

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 313
ФРУНЗЕНСКОГО РАЙОНА
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА**

РАССМОТРЕНО

на Педагогическом совете
ГБОУ СОШ № 313
протокол №1
от «31» августа 2020 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБОУ СОШ № 313

_____/В.Ю.Морозова/
приказ № 181
от «31» августа 2020 г

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая
программа
«Зарница»**

Для детей: 11-13 лет

Срок реализации: 2 года

составитель:
педагог дополнительного образования
Яготкина Екатерина Валерьевна

Санкт-Петербург
2020 год

Пояснительная записка

1. Нормативно-правовые документы: Концепция развития дополнительного образования №1726-р от 04.09.2014 г., Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (Приказ Минпросвещения №196 от 09.11.2018), Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ в государственных образовательных организациях Санкт-Петербурга, находящихся в ведении Комитета по образованию (Распоряжение Комитета по образованию Санкт-Петербурга №617-р от 01.03.2017 г.) Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»

2. Краткое описание программы Важнейшей составной частью воспитательного процесса в современном российском образовании является формирование патриотизма и культуры межнациональных отношений, которые имеют огромное значение в социально-гражданском и духовном развитии личности ребенка. Истинный патриотизм предполагает формирование и длительное развитие целого комплекса позитивных качеств. Патриотизм выступает в единстве духовности, гражданственности и социальной активности, осознающей свою нераздельность, неразрывность с Отечеством.

Всесоюзная военно-спортивная игра «Зарница» являлась частью Всесоюзного марша пионерских отрядов по маршруту «Сильные, смелые, ловкие». Растить ребят честными, преданными Родине, способными в любой момент ради неё на подвиг, - главный воспитательный принцип «Зарницы», ставшей не только игрой, но и большой напряженной работой по изучению начальных основ военного дела. От года к году «Зарница» показывала подлинную массовость и жизненность, свою возросшую значимость в военно-патриотическом и физическом воспитании пионеров и школьников. В Санкт-Петербурге вновь приобрело массовость движение «Зарница», рассматриваемое как комплекс оборонно-спортивных, интеллектуальных и творческих соревнований.

3. Направленность программы: физкультурно-спортивная

4. Педагогическая целесообразность:

Данная программа является интегрированной, так как объединяет различные области: туризм, медицину, историю, начальную военную подготовку, обеспечение безопасности жизни (разделы: пожарная безопасность, гражданская оборона, безопасность на дорогах).

Образовательная программа «Зарница» направлена на:

- *формирование гражданской ответственности*, которая будет проявляться в готовности к выполнению конституционной обязанности защиты Отечества;
- *формирование у воспитанников уважения к праву* вообще и к *международному гуманитарному праву* в частности;
- *воспитание патриотизма* – любви к Родине, знание её истории, гордости за Российское государство, его свершения;
- *формирование готовности к безопасной жизнедеятельности*, требующей в различных жизненных ситуациях умения принимать самостоятельные решения, обеспечивающие выживание личное и окружающих;
- *создание условий* для интересной, насыщенной и полезной жизнедеятельности, как альтернативы негативным молодежным течениям, существующим в современной субкультуре.

5.Цель программы - способствовать развитию у учащихся нравственных качеств гражданина, готового морально и физически защищать свою Родину, не нарушая представления о воинской чести через освоение содержания военно-спортивной игры «зарница».

6.Задачи:

Воспитательные задачи:

- Воспитание гражданской сознательности, патриотизма.
- Воспитание чувства гордости за свою страну, её историю, достижения, чувства уважения к старшим, прежде всего – ветеранам войны.
- Воспитание таких качеств как мужество, доброжелательность, гуманность.
- Воспитание чувства ответственности, товарищества, сопереживания.

Обучающие:

- Формирование системы знаний, умений и навыков по основам
 - медицинской подготовки,
 - туризма,
 - противопожарной безопасности,
 - начальной военной подготовки,
 - правил безопасности на дорогах;
 - международного гуманитарного права
- Изучение истории Дней воинской Славы России

Развивающие задачи:

- Развитие таких качеств как собранность, внимательность, наблюдательность.

- Развитие общей физической подготовленности учащихся.
- Развитие творческих способностей детей в процессе участия в праздниках, играх, конкурсах, и смотрах.

7.Условия реализации программы

Возраст детей: 11-13 лет.

Срок реализации программы: 2 года.

Продолжительность занятий:

1 год обучения – 2 группы по 2 часа в неделю (144 часа в год)

2 год обучения – 2 группы по 2 часа в неделю (144 часа в год)

количество учащихся в группе по годам обучения:

1 год обучения - не менее 15

2 год обучения - не менее 12

Режим проведения занятий: каждая группа по 1 академическому часу 2 раза в неделю

Условия набора детей:

Дети принимаются в группу по желанию, по заявлению родителей, при отсутствии медицинских противопоказаний.

Формы организации занятий:

- фронтальная – занятия одновременно со всеми занимающимися
- подгрупповая

Формы проведения занятий:

- лекции
- занятия-игры
- соревнования

Методы, используемые при проведении занятий:

- словесные: устное изложение и беседа, лекция;
- наглядные: показ видеоматериалов, иллюстраций;
- практические: тренировочные упражнения

8.Ожидаемые результаты:

Реализация данной программы, предполагает формирование у обучающегося:

- повышение уровня физической подготовки;
- повышение интереса к спорту;
- приобретение спортивных навыков;
- развитие чувства патриотизма, гражданственности, ответственности за судьбу России;

- развитие устойчивой мотивации самостоятельного изучения основ военного дела;
- повышение уровня самооценки и осознания своей значимости в окружающем мире;
- развитие положительного эмоционального восприятия жизни;
- устойчивый интерес к учебной деятельности.
- В процессе обучения формируется устойчивый интерес к учебной деятельности.

К концу **первого года обучения учащиеся будут**

знать:

- основные детали пневматической винтовки ИЖ-38;
- правила дорожного движения
- техники пешеходного туризма

уметь:

- выполнять бинтовые и косыночные повязки в соответствии с требованиями к младшей возрастной группе;
- оказывать первую помощь пострадавшему (в соответствии содержанием первого года обучения образовательной программы);
- изготавливать и надевать ватно-марлевую повязку (без учета времени, но со строгим выполнением последовательности выполнения норматива);
- надевать противогаз на себя с учетом последовательности и скорости выполнения норматива («отлично» - 8 с., «хорошо» - 9 с., «удовлетворительно» - 10 с.);
- стрелять из пневматической винтовки;
- завязывать пожарный узел.

К концу **второго года обучения учащиеся будут:**

знать:

- правила оказания первой медицинской помощи при ДТП;

уметь:

- выполнять бинтовые и косыночные повязки в соответствии с требованиями к средней возрастной группе;
- оказывать первую помощь пострадавшему (в соответствии с содержанием второго года обучения образовательной программы);
- изготавливать и надевать ватно-марлевую повязку с учетом времени и строгим выполнением последовательности выполнения норматива («отлично» - 2 мин., «хорошо» - 2 мин 30 с., «удовлетворительно» - 3 мин.);

- надевать противогаз на себя и пораженного с учетом последовательности и скорости выполнения норматива («отлично» - 23 с., «хорошо» - 25 с., «удовлетворительно» - 27 с.);

- снаряжать магазин патронами (30 патронов) («отлично» - 33 с., «хорошо» - 38 с., «удовлетворительно» - 43 с.);

- выполнять строевые приемы;

владеть навыком

- стрельбы из винтовки ИЖ-38

- вязания пожарного узла;

- вязания узлов «булинь», «проводник», «удавка», «заячьи уши».

Способы проверки результатов освоения программы:

- наблюдение

Формы подведения итогов реализации программы:

- участие в Открытых оборонно-спортивных соревнованиях Санкт-Петербурга и Ленинградской области «Школа безопасности», «Зарница»;
- показательные выступления.

Формы фиксации результатов:

- ведение журнала учета работы кружка «Зарница»

Учебно-тематический план

1 год обучения

№ п/п	Наименование разделов, тем	Всего часов	Теория	Практика
1	Введение. Техника безопасности	2	2	-
2	Медико-санитарная подготовка	22	8	14
3	Первичные навыки туризма	14	7	7
4	Противопожарная подготовка	9	5	4
5	Правила безопасности на дорогах	3	2	1
6	Строевая подготовка	10	2	8
7	Стрелковая подготовка	7	2	5
8	Действия в чрезвычайных ситуациях	4	2	2
9	Итоговое занятие	1	1	-
	Итого часов	72	31	41

Содержание программы 1 года обучения

Тема 1. Введение. Техника безопасности.

Теория: Комплектование группы, задачи первого года обучения. Инструктаж по технике безопасности на занятиях.

Тема 2. Медико-санитарная подготовка

Теория: Личная гигиена. Профилактика различных заболеваний в разных периодах детского возраста. Предназначение и содержание медицинской аптечки. Оказание первой помощи пострадавшему при укусах, ушибах, вывихах, переломах, ожогах 1-й степени, при отравлениях химическими веществами и угарным газом, при обморожении 1-й степени, при кровотечении, тепловом ударе, при поражении электрическим током, утоплении, удушении, при пищевых отравлениях и отравлениях грибами и ягодами.

Приемы транспортировки пострадавших

Практика: отработка техники накладывания повязок:

- бинтовые повязки: крестообразная
- наложение жгута;
- наложение жгута-закрутки;
- укладка пострадавшего на носилки;
- транспортировка пострадавшего (на носилках, под руки, на спине, 2-мя санитарями на руках, сложенных в «замок», на плащ-палатке).

Тема 3. Первичные навыки туризма

Теория: История развития туризма. Виды туризма. Транспортное обеспечение в туризме. Система страховки. Техника работы с компасом. Организация туристского быта (привалы, ночлеги и питание туриста)

Практика: Техника преодоления этапов. Экипировка и снаряжение. Техника работы с компасом. Условные обозначения на карте, масштабы (1:1000, 1:500)

Тема 4: Противопожарная подготовка

Теория: Причины пожаров. Пожарная безопасность в жилище, на природе. Меры пожарной безопасности при пользовании электробытовыми приборами. Эвакуация при пожароопасной ситуации, служба 01. Подручные и первичные средства пожаротушения.

Практика:

- отработка техники завязывания пожарного узла;
- раскатка и скатка пожарного рукава;
- присоединение пожарного ствола к рукаву.

Тема 5. Правила безопасности на дорогах

Теория: Участники дорожного движения. Безопасное поведение пешехода. Регулирование и обеспечение безопасности дорожного движения. Правила безопасного

движения велосипеда. Светофор. Дорожно-транспортные происшествия (ДТП) и их последствия.

Практика: Решение простейших задач по ПДД

Тема 6. Строевая подготовка

Теория: Основы военной службы. Строевые приемы.

Практика: Отработка навыков строевой подготовки.

Тема 7. Стрелковая подготовка

Теория: История развития стрелкового спорта. Меры безопасности при обращении с оружием. Виды оружия: пневматическая винтовка ИЖ-38. Основы меткого выстрела.

Практика:

- техника безопасности;
- чистка ствола;
- практическая стрельба из винтовки (пневматика).

Тема 8. Действия в чрезвычайных ситуациях

Теория: Характеристика чрезвычайных ситуаций (ЧС) мирного времени. Защита населения от последствий аварий, катастроф и стихийных бедствий. Характеристика современных средств поражения и их поражающих факторов, основные способы защиты. Действия населения при терактах.

Практика:

- изготовление и использование СИЗ;
- действия при эвакуации;
- надевание противогаза.

Тема 9. Итоговое занятие

Теория: Подведение итогов за год. Тестирование обучающихся по теории.

Учебно-тематический план

2 год обучения

№ п/п	Наименование разделов, тем	Всего часов	Теория	Практика
1	Введение. Техника безопасности	2	2	-
2	Медико-санитарная подготовка	22	8	14
3	Первичные навыки туризма	14	6	7
4	Противопожарная подготовка	9	5	4
5	Правила безопасности на дорогах	3	3	-
6	Строевая подготовка	10	-	10
7	Стрелковая подготовка	7	3	4

8	Действия в чрезвычайных ситуациях	4	4	-
9	Итоговое занятие	1	1	-
	Итого часов	72	32	39

Содержание программы 2 года обучения

Тема 1. Введение. Техника безопасности.

Теория: Комплектование группы, задачи первого года обучения. Инструктаж по технике безопасности на занятиях.

Тема 2. Медико-санитарная подготовка

Теория: Повторение материала, изученного на первом году обучения.

Новый материал: Оказание первой помощи при ожогах 2-й степени. Оказание первой помощи при обморожении 2-й степени. Методы остановки артериального кровотечения. Оказание первой помощи при поражении молнией. Оказание первой помощи при закрытой травме головы и сотрясении мозга. Оказание первой помощи при огнестрельном ранении.

Практика:

- отработка техники накладывания повязок и транспортировки пострадавшего, изученных на 1-ом году обучения;
- отработка способов остановки артериального кровотечения (пальцевое прижатие сосуда при травме конечности с кровотечением);
- транспортировка пострадавшего на носилках из подручных средств;
- проведение первичной сердечно-легочной реанимации.

Тема 3. Первичные навыки туризма

Теория: Повторение материала, изученного в первый год обучения;

Новый материал: Командная страховка. Действия команды при страховке участника. Судейская страховка на этапах. Порядок подключения к страховкам. Техника страховки. Узлы.

Практика:

- отработка техники завязывания узлов

Тема 4. Противопожарная подготовка

Теория: Повторение материала первого года обучения;

Новый материал: Пожарная безопасность в транспорте. Пожарная безопасность в лесу. Меры пожарной безопасности при пользовании электробытовыми. Меры пожарной безопасности при пользовании газовыми приборами, а также при печном отоплении. Планы эвакуации. Огнетушители, их виды.

Практика:

- отработка действий с огнетушителем,
- преодоление препятствий,
- одевание боевой одежды пожарного (БОП).

Тема 5. Правила безопасности на дорогах

Теория: Повторение материала, пройденного в первый год обучения.

Новый материал: Регулировщик. Дорожные знаки. Правила оказания первой медицинской помощи при дорожно-транспортных происшествиях (ДТП).

Практика: Решение простейших задач по ПДД

Тема 6. Строевая подготовка

Теория: Повторение материала, изученного в первый год обучения.

Новый материал: Дни воинской Славы России. Строевой Устав Вооруженных Сил Российской Федерации.

Практика:

- отработка строевых приемов в составе отделения без оружия, изученных в первый год обучения,
- поворот в движении.

Тема 7. Стрелковая подготовка

Теория: История развития стрелкового спорта. Меры безопасности при обращении с оружием. Виды оружия: пневматическая винтовка ИЖ-38. Основы меткого выстрела.

Понятия: материальная часть оружия, затвор, патроны, мишени, прицеливание.

Практика:

- техника безопасности;
- чистка ствола;
- практическая стрельба из винтовки (пневматика).

Тема 8. Действия в чрезвычайных ситуациях

Теория: Повторение материала, изученного на первом году обучения.

Новый материал: Основные задачи гражданской обороны (ГО) по защите населения от последствий ЧС мирного и военного времени. Порядок оповещения и действия населения в чрезвычайных ситуациях. Город – как источник опасности (действия в экстремальных ситуациях). Экстремальные ситуации в жилищах.

Практика: Надевание противогаза на себя и пострадавшего.

Тема 9 Итоговое занятие

Теория: Подведение итогов за год. Тестирование обучающихся по теории.

Раздаточный материал:

- «Дорожные знаки» - 1
(предупреждающие знаки, знаки приоритета, запрещающие знаки);
- «Дорожные знаки» - 2
(предписывающие знаки, информационно-указательные знаки, знаки сервиса, знаки дополнительной информации);
- «Знаки пожарной безопасности»
(предупреждающие знаки, запрещающие знаки, предписывающие знаки, указательные знаки, условные обозначения на планах эвакуации);
- «Символы Вооруженных Сил Российской Федерации»;
- «Автомат Калашникова (АК-74)»
(общие сведения, назначение и боевые свойства автомата);
- «Пневматическая винтовка ИЖ-38»
- «Разборка и сборка автомата»;
- «Меры безопасности при стрельбе»;
- «Топографические знаки»;
- «Виды узлов»
- «Действия командира отделения»

Ситуационные задания по темам:

- Действия пешехода».
- «Действия велосипедиста».
- «Помеха справа».
- «Перекрестки».
- «Эвакуация населения».

Наглядные материалы:

- *Географические карты* Ленинградской области, Карельского перешейка, парков Санкт-Петербурга
- *Наборы плакатов:*
 - «Погоны и знаки различия военнослужащих России».
 - «Ордена и медали России».
 - «Средства противовоздушной обороны».
 - «Символы России и вооруженных сил».
 - «Дни воинской славы России».
 - «Ситуации на дорогах».
- *Макеты:*

- «Виды костров».
- «Виды огнетушителей».
- *Учебные видеофильмы:*
 - «Порядок оказания первой помощи пострадавшему».
 - «Мероприятия первой помощи при ранениях и связанных с ними кровотечениях».
 - «Стихийные бедствия».
 - «Искусство выживания (землетрясение, наводнение)».
 - «Первая медицинская помощь при бытовых травмах».
 - «Медицинская защита населения в зоне радиоактивного заражения».
 - «Действия населения при химически опасных авариях».
 - «Парад Победы».

Материально-техническое обеспечение программы

Учебные помещения:

- кабинет для занятий,
- спортзал,
- стадион

Оснащение образовательного процесса:

- пневматическая винтовка (ИЖ-38),
- общевойсковой защитный комплект (ОЗК),
- боевая одежда пожарного (БОП),
- санитарная сумка (полностью оснащенная: бинты 5x10 стерильные или нестерильные в упаковке 2 шт., бинты 7x14 стерильные или нестерильные в упаковке 2 шт., жгут резиновый 1 шт., шины 2 шт., марлевые салфетки 1 уп., ножницы 1 шт., косынка 1 шт.),
- макет огнетушителя,
- робот-тренажер «Максим»,
- пожарный рукав,
- пожарный ствол.

Список литературы для педагогов

1. Государственная символика России. История и современность: Наглядное пособие / И.В. Можейко, Н.А. Сивова, Н.А. Соболева. – М.: ЦНСО, 2003. – 224 с.: илл.
2. Если хочешь быть здоров. - М.: Физкультура и спорт, 1988. (Библиотека молодой

семьи).

3. Костров А.М. Гражданская оборона. - М.: Просвещение, 1991.
4. Методические рекомендации для подготовки команд к городским соревнованиям "Гражданская оборона", ГБОУ «Балтийский берег», 2013.
5. «Методические рекомендации для подготовки команд к городским соревнованиям по военно-спортивному многоборью (этап: стрелковое многоборье) и Открытому финалу Игры «Зарница» Санкт-Петербурга, Ленинградской области и Северо-Запада России», Гор.ЦГПВ, СПб, 2008 год.
6. Методические рекомендации по оказанию первой медицинской помощи пострадавшим и действиям в экстремальных ситуациях. Для подготовки к городским соревнованиям по медико-санитарной подготовке, соревнованиям «Школа безопасности» и финалу игры «Зарница». Комитет по образованию Правительства Санкт-Петербурга. - СПб.: ГОУ «Балтийский берег», 2004.
7. Основы безопасности жизнедеятельности. Методическое пособие 5-11 кл. - М.: Дрофа, 2000.
8. Правила дорожного движения (с комментариями и дополнениями от 06.01.1996 г.). Пособие для сдачи экзаменов в ГАИ. - М.: ТОО «Тамара», 2000.
9. Узлы: простые, забавные, сложные (152 модели на все случаи жизни). - СПб.: «Кристалл», Невский клуб, 1997.

Список литературы для учащихся и родителей

1. Азбука перехода. Настольные игры для детей младшего и среднего возраста. - М.: Владос, 1999.
2. Безопасность жизнедеятельности. Учебное пособие. - М.: Дрофа, 2005. (Среднее профессиональное образование).
3. Боевые традиции Вооруженных Сил. Символы воинской чести. Учебное пособие 10 класс, часть 2. - М.: Армпресс, 2004.
4. Вооруженные силы России. Учебное пособие по разделу «Основы военной службы». - М.: Армпресс, 2005.
5. Добрушин А. Как уберечь детей от опасности при переходе улицы, Рыбинск.: Фонд «Безопасность движения», 1999.
6. Коробкин Л.И., История России. Великая Отечественная война 1941-1945 гг.. Учебное пособие. - СПб.: СМИО-Пресс, 2002.
7. Основы безопасности жизнедеятельности. Учебник для учащихся 5-8 кл. общеобразовательных учреждений. - М.: Просвещение, 2001.
8. Основы безопасности жизнедеятельности. Учебник для учащихся 11 кл.

общеобразовательных учреждений. (раздел 1, глава 2 «Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи»). - М.: Просвещение, 2001.

9. Первая помощь детям при травмах и несчастных случаях. Справочник, иллюстрированные подробные инструкции. – СПб.: Норинт, 2001.
10. Правила дорожного движения. Книги для учащихся 1-4 классов. - М.: Просвещение, 2000.
11. Символы России и Вооруженных Сил, учебное пособие. - М.: Армпресс, 2001.