

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Старобачатская средняя общеобразовательная школа»  
Беловского муниципального округа Кемеровской области – Кузбасса

Рассмотрена  
на заседании ШМС  
Протокол № 1  
от «30» 08 2024 г

Принята  
на заседании педсовета  
Протокол № 1  
от «30» 08 2024 г

Утверждена  
Приказ №112 от «30» 08 2024 г

Директор школы \_\_\_\_\_  
/Евдокимова Г.В.

**«Юнармеец»**

Рабочая программа  
по внеурочной деятельности для обучающихся 7-8 классов

Составитель: Костяев И.А.,  
учитель физической культуры

## Результаты освоения курса внеурочной деятельности

Планируемые результаты освоения ФОП ООО соответствуют современным целям основного общего образования, представленным во ФГОС ООО как система личностных, метапредметных и предметных достижений обучающегося.

Требования к *личностным результатам* освоения обучающимися ФОП ООО включают осознание российской гражданской идентичности; готовность обучающихся к саморазвитию, самостоятельности и личностному самоопределению; ценность самостоятельности и инициативы; наличие мотивации к целенаправленной социально значимой деятельности; сформированность внутренней позиции личности как особого ценностного отношения к себе, окружающим людям и жизни в целом.

Личностные результаты освоения ФОП ООО достигаются в единстве учебной и воспитательной деятельности образовательной организации в соответствии с традиционными российскими социокультурными и духовно-нравственными ценностями, принятыми в обществе правилами и нормами поведения и способствуют процессам самопознания, самовоспитания и саморазвития, формирования внутренней позиции личности.

Личностные результаты освоения ФОП ООО отражают готовность обучающихся руководствоваться системой позитивных ценностных ориентаций и расширение опыта деятельности на ее основе и в процессе реализации основных направлений воспитательной деятельности, в том числе в части: гражданского воспитания, патриотического воспитания, духовно-нравственного воспитания, эстетического воспитания, физического воспитания, формирования культуры здоровья и эмоционального благополучия, трудового воспитания, экологического воспитания, осознание ценности научного познания, а также результаты, обеспечивающие адаптацию обучающегося к изменяющимся условиям социальной и природной среды.

*Метапредметные результаты* включают:

- освоение обучающимися межпредметных понятий (используются в нескольких предметных областях и позволяют связывать знания из различных учебных предметов, учебных курсов, модулей в целостную научную картину мира) и универсальных учебных действий (познавательные, коммуникативные, регулятивные);
- способность их использовать в учебной, познавательной и социальной практике;
- готовность к самостоятельному планированию и осуществлению учебной деятельности и организации учебного сотрудничества с педагогическими работниками и сверстниками, к участию в построении индивидуальной образовательной траектории;
- овладение навыками работы с информацией: восприятие и создание информационных текстов в различных форматах, в том числе цифровых, с учетом назначения информации и ее целевой аудитории.

Метапредметные результаты сгруппированы по трем направлениям и отражают способность обучающихся использовать на практике универсальные учебные действия, составляющие умение овладевать:

- познавательными универсальными учебными действиями;
- коммуникативными универсальными учебными действиями;
- регулятивными универсальными учебными действиями.

Овладение познавательными универсальными учебными действиями предполагает умение использовать базовые логические действия, базовые исследовательские действия, работать с информацией.

Овладение системой коммуникативных универсальных учебных действий обеспечивает

сформированность социальных навыков общения, совместной деятельности.

Овладение регулятивными универсальными учебными действиями включает умения самоорганизации, самоконтроля, развитие эмоционального интеллекта.

## Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности

### 7 класс

Содержание курса	Форма организации	Виды деятельности
<b>Раздел 1. Вводное занятие (1 час)</b>		
Техника безопасности во время занятий. Знакомство с планом проведения занятий на учебный год.	Беседа опрос	Познавательная
<b>Раздел 2. Структура Вооруженных сил РФ (2 часа)</b>		
Государственные награды РФ. Страницы Великой Отечественной войны. Изучение обязанностей дневального. Оборудование и оснащение поста дневального. Суточный наряд.	Викторина Беседа опрос лекция Тест	Игровая Познавательная
<b>Раздел 3. Физическая подготовка (3 часа)</b>		
Силовые упражнения. Упражнения на выносливость. Упражнение на ускорение. Техника выполнения ударов. Техника выполнения защитных действий. Прохождения полосы препятствий.	Лекция Выполнение упражнений	Познавательная наблюдение
<b>Раздел 4. Огневая подготовка (6 часа)</b>		
Виды огнестрельного боевого оружия. Устройство и работа АК-74 (повторение). Меры безопасности при неполной разборке и сборке АК-74 (повторение). Неполная разборка и сборка АК-74. Практическое выполнение упражнения из АК-74. Устройство и работа пистолета Макарова (ПМ). Основы теории стрельбы из боевого оружия. Изучение вопросов внешней баллистики на основе наблюдения за стрельбой из пневматической винтовки. Ручные осколочные гранаты. Пневматическая винтовка. Правила удержания и прицеливания винтовки. Стрельба из пневматической винтовки из положения, лёжа, сидя, с колена.	Лекция опрос беседа Тест практические задания выполнение упражнений	Познавательная Наблюдение выполнение норматива
<b>Раздел 5. Подготовка по радиационной, химической и биологической защите /РХБЗ/ (2 часа)</b>		
Назначение и устройство фильтрующего противогаза и респиратора. Подбор лицевой части, сборка, проверка исправности, укладка противогаза и респиратора в сумку. Правила надевания (снятия) противогазом и	Лекция Выполнение упражнений	Познавательная упражнение на время

респиратором. Сдача нормативов по одеванию противогаза.		
<b>Раздел 6. Строевая подготовка (3 часа)</b>		
Строевые приемы и движение с оружием. Отдание воинской чести на месте и в движении. Выполнение воинского приветствия с оружием на месте. Выход из строя и возвращение в строй. Управление строем. Движение строевым шагом в колонне по три. Изменение движения в колонне по три.	Лекция Выполнение упражнений	Познавательная наблюдение
<b>Раздел 7. Медико-санитарная подготовка (2 часа)</b>		
Первая медицинская помощь при ранениях, несчастных случаях, заболеваниях. Правила оказания первой медицинской помощи при ранениях, несчастных случаях, заболеваниях, механических повреждениях. подручные средства для перевязок шин. Оказание первой медицинской помощи пострадавшему.	Лекция Тест	Познавательная Наблюдение
<b>Раздел 8. Тактическая подготовка (2 часа)</b>		
Действия при подготовке к наступлению и порядок движения в атаку. Выбор и занятие огневой позиции (места для стрельбы), оборудование и маскировка окопа для стрельбы лежа (самоокапывание).	Лекция Опрос	Познавательная
<b>Раздел 9. Туристская подготовка (3 часа)</b>		
Изучение туристических узлов. Техника вязания узлов. Изучение специального туристического снаряжения. Разведение костра, приготовление пищи. Ориентирование по карте, преодоление препятствий.	Лекция Наблюдение работа с картой	Познавательная
<b>Раздел 10. Практико-ориентированная деятельность. Соревнование. Итоги (10 часов)</b>		
Практико-ориентированная деятельность. Подготовка к соревнованиям. <b>Итоговое занятие.</b>	итоги соревнований показательные выступления	

## 8 класс

Содержание курса	Форма организации	Виды деятельности
<b>Раздел 1. Вводное занятие (1 час)</b>		
Техника безопасности во время занятий. Знакомство с планом проведения занятий на учебный год.	Лекция опрос	Познавательная
<b>Раздел 2. Структура Вооруженных сил РФ (3 часа)</b>		
Обязанности дежурного по роте перед разводом и после развода, в процессе несения службы. Организация караульной службы. Общие положения. Изучение обязанностей начальника караула. Обязанности начальника караула по	Лекция беседа опрос тест контрольный тест	Познавательная наблюдение

охране Боевого Знамени. Развод и смена караула, внутренний порядок в караулах.		
<b>Раздел 3. Физическая подготовка (4 часа)</b>		
Специальная и общая физическая подготовка для развития физических качеств. Физическая подготовка в спортивных играх, в Вооруженных Силах. Техника выполнения ударов. Техника выполнения защитных действий. Прохождения полосы препятствий (бревна, палисада). Метание гранаты. Метание гранаты в окоп.	Лекция Выполнение упражнений	Познавательная Выполнение норматива наблюдение
<b>Раздел 4. Огневая подготовка (6 часа)</b>		
Виды огнестрельного боевого оружия. Устройство и работа АК-74 (повторение). Меры безопасности при неполной разборке и сборке АК-74 (повторение). Неполная разборка и сборка АК-74 (повторение). Практическое выполнение упражнения из АК-74. Основы теории стрельбы из боевого оружия. Ручные осколочные гранаты. Пневматическая винтовка. Спуск курка на винтовке. Удержание/прицеливание после выстрела. Упражнения. Тренировка навыка спуска курка.	Лекция беседа тест практические задания	Познавательная выполнение норматива наблюдение
<b>Раздел 5. Подготовка по радиационной, химической и биологической защите /РХБЗ/ (4 часа)</b>		
Общевойсковой защитный комплект (ОЗК). Отработка навыков одевания ОЗК. Назначение, устройство, порядок надевания, снятия, укладки и переноски защитного комплекта. Сдача нормативов по одеванию ОЗК и противогаза.	Лекция Упражнение на время	Познавательная Выполнение нормативов
<b>Раздел 6. Строевая подготовка (2 часа)</b>		
Строевые приемы и движение с оружием. Отдание воинской чести на месте и в движении. Выполнение воинского приветствия с оружием на месте. Выход из строя и возвращение в строй.	Лекция	Познавательная наблюдение
<b>Раздел 7. Медико-санитарная подготовка (4 часа)</b>		
Первая медицинская помощь при ранениях, несчастных случаях, заболеваниях. Организация и объем первой медицинской и доврачебной помощи в ЧС мирного и военного времени. Оказание первой помощи при ожогах и отморожениях. Оказание первой медицинской помощи пострадавшему.	Лекция Тест Опрос практическое задание	Познавательная Наблюдение
<b>Раздел 8. Тактическая подготовка (2 часа)</b>		
Передвижение солдата в бою. Перемещение по одному. Действия солдата в наступлении, в обороне. Действия солдата, назначенного наблюдателем.	Лекция опрос	познавательная

<b>Раздел 9. Туристская подготовка (1 час)</b>		
Однодневный поход	поход	Наблюдение коммуникативная
<b>Раздел 10. Соревнование. Итоги (7 часов)</b>		
Подготовка к соревнованиям. <b>Итоговое занятие.</b>	итоги соревнований показательные выступления	Познавательная

### Тематический план

#### 7 класс

<b>№ п/п</b>	<b>Темы (разделы программы)</b>	<b>количество часов</b>
<b>1</b>	Раздел 1. Вводное занятие	1
<b>2</b>	Раздел 2. Структура Вооруженных сил РФ	2
<b>3</b>	Раздел 3. Физическая подготовка	3
<b>4</b>	Раздел 4. Огневая подготовка	6
<b>5</b>	Раздел 5. Подготовка по радиационной, химической и биологической защите /РХБЗ/	2
<b>6</b>	Раздел 6. Строевая подготовка	3
<b>7</b>	Раздел 7. Медико-санитарная подготовка	2
<b>8</b>	Раздел 8. Тактическая подготовка	2
<b>9</b>	Раздел 9. Туристская подготовка	3
<b>10</b>	Раздел 10. Практико-ориентированная деятельность. Соревнование. Итоги	10
	<b>Итого</b>	<b>34</b>

#### 8 класс

<b>№ п/п</b>	<b>Темы (разделы программы)</b>	<b>количество часов</b>
<b>1</b>	Раздел 1. Вводное занятие	1
<b>2</b>	Раздел 2. Структура Вооруженных сил РФ	3
<b>3</b>	Раздел 3. Физическая подготовка	4
<b>4</b>	Раздел 4. Огневая подготовка	6
<b>5</b>	Раздел 5. Подготовка по радиационной, химической и биологической защите /РХБЗ/	4
<b>6</b>	Раздел 6. Строевая подготовка	2
<b>7</b>	Раздел 7. Медико-санитарная подготовка	4
<b>8</b>	Раздел 8. Тактическая подготовка	2
<b>9</b>	Раздел 9. Туристская подготовка	1
<b>10</b>	Раздел 10. Соревнование. Итоги	7
	<b>Итого</b>	<b>34</b>

# Календарно-тематическое планирование

## 7 класс

№ п/п	Дата проведения		Наименование раздела, тема занятия
	по плану	факти- чески	
<b>Раздел 1. Вводное занятие (1 час)</b>			
1			Техника безопасности во время занятий. Знакомство с планом проведения занятий на учебный год.
<b>Раздел 2. Структура Вооруженных сил РФ (2 часа)</b>			
2			Государственные награды РФ. Страницы Великой Отечественной войны.
3			Изучение обязанностей дневального. Оборудование и оснащение поста дневального. Суточный наряд.
<b>Раздел 3. Физическая подготовка (3 часа)</b>			
4			Силовые упражнения. Упражнения на выносливость. Упражнение на ускорение.
5			Техника выполнения ударов. Техника выполнения защитных действий.
6			Прохождения полосы препятствий.
<b>Раздел 4. Физическая подготовка (6 часа)</b>			
7			Виды огнестрельного боевого оружия. Устройство и работа АК-74 (повторение).
8			Меры безопасности при неполной разборке и сборке АК-74 (повторение). Неполная разборка и сборка АК-74.
9			Практическое выполнение упражнения из АК-74.
10			Устройство и работа пистолета Макарова (ПМ). Основы теории стрельбы из боевого оружия.
11			Изучение вопросов внешней баллистики на основе наблюдения за стрельбой из пневматической винтовки. Ручные осколочные гранаты.
12			Пневматическая винтовка. Правила удержания и прицеливания винтовки. Стрельба из пневматической винтовки из положения, лёжа, сидя, с колена. Виды огнестрельного боевого оружия.
<b>Раздел 5. Подготовка по радиационной, химической и биологической защите /РХБЗ/ (2 часа)</b>			
13			Назначение и устройство фильтрующего противогаза и респиратора. Подбор лицевой части, сборка, проверка исправности, укладка противогаза и респиратора в сумку.
14			Правила надевания (снятия) противогазом и респиратором. Сдача нормативов по одеванию противогаза.
<b>Раздел 6. Строевая подготовка (3 часа)</b>			
15			Строевые приемы и движение с оружием. Отдание воинской чести на месте и в движении.
16			Выполнение воинского приветствия с оружием на месте. Выход из строя и возвращение в строй. Управление строем.
17			Движение строевым шагом в колонне по три. Изменение движения в колонне по три.
<b>Раздел 7. Медико-санитарная подготовка (2 часа)</b>			
18			Первая медицинская помощь при ранениях, несчастных случаях, заболеваниях. Правила оказания первой медицинской помощи при ранениях, несчастных случаях, заболеваниях, механических повреждениях.
19			Подручные средства для перевязок шин. Оказание первой медицинской помощи пострадавшему.

<b>Раздел 8. Тактическая подготовка (2 часа)</b>			
20			Действия при подготовке к наступлению и порядок движения в атаку.
21			Выбор и занятие огневой позиции (места для стрельбы), оборудование и маскировка окопа для стрельбы лежа (самоокапывание).
<b>Раздел 9. Туристская подготовка (3 часа)</b>			
22			Изучение туристических узлов. Техника вязания узлов.
23			Изучение специального туристического снаряжения. Разведение костра, приготовление пищи.
24			Ориентирование по карте, преодоление препятствий.
<b>Раздел 10. Практико-ориентированная деятельность. Соревнование. Итоги (10 часов)</b>			
25			Практико-ориентированная деятельность.
26			Практико-ориентированная деятельность.
27			Практико-ориентированная деятельность.
28			Практико-ориентированная деятельность.
29			Практико-ориентированная деятельность.
30			Подготовка к соревнованиям.
31			Подготовка к соревнованиям.
32			Подготовка к соревнованиям.
33			Подготовка к соревнованиям.
34			<b>Итоговое занятие.</b>

## 8 класс

№ п/п	Дата проведения		Наименование раздела, тема занятия
	по плану	фактически	
<b>Раздел 1. Вводное занятие (1 час)</b>			
1			Техника безопасности во время занятий. Знакомство с планом проведения занятий на учебный год.
<b>Раздел 2. Структура Вооруженных сил РФ (3 часа)</b>			
2			Обязанности дежурного по роте перед разводом и после развода, в процессе несения службы. Организация караульной службы. Общие положения.
3			Изучение обязанностей начальника караула.
4			Обязанности начальника караула по охране Боевого Знамени. Развод и смена караула, внутренний порядок в караулах.
<b>Раздел 3. Физическая подготовка (4 часа)</b>			
5			Специальная и общая физическая подготовка для развития физических качеств.
6			Физическая подготовка в спортивных играх, в Вооруженных Силах. Техника выполнения ударов.
7			Техника выполнения защитных действий. Прохождения полосы препятствий (бревна, палисада).
8			Метание гранаты. Метание гранаты в окоп.
<b>Раздел 4. Огневая подготовка (6 часа)</b>			
9			Виды огнестрельного боевого оружия. Устройство и работа АК-74 (повторение).
10			Меры безопасности при неполной разборке и сборке АК-74 (повторение). Неполная разборка и сборка АК-74 (повторение).
11			Практическое выполнение упражнения из АК-74.
12			Основы теории стрельбы из боевого оружия. Ручные осколочные гранаты.



13			Пневматическая винтовка. Спуск курка на винтовке. Удержание/прицеливание после выстрела.
14			Упражнения. Тренировка навыка спуска курка.
<b>Раздел 5. Подготовка по радиационной, химической и биологической защите /РХБЗ/ (4 часа)</b>			
15			Общевойсковой защитный комплект (ОЗК).
16			Отработка навыков одевания ОЗК.
17			Назначение, устройство, порядок надевания, снятия, укладки и переноски защитного комплекта.
18			Сдача нормативов по одеванию ОЗК и противогаза.
<b>Раздел 6. Строевая подготовка (2 часа)</b>			
19			Строевые приемы и движение с оружием. Отдание воинской чести на месте и в движении.
20			Выполнение воинского приветствия с оружием на месте. Выход из строя и возвращение в строй.
<b>Раздел 7. Медико-санитарная подготовка (4 часа)</b>			
21			Первая медицинская помощь при ранениях, несчастных случаях, заболеваниях.
22			Организация и объем первой медицинской и доврачебной помощи в ЧС мирного и военного времени.
23			Оказание первой помощи при ожогах и отморожениях.
24			Оказание первой медицинской помощи пострадавшему.
<b>Раздел 8. Тактическая подготовка (2 часа)</b>			
25			Передвижение солдата в бою. Перемещение по одному. Действия солдата в наступлении, в обороне.
26			Действия солдата, назначенного наблюдателем.
<b>Раздел 9. Туристская подготовка (1 час)</b>			
27			Однодневный поход
<b>Раздел 10. Соревнование. Итоги (7 часов)</b>			
28			Подготовка к соревнованиям.
29			Подготовка к соревнованиям.
30			Подготовка к соревнованиям.
31			Подготовка к соревнованиям.
32			Подготовка к соревнованиям.
33			Подготовка к соревнованиям.
34			<b>Итоговое занятие.</b>