

Государственное бюджетное учреждение дополнительного образования
Дворец творчества детей и молодежи Колпинского района Санкт-Петербурга

УТВЕРЖДЕНА
приказом ДТДиМ
от 30.05.2023г. № 307-ОД

Рабочая программа
Дополнительная общеразвивающая программа

«Орлёнок»
(сетевая образовательная программа)

Срок освоения – 3 года
Возраст обучающихся – 15-18 лет

Третий год обучения

Разработчики:
Лупахина Надежда Анатольевна,
Зав. отделом, методист отдела
Гражданско-патриотического воспитания;
Лебедева Наталия Владимировна,
методист отдела
гражданско-патриотического воспитания

Особенности организации образовательного процесса третьего года обучения

На третьем году обучения учащиеся углубленно изучают содержание всех разделов программы: они отрабатывают новые упражнения по общей физической подготовке; продолжают отработку приемов самозащиты и знакомятся с азами рукопашного боя, расширяют знания и отрабатывают новые техники в туризме. Ребята продолжают работать в группах, принимать участие в конкурсах и соревнованиях, акциях, массовых мероприятиях. Особая роль отводится проектной и исследовательской деятельности – ребята расширяют свои знания по отбору, систематизации и презентации и исследовательских проектов в области истории, БЖД, туризма и краеведения.

Акцентируется внимание на выполнении разно уровневых заданий – это дает педагогу расширить уровень способностей ребят с повышенной мотивацией на обучение, подтянуть менее успевающих.

Учитывая современные вызовы и реалии в регионе, социальную и медико-эпидемиологическую обстановку в стране, могут вноситься корректировки в организацию учебного процесса:

1. Организация образовательного процесса осуществляется на основе скорректированных рабочих программ, расписания и КТП в соответствии с установленным Регламентом.
2. Занятия проводятся в соответствии с расписанием в 2-х форматах: аудиторно – при нахождении в помещении половины группы или меньше (6-8 человек), внеаудиторно – с применением технологий электронного обучения.
3. Продолжительность занятия устанавливается в соответствии с Регламентом безопасной реализации дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ. Сокращение времени обучения предусматривает вынесение части содержания занятия на самостоятельное освоение учебного материала (выполнение домашней работы – освоение части теоретического материала в виде лекций, ответы на вопросы, тестовые задания, составление сканвордов, таблиц, тестовых карточек и т.п.).
4. Занятия проводятся с применением технологий электронного обучения в очном режиме с помощью видеокурсов или Microsoft teams, путем размещения обучающих материалов в неофициальных группах (VK), а так же с размещением обучающих материалов на Яндекс-диске.

Электронные образовательные формы предусматривают:

- видео-уроки, обучающие видео-ролики, лекции (презентации);
- мастер-классы (демонстрация практических действий);
- адресные консультации педагогов (электронная почта, VK-Сферум);
- онлайн- и компьютерное тестирование, викторины (диагностика полученных знаний на основе Yandex-форм).

Так же предполагаются индивидуальные консультации педагога для класс-комплекта или группы детей из одной семьи продолжительностью 10 минут.

Акцент при проведении занятий в новых форматах направлен на увеличение самостоятельной и индивидуальной работы обучающихся и контроль при помощи ЭОР и других средств диагностики, а так же на проведение максимального количества учебных занятий на открытом воздухе.

Наполняемость учебных групп

Третий год обучения - 15 человек

Сроки реализации программы

Сроки освоения программы – 3 года.

3 год обучения – 144 часа.

Режим занятий

2 год обучения – 144 часа, 2 раза в неделю по 2 часа

Условия набора и формирования групп третьего года обучения

В реализации программы принимают участие дети от 15 лет до 18 лет.

Обязательным условием обучения по программе является наличие медицинского допуска.

Задачи третьего года обучения

Обучающие

1. Освоение упражнений различной сложности по общей физической подготовке в соответствии с нормативами ГТО.
2. Изучение основных этапов военной истории Российской Федерации, российской армии, военного оружия.
3. Изучение структуры Российской армии и флота (структура ВС РФ, виды и рода войск, законы).
4. Знакомство с деятельностью военного и сопряженных структур.
5. Обучение приемам строевой подготовки (в т.ч. движение с песней).
6. Знакомство с основами огневой и стрелковой подготовки.
7. Знакомство с основными терминами и сигналами оповещения по гражданской обороне (ГО) и чрезвычайным ситуациям (ЧС), формирование навыков действий в чрезвычайных ситуациях, в т.ч. оказание первой помощи.
8. Обучение основам туристской подготовки (карта и план местности, условные знаки, основы ориентирования, тактика и техника в походах различного вида и т.д.).

Развивающие:

1. Развитие коммуникативных умений и навыков в процессе коллективной деятельности.
2. Развитие высоко устойчивой самооценки и стремление к новым познавательным ситуациям.
3. Совершенствование и развитие физической силы, координации движений и выносливости в процессе выполнения физических и строевых упражнений.
4. Развитие наблюдательности, быстроты мышления, памяти, глазомера в процессе работы с картами, схемами при ориентировании.
5. Развитие и совершенствование действий в чрезвычайных и экстремальных ситуациях, при оказании первой помощи.
6. Развитие волевых качеств при участии в конкурсах, соревнованиях, других массовых мероприятиях.
7. Развитие творческого потенциала, исследовательских способностей и проектных навыков.

Воспитательные:

1. Воспитание патриотизма, гражданской позиции и любви к родному краю, родному народу через изучение исторических фактов.
2. Воспитание чувства верности Отечеству, готовность приносить пользу обществу и государству посредством изучения основ военного дела, строевой подготовки и т.д.
3. Сохранение исторической памяти поколений у подрастающего поколения при изучении памятных дат и основных периодов российской военной истории.
4. Развитие нравственно-этических ориентиров и волевых качеств подрастающего поколения.

5. Формирование уважения к профессиональной деятельности военных.

Содержание третьего года обучения

Введения.

Теория (2 часа)

Знакомство с содержанием ДОП.

Обзор остаточных знаний обучающихся

Общая физическая подготовка

Теория (2 часа)

Влияние физической активности на здоровье подрастающего поколения.

Особенности режима дня юношей и девушек.

Практика (18 часов)

Просмотр видео-фильма [\(16598\) Видеолекция: «Основы здорового образа жизни, физическая культура в обеспечении здоровья» - YouTube.](#)

Овладение новыми упражнениями на развитие выносливости.

Отработка скоростных и скоростно-силовых упражнений.

Усвоение упражнений на развитие координационных способностей на основе освоенных легкоатлетических упражнений.

Прохождение Единой полосы препятствий.

Контрольные упражнения: бег 60 метров, подтягивания, выход силой, подъем переворот, отжимание, сгибание и разгибание рук в упоре лежа, метание арабского мяча, прыжки через скакалку, вольные упражнения, из положения лежа на спине поднимание туловища.

Отработка техники спортивной ходьбы.

Отработка техники челночного бега 4x100.

Отработка бега с препятствиями.

Овладение новыми техниками по кроссовой подготовке.

Кросс 3 км.

Тестирование «Роль физкультуры и спорта для здоровья человека».

Отработка приемов самообороны.

Учебные соревнования по рукопашному бою.

Участие в командных спортивных играх.

Эстафеты с применением легкоатлетических упражнений и игровых форм.

Сдача контрольных тестов и нормативов (4-6 ступень ГТО).

Итоговое спортивное соревнование.

Выполнение задания проводится по 2 уровням сложности: 1 уровень сложности – согласно нормативам, 2 уровень – выше нормативов.

Основы воинских Знаний

Теория (4 часа)

Военная служба - особый вид государственной службы.

Правовая и социальная защита военнослужащих и их семей.

особенности службы по контракту.

Обзор профильных учебных учреждений среднего и высшего профессионального образования.

Практика (16 часов)

Участие в игре «Сто к одному. Государственные символы РФ».

Просмотр видео-фильма [\(16598\) Лучшие военные ВУЗы России с технической специализацией. ТОП 8 - YouTube.](#)

Составление сводной таблицы «Общевойсковые уставы вооруженных сил РФ, законы воинской жизни».

Викторина «Герои Отечества».

Составление хронологической таблицы «Основные сражения».

Защита докладов «Воинские традиции: официальные (регламентированные) и неофициальные, традиции армий стран мира».

Тестирование «Структура и состав ВС РФ».

Брифинг «Символика ВС РФ и ее связь с государственными символами страны».

Тестирование «Основы военных знаний».

Круглый стол «Прохождение военной службы по контракту, женщинами – «За» или «Против»?».

Защита проектов «Герои среди нас!».

Викторина «Памятные даты военной истории России и малой Родины».

Тематическая встреча с элементами профориентации с войнами-интернационалистами.

Просмотр видео-фильма [\(16608\) Оружие России. Новые технологии. Часть 1/4 - YouTube](#).

Строевая подготовка

Теория (2 часа)

Основные понятия и термины строевого устава.

Строенные команды и упражнения.

Практика (18 часов)

Отработка строевых упражнений и команд:

1. Основные понятия и термины строевого устава.
2. Строй, шеренга, фланг, фронт, тыльная сторона строя, интервал.
3. Дистанция, ширина строя, глубина строя, двухшереножный строй, ряд, колона.
4. Походный строй, направляющий, замыкающий, развернутый строй
5. Одиночная строевая подготовка.

Движение строевым шагом. Повороты на месте.

1. Развернутый и походный строй.
2. Построение в развернутый строй, походный строй, движение строевым и походным шагом, в пол шага, бегом.
3. Повороты на месте и в движение. Проведение тренировок.
4. Выполнение элементов строевой подготовки.
5. Размыкание и смыкание строя.
6. Проведение тренировок выполнение элементов строевой подготовки
12. Перестроение из колоны по два в колону по одному и обратно.
13. Выполнение воинского приветствия на месте и в движении.
14. Выход из строя и возвращение в строй. Подход к начальнику и отход от него
15. Выполнение воинского приветствия.
16. Отработка выноса знамени.
17. Движение с песней.
18. Смотр строя.

Выполнение действий и упражнений: 1 уровень сложности – на точность выполнения, 2 уровень сложности – на точность и скорость.

Огневая подготовка

Теория (8 часов)

Стрелковое оружие: исторический обзор

Принадлежность автомата. Хранение и сбережение автомата.

Положение и работа частей и механизмов до и при заряджении.

Положение и работа частей и механизмов при автоматической стрельбе, при стрельбе одиночными выстрелами.

Осмотр и подготовка автомата к стрельбе.

Меры безопасности при обращении с автоматом и патронами.

Техника безопасности в стрелковом тире.

Способы разведки целей и определение дальности до них

Практика (12 часов)

Освоение способов устранения задержки при стрельбе из автомата.

Чистка и смазка автомата.

Разборка-сборка АК-74 на время.

Снаряжение магазина патронами на время.

Отработка манипуляций с пневматической винтовкой: зарядание винтовки, принятие положения для стрельбы, прицеливание, нажатие на спусковой крючок, режим дыхания, пристрелка оружия, отлаживание прицельных приспособлений.

Отработка автоматической стрельбы.

Просмотр видео-фильма [\(16608\) Боевые стрельбы в десантно-штурмовых войсках | Эскер KZ - YouTube](#).

Освоение техники стрельбы в полевых условиях.

Осваивание стрельбы одиночными выстрелами.

Приёмы метания ручных гранат.

Практическая стрельба.

Сдача нормативов по стрельбе.

Выполнение задания проводится по 2 уровням сложности: 1 уровень сложности – согласно нормативам, 2 уровень – выше нормативов.

Основы подготовки к творческим конкурсам и проектам

Практика (4 часа)

Отбор, систематизация и подготовка материалов по теме исследования (мероприятия).

Подготовка проекта.

Защита проекта.

Круглый стол по итогам проектной деятельности.

Туристская подготовка

Теория (14 часов)

Туристские маршруты различной сложности.

Особенности прохождения маршрутов в ночное время, в условиях плохой видимости.

Причины возникновения экстремальных ситуаций и порядок действия в них.

Методика судейства отдельных видов соревнований. Таблица штрафов.

Организация туристского путешествия: сбор сведений о районе путешествия.

Карта маршрута и запасные варианты передвижения.

Тактика и техника передвижения по маршруту.

Подбор индивидуального и группового снаряжения.

Питание в походе.

Составление сметы похода.

Оформление документации туристского путешествия.

Исследовательская деятельность в путешествии.

Общественно-полезная деятельность в путешествии.

Соревнования: участники, организация старта и финиша, формирование судейской коллегии вида, обязанности судей, документация.

Практика (40 часов)

Просмотр видео-фильма [\(16611\) Спортивный туризм. Виды спортивного туризма. Категории сложности маршрутов - YouTube.](#)

Участие в краеведческой игре «Своя игра. Туризм в России».

Построение маршрута нестационарного мероприятий одного дня.

Выбор маршрута путешествия.

Составление карт маршрута, сметы, раскладки продуктов, ведение отчетной документации.

Уровни сложности: 1 уровень сложности – поход 3-х дневный, 2 уровень сложности – поход 10-ти дневный).

Составление отчета туристского путешествия, похода, экскурсии.

Защита отчета о прохождении туристского путешествия.

Выполнение упражнений по отработке туристской техники.

Освоение современных средств и способов страховки и самостраховки в экстремальных условиях.

Отработка общефизических упражнений.

Отработка упражнений в специальной туристской экипировке.

Отработка движения по ровной, по сильно пересеченной местности, по лесу через кустарники и завалы.

Движение по заболоченной местности, движение по дорогам, тропам и без троп.

Движение по горной местности.

Движение в зимнее время.

Отработка упражнений по переправам.

Освоение техники движения по склонам различной крутизны и с различными почвенно-растительными условиями.

Бег с выходом в заданную точку со строгим контролем направления и расстояния.

Выбор пути и движение с учетом рельефа местности, проходимости растительности, почвенного покрова.

Движение по маркированной трассе с фиксацией основных встречающихся ориентиров.

Выход на контрольные пункты и уход с них в заранее выбранном направлении.

Подготовка снаряжения для прохождения маршрута в ночное время: фонари с запасными батарейками, компас, планшеты для карты, требования к обуви, одежде, головным уборам.

Прохождение различных этапов соревнований по технике туризма: спуски, подъемы, траверс склонов, переправы и т.д.

Топографический диктант.

Тестирование «Основы ориентирования».

Освоение техники скалолазания.

Тематическая встреча профориентационной направленности с гидом-проводником «Путешествовать – это легко!».

Тестирование «Основы туристской подготовки».

Участие в комбинированное эстафете с элементами ориентирования.

Участие в учебном соревновании «Ориентирование».

Организация и судейство вида «Спортивное ориентирование».

Организация и судейство вида «Дистанция пешеходная, в закрытых помещениях».

Организация и судейство вида «Контрольный туристский маршрут».

Подготовка обучающихся к судейству туристских соревнований.

Участие в учебном соревновании «Техника пешеходного туризма».

Участие в спортивной эстафете с элементами туристской техники.

Участие в итоговом комплексном учебном соревновании по туризму.

Соревнование учитывает 2 уровня сложности: 1 уровень сложности – на точность выполнения, 2 уровень сложности – на точность и скорость.

Итоговое комплексное занятие

Практика (4 часа)

Учебное соревнование.
Итоговое тестирование (онлайн-формат).

Планируемые результаты освоения программы 3-го года обучения

Личностные:

1. Сформируются основные понятия ценностей гражданственности и патриотизма, любви в родном краю.
2. Сформируется чувство гордости за российский народ, гражданское самоопределение, стремление служить на благо государства.
3. Разовьется историческая память и умение оценивать события военной истории РФ.
4. Разовьются нравственно-этические ориентиры современного молодого поколения.
5. Разовьются самооценка, волевые качества и стремление к победе (положительному результату), взаимопомощь по средствам участия в конкурсных мероприятиях и соревнованиях различного уровня.
6. Сформируется уважение к профессиональной деятельности военных и дальнейшее профессиональное самоопределение.

Метапредметные:

1. Научаться определять цель деятельности, выявлять последовательность действий, а так же способность к коммуникации и работе в коллективе.
2. Сформируются умения планировать, контролировать и оценивать свои действия по средствам изучения содержания программы.
3. Разовьется наблюдательность, быстрота мышления, физическая сила и активность, умение анализировать жизненную ситуацию и корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся обстановкой.
4. Сформируются умения применять на практике и в повседневной жизни полученные знания и навыки.
5. Разовьются творческие способности, умение создавать исследовательские и проектные работы.

Предметные:

1. Освоят новые общие физические упражнения, технику бега, подготовятся в сдаче нормативов ГТО своей возрастной категории, укрепят общее физическое здоровье.
2. Познакомятся с основами деятельности военных профессий и деятельностью структурных подразделений армии и флота Российской Федерации.
3. Узнают основные события военной истории РФ, памятные даты, историю создания ВС РФ, боевые традиции, а так же познакомятся с военной историей путем участия в творческих конкурсах, акциях, тематических встречах и т.п.
4. Познакомятся с современным состоянием армии и флота РФ, видами профессии военного, спасателя и т.п.
5. Освоят основы строевой подготовки, в т.ч. движение с песней, индивидуальные и групповые строевые команды.
6. Научатся стрельбе из учебной пневматической винтовки, освоят навыки разборки-сборки АК-74.
7. Освоят алгоритм действий при ЧС и других экстремальных ситуаций, с учетом реально складывающейся обстановки.
8. Познакомятся с основами туристской подготовки и подготовки к походу, в том числе освоят карту и условные обозначения, ориентирование в различных погодных условиях и на различной местности, научатся собирать личное и групповое снаряжение, освоят тактику и технику передвижения в различных погодных и орографических условиях.