ног, с двух ног на одну, с одной ноги на другую). Рывки ( с правой ноги, с левой ноги, с поворотом туловища, с наклоном туловища)

Техники подачи. Подброс мяча. Траектория и направление полета мяча. Точки пересечения плоскостей вращения мяча .Прием подач. Формы распознавания подач соперника.

Игра в нападении. Накат слева, справа.



Техника защиты.

Техники передвижения. Сочетание способов передвижения с техническими приемами игры в защите. Срезка, подрезка.

Обучающиеся должны знать:

- Основные приёмы тактических действий в нападении и при противодействии в защите

Уметь:

- Выполнять элементы тактики на учебно-тренировочных занятиях  
- Соблюдать технику безопасности при выполнении элементов тактики

## **6. Игровая подготовка – 15 часов**

Подвижные игры:

- на стимулирование двигательной активности обучающихся  
- на разностороннее развитие и совершенствование основных движений детей

Эстафеты с элементами настольного тенниса (на развитие):

- скоростно-силовых качеств  
- быстроты действий  
- общей выносливости  
- силы  
- гибкости  
- ловкости

- Игровые спарринги:

- 1 x 1, 1 x 2, 2 x 2

Обучающиеся должны знать:

- Технику безопасности при выполнении игровых упражнений  
- Основные правила настольного тенниса

Уметь:

- Выполнять основные технические и тактические игровые приёмы

### **Методическое обеспечение дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы**

Важнейшей функцией управления наряду с планированием является контроль, определяющий эффективность учебно-тренировочной работы с теннисистами .

Контроль проводится в начале учебного года и в конце учебного года.

Цель: Контроль над качеством специального и физического развития обучающихся, овладения ими технических игровых действий и приёмов.

Задачи: Определение уровня и учёт общей и специальной физической подготовленности обучающихся в начале учебного года и за учебный год.

Форма контроля: тестирование ОФП, оценивание технических приемов.

#### **Материально-техническая база.**

- **Материально-технические условия:**

Местом проведения занятий является спортивная комната. Спортивная комната хорошо освещена, без прямого попадания света в глаза играющих. Помещение

хорошо проветривается. В игровом зале есть два теннисных стола с хорошим импортным покрытием, идеально натянутой сеткой, комплектом теннисных ракеток в количестве 8 штук, и 10 мячей для игры в настольный теннис.

- **кадровые условия:** Черных Наталья Александровна – учитель физической культуры.

### Календарный план воспитательной работы

№ п/п	Наименование мероприятия	дата	Форма проведения
1	Мы за здоровый образ жизни	сентябрь	спортивный праздник
2	Настольный теннис: вчера, сегодня, завтра	октябрь	выпуск школьной газеты
3	Спорт- это жизнь	ноябрь	спортивный праздник
4	Выдающиеся теннисисты XXI века	декабрь	Устный журнал
5	Школьные спортивные соревнования по настольному теннису (личное первенство)	январь	школьные спортивные соревнования
6	Участие в межшкольных соревнованиях по настольному теннису, посвященных освобождению от фашистских захватчиков	февраль	межшкольные спортивные соревнования по настольному теннису
7	Участие в районных спортивных соревнованиях по настольному теннису (командные и личного первенства)	март	районные спортивные соревнования
8	Президентские состязания по настольному теннису	апрель	районные спортивные соревнования
9	День здоровья	май	спортивный праздник

### Список использованной литературы:

1. Андреев О. Ролевая игра как ее спланировать, организовать и подвести итоги, 2010
2. Байгулов Ю.П. Основы настольного тенниса.- М. ФиС, 2004

3 Кан Р.Н. Совершенствование процесса технической подготовки в настольном теннисе, 2014.

1. Каретникова Т.А., Паршутин С.В. Особенности занятий по настольному теннису в учреждениях дополнительного образования, 2019.

#### **Список литературы для педагогов**

1. Закон Российской Федерации «Об образовании» (статья 14, пункт 5)

2. А.Н. Амелин. Современный настольный теннис. М.: Ф и С, 1982год.

3. Ю.П.Байгулов. Основы настольного тенниса. М.: Ф и С, 2004год.

#### **Список литературы для родителей**

1. Айвазян Ю.Н. Теннис после тридцати/Ю.Н.Айвазян. –М.: Физкультура и спорт, 2018.

2. Амелин, А.Н. Настольный теннис: 6+12 /А.Н.Амелин.-М.: Физкультура и спорт, 2018.

3. Ангелевич, А.Е. Первые ракетки: моногр. / А.Е.Ангелевич. –М.: Физкультура и спорт, 2011.

4. Байгулов, Ю.П. Настольный теннис. Вчера, сегодня, завтра / Ю.П. Байгулов. - М.: Физкультура и спорт, 2016.

5. Барчукова, Г.В. Учись играть в настольный теннис / Г.В.Барчукова. – Москва: Огни, 2008

6. Барчукова, Г.В. Правила игры, судейство и организация соревнований по настольному теннису / Г.В. Барчукова. –М.: СпортАкадемПресс, 2010

#### **Список интернет – ресурсов**

Онлайн ресурсы для обеспечения дистанционного обучения по виду спорта:

«Настольный теннис»

«Комплекс ОФП для детей. Развитие двигательных качеств, ОФП-курс упражнений для дома»

«Топ-спин в настольном теннисе для новичков»

«Защита слева в настольном теннисе для начинающих»

«Программа тренировки для дома на все группы мышц»

«Уроки настольного тенниса»

Мастер-класс. «Тренировочные упражнения для настольного тенниса»

«Сборка теннисной ракетки»

«Настольный теннис. Урок передвижения ног»

«Упражнения для начинающих маленьких теннисистов»

«Личная гигиена»

«Настольный теннис. Инвентарь и правила. Особенности»

« Оказание первой помощи при травмах и ушибах»

«Настольный теннис. Основные приемы игры: техника жонглирования мяча ракеткой»

«Национальные игры (в гостях у народа Севера)»

«Настольный теннис для детей: как правильно подобрать экипировку» (публикация)

### Календарно-тематическое планирование

№п/п	Тема занятия	Дата проведения		Примечание
		По плану	Фактически	
1.	Вводное ознакомительное занятие.	03.09		
2.	Инструктаж по ТБ.	03.09		
3.	Инструктаж по правилам пожарной безопасности.	10.09		
4.	Тесты по общей физической подготовке.	10.09		
5.	Техника и тактика игры в настольный теннис.	17.09		
6.	Способы держания ракетки (хватка).	17.09		
7.	Жонглирование мячом.	24.09		
8.	Жонглирование мячом справа с полом.	24.09		
9.	Жонглирование мячом слева с полом.	01.10		
10.	Жонглирование мячом поочередно.	01.10		
11.	Инструктаж по ТБ.	08.10		
12.	Инструктаж по правилам	08.10		

	пожарной безопасности.			
13.	Стойка и передвижение игроков у стола.	15.10		
14.	Позиция у стола (ближняя, средняя, дальняя).	15.10		
15.	Способы передвижений: одношажный, двухшажный, приставной, прыжки.	22.10		
16.	Способы передвижения.	22.10		
17.	Подачи справа и слева: атакующие, защитные, подготовительные.	29.10		
18.	Подачи справа и слева: атакующие, защитные, подготовительные.	29.10		
19.	Соревнование.	12.11		
20.	Кто больше прожонглирует мячом.	12.11		
21.	Инструктаж по ТБ.	19.11		
22.	Разновидности подач в зависимости от направлений.	19.11		
23.	Инструктаж по правилам пожарной безопасности.	26.11		
24.	Удары справа и слева по мячу с различным вращением.	26.11		
<b>25.</b>	Удары атакующие, защитные-толчком, подрезкой.	03.12		
26.	Удары накатом справа, слева.	03.12		
27.	Тренировочные игры на счёт.	10.12		
28.	Отработка технических приёмов на тренажёрах.	10.12		
29.	Инструктаж по ТБ.	17.12		
30.	Участие в соревнованиях.	17.12		
31.	Соревнование. Кто больше прожонглирует мячом.	24.12		
32.	Соревнование. «Весёлая	24.12		

	эстафета».			
33.	Совершенствование пройденного материала.	14.01		
34.	Жонглирование мячом.	14.01		
35.	Инструктаж по ТБ.	21.01		
36.	Инструктаж по правилам пожарной безопасности.	21.01		
37.	Соревнование по теннису.	28.01		
38.	Соревнование по теннису.	28.01		
39.	Техника и тактика игры в настольный теннис.	04.02		
40.	Способы держания ракетки.	04.02		
41.	Разновидности подач в зависимости от направлений.	11.02		
42.	Жонглирование мячом.	11.02		
43.	Инструктаж по ТБ.	18.02		
44.	Тренировочные игры на счёт.	18.02		
45.	Игра с мячом: с бегом, с прыжками.	25.02		
46.	Кувырки вперёд, назад.	25.02		
47.	Стойка и передвижение игроков у стола.	04.03		
48.	Позиция у стола.	04.03		
49.	Соревнование в теннис (среди обучающихся).	11.03		
50.	Совершенствование пройденного материала.	11.03		
51.	Инструктаж по ТБ.	18.03		
52.	Подачи мяча: накатом, подрезкой.	18.03		
53.	Поочерёдные контрудары справа и слева.	08.04		
54.	Укороченные удары.	08.04		
55.	Участие в соревнованиях.	15.04		
56.	Участие в соревнованиях.	15.04		
57.	Отработка технических приёмов на тренажёрах.	22.04		
58.	Совершенствование приобретённых на занятиях	22.04		

	умений и навыков.			
59.	Упражнения на развитие быстроты.	29.04		
60.	Стойка и передвижение игроков у стола.	29.04		
61.	Способы передвижений.	06.05		
62.	Подачи справа и слева.	06.05		
63.	Подачи без вращения мяча.	13.05		
64.	Отработка технических приёмов.	13.05		
65.	Стойка и передвижение игрока.	20.05		
66.	Отработка технических приёмов.	20.05		
67.	Соревнование среди обучающихся.	29.05		
68.	Совершенствование пройденного материала.	29.05		

### **Формы контроля**

#### 1. Тестирование ОФП:

##### 1. Прыжок в длину с места

Используется для определения скоростно-силовых качеств.

Организационно-методические указания (ОМУ):

- из исходного положения, стоя, стопы врозь, носки стоп на одной линии со стартовой чертой выполняется прыжок вперёд с места на максимально возможное расстояние. Приземление осуществляется на обе ноги одновременно. Результат фиксируется по ближней точке тела к линии старта (в сантиметрах).

Инвентарь: рулетка, гимнастические маты

##### 2. Бег 30 метров

Используется для определения скоростных качеств.

Организационно-методические указания (ОМУ):

- из положения «высокого старта» по сигналу тренера-преподавателя испытуемый выполняет рывок от линии старта до преодоления полной дистанции. Результат фиксируется (в секундах).

Инвентарь: секундомер

##### 3. Бег 1000 метров

Используется для определения скоростной выносливости.

Организационно-методические указания (ОМУ):

- Тест проводится на ровной беговой поверхности. Из положения «высокого старта» по сигналу тренера-преподавателя обучающийся выполняет равноускоренный бег до преодоления полной дистанции. Результат фиксируется (в секундах).

Инвентарь: секундомер, сажень.

## II. Оценивания знаний технических приемов

<b>№ п/п</b>	<b>Наименование технического приема</b>	<b>Кол-во ударов</b>	<b>Оценка</b>
1.	Набивание мяча ладонной стороной ракетки	100 80-65	Хор. Удовл.
2.	Набивание мяча тыльной стороной ракетки	100 80-65	Хор. Удовл.
3.	Набивание мяча поочередно ладонной и тыльной стороной ракетки	100 80-65	Хор. Удовл.
4.	Игра накатами справа по диагонали	30 и более от 20 до 29	Хор. Удовл.
5.	Игра накатами слева по диагонали	30 более от 20 до 29	Хор. Удовл.
6.	Сочетание наката справа и слева в правый угол стола	20 и более от 15 до 19	Хор. Удовл.
7.	Выполнение наката справа в правый и левый углы стола	20 и более от 15 до 19	Хор. Удовл.
8.	Откидка слева со всей левой половины стола  (кол-во ошибок за 3 мин)	5 и менее от 6 до 8	Хор. Удовл.
9.	Сочетание откидок справа и слева по всему столу (кол-во ошибок за 3 мин)	8 и менее от 9 до 12	Хор. Удовл.
10.	Выполнение подачи справа накатом в правую половину стола (из 10 попыток)	8 6	Хор. Удовл.
11.	Выполнение подачи справа откидкой в левую половину стола (из 10 попыток)	9 7	Хор. Удовл.



## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

**Направленность** – физкультурно-спортивная.

**Уровень освоения** – базовый.

Одним из аспектов обеспечения национальной безопасности нашей страны является воспитание патриотов России, граждан правового демократического государства, обладающих чувством национальной гордости, гражданского достоинства, любви к Отечеству, своему народу. Патриотизм представляет собой сложное и многогранное явление. Будучи одной из наиболее значимых ценностей общества, он интегрирует в себе социальные, политические, духовно-нравственные, культурные, исторические компоненты. Патриотизм выступает в единстве глубочайшего духовного освоения истории и культуры своего народа и активно-деятельного участия в решении важнейших проблем современного общества, а также в единстве духовности, гражданственности и социальной активности личности, которая осознает свою неразрывность с Отечеством, социальную значимость деятельности в интересах его возрождения и надежной защиты.

### Нормативно-правовая база

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Федеральный закон от 31 июля 2020г. № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»
3. Концепция развития дополнительного образования детей, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 04.09.2014г. № 1726-р.
4. Приказ Министерства образования и науки РФ от 09.11.2018г. №196 « Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
5. Письмом Минобрнауки России от 18.11.2015г. № 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»
6. Постановление Администрации Курской области «О реализации мероприятий по внедрению целевой модели развития региональной системы дополнительного образования детей в Курской области на 2020-2022г.»
7. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020г. №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.
8. Приказ Министерства Просвещения РФ от 09.11.2018г. №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по ДОП».
9. Приказ Минпросвещения России от 30.09.2020г. №533 « О внесении

изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по ДОО».

10. Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025г.
11. Указ президента РФ «О национальных целях и стратегических задачах развития РФ до 2024г.».
12. Целевая модель развития региональных систем ДОД.
13. Устав МБУ ДО «Обоянский районный Дом пионеров и школьников Курской области».
14. Положение о рабочей программе дополнительного образования детей МБУ ДО «Обоянский районный Дом пионеров и школьников Курской области».

### **Актуальность**

В своем послании Президента Федеральному Собранию от 1 марта 2018 года Владимир Владимирович Путин сказал: «...для всех, кто хочет работать, проявить себя, готов честно служить Отечеству и народу, добиться успеха, Россия всегда будет страной возможностей. В этом залог нашего успешного развития, уверенного движения вперед». Всероссийское детско-юношеское военно-патриотическое общественное движение «Юнармия» создано по инициативе Министерства обороны Российской Федерации в 2016 году и содействует патриотическому воспитанию подрастающего поколения и всестороннего развития личности. На сегодняшний день участниками движения «Юнармия» стали более 250 тысяч российских детей и подростков, что говорит о его востребованности для страны. В ходе реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Юный армеец» обучающиеся знакомятся с детско-юношеским движением России «Юнармия», целью которого является патриотическое воспитание нового поколения российских граждан. Актуальность программы обусловлена интересом в детско – подростковой среде к движению «Юнармия».

### **Отличительная особенность программы**

В ходе обучения используется тир, пневматическая винтовка, макет автомата Калашникова АК-74. Применяются игровые технологии, которые позволяют повысить мотивацию и интерес обучающихся к теоретическому изучению материала и выполнению практических заданий в классе.

### **Адресат программы**

Дети 11-16 лет желающие заниматься в объединении, не имеющие никаких противопоказаний по состоянию здоровья.

**Объем и срок реализации программы – 1 год, 68 часов.**

### **Цель программы**

Физическая и моральная подготовка к военной службе, привитие начальных военных знаний и навыков

## **Задачи программы**

### **1. Обучающие:**

- Ознакомить с государственными символами РФ;
- Ознакомить с событиями военной истории России;
- Ознакомить со структурой Вооруженных Сил РФ;
- Ознакомить с правилами обращения с огнестрельным оружием;
- Научить основам строевой подготовки;
- Ознакомить с основами военной топографии;

### **2. Развивающие:**

- способствовать развитию и укреплению здоровья и расширению функциональных возможностей организма;
- способствовать развитию координации движений;
- способствовать развитию внимания, памяти;
- способствовать развитию конструктивного мышления и сообразительности;
- способствовать развитию самоконтроля.

### **3. Воспитательные:**

- способствовать воспитанию гражданских качеств личности: интерес к общественной жизни, любовь к Родине, патриотизм;
- способствовать воспитанию доброжелательного отношения к окружающим: общительность, отзывчивость, стремление помочь;
- способствовать воспитанию настойчивости в достижении цели, терпения и упорства;
- способствовать воспитанию аккуратности, трудолюбия;
- способствовать приобщению ребенка к здоровому образу жизни.

## **Условия реализации программы:**

*Возраст обучающихся:* 11-16 лет.

*Условия набора детей:* принимаются все желающие заниматься в кружке «Юный армеец» на основании письменного заявления родителей и при наличии медицинского допуска к занятиям.

*Кадровое обеспечение программы:* реализация программы осуществляется педагогом дополнительного образования, имеющим среднее- специальное педагогическое образование.

## **Особенности организации образовательного процесса**

Программа направлена на физическое и интеллектуальное развитие обучающихся, формирование правильных жизненных взглядов. Юнармейцы имеют возможность безопасного изучения оружия, военной техники, военного дела. При реализации программы особое внимание уделяется воспитательной работе. В свободное от занятий время ребята занимаются волонтерской деятельностью, уходом и отдачей почестей местам воинских захоронений и памятникам. В целях обеспечения

выполнения данных мероприятий в программе предусмотрены занятия, которые приурочены к памятным датам России и распределены в программе в дни соответствующие этим памятным датам.

При реализации программы используются следующие методы:

- *словесный метод* (рассказ, лекция, беседа) применяется при объяснении теоретического материала;
- *наглядный метод* (показ, демонстрация) применяется как при объяснении теоретического материала, так и для демонстрации изучаемых действий. Используются электронные презентации, наглядные пособия и другие дидактические материалы;
- *практическая работа* (выполнение упражнения по образцу, самостоятельная практическая работа, отработка навыков стрельбы в тире, отработка навыков действий на местности (спортивная площадка), при самостоятельной практической работе.

*Формы организации деятельности детей на занятии:*

- групповые—при изучении теоретического материала;
- работа в парах—при изучении нового материала;
- индивидуально-групповые—при проведении практических занятий.

*Формы проведения занятий:*

- рассказ;
- беседа;
- практическое занятие;
- игра;
- соревнование;
- викторина.

Занятия проводятся 1 раз в неделю по 2 часа. Продолжительность занятия -45 минут.

## **Планируемые результаты**

*Личностные:*

- интерес к общественной жизни, любовь к Родине, патриотизм;
- общительность, отзывчивость, стремление помочь окружающим;
- настойчивость в достижении цели, терпение и упорство;
- аккуратность, трудолюбие;
- мотивация к здоровому образу жизни.

*Метапредметные:*

- развитие и укрепление здоровья и расширению функциональных возможностей организма; координации движений;
- развитие внимания, памяти; конструктивного мышления сообразительности; самоконтроля.

*Предметные:*

- знание государственных символов РФ; наиболее памятных событий отечественной истории и мест боевой славы Курской области; знаменитых полководцев России (история жизни, подвиги); структуры Вооруженных Сил РФ; вооружения и военной техники находящейся на вооружении ВС РФ; видов и правило обращения с огнестрельным оружием и спецсредствами; основ военной топографии;
- умение защищать самостоятельно подготовленные проекты по истории России; обслуживать и выполнять неполную разборку и сборку стрелкового оружия; выполнять строевые приемы; решать тактические задачи при стрельбе из пневматической винтовки.

**Форма подведения итогов**

Конкурсы, соревнования, викторины, тесты.

## УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№ п/ п	Наименование разделов, тем	Количество часов			Форма контро ля
		Всег о	Теори я	Практик а	
1.	<b>Цели и задачи программы кружка «Юный армеец»</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	
<b>Раздел 1. Государственные символы РФ, основы военной истории</b>					
1.	Государственные символы Российской Федерации	2	1	1	Самостоятель ная работа
2.	Дни воинской славы России. Великие Полководцы Отечества	2	1	1	Самостоятель ная работа
	<b>Итого</b>	<b>4</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	
<b>Раздел 2. Юнармия</b>					
1.	Движение «Юнармия»	2	1	1	Устный опрос
	<b>Итого</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	
<b>Раздел 3. Вооруженные силы РФ</b>					
1.	Назначение, структура, ВС РФ	2	1	1	Устный опрос
2.	Воинские звания и должности Военнослужащих ВС РФ	2	1	1	Устный опрос
3.	Вооружение и военная техника ВС РФ	2	1	1	Устный опрос
	<b>Итого</b>	<b>6</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	
<b>Раздел 4. Основы огневой подготовки</b>					
1.	История огнестрельного оружия	2	1	1	Практическ ая работа
2.	Огнестрельное оружие	8	4	4	Практическ ая работа
3.	Баллистика	2	1	1	Практическ ая работа
4.	Правила стрельбы из стрелкового оружия. Правила прицеливания и производства выстрела	8	4	4	Практическ ая работа
	<b>День Неизвестного солдата</b>	2	1	1	
5.	Выполнение упражнений стрельбы из пневматической винтовки. Выполнение нормативов по огневой подготовке	6	2	4	Практическ ая работа

	<b>День полного освобождения Ленинграда от фашистской блокады</b>	2	1	1	
6.	<b>День памяти о россиянах, исполнявших служебный долг за пределами Отечества</b>	2	1	1	
	<b>Итого</b>	<b>32</b>	<b>15</b>	<b>17</b>	
<b>Раздел 5. Основы строевой подготовки</b>					
1.	Общие положения строевой подготовки	2	1	1	Практическая работа
2.	Строевые приемы на месте	4	1	3	Практическая работа
3.	Строевые приемы и движение без оружия	3	-	3	Практическая работа
4.	Строевые приемы и движение с оружием	3	-	3	Практическая работа
5.	Выполнение строевых приемов в составе подразделения	2	-	2	Практическая работа
6.	<b>День Победы советского народа в Великой Отечественной войне</b>	2	1	1	
7.	<b>Отдание воинских почестей при возложении венков к памятникам и могилам воинов, павших в боях за Свободу и независимость Отечества</b>	2	-	2	
	<b>Итого</b>	<b>18</b>	<b>3</b>	<b>15</b>	
<b>Раздел 6. Основы военной топографии</b>					
1.	Топографические карты, условные обозначения	2	1	1	Тестовые задания
2.	Топографические знаки	2	1	1	Тестовые задания
	<b>Итого</b>	<b>4</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	
	<b>Итоговое занятие</b>	<b>2</b>	<b>-</b>	<b>2</b>	
	<b>ВСЕГО ЧАСОВ</b>	<b>70</b>	<b>27</b>	<b>43</b>	

## Содержание учебного плана

### Тема: Цели и задачи программы кружка «Юный армеец».

#### Теория

Цели и задачи программы кружка «Юный армеец». Вводный и первичный инструктаж по технике безопасности, охране труда. Внутренний распорядок работы кружка.

#### Практика

Входная диагностика.

### Раздел 1. Государственные символы РФ, основы военной истории

#### Тема 1. Государственные символы Российской Федерации

*Официальные эмблемы государства. Их описание и порядок использования*

#### Теория

Описание и порядок официального использования Государственного флага, Государственного герба и Государственного гимна Российской Федерации. Государственный гимн РФ

#### Практика

Разучивание Государственного гимна РФ.

#### Тема 2. Дни воинской славы России. Великие полководцы Отечества

*Основные памятные даты истории России. Великие полководцы Отечества*

#### Теория

Основные памятные даты истории России, их значимость в развитии государства. Ледовое побоище. Куликовская битва. Отечественная война 1812 года. Великая Отечественная война.

Великие полководцы Отечества. Биография, вклад в развитие военной науки, достижения и значение в истории.

#### Практика

Викторина на закрепление полученных знаний

### Раздел 2. Юнармия

#### Тема 1. Движение «Юнармия»

#### Теория

Юнармия, история создания, цели задачи движения. Кто может стать участником движения. Направления деятельности, проводимые мероприятия.

#### Практика

Присяга Юнармейца. Разучивание присяги.

### Раздел 3. Вооруженные силы РФ

#### Тема 1. Назначение, структура, ВС РФ

#### Теория

Угрозы безопасности России. Важнейшая государственная задача ВС РФ. Состав ВС РФ.

#### Практика

Викторина на закрепление полученных знаний.

#### Тема 2. Воинские звания и должности военнослужащих ВС РФ

#### Теория



Воинские звания и должности военнослужащих, знаки различия, обязанности.

**Практика**

Викторина на закрепление полученных знаний.

**Тема 3. Вооружение и военная техника ВС РФ**

**Теория**

Основное вооружение и военная техника ВС РФ, назначение, классификация, отличительные особенности, ттх, сравнение с зарубежными аналогами.

**Практика**

Игра на закрепление полученных знаний.

**Раздел 4. Основы огневой подготовки**  
**Тема 1. История огнестрельного оружия**

**Теория**

История создания, развитие, значение в мировой истории. Наиболее интересные

и прогрессивные для своего времени образцы стрелкового оружия.

Практика применения и влияние на военное искусство и тактику боя.

**Практика**

Викторина на закрепление полученных знаний.

**Тема 2. Огнестрельное оружие**

*2.1. Требования безопасности при обращении с оружием*

**Теория**

Правила обращения с оружием. Требования безопасности при обращении с оружием, при выполнении упражнений стрельбы.

**Практика**

Тренировка в действиях при обращении с оружием.

*2.2. Устройство АК-74*

**Теория**

Части, механизмы и принадлежности АК-74.

**Практика**

Практическая работа с макетом АК-74, изучение частей и механизмов.

*2.3. Порядок неполной разборки и сборки после неполной разборки АК-74*

**Теория**

Порядок неполной разборки и сборки после неполной разборки АК-74.

**Практика**

Практическая работа с макетом АК-74, тренировка выполнения неполной Разборки и сборки после неполной разборки АК-74.

*2.4. Тактико - технические характеристики АК-74*

**Теория**

Масса - габаритные характеристики, емкость магазина, темп стрельбы и скорострельность.

**Практика**

Практическая работа с макетом АК-74, тренировка выполнения неполной

разборки и сборки после неполной разборки АК-74.

### ***Тема 3. Баллистика***

#### **Теория**

Сведения из внутренней и внешней баллистики. Выстрел, его периоды.

#### **Практика**

Практическая работа с макетом АК-74, тренировка выполнения неполной Разборки и сборки после неполной разборки АК-74.

### **Тема 4. Правила стрельбы из стрелкового оружия.**

#### ***4.1. Правила прицеливания и производства выстрела***

#### **Теория**

Правила прицеливания и производства выстрела. Высокая, низкая, ровная мушка, плавный спуск курка, задержка дыхания.

#### **Практика**

Тренировка в правильном прицеливании и производстве выстрела.

#### ***4.2. Ведение огня стоя***

#### **Теория**

Выполнение изготки для стрельбы стоя, порядок действий по командам руководителя стрельбы. Форма и порядок докладов стреляющего перед и по окончании стрельбы.

#### **Практика**

Тренировка выполнения изготки для стрельбы стоя, действий по командам руководителя стрельбы, доклада о готовности и окончании стрельбы.

#### ***4.3. Ведение огня лежа***

#### **Теория**

Выполнение изготки для стрельбы из положения лежа, порядок действий по командам руководителя стрельбы.

#### **Практика**

Тренировка выполнения изготки для стрельбы из положения лежа, действий по командам руководителя стрельбы, доклада о готовности и окончании стрельбы.

#### ***4.4. Занятие огневой позиции***

#### **Практика**

Тренировка в выполнении команд: «к бою», «стой, прекратить огонь».

#### ***4.5. Выбор точки прицеливания, определение поправок на стрельбу***

#### **Теория**

Влияние условий стрельбы на полет пули.

### ***Тема: День Неизвестного Солдата***

## **Теория**

Памятная дата—День неизвестного солдата: история, актуальность для России. Память о Российских и Советских воинах, погибших в боевых действиях на территории страны или за её пределами. Федеральный закон «О днях воинской славы и памятных датах России».

## **Практика**

Тренировка движения церемониальным шагом.

### ***Тема 5. Выполнение упражнений стрельбы из пневматической винтовки.***

#### ***Выполнение нормативов по огневой подготовке***

**5.1. *Выполнение начального упражнения стрельбы из пневматической винтовки***

## **Теория**

Порядок проведения занятий по выполнению упражнений стрельб, техника безопасности. Порядок действий по командам руководителя стрельбы.

## **Практика**

Выполнение упражнений стрельбы из пневматической винтовки.

**5.2. *Выполнение подготовительного упражнения стрельбы №1***

## **Теория**

Особенности выполнения подготовительных упражнений стрельбы №1 из пневматической винтовки. Техника безопасности, порядок действий по командам руководителя стрельбы.

## **Практика**

Тренировка выполнения подготовительного упражнения стрельбы №1 из пневматической винтовки.

**5.3. *Выполнение подготовительного упражнения стрельбы № 2***

## **Практика**

Тренировка выполнения подготовительного упражнения стрельбы № 2 из пневматической винтовки.

**5.4 *Выполнение подготовительного упражнения стрельбы №3***

## **Практика**

Тренировка выполнения подготовительного упражнения стрельбы №3 из пневматической винтовки.

### ***Тема : День полного освобождения Ленинграда от фашистской блокады***

## **Теория**

День воинской славы России – День снятия блокады города Ленинграда (1944 год). Блокада Ленинграда, героизм и мужество защитников и жителей блокадного Ленинграда, «дорога жизни», 872 дней и ночей, медаль «За оборону Ленинграда».

## **Практика**

Подготовка презентации.

**Тема: День памяти о россиянах, исполнявших служебный долг за пределами Отечества**

**Теория**

Памятная дата День памяти о россиянах, исполнявших служебный долг за пределами Отечества: история даты, вывод советских войск из Афганистана. Основные военные конфликты, в которых принимали участие советские и российские военные. Порядок проведения возложения венков к памятникам и могилам воинов.

**Практика**

Подготовка презентации

***Раздел 5. Основы строевой подготовки***

***Тема 1.1. Общие положения строевой подготовки***

**Теория**

Строй, виды строя. Размещение в строю. Порядок подачи команд. Управление строем. Разделение команд. Сигналы управления строем.

**Практика**

Строевой расчет. Тренировка в построении и перестроении на месте

**Тема 2. Строевые приемы на месте**

***2.1 Строевая стойка***

**Теория**

Строевая стойка, порядок выполнения, когда выполняется и по каким командам. Порядок выполнения строевых приемов на месте.

**Практика**

Разучивание и тренировка выполнения строевой стойки.

***2.2. Повороты на месте***

**Практика**

Разучивание и тренировка выполнения поворотов на месте.

***2.3. Выполнение изученных приемов***

**Практика**

Построение и перестроение. Тренировка выполнения строевой стойки поворотов на месте.

**Тема 3. Строевые приемы и движение без оружия**

***Способы осуществления движения***

**Практика**

Разучивание и тренировка движения строевым шагом.

***3.1. Повороты в движении***

**Практика**

Разучивание и тренировка выполнения поворотов в движении.

***3.2. Строевые приемы и движение без оружия***

**Практика**

Тренировка выполнения ранее изученных приемов.

**Тема 4. Строевые приемы и движение с оружием**

## *Выполнение строевых приемов с оружием*

### **Практика**

Разучивание и тренировка выполнения строевых приемов с оружием на месте.

*4.1. Выполнение приемов: «на грудь», «на ремень», «за спину» «ремень отпустить (подтянуть)», «к оружию», «положить оружие», «в ружье»*

### **Практика**

Тренировка выполнения приемов: «на грудь», «на ремень», «за спину», «ремень отпустить (подтянуть)», «к оружию», «положить оружие», «в ружье».

## *4.2. Движение с оружием*

### **Практика**

Разучивание и тренировка поворотов, движения строевым шагом, выхода из строя, подход к начальнику с оружием и отход от него.

## **Тема 5. Выполнение строевых приемов в составе подразделения**

### **Практика**

Построение в развернутый одношереножный и двухшереножный строи, выравнивание, размыкание и смыкание, повороты на месте, перестроение.

## *5.1. Движение строевым шагом в составе подразделения*

### **Практика**

Движение строевым шагом, выполнение воинского приветствия в составе подразделения.

## **Тема: День Победы советского народа в Великой Отечественной войне**

### **Теория**

День воинской славы России – День Победы советского народа в Великой Отечественной войне 1941-1945 годов (1945год). Великая Отечественная война, подвиг народа, основные крупнейшие сражения, капитуляция нацистской Германии, потери Советского народа, нанесенный ущерб, итоги. Порядок выставления почетного караула.

### **Практика**

Тренировка выставления почетного караула, тренировка смены часовых почетного караула.

***Тема: Отдание воинских почестей при возложении венков к памятникам и могилам воинов, павших в боях за свободу и независимость Отечества***

### **Практика**

Тренировка выноса знамени, тренировка прохождения торжественным маршем.

## **Раздел 6. Основы военной топографии**

### **Тема1. Топографические карты, условные обозначения** *Топографические карты, условные обозначения*

## **Теория**

Особенности картографического изображения. Классификация и назначение топографических карт, и система разграфки, масштабы, системы координат, точность измерений. Определение координат и нанесение объектов на карту.

### **Тема 2. Топографические знаки**

*Геодезические пункты. Населенные пункты*

## **Теория**

Изучение топографических знаков геодезических и населенных пунктов. Работа с картой, нанесение топографических знаков геодезических и населенных пунктов.

### **Итоговое занятие**

#### **Практика**

Внутригрупповое соревнование по стрельбе из пневматической винтовки. Награждение. Подведение итогов учебного года.

#### **Практика**

Тестирование. Сдача нормативов по огневой подготовке, выполнение упражнения контрольных стрельб.

## **МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ**

### **Оценочные материалы**

Для отслеживания результативности на протяжении всего процесса обучения

Осуществляются : *Входная диагностика*—проводится вначале учебного года с целью выявления первоначального уровня знаний и умений, ранее не занимающихся по данной программе. Форма проведения: опрос.

*Текущий контроль* (в течение всего учебного года) – проводится после прохождения каждой темы, чтобы выявить пробелы в усвоении материала и развитии обучающихся, заканчивается коррекцией усвоенного материала. Формы проведения: педагогическое наблюдение, опрос, тестирование, выполнение практического задания, анализ качества выполнения практической работы.

*Итоговый контроль* – проводится в конце года обучения и позволяет оценить уровень результативности освоения программы за весь период обучения. Форма проведения: тестирование, выполнение практического задания. (Приложение).

### **МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ** **Педагогические методики и технологии**

В ходе обучения используются следующие педагогические технологии:

- *развивающее обучение* – цепь усложняющихся предметных задач, которые вызывают у учащегося потребность в овладении специальными знаниями и навыками, в создании новой схемы решения, новых способов действия. На первый план выступает не только актуализация ранее усвоенных знаний и способов действия, но и выдвижение гипотезы, поиск идей и разработка оригинального плана решения задачи, отыскание способа проверки решения путем использования самостоятельно подмеченных новых связей и зависимостей между известным и неизвестным. Применяется при изучении нового учебного материала;
- *коллективная система обучения* – форма организации учебных занятий, где каждый ученик по очереди работает с каждым, выполняя то роль обучаемого, то обучающего. Применяется на практических занятиях;
- *технология использования в обучении игровых методов* – форма учебного процесса в условных ситуациях, направленная на воссоздание и усвоение общественного опыта во всех его проявлениях: знаниях, навыках, умениях, эмоционально-оценочной деятельности. Применяется на практических занятиях;
- *обучение в сотрудничестве* (командная, групповая работа) – это совместное (поделенное, распределенное) обучение, в результате которого обучающиеся работают вместе, коллективно конструируя, продуцируя новые знания. Применяется при изучении нового учебного материала, закреплении изученного;
- *информационно – коммуникационные технологии* – в процессе обучения используются программное обеспечение, электронные презентации, фото и видеоматериалы.

### Дидактические средства

1-

<i>№ п/ п</i>	<i>Раздел или тема программ ы</i>	<i>Дидактические средства</i>
1	Вводное занятие	- Инструкции по технике безопасности, охране труда - Правила внутреннего распорядка обучающихся

2	Государственные символы РФ, основы военной истории.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Конституция Российской Федерации [Книжный вариант]. Интернет ресурс - <a href="http://konstitutsiia.ru">konstitutsiia.ru</a></li> <li>- Учебник для общеобразовательных учреждений ОБЖ – 10класс:М. П. Фролов под редакцией Ю. Л. Воробьева, Москва, АСТ: Астрель, 2014г.</li> <li>- Книга юнармейца. Сборник составил В.Б. Волошинов. Москва, издательство ДОСААФ СССР – 1989 год</li> <li>- Презентация «Государственные символы РФ»</li> </ul>
3	Основы огневой подготовки	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Наставление по стрелковому делу. Автомат Калашникова АК-74. Интернет ресурс - <a href="http://www.amurkadet.ru">www.amurkadet.ru</a></li> <li>- Наставление по стрелковому делу. Огневая подготовка. Материальная часть стрелкового оружия и способы стрельб. Интернет ресурс- <a href="http://www.comrancommand.com">www.comrancommand.com</a></li> <li>- Сборник нормативов по боевой подготовке Сухопутных Войск. Интернет ресурс – <a href="http://vamto.mil.ru">vamto.mil.ru</a></li> </ul>
4	Основы строевой подготовки	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации - <a href="http://doc.mil.ru">doc.mil.ru</a>.</li> <li>- Основные положения общевоинских уставов ВС РФ (Для занятий по начальной военной подготовке. Сибирцев В.Б.- Новосибирск 2015 г.)- <a href="http://www.misbfm.ru">www.misbfm.ru</a></li> <li>- Методика строевой подготовки- <a href="http://www.amurkadet.ru">www.amurkadet.ru</a></li> </ul>
5	Основы военной топографии	<p style="text-align: center;">Министерство обороны РФ : Справочник офицера (Москва 2017 г.)- <a href="http://praestes.ru">praestes.ru</a></p>



### **Материально-техническая база**

- Помещение для проведения занятий по строевой подготовке
- Учебный кабинет:
  - Столы – 6шт.
  - Стулья – 12шт.
  - Магнитная доска – 1шт.
- Площадка проведения занятий по строевой подготовке

#### *Оборудование:*

- компьютер – 2шт.
- проектор – 1 шт.
- звуковая система – 1 шт.
- макет АК-74 – 1ед.
- пневматическая винтовка - 1 шт.

#### *Приборы:*

- секундомер – 1шт.
- компасы – 7шт.

## Календарный план воспитательной работы

№ п,п	Наименование мероприятия	Дата	Форма проведения
1	День Неизвестного солдата		Беседа
2	День полного освобождения Ленинграда от фашистской блокады		Беседа
3	День памяти о россиянах, исполнявших служебный долг за пределами Отечества		Мероприятие
4	День Победы советского народа в Великой Отечественной войне		Мероприятие
5	Отдание воинских почестей при возложении венков к памятникам и могилам воинов, павших в боях за свободу и независимость Отечества		Митинг

## Список литературы

### Литература для педагога:

1. Постановление Правительства Российской Федерации от 30 декабря 2015 года №1493[Электронный ресурс] : «О государственной программе «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации на 2016 – 2020 годы»//СПС«Консультант плюс».Режим доступа: [http://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_192149/](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_192149/)
2. Федеральный закон «О воинской обязанности и военной службе» от 28.03.1998 N53-ФЗ[Электронный ресурс] : // СПС «Консультант плюс». – Режим доступа: [http://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_18260/](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_18260/)
3. Федеральный закон «О почетном звании Российской Федерации Город воинской славы»от 09.05.2006 N 68-ФЗ [Электронный ресурс] : // СПС «Консультант плюс». – Режим доступа: [http://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_60090/](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_60090/)
4. Учебник для общеобразовательных учреждений ОБЖ – 10класс:  
М. П. Фролов под редакцией Ю. Л. Воробьева, Москва, АСТ: Астрель, 2018г.
5. Книга юнармейца. Сборник составил В.Б. Волошинов. Москва, издательство ДОСААФ СССР – 1989 год

### Литература для обучающихся:

1. Учебник для общеобразовательных учреждений ОБЖ – 10класс:М. П.

- Фролов под редакцией Ю. Л. Воробьева, Москва, АСТ: Астрель, 2014г
2. Конституция Российской Федерации [Книжный вариант] . Интернет ресурс - [konstitutsiia.ru](http://konstitutsiia.ru)
  3. Книга юнармейца. Сборник составил В.Б. Волошинов. Москва, издательство ДОСААФ СССР – 1989 год
  4. Наставление по стрелковому делу. Автомат Калашникова АК-74. Интернет ресурс - [www.amurkadet.ru](http://www.amurkadet.ru)
  5. Наставление по стрелковому делу. Огневая подготовка. Материальная часть стрелкового оружия и способы стрельб. Интернет ресурс- [www.comprancommand.com](http://www.comprancommand.com)
  6. Сборник нормативов по боевой подготовке Сухопутных Войск. Интернет ресурс – [vamto.mil.ru](http://vamto.mil.ru)
  7. Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации - [doc.mil.ru](http://doc.mil.ru).
  8. Основные положения общевоинских уставов ВС РФ (Для занятий по начальной военной подготовке. Сибирцев В.Б.- Новосибирск 2015 г.)- [www.misbfm.ru](http://www.misbfm.ru)
  6. Методика строевой подготовки-[www.amurkadet.ru](http://www.amurkadet.ru)
- Министерство Обороны РФ : Справочник офицера (Москва 2017 г.)- [praestes.ru](http://praestes.ru)

### Интернет-ресурсы:

1. <https://yunarmy.ru/>—официальный сайт российского детского-юношеского движения «Юнармия»;
2. <https://xn--90abhd2amfbbjkx2jf6f.xn--p1ai/>— официальный сайт движения «Волонтеры Победы»;
3. <http://doshkolnik.ru/patriotizm.html/>—конспекты по нравственно-патриотическому воспитанию;
4. [http://www.tvoyrebenok.ru/patriot\\_main.shtml/](http://www.tvoyrebenok.ru/patriot_main.shtml/)—сайт о патриотическом воспитании детей;
5. <http://onceborn.ru/films/patriotic/>—патриотические документальные фильмы

### Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Тема занятия	Дата проведения		Примечание
		По плану	Фактически	
1	Цели и задачи Программы кружка «Юный армеец». Инструктаж по технике безопасности			
2	Входная диагностика			
3	Государственные символы Российской Федерации			
4	Государственные символы Российской Федерации			
5	Дни воинской славы России. Великие полководцы Отечества			
6	Дни воинской славы России. Великие полководцы Отечества			
7	Движение «Юнармия»			
8	Движение «Юнармия»			
9	Назначение, структура ВС РФ			
10	Назначение, структура ВС РФ			

11	Воинские звания и должности военнослужащих ВС РФ			
12	Воинские звания и должности военнослужащих ВС РФ			
13	Вооружение и военная техника ВС РФ			
14	Вооружение и военная техника ВС РФ			
15	История огнестрельного оружия			
16	История огнестрельного оружия			
17	Огнестрельное оружие. Требования Безопасности при обращении с оружием			
18	Огнестрельное оружие. Требования Безопасности при обращении с оружием			
19	Устройство АК-74			
20	Устройство АК-74			
21	Порядок неполной разборки и сборки после неполной разборки АК-74			
22	Порядок неполной разборки и сборки после неполной разборки АК-74			
23	Тактико – технические характеристики АК -74			
24	Тактико – технические характеристики АК -74			
25	Баллистика			
26	Баллистика			
27	Правила стрельбы из стрелкового оружия. Правила прицеливания и производства выстрела			
28	Правила стрельбы из стрелкового оружия. Правила прицеливания и производства выстрела			

29	Ведение огня стоя			
30	Ведение огня стоя			
31	Ведение огня лежа			
32	Ведение огня лежа			
33	Занятие огневой позиции			
34	Выбор точки прицеливания, определение поправок на стрельбу			
35	День Неизвестного Солдата			
36	День Неизвестного Солдата			
37	Выполнение упражнений стрельбы из пневматической винтовки. Выполнение нормативов по огневой подготовке			
38	Выполнение упражнений стрельбы из пневматической винтовки. Выполнение нормативов по огневой подготовке			
39	Выполнение подготовительного упражнения стрельбы № 1			
40	Выполнение подготовительного упражнения стрельбы № 1			
41	Выполнение подготовительного упражнения стрельбы №2			
42	Выполнение подготовительного упражнения стрельбы № 3 Соревнования по стрельбе			
43	День полного освобождения Ленинграда от фашистской блокады			
44	День полного освобождения Ленинграда от фашистской блокады			
45	День памяти о россиянах, исполнявших служебный долг за			

	пределами Отечества			
46	День памяти о россиянах, исполнявших служебный долг за пределами Отечества			
47	Общие положения строевой подготовки			
48	Общие положения строевой подготовки			
49	Строевые приемы на месте.			
50	Строевые приемы на месте.			
51	Повороты на месте			
52	Выполнение изученных приемов			
53	Строевые приемы и движение без оружия. Способы осуществления движения			
54	Повороты в движении			
55	Движение строевым шагом			
56	Строевые приемы и движение с оружием. Выполнение строевых приемов с оружием			
57	Выполнение приемов: «на грудь», «на ремень», «за спину» «ремень отпустить (подтянуть)», «к оружию», «положить оружие», «в ружье»			
58	Движение с оружием			
59	Выполнение строевых приемов в составе подразделения			

60	Движение строевым шагом в составе подразделения			
61	День Победы советского народа в Великой Отечественной войне			
62	День Победы советского народа в Великой Отечественной войне			
63	Отдание воинских почестей при возложении венков к памятникам и могилам воинов, павших в боях за свободу и независимость Отечества			
64	Отдание воинских почестей при возложении венков к памятникам и могилам воинов, павших в боях за свободу и независимость Отечества			
65	Топографические карты, условные обозначения			
66	Топографические знаки			
67	Итоговое занятие			
68	Итоговое занятие			



## Итоговый контроль

### Форма проведения:

- Практическое задание—стрельба из пневматической винтовки;
- тестирование.

### Критерии оценки практического задания – стрельба из пневматической винтовки:

1. Соблюдение требований безопасности – 3 балла, за нарушение требований безопасности – 0 баллов.
2. Правильное выполнение команд:
  - Подготовка оружия к стрельбе – 1 балл;
  - Выполнение изготровки для стрельбы – 1 балл;
  - Принятие исходного положения – 1 балл;
  - Своевременный и правильный доклад о готовности к стрельбе – 1 балл;
  - Своевременный и правильный доклад об окончании стрельбы – 1 балл.

**За каждый невыполненный пункт снимается один балл.**

3. Выполнение упражнения стрельбы – «Стрельба с места»:

- Количество выстрелов – 3;
- Время на стрельбу – не ограничено;
- Положение для стрельбы – лежа с руки (с упора).

### Оценка:

25 и  
более очков –  
5 баллов;  
20-24  
очков – 4  
балла;

15-19 очков – 3 балла;

10-14 очков – 2 балла;

5-9 очков – 1 балл;

Менее 5 очков – 0 баллов.

*Учитывается общее количество очков за три выстрела.*

**Максимальное количество баллов – 13.**

### Тестирование

**Задание:** выбрать один правильный ответ из предложенных.

### Критерии оценки:

За каждый правильный ответ – 1 балла.

За неправильный ответ или отсутствие ответа – 0 баллов.

**Максимальное количество баллов за тестирование – 10.**

**1. Государственными символами Российской Федерации являются:**

- b) Государственный герб России, Государственный гимн России, Государственный флаг России;
- c) Государственный герб России, Государственный кремль России, Государственный флаг России;
- d) Государственный герб России, Государственный гимн России, Государственная красная звезда России;
- e) Государственный гимн России, Государственный флаг России, Государственный двуглавый орел.

**1. Государственный флаг России состоит из трех равных по ширине горизонтальных полос:**

- a) Верхней - синего цвета, средней - белого цвета, нижней - красного цвета,
- b) Верхней - красного цвета, средней - синего цвета, нижней - белого цвета,
- c) Верхней - белого цвета, средней - синего цвета, нижней - красного цвета,
- d) Верхней - белого цвета, средней - зеленого, нижней - красного цвета.

**2. День Победы советского народа в Великой Отечественной войне:**

- a) 9 мая;
- b) 23 февраля;
- c) 12 июня;
- d) 7 ноября.

**3. День проведения военного парада на Красной площади в городе Москве вознаменование двадцать четвертой годовщины Великой Октябрьской социалистической революции:**

- a) 9 мая;
- b) 23 февраля;
- c) 7 ноября;
- d) 12 июня.

**4. «ЮНАРМИЯ» это:**

- a) Вооруженное формирование;
- b) детско-юношеское движение в России, целью которого является патриотическое воспитание нового поколения российских граждан;
- c) подразделение вооружённых сил;
- d) части спецназа.

**5. Какое из званий является офицерским:**

- a) ефрейтор;
- b) сержант;
- c) лейтенант;
- d) старшина.

**6. Емкость магазина АК-74:**

- a) 25 патронов;

- b) 35 патронов;
- c) 8 патронов;
- d) 30 патронов.

**7. Укажите правильное значение, калибр АК-74:**

- a) 7,62мм;
- b) 9мм;
- c) 5,45мм;
- d) 4,5мм.

**8. С чего начинается неполная разборка автомата АК-74:**

- a) отсоединяется магазин;
- b) автомат снимается с предохранителя;
- c) отсоединяется шомпол;
- d) снимается крышка ствольной коробки.

**9. Обучаемый по завершению выполнения норматива докладывает:**

- a) готово;
- b) выполнил;
- c) завершил;
- d) закончил.

**1. Шеренга это:**

- a) Построение военнослужащих для их совместного действий в пешем порядке и на машинах;
- b) строй
- c) размещение военнослужащих;
- d) боевой порядок.

**13. Оценочные материалы.**

**Объектами** оценивания будут:

результаты обучения (знания, умения и навыки), воспитания (уровень социализации, т. е. степень адаптации, активности, уровень нравственности школьника), развития школьников (уровень развития сущностных сфер личности школьника), результаты реализации социально-педагогических функций (уровень оздоровления, социальной защиты, адаптации, коррекции и т.д.).

**Предметом** оценивания определены: соответствие результатов целям (социального становления, требованиям программы); соответствие достижений обучающихся нормативным результатам; сохранность контингента детей; удовлетворенность субъектов деятельности ее результатами и др.

**Критериями** оценки эффективности результатов деятельности являются:

- 1. Ценностно-целевой:

- уровень постановки, осознания, выполнения целей, которые ставит перед собой ребенок или его родитель в процессе занятий в учреждении
2. Когнитивный:
    - уровень усвоения знаний, умений и навыков,
    - уровень развития способностей, интеллекта
  3. Эмоционально-мотивационный:
    - уровень мотивации ребенка к познанию и творчеству,
    - уровень волевых устремлений,
    - степень интереса ребенка к деятельности,
    - степень устойчивости к влияниям антисоциальной среды
  4. Деятельностный:
    - уровень включенности в разные виды деятельности,
    - степень результативности, продуктивности деятельности, оптимальности затрат,
    - уровень освоения системы социальных ролей,
    - уровень социально-нравственной деятельности и поведения,
    - уровень коллективизма
    - степень интереса ребенка к деятельности.

**Система отслеживания результатов образовательной деятельности учащихся включает в себя следующие этапы:**

**Промежуточная диагностика** - проводится в конце каждого полугодия (в течение всего учебного года - по мере необходимости).

Цель - подведение промежуточных итогов обучения, оценка успешности продвижения обучающихся.

Формы проведения - практические работы, творческие задания, соревнования.

**Итоговая диагностика** - проводится в конце учебного года.

Цель - подведение итогов завершающегося обучения.

Промежуточная и итоговая диагностика осуществляются в рамках аттестации обучающихся (в соответствии с Положением о промежуточной и итоговой аттестации обучающихся различных форм объединений) и проводится в форме контрольных мероприятий по итогам образовательной деятельности в конце 2-го полугодия и учебного года в целом. Аттестация обучающихся является неотъемлемой частью образовательного процесса и позволяет всем его участникам оценить реальную результативность их совместной творческой деятельности.

Формы проведения контрольных мероприятий - самостоятельная практическая работа, выставка работ, конкурсные и игровые программы, праздники, концерты, отчёты творческих коллективов, защита рефератов, проектов.

#### **14.Методическое обеспечение программы.**

1. Методические рекомендации по развитию дополнительного образования в образовательных учреждениях.
2. Сборник методических материалов «Я иду на занятие».г.Зеленогорск
3. Беспалько В.П. «Слагаемые педагогических технологий» М.Педагогика,1989
- 4.Ситник А.П. «Внутришкольная методическая работа в современных условиях», МГОПИ «Альфа», 1993
5. Методическая подборка для педагогов ДО, С-Петербург,2009
6. Беспятов Н. «Программа педагога ДО: от разработки до реализации», М. Айрис – пресс, 2003.
- 7.Ресурсы Единой коллекции цифровых образовательных ресурсов <http://sc.edu.ru/>
- 8.Ресурсы Федерального центра информационных образовательных ресурсов <http://fcior.ru>

#### **15.Материально-техническая база**

##### **Перечень технических средств обучения**

Материальная база нашей школы является не оптимальной, но весьма достаточной для ведения эффективной образовательной деятельности. Учреждение располагает 9 учебными кабинетами, спортивной комнатой с необходимым оборудованием, спортивной площадкой, мастерской, методическими материалами, компьютерным классом, библиотекой.

В последние годы в материально - техническом обеспечении образовательного процесса в учреждении наметились позитивные тенденции. Значительно улучшилось положение с техническими средствами обучения и наглядными пособиями, оборудованием для проведения занятий в детских объединениях. В результате учебные кабинеты стали оборудоваться современными средствами: аудио- и видеоаппаратурой, музыкальной аппаратурой, компьютерами, спортивным снаряжением.

##### **Уровень состояния материально-технической базы**

##### **МБОУ «Каменская СОШ»**

**(по состоянию на 01.09.2021 г.)**

№ п/п	Наименование ресурса	Количество единиц
1.	Компьютеры, всего в том числе:	20
2.	ноутбуки	1
3.	- в кабинете математики	7
4.	- в предметных кабинетах	8
5.	- в административных помещениях	3

6.	- в библиотеке	1
7.	- с доступом к Интернету	3
8.	сеть в образовательном учреждении (число компьютеров в сети)	9
9.	Принтеры и другие устройства вывода информации на бумагу	6
10.	Сканеры и другие устройства ввода графической информации	1
11.	Мультимедийные проекторы	2
12.	Количество компьютеров, на которых подключена система контент-фильтрации, исключающая доступ к интернет - ресурсам, несовместимым с задачами образования и воспитания обучающихся	19
13.	Количество компьютеров в свободном доступе для учащихся (библ., штаб-квартира актива и др.)	1
14.	Количество компьютеров в свободном доступе для педагогов (учительская, методический кабинет, библиотека и др.)	11

### Информационные ресурсы, оборудование, оснащение

№ п/п	Требования нормативных и локальных актов	Необходимо (кол-во)	Имеются (кол-во)	Потребность (кол-во)
1	Помещения (кабинеты, мастерские) для дополнительного образования во второй половине дня	7	8 кабинетов	-
2	Помещения для занятий учебно-исследовательской и проектной деятельностью, моделированием и техническим творчеством	1	1	1
3	Раздевалка, места личной гигиены	1/1	1/1	-
4	Помещения для питания	1	1	-
5	Спортивная комната	1	1	-
6	Учебные мастерские	1	1	-
7	Библиотека	1	1	-

### Компоненты оснащения

Компоненты оснащения	имое оборудование	Необходимо/имеется
1. Компоненты оснащения	Паспорт кабинета	имеется
	Учебно-методические материалы,	имеется

учебных кабинетов	УМК по предметам, дидактические и раздаточные материалы по предметам	
	Аудиозаписи, ТСО, компьютерные, информационно-коммуникационные средства.	Имеются, необходимо пополнение интерактивными досками, проекторами
	Мебель	имеется
2. Компоненты оснащения методического кабинета	Нормативные документы федерального, регионального и муниципального уровней, сборник локальных актов школы	имеются
	Цифровые образовательные ресурсы	имеется
	Методическая литература для педагогов, подписная методическая продукция	имеется не в полном объеме
	Публикации работ педагогов в СМИ	имеется
	Публикации в СМИ о школе	имеется
	Банк исследовательских работ учащихся	имеется
3. Компоненты оснащения библиотеки	Стеллажи для книг	имеются
	Читальные места	имеются
	Компьютеры	имеются
	Принтер	имеется
	Демонстрационная ЖК-панель	нет
	Учебная, художественная и программная литература	имеется
	Справочная литература	имеется
	Подписная литература	нет
4. Компоненты оснащения спортивного зала	Оборудование для занятий	имеется
	Оборудование для занятий спортивными играми	имеется
5. Компоненты оснащения помещений для питания	Пищеблок с подсобными помещениями	имеется
	Технологическое оборудование	имеется
6 .Комплект	Оборудование для хранения одежды	да

оснащения гардероба	Зеркала	Имеется
---------------------	---------	---------

## 16. Перечень электронных образовательных ресурсов и цифровых образовательных ресурсов.

- I. Официальный сайт Министерства образования и науки Российской Федерации <http://www.mon.gov.ru>;
- II. Федеральный портал "Российское образование" <http://www.edu.ru>;
- III. [www.vidod.edu.ru](http://www.vidod.edu.ru) - Федеральный портал "Дополнительное образование детей»
- IV. [www.prosv.ru](http://www.prosv.ru)
- V. [www.e-osnova.ru](http://www.e-osnova.ru)
- VI. [www.dlv-rus.ru](http://www.dlv-rus.ru)
- VII. [www.festival.1september.ru](http://www.festival.1september.ru)
- VIII. Большая детская энциклопедия для детей. [Электронный ресурс] <http://www.mirknig.com/>
- IX. Большая детская энциклопедия (6-12 лет). [Электронный ресурс] <http://all-ebooks.com/2009/05/01/bolshaja-detskaja-jenciklopedija-6-12.html>
- X. А. Ликум — Детская энциклопедия. [Электронный ресурс] [http://www.bookshunt.ru/b120702\\_detskaya\\_enciklopediya\\_enciklopediya\\_vse\\_ob\\_o\\_vsem.5](http://www.bookshunt.ru/b120702_detskaya_enciklopediya_enciklopediya_vse_ob_o_vsem.5)