

Приложение к ООП НОО  
МБОУ «Школа № 2»

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 2»  
(МБОУ «Школа № 2»)



**Рабочая программа курса внеурочной деятельности**

**«Зарница»**

(духовно-нравственное направление)

**Срок реализации: 1 год**

Составитель:  
Зацарина Анна Анатольевна,  
учитель физической культуры

## Содержание

1. Результаты освоения курса внеурочной деятельности.....	3
2. Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности.....	6
3. Тематическое планирование.....	9

## **1. Результаты освоения курса внеурочной деятельности**

### **Личностные результаты:**

1) формирование основ российской гражданской идентичности, чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности; формирование ценностей многонационального российского общества; становление гуманистических и демократических ценностных ориентаций;

2) формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органичном единстве и разнообразии природы, народов, культур и религий;

3) формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;

4) овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;

5) принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;

6) развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, в том числе в информационной деятельности, на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;

7) формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;

8) развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;

9) развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;

10) формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

### **Метапредметные результаты:**

- 1) овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
- 2) освоение способов решения проблем творческого и поискового характера;
- 3) формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- 4) формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- 5) освоение начальных форм познавательной и личностной рефлексии;
- 6) использование знаково-символических средств представления информации для создания моделей изучаемых объектов и процессов, схем решения учебных и практических задач;
- 7) активное использование речевых средств и средств информационных и коммуникационных технологий (далее - ИКТ) для решения коммуникативных и познавательных задач;
- 8) использование различных способов поиска (в справочных источниках и открытом учебном информационном пространстве сети Интернет), сбора, обработки, анализа, организации, передачи и интерпретации информации в соответствии с коммуникативными и познавательными задачами и технологиями учебного предмета; в том числе умение вводить текст с помощью клавиатуры, фиксировать (записывать) в цифровой форме измеряемые величины и анализировать изображения, звуки, готовить свое выступление и выступать с аудио-, видео- и графическим сопровождением; соблюдать нормы информационной избирательности, этики и этикета;

9) овладение навыками смыслового чтения текстов различных стилей и жанров в соответствии с целями и задачами; осознанно строить речевое высказывание в соответствии с задачами коммуникации и составлять тексты в устной и письменной формах;

10) овладение логическими действиями сравнения, анализа, синтеза, обобщения, классификации по родовидовым признакам, установления аналогий и причинно-следственных связей, построения рассуждений, отнесения к известным понятиям;

11) готовность слушать собеседника и вести диалог; готовность признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою; излагать свое мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий;

12) определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;

13) готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;

14) овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности (природных, социальных, культурных, технических и др.) в соответствии с содержанием курса внеурочной деятельности;

15) овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами;

16) умение работать в материальной и информационной среде начального общего образования (в том числе с учебными моделями) в соответствии с содержанием курса внеурочной деятельности; формирование начального уровня культуры пользования словарями в системе универсальных учебных действий.

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

№ п.п.	Содержание	Формы организации	Виды деятельности
<b>1.</b>	<p><b>Общая физическая подготовка.</b></p> <p>Правила выполнения самостоятельных занятий ОФП.</p> <p>Предупреждение травматизма.</p> <p>Подбор заданий для самостоятельных занятий.</p> <p>Гигиена и закаливание.</p> <p>Упражнения и игры на развитие быстроты и выносливости.</p> <p>Упражнения и игры на развитие скоростно-силовых качеств.</p> <p>Упражнения и игры на развитие ловкости и силы.</p> <p>Командные игры.</p>	<p>Тактические военные и подвижные спортивные игры на местности, комбинированные эстафеты, смотры, конкурсы, викторины.</p>	<p>Спортивная, игровая, познавательная, поисковая.</p>
<b>2.</b>	<p><b>Строевая подготовка.</b></p> <p>Обязанности командиров отрядов в организации и управлении строем.</p> <p>Строевая выучка. Построение в одну, в две шеренги по звеньям.</p> <p>Сигналы управления строем.</p> <p>Движение строем, поворот в движении, размыкание и смыкание строя.</p> <p>Исполнение песни в строю,</p>	<p>Тактические военные и подвижные спортивные игры на местности, комбинированные эстафеты, смотры, конкурсы, викторины.</p>	<p>Спортивная, игровая, познавательная, поисковая.</p>

	<p>отдание воинской чести во время движения отряда.</p> <p>Выход из строя и поход к начальнику, возврат в строй.</p>		
<b>3.</b>	<p><b>Юнармейцы-разведчики.</b></p> <p>Ориентирование на местности без карты. Определение направления на стороны горизонта. Измерение расстояний.</p> <p>Движение по азимуту.</p> <p>Составление схемы местности и нанесение цели на схему.</p> <p>Чтение топографических знаков.</p> <p>Изображение местных предметов и рельефа.</p> <p>Измерение расстояния различными способами.</p> <p>Организация движения по азимуту.</p>	<p>Тактические военные и подвижные спортивные игры на местности, комбинированные эстафеты, смотры, конкурсы, викторины.</p>	<p>Спортивная, игровая, познавательная, поисковая.</p>
<b>4.</b>	<p><b>Юнармейцы-санитары.</b></p> <p>Главная задача - научить оказывать первую медицинскую помощь при разных ситуациях.</p> <p>Личная и общественная гигиена.</p> <p>ПМП при травмах и несчастных случаях.</p> <p>Понятие раны. Виды ран.</p> <p>Кровотечения. Виды и признаки,</p>	<p>Тактические военные и подвижные спортивные игры на местности, комбинированные эстафеты, смотры, конкурсы, викторины.</p>	<p>Спортивная, игровая, познавательная, поисковая.</p>

<p>способы временной остановки кровотечения.</p> <p>Перевязочный материал.</p> <p>Повязки: основные виды, правила.</p> <p>Ушибы, растяжения связок и ПМП при них. Закрытые и открытые переломы костей, их признаки. ПМП при переломах.</p> <p>Понятие о шинах. Правила переноса пострадавших на руках, на носилках, с помощью подручных средств.</p> <p>Понятие об ожогах и обморожения, ПМП при них.</p> <p>ПМП при тепловом и солнечном ударах, поражение электрическим током. Первая помощь утопающему, способы искусственного дыхания.</p> <p>ПМП при инфекционных заболеваниях, меры их предупреждения. Пищевые отравления, ПМП при них.</p> <p>Профилактика травматизма.</p> <p>Основные правила техники безопасности.</p> <p>Лекарственные травы, их значение, назначение. Основные</p>		
--	--	--



	<p>виды растений родного края, их использование. Умение собирать лекарственные травы.</p>		
5.	<p><b>Огневая подготовка.</b></p> <p>Стрельба из пневматической винтовки из положения: лежа, стоя, с колена.</p> <p>Неполная разборка и сборка автомата Калашникова.</p> <p>Снаряжение магазина. Основы и правила стрельбы.</p> <p>Скоростная стрельба.</p>	<p>Тактические военные и подвижные спортивные игры на местности, комбинированные эстафеты, смотры, конкурсы, викторины.</p>	<p>Спортивная, игровая, познавательная, поисковая.</p>
6.	<p><b>Основы туристической техники.</b></p> <p>Ориентирование в туристическом походе.</p> <p>Организация бивуачных работ.</p> <p>Разведение костра.</p> <p>Работа с палаткой.</p> <p>Способы преодоления препятствий во время маршрута.</p>	<p>Тактические военные и подвижные спортивные игры на местности, комбинированные эстафеты, смотры, конкурсы, викторины.</p>	<p>Спортивная, игровая, познавательная, поисковая.</p>

### 3. Тематическое планирование 4 класс

№	Наименование тем	Кол-во часов
1.	Развитие прыгучести: эстафеты с прыжками. Строевая подготовка: перестроение на места.	1
2.	Провести бег на выносливость 4 минуты. Игры на местности.	1
3.	Обучение перемещению по местности поточным способом. Функционирование «командой».	1
4.	Провести учёт силовых качеств: подтягивание. Подвижные игры с бегом.	1
5.	Строевая подготовка. Развитие скоростной выносливости.	1
6.	Строевые приемы в движение: перестроение из колонны по одному в колонну по два.	1
7.	Совершенствование быстрого построения в шеренгу и колонну по одному. Подвижные игры.	1
8.	Провести учет скоростных качеств в беге на 100 и 60 метров. ОФП	1
9.	Полоса препятствий.	1
10.	Знакомство с компасом. Нахождение магнитного азимута. Подвижные игры на местности.	1
11.	Совершенствование строевых движений, перестроения. Совершенствование метаний и силовых качеств.	1
12.	Развитие ловкости и эстафеты. Строевая подготовка.	1
13.	Провести командную игру - эстафету с набивным мячом (1кг).	1
14.	Перестроение в движении из колонны по 1 в колонну по 4 способом дробления и сведения.	1
15.	Круговая тренировка.	1
16.	Строевая подготовка. Выполнение статистического усилия: вис на согнутых руках.	1
17.	Эстафеты на развитие основных двигательных качеств.	1
18.	Огневая подготовка. Знакомство с материальной частью автомата Калашникова.	1
19.	Лазание по наклонной плоскости различными способами.	1

20.	Провести командную игру на местности с элементами марш-броска. Основы туристической техники.	1
21.	Чтение топографических знаков.	1
22.	Силовые упражнения в упорах. Строевая подготовка.	1
23.	Прохождение полосы препятствий в зале. Оказание первой медицинской помощи.	1
24.	Ознакомление с пневматической винтовкой. Техника безопасности.	1
25.	Провести тестирование по челночному бегу 3*10 метров. Строевая подготовка.	1
26.	Правила и техника прицеливания. Огневая подготовка.	1
27.	Безопасное поведение во время прохождения трассы.	1
28.	Исполнение песни в движении. Основы туристической техники.	1
29.	Техника и правила выполнения метания. Юнармейцы-санитары.	1
30.	Провести тестирование в беге на 1500 метров. Огневая подготовка.	1
31.	Строевая подготовка: движение в колонне по 3 с песней. Метан	1
32.	Ловля и передача мяча в движении. Бег по пересеченной местности с заданиями.	1
33.	Совершенствование дыхательных упражнений во время движения.	1
34.	Игры на воздухе. Чтение топографических знаков.	1
	<b>Итого:</b>	<b>34 ч</b>