Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

средняя общеобразовательная школа с.Девица

Усманского муниципального района Липецкой области

ПРИНЯТО УТВЕРЖДАЮ

на заседании педагогического совета Директор школы:

МБОУ СОШ с.Девица Приказ №\_\_\_\_\_от31.08.2023г.

Протокол №1

от «31»08.2023г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

спортивно-оздоровительного направления

«ОСНОВЫ СТРОЕВОЙ ПОДГОТОВКИ»

(Возраст детей: 12-13лет)

Срок реализации программы: 1 год

АВТОР ПРОГРАММЫ:

Черников Алексей Петрович

учитель физического воспитания

2023г.

СОДЕРЖАНИЕ

1.Результаты освоения курса внеурочной деятельности «Основы строевой подготовки».

2.Содержание курса внеурочной деятельности «Основы строевой подготовки».

3.Тематическое планирование.

**1.Результаты освоения курса внеурочной деятельности «Основы строевой подготовки».**

**Личностные результаты**

Личностные результаты отражаются в индивидуальных качественных свойствах учащихся, которые приобретаются в процессе освоения курса. Эти качественные свойства проявляются, прежде всего, в положительном отношении учащихся к занятиям двигательной деятельностью, накоплении необходимых знаний, а также в умении использовать ценности строевой подготовки для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей, достижения личностно значимых результатов в совершенстве. Личностные результаты могут проявляться в разных областях культуры.

**В области познавательной культуры:**

Владение знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности, о соответствии их возрастным и половым нормативам;

владение знаниями об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний и   перенапряжения средствами физической культуры;

владение  знаниями  по  основам  организации  и  проведения  занятий  строевой  подготовкой  оздоровительной  и  тренировочной

направленности, составлению содержания занятий в соответствии с собственными задачами, индивидуальными особенностями физического развития и физической

подготовленности.

**В области нравственной культуры:**

-способность управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в процессе занятий строевой подготовкой;

-способность активно включаться в совместные военно-спортивные мероприятия, принимать участие в их организации и проведении;

-владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время совместных занятий, разрешать спорные проблемы на основе уважительногои доброжелательного отношения к окружающим.

***В области трудовой культуры:***

-умение планировать режим дня, обеспечивать оптимальное сочетание нагрузки

отдыха;

-умение проводить туристские пешие походы, готовить снаряжение, организовывать и благоустраивать места стоянок, соблюдать правилабезопасности;

***В области эстетической культуры:***

-красивая (правильная) осанка, умение ее длительно сохранять при разнообразных формах движения и передвижений;

хорошее телосложение, желание поддерживать его в рамках принятых норм и представлений посредством занятий строевой подготовкой

-культура движения, умение передвигаться красиво, легко и непринужденно.

**В области коммуникативной культуры:**

* владение  умением  осуществлять  поиск  информации  по  вопросам

 развития  современных  оздоровительных  систем,  обобщать, анализировать и творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях;

* владение умением достаточно полно и точно формулировать цель и задачи совместных с другими детьми занятий строевой подготовкой, излагать их содержание;
* владение  умением  оценивать  ситуацию  и  оперативно  принимать  решения,  находить  адекватные  способы  поведения  и взаимодействия с партнерами во время учебной деятельности.

**В области физической культуры:**

-владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений (ходьба, статические упражнения и др.) различными способами, в различных изменяющихся внешних условиях;

-владение навыками выполнения разнообразных физических упражнений различной функциональной направленности;

 -умение максимально проявлять физические способности (качества) при выполнении статических упражнений по строевой подготовке.

**Метапредметные результаты.**

Метапредметные результаты результаты характеризуют уровень сформированности качественных универсальных способностей учащихся, проявляющихся в активном применении знаний и умений в познавательной и предметно-практической деятельности. Приобретенные на базе освоения содержания курса «Строевая подготовка», в единстве с освоением программного материала других образовательных дисциплин, универсальные способности потребуются как в рамках образовательного процесса (умение учиться), так и в реальной повседневной жизни учащихся.

**Метапредметные**результаты проявляются в различных областях культуры**.**

**В области познавательной культуры:**

* понимание  физической  культуры  (строевая  подготовка)  как  явления  культуры,  способствующего  развитию целостной  личности человека, сознания и мышления, физических, психических и нравственных качеств;
* понимание  здоровья  как  важнейшего  условия  саморазвития  и  самореализации  человека,  расширяющего  свободу  выбора профессиональной деятельности и обеспечивающего долгую сохранность творческой активности;
* понимание физической культуры (строевая подготовка) как средства организации здорового образа жизни, профилактики вредных привычек и девиантного (отклоняющегося) поведения.

**В области нравственной культуры:**

-бережное отношение к собственному здоровью и здоровью окружающих, проявление доброжелательности и отзывчивости к людям, имеющим ограниченные возможности и нарушения в состоянии здоровья;

-уважительное отношение к окружающим, проявление культуры взаимодействия, терпимости и толерантности в достижении общих целей при совместной деятельности;

-ответственное отношение к порученному делу, проявление осознанной дисциплинированности и готовности отстаивать собственные позиции, отвечать за результаты собственной деятельности.

**В   области трудовой культуры:**

* добросовестное выполнение учебных заданий, осознанное стремление к освоению новых знаний и умений, качественно повышающих результативность выполнения заданий;
* -рациональное планирование учебной деятельности, умение организовывать места занятий и обеспечивать их безопасность;
* поддержание  оптимального  уровня  работоспособности  в  процессе  учебной  деятельности,  активное  использование  занятий физической культурой (строевая подготовка) для профилактики психического и физического утомления.

**В   области эстетической культуры:**

* восприятие  красоты  телосложения  и  осанки  человека  в  соответствии  с  культурными  образцами  и  эстетическими  канонами,
* формирование физической красоты с позиций укрепления и сохранения здоровья;
* понимание   культуры   движений   человека,   постижение   жизненно   важных   двигательных   умений   в   соответствии   с   их целесообразностью и эстетической привлекательностью;

**В   области коммуникативной культуры:**

-владение культурой речи, ведение диалога в доброжелательной и открытой форме, проявление к собеседнику внимания, интереса и уважения

-владение умением вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности, находить компромиссы при принятии общих решений;

-владение умением логически грамотно излагать, аргументировать и обосновывать собственную точку зрения, доводить ее до собеседника.

**Предметные результаты**

Предметные результатыхарактеризуют опыт учащихся в творческой двигательной деятельности,который приобретается изакрепляется в процессе освоения учебного курса «Строевая подготовка». Приобретаемый опыт проявляется в знаниях и способах двигательной деятельности, умениях творчески их применять при решении практических задач, связанных с организацией и проведением самостоятельных занятий физической культурой.

Предметные результаты, так же, как и метапредметные, проявляются в разных областях культуры

**В области познавательной культуры:**

* знания основных направлений развития физической культуры в обществе, их целей, задач и форм организации;
* знания  о  здоровом  образе  жизни,  его  связи  с  укреплением  здоровья  и  профилактикой  вредных  привычек,  о  роли  и  месте физической культуры в организации здорового образа жизни.

**В  области нравственной культуры:**

* способность проявлять инициативу и творчество при организации совместных занятий физической культурой, доброжелательное и уважительное отношение к занимающимся, независимо от особенностей их здоровья, физической и технической подготовленности;
* умение  оказывать  помощь  занимающимся  при  освоении  новых  двигательных  действий,  корректно  объяснять  и  объективно оценивать технику их выполнения;
* способность проявлять дисциплинированность и уважительное отношение к сопернику в условиях игровой и соревновательной деятельности, соблюдать правила игры и соревнований.

**В  области трудовой культуры:**

-способность преодолевать трудности, выполнять учебные задания по технической и физической подготовке полном объеме;

-способность организовывать самостоятельные занятия физической культурой разной направленности, обеспечивать безопасность мест занятий, спортивного инвентаря и оборудования, спортивной одежды;

-способность самостоятельно организовывать и проводить самостоятельные занятия профессионально-прикладной физической подготовкой, подбирать физические упражнения в зависимости от индивидуальной ориентации на будущую профессиональную деятельность

**В  области эстетической культуры:**

-способность организовать самостоятельные занятии физической культуры по формированию телосложений и правильной осанки, подбирать комплексы физических упражнений и режимы физической нагрузки в зависимости от индивидуальных особенностей физического развития;

-способность организовать самостоятельные занятия по формированию культуры движений, подбирать упражнения координационной, ритмической и пластической направленности, режимы физической нагрузки в зависимости от индивидуальных

особенностей физической подготовленности;

-способность вести наблюдения за динамикой показателей физического развития и осанки, объективно оценивать их, соотнося с общепринятыми нормами и представлениями.

**Вобласти коммуникативной культуры:**

***-***способность интересно и доступно излагать знания о физической культуре, грамотно пользоваться понятийным аппаратом;

-способность формулировать цели и задачи занятий физическими упражнениями, аргументировано вести диалог по основам их организации и проведения.

**В результате учебно-воспитательной работы, проводимой на занятиях, учащиеся должны:**

**а) знать:**

* историю Вооруженных Сил России;
* организационную структуру ВС РФ;
* воинские профессии, должности, звания и знаки различия в Российской         армии
* ордена и медали, учреждённые для военных специалистов;
* произведения российских писателей, поэтов, художников, композиторов, скульпторов о подвигах российских воинов;
* условия приема в военные училища ВС РФ;
* основные положения строевой подготовки;
* материальную часть автомата Калашникова;
* правила и меры безопасности при обращении с оружием;
* основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи.

**б) уметь:**

* выполнять строевые приемы;
* стрелять из пневматического оружия;
* оказывать первую помощь;
* выполнять физические упражнения прикладных видов спорта.

**2.Содержание курса внеурочной деятельности «Основы строевой подготовки»**

**Вводное занятие.**

Правила поведения на занятиях по строевой подготовке. Строи и управление ими. Обязанности командиров и военнослужащих перед построением и в строю.

**Строевая стойка. Повороты на месте.**

Порядок выполнения команд: «Становись», «Смирно». Действия по команде «Вольно», «Заправиться», «Головные уборы снять (надеть)». Повороты на месте: «Направо», «Налево», «Кругом».

**Строевой шаг. Повороты в движении.**

Движение шагом. Строевой шаг, походный шаг. Повороты в движении: «Направо», «Налево», «Кругом – марш».

**Выполнение воинского приветствия на месте и в движении.**

Выполнение воинского приветствия на месте вне строя, без головного убора и с надетым головным убором. Выполнение воинского приветствия в движении вне строя.

**Развернутый строй отделения, взвода.**

Развернутый строй одношереножный, двушереножный, развернутый строй отделения и взвода. Порядок перестроения из одношереножного в двушереножный стой. Размыкание влево, вправо.

**Походный строй отделения, взвода.**

Походный строй отделения (взвода) в колонну по одному, в колонну по два, в колонну по три. Перестроение отделения (взвода) из развернутого строя в колонну. Перестроение отделения (взвода) на месте и в движении

**Выход из строя и возвращение в строй.**

Команды для выхода из строя и возвращения в строй. Порядок действий.

**Подход к командиру. Сдача рапорта. Возвращение в строй.**

Порядок подхода к командиру, сдача рапорта, возвращение в строй.

**Итоговое занятие.**

Строевой шаг на месте. Походный шаг. Смотр строя и песни. Подготовка к смотру.

**3.Тематическое планирование.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п.п.** | **Наименование раздела и тем** | Общее  кол-во часов |
|
| 1 | **Вводное занятие.**  Правила поведения на занятиях по строевой подготовке. Строи и управление ими. Обязанности командиров и военнослужащих перед построением и в строю. | **1** |
| 2 | **Строевая стойка. Повороты на месте.**  Порядок выполнения команд: «Становись», «Смирно».  Действия по команде «Вольно», «Заправиться», «Головные уборы снять (надеть)».  Повороты на месте: «Направо», «Налево», «Кругом». | **2**  1  1 |
| 3 | **Строевой шаг. Повороты в движении.**  Движение шагом. Строевой шаг, походный шаг.  Повороты в движении: «Направо», «Налево», «Кругом – марш». | **4**  2  2 |
| 4 | **Выполнение воинского приветствия на месте и в движении.**  Выполнение воинского приветствия на месте вне строя, без головного убора и с надетым головным убором.  Выполнение воинского приветствия в движении вне строя. | **3**  **1**  **2** |
| 5 | **Развернутый строй отделения, взвода.**  Развернутый строй одношереножный, двушереножный, развернутый строй отделения и взвода.  Порядок перестроения из одношереножного в двушереножный стой.  Размыкание влево, вправо. | **4**  **2**  **2** |
| 6 | **Походный строй отделения, взвода.**  Походный строй отделения (взвода) в колонну по одному, в колонну по два, в колонну по три.  Перестроение отделения (взвода) из развернутого строя в колонну. Перестроение отделения (взвода) на месте и в движении | **9**  3  3  3 |
| 7 | **Выход из строя и возвращение в строй.**  Команды для выхода из строя и возвращения в строй.  Порядок действий. | **3**  1  2 |
| 8 | **Подход к командиру. Сдача рапорта. Возвращение в строй.**  Порядок подхода к командиру, сдача рапорта, возвращение в строй. | **3** |
| 9 | **Итоговое занятие.**  Строевой шаг на месте. Походный шаг. Подготовка к смотру.  Смотр строя и песни. | **5**  2  2  1 |
|  | **ИТОГО:** | **34 часа** |