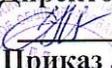


Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Лицей № 15»

Согласовано
на заседании
научно-методического Совета
Протокол № 1 от 30.08 23г.

Утверждаю
Директор МАОУ «Лицей № 15»
 Д. Г. Звонарева
Приказ № 401-0 от 31.08 23г.



Рабочая программа курса
внеурочной деятельности

«ЮНЫЙ ДРУГ ПОЛИЦИИ»

Направление: социальное

Возраст детей: 12-13 лет
Сроки реализации
2023-2024 учебный год

Автор:
Позднякова С.Н.,
учитель русского языка

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Актуальность. Перед нашим государством стоит задача построения современного правового государства. Важное место в этом процессе отводится правовому образованию граждан, в том числе подрастающего поколения. Вместе с тем среди молодежи распространенным способом решения многих проблем является физическая и вербальная агрессия, в молодежной среде все больше распространяется правовой нигилизм. Это актуализирует проблему вовлечения учащихся в правовое поле, формирования у молодежи правового самосознания, гражданской ответственности, инициативности, самостоятельности, толерантности.

Значимую роль в решении этих проблемы могут сыграть отряды «Юный друг полиции», которые являются добровольными детско-юношескими объединениями и создаются в целях профилактики правонарушений среди несовершеннолетних, совершенствования нравственного воспитания, повышения правосознания подростков, воспитания у них чувства социальной ответственности.

Важность введения программы внеурочной деятельности «Юный друг полиции» определяется и требованиями в рамках федерального государственного стандарта к обучающемуся в части правовой грамотности.

Все вышеизложенное подтверждает **актуальность, общественную значимость** данной программы.

Программа внеурочной деятельности «Юный друг полиции» реализуется на основе сетевого взаимодействия: педагогами образовательного учреждения и сотрудниками территориальных органов МВД России на районном уровне Саратовской области:

Программа имеет развивающую и практическую направленность, носит метапредметный характер. В рамках программы, учащиеся освоят начальные знания из области прав, что понадобится им в дальнейшей жизни, приобретут практические навыки оказания первой помощи пострадавшему при несчастных случаях, расширят кругозор, обретут уверенность в себе.

Программа внеурочной деятельности направлена:

- на осознание учащимися необходимости изучения своих прав как одного из средств адаптации в современных условиях;
- на развитие у учащихся моральных норм и ценностей;
- на установление конструктивных отношений с окружающими;
- на привлечение подростков к организации правовой пропаганды среди учащихся общеобразовательных учреждений;
- на оказание помощи в выборе будущей профессии, связанной с работой в органах внутренних дел Российской Федерации;
- на мотивацию к обучению в ведомственных образовательных учреждениях МВД Российской Федерации.

Данная программа внеурочной деятельности разработана на основе опыта реализации программы дополнительного образования «Юный друг полиции» в Саратовской области, призвана помочь подрастающему поколению в выборе профессии и подготовке к поступлению в высшие образовательные учреждения по данному направлению.

Программа внеурочной деятельности может быть использована для разработки рабочих программ по внеурочной деятельности и в качестве образовательного компонента деятельности общественного объединения «Юный друг полиции».

Цель: содействие в воспитании у учащихся активной позиции члена гражданского общества, способного самоопределяться на основе правовых норм и моральных ценностей, помогать другим.

Задачи.

Обучающие:

- Познакомить с основами правовых знаний;
- Расширить знания по правам и обязанностям ребенка в Российском обществе;
- Познакомить с историей правоохранительных органов Российской Федерации;
- Сформировать у учащихся начальные знания и умения по основам строевой, огневой, медицинской подготовки, поведения в чрезвычайных ситуациях;
- Расширить знания и навыки безопасного поведения и здорового образа жизни.

Развивающие:

- Содействовать развитию коммуникативных и регулятивных компетентностей;

Содействовать развитию силы и выносливости.

Воспитательные:

Содействовать воспитанию у учащихся чувства любви к Родине;

Способствовать воспитанию у учащихся социальной активности, ответственности;

Содействовать воспитанию потребности в здоровом образе жизни;

Способствовать воспитанию у учащихся уважения к закону и соблюдению общепринятых норм и правил поведения.

Срок реализации программы- 1 год

Возраст воспитанников: 12 – 13 лет

Раздел II. «Планируемые результаты освоения примерной программы внеурочной деятельности»

Планируемые результаты

Предметные результаты

Учащийся должен знать:

- историю российского законодательства;
- нормативные документы, регламентирующие деятельность органов внутренних дел Российской Федерации, защиту прав и законных интересов несовершеннолетних, ответственность несовершеннолетних за уголовные преступления и административные правонарушения;
- основные этапы истории создания МВД России;
- основные правила безопасного поведения и здорового образа жизни;
- правила техники безопасности при проведении разборки и сборки пистолета Макарова и автомата Калашникова.

Учащийся должен владеть:

- правилами правопослушного поведения в школе и обществе;
- навыками начальных строевых приемов в движении и на месте;
- навыками разборки и сборки пистолета Макарова и автомата Калашникова;
- навыками применения средств индивидуальной защиты;
- навыками личной гигиены;
- навыками оказания первой помощи пострадавшему.

Личностные результаты освоения примерной программы внеурочной деятельности

Учащийся:

- испытывает чувство гордости за свою страну, идентифицирует себя с российской нацией;
- осознает необходимость соблюдения правовых основ поведения в школе и обществе;
- старается договориться со сверстниками о правилах поведения в различных ситуациях;
- осознает ценность здорового и безопасного образа жизни.

Личностные результаты, формируемые в ходе работы объединения «Юный друг полиции», должны отражать готовность обучающихся руководствоваться системой позитивных ценностных ориентаций и расширение опыта деятельности на её основе.

1. Патриотическое воспитание:

осознание российской гражданской идентичности в поликультурном и многоконфессиональном обществе, проявление интереса к познанию родного языка, истории, культуры Российской Федерации, своего края, народов России; ценностное отношение к достижениям своей Родины — России, к науке, искусству, спорту, технологиям, боевым подвигам и трудовым достижениям народа; уважение к символам России, государственным праздникам, историческому и природному наследию и памятникам, традициям разных народов, проживающих в родной стране; формирование чувства гордости за свою Родину, ответственного отношения к выполнению конституционного долга — защите Отечества.

2. Гражданское воспитание:

готовность к выполнению обязанностей гражданина и реализации его прав, уважение прав, свобод и законных интересов других людей;

активное участие в жизни семьи, организации, местного сообщества, родного края, страны; неприятие любых форм экстремизма, дискриминации; понимание роли различных социальных институтов в жизни человека; представление об основных правах, свободах и обязанностях гражданина,

социальных нормах и правилах межличностных отношений в поликультурном и многоконфессиональном обществе;

представление о способах противодействия коррупции;

готовность к разнообразной совместной деятельности, стремление к взаимопониманию и взаимопомощи, активное участие в школьном самоуправлении;

готовность к участию в гуманитарной деятельности (помощь людям, нуждающимся в ней);

сформированность активной жизненной позиции, умений и навыков личного участия в обеспечении мер безопасности личности, общества и государства;

понимание и признание особой роли России в обеспечении государственной и международной безопасности, обороны страны, осмысление роли государства и общества в решении задачи защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;

знание и понимание роли государства в противодействии основным вызовам современности: терроризму, экстремизму, незаконному распространению наркотических средств, неприятие любых форм экстремизма, дискриминации, формирование веротерпимости, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, развитие способности к конструктивному диалогу с другими людьми.

3. Духовно-нравственное воспитание:

ориентация на моральные ценности и нормы в ситуациях нравственного выбора;

готовность оценивать своё поведение и поступки, а также поведение и поступки других людей с позиции нравственных и правовых норм с учётом осознания последствий поступков;

активное неприятие асоциальных поступков, свобода и ответственность личности в условиях индивидуального и общественного пространства;

развитие ответственного отношения к ведению здорового образа жизни, исключая употребление наркотиков, алкоголя, курения и нанесение иного вреда собственному здоровью и здоровью окружающих;

формирование личности безопасного типа, осознанного и ответственного отношения к личной безопасности и безопасности других людей.

4. Эстетическое воспитание:

формирование гармоничной личности, развитие способности воспринимать, ценить и создавать прекрасное в повседневной жизни;

понимание взаимозависимости счастливого юношества и безопасного личного поведения в повседневной жизни.

5. Ценности научного познания:

ориентация в деятельности на современную систему научных представлений об основных закономерностях развития человека, природы и общества, взаимосвязях человека с природной и социальной средой;

овладение основными навыками исследовательской деятельности, установка на осмысление опыта, наблюдений, поступков и стремление совершенствовать пути достижения индивидуального и коллективного благополучия;

формирование современной научной картины мира, понимание причин, механизмов возникновения и последствий распространённых видов опасных и чрезвычайных ситуаций, которые могут произойти во время пребывания в различных средах (бытовые условия, дорожное движение, общественные места и социум, природа, коммуникационные связи и каналы);

установка на осмысление опыта, наблюдений и поступков, овладение способностью оценивать и прогнозировать неблагоприятные факторы обстановки и принимать обоснованные решения в опасной (чрезвычайной) ситуации с учётом реальных условий и возможностей.

6. Физическое воспитание, формирование культуры здоровья и эмоционального благополучия:

понимание его значения для безопасной и продуктивной жизнедеятельности человека, общества и государства;

осознание ценности жизни;

ответственное отношение к своему здоровью и установка на здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиенических правил, сбалансированный режим занятий и отдыха, регулярная физическая активность);

осознание последствий и неприятие вредных привычек (употребление алкоголя, наркотиков, курение) и иных форм вреда для физического и психического здоровья;

соблюдение правил безопасности, в том числе навыков безопасного поведения в интернет-среде;

способность адаптироваться к стрессовым ситуациям и меняющимся социальным, информационным и природным условиям, в том числе осмысливая собственный опыт и выстраивая дальнейшие цели;

умение принимать себя и других, не осуждая;

умение осознавать эмоциональное состояние себя и других, уметь управлять собственным эмоциональным состоянием;

сформированность навыка рефлексии, признание своего права на ошибку и такого же права другого человека.

7. Трудовое воспитание:

установка на активное участие в решении практических задач (в рамках семьи, организации, города, края) технологической и социальной направленности, способность инициировать, планировать и самостоятельно выполнять такого рода деятельность;

интерес к практическому изучению профессий и труда различного рода, в том числе на основе применения изучаемого предметного знания;

осознание важности обучения на протяжении всей жизни для успешной профессиональной деятельности и развитие необходимых умений для этого;

готовность адаптироваться в профессиональной среде;

уважение к труду и результатам трудовой деятельности;

осознанный выбор и построение индивидуальной траектории образования и жизненных планов с учётом личных и общественных интересов и потребностей;

укрепление ответственного отношения к учёбе, способности применять меры и средства индивидуальной защиты, приёмы рационального и безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях;

овладение умениями оказывать первую помощь пострадавшим при потере сознания, остановке дыхания, наружных кровотечениях, попадании инородных тел в верхние дыхательные пути, травмах различных областей тела, ожогах, отморожениях, отравлениях;

установка на овладение знаниями и умениями предупреждения опасных и чрезвычайных ситуаций, во время пребывания в различных средах (в помещении, на улице, на природе, в общественных местах и на массовых мероприятиях, при коммуникации, при воздействии рисков культурной среды).

Метапредметные результаты

Учащийся:

- способен поставить перед собой цель;
- готов составить план и выполнить его;
- способен к работе в команде;
- умеет преодолевать конфликты: договариваться с людьми, взглянуть на ситуацию с позиции другого;

- способен сравнить свой результат с результатами других учащихся;

- способен анализировать деятельность своих товарищей и помогать им.

Предполагаемые воспитательные результаты реализации программы

Результаты первого уровня

Приобретение школьниками правовых знаний и социальных знаний: о нормах поведения, взаимодействия ученика и учителя; о взаимосвязи государства и права, их роли в жизни общества; об основных отраслях Российского права; о содержании основных прав и свобод человека.

Результаты второго уровня

Формирование позитивного отношения к базовым ценностям российского общества: развитие ценностного отношения к Родине, к труду, к другим людям, к своему здоровью, внутреннему миру; развитие уважительного отношения к ветеранам и труженикам тыла, к сотрудникам органов внутренних дел; участие в конкурсах и соревнованиях, слётах; участие в профилактических и имиджевых акциях, мероприятиях, проводимых сотрудниками органов внутренних дел.

Результаты третьего уровня

Получение опыта самостоятельного общественного действия: опыт определения способов поведения, основанных на соблюдении законности, применение полученных знаний в повседневной жизни; опыт общения с представителями других социальных групп, других поколений; опыт организации и проведения акций, «добрых дел», шефской помощи ветеранами.

Раздел III. «Содержание примерной программы внеурочной деятельности»

Раздел 1. Вводное занятие – 1 час.

Теория (1 час):

Тема 1.1. Повторение пройденного материала предыдущего года обучения. Особенности реализации программы «Юный друг полиции». Входная диагностика.

Формы аттестации/контроля: анкетирование.

Раздел 2. Основы правовой подготовки – 4 часа.

Теория (3 часа):

Тема 2.1. Административные правонарушения, посягающие на общественный порядок. Административные правонарушения, посягающие на общественный порядок: Мелкое хулиганство (ст. 20.1 КоАП РФ). Нарушение установленного порядка организации либо проведения собрания, митинга, демонстрации, шествия или пикетирования (ст. 20.2 КоАП РФ). Пропаганда или публичное демонстрирование нацистской атрибутики или символики (ст. 20.3 КоАП РФ). Распитие пива и напитков, изготавливаемых на его основе, алкогольной и спиртосодержащей продукции либо потребление наркотических средств или психотропных веществ в общественных местах (ст. 20.20 КоАП РФ). Появление в общественных местах в состоянии опьянения (ст. 20.21 КоАП РФ). Появление в состоянии опьянения несовершеннолетних, а равно распитие ими пива и напитков, изготавливаемых на его основе, алкогольной и спиртосодержащей продукции, потребление ими наркотических средств или психотропных веществ в общественных местах (ст. 20.22 КоАП РФ). Неуплата административного штрафа либо самовольное оставление места отбывания административного ареста (ст. 20.25 КоАП РФ).

Тема 2.2. Административные правонарушения, посягающие на общественную безопасность. Административные правонарушения, посягающие на общественную безопасность: Нарушение правил производства, продажи, хранения или учета оружия и патронов к нему, порядка выдачи свидетельства о прохождении подготовки и проверки знания правил безопасного обращения с оружием и наличия навыков безопасного обращения с оружием или медицинских заключений об отсутствии противопоказаний к владению оружием (ст. 20.8 КоАП РФ). Незаконное изготовление, продажа или передача пневматического оружия (ст. 20.10 КоАП РФ). Пересылка оружия, нарушение правил перевозки, транспортирования или использования оружия и патронов к нему (ст. 20.12 КоАП РФ). Стрельба из оружия в не отведенных для этого местах (ст. 20.13 КоАП РФ). Незаконная частная детективная или охранная деятельность (ст. 20.16 КоАП РФ).

Тема 2.3. Административные правонарушения против порядка управления. Самоуправство (ст. 19.1 КоАП РФ). Неповиновение законному распоряжению сотрудника полиции, военнослужащего, сотрудника органов по контролю за оборотом наркотических средств и психотропных веществ, сотрудника органов федеральной службы безопасности, сотрудника органов, уполномоченных на осуществление функций по контролю и надзору в сфере миграции, либо сотрудника органа или учреждения уголовно-исполнительной системы (ст. 19.3 КоАП РФ). Заведомо ложный вызов специализированных служб (ст. 19.13 КоАП РФ). Проживание гражданина Российской Федерации без удостоверения личности гражданина (паспорта) или без регистрации (ст. 19.15 КоАП РФ). Умышленная порча удостоверения личности гражданина (паспорта) либо утрата удостоверения личности гражданина (паспорта) по небрежности (ст. 19.16 КоАП РФ). Невыполнение лицом, освобожденным из мест отбывания лишения свободы, обязанностей, установленных в отношении его судом в соответствии с федеральным законом (ст. 19.24 КоАП РФ).

Практика (1 час):

Тема 2.4. Протокол об административном правонарушении

Законодательство об административных правонарушениях (КоАП РФ).

Формы аттестации/ контроля: опрос, викторина, тестирование, наблюдение.

Раздел 3. Строевая подготовка – 3 часа.

Теория (1 час):

Тема 3.1. Строй и управление им. Строевой устав. Строи отделения. Развёрнутый строй. Строи взвода. Развёрнутый строй. Походный строй.

Практика (2 часа):

Тема 3.2. Строевые приёмы на месте и в движении. Повороты, выполнение воинского приветствия, выход из строя и вход в строй. Одиночные строевые приёмы. Подход к начальнику и отход от него. Правила строевого шага. Повороты, выполнение воинского приветствия.

Прохождение торжественным маршем в составе взвода. Прохождение торжественным маршем со строевой песней.

Тема 3.3. Практические занятия. Отработка выполнения команд «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно», «Разойдись», выполнение поворотов на месте в целом, остановка по команде «Стой!». Движение строевым шагом по подразделениям; движение строевым шагом в целом; отработка поворотов в движении, выполнение воинского приветствия в движении. Обработка перестроения в две и одну шеренги; движение в составе подразделения походным и строевым шагом. Выполнение выхода из строя; выполнение воинского приветствия на месте в головном уборе; выполнение подхода к начальнику. Прохождение торжественным маршем; прохождение с песней.

Формы аттестации/контроля: наблюдение; смотр строевой песни.

Раздел 4. Основы безопасности жизнедеятельности – 4 часа.

Теория (1 час):

Тема 4.1. Экстремальные ситуации в природной среде. Причины возникновения экстремальных ситуаций в природной среде.

Практика (3 часа):

Тема 4.2. Опасности: субъективные и объективные. Субъективные опасности: недостаточная физическая, техническая, морально-волевая подготовка участников похода, недисциплинированность, слабая предподходная подготовка (нехватка продуктов, недостаток сведений о районе похода, неточный картографический материал, некачественное снаряжение), переоценка сил группы и недооценка встречающихся препятствий, пренебрежение страховкой и ослабление внимания на простых участках маршрута, недостаточный самоконтроль и взаимный контроль при низких температурах и ветре, неумение оказать правильную первую доврачебную помощь, небрежное обращение с огнем и горячей пищей. Объективные опасности: резкое изменение погоды, все технически сложные участки, гипоксия (горная болезнь), солнечные ожоги в горах и на снегу, ядовитые животные и насекомые, стихийные бедствия. Меры по исключению субъективных и преодолению объективных опасностей. Факторы выживания в природных условиях. Стрессоры выживания. Что надо знать о себе, чтобы выжить. Страх и способы его преодоления. Внимание, память и мышление – необходимые факторы выживания. Ощущение и восприятие действительности. Воображение и элементы выживания. Влияние характера на поведение в условиях выживания. Психологический климат в группе – определяющий фактор адекватных действий.

Тема 4.3. Организация быта в экстремальных ситуациях. Организация ночлегов в летний период. Изготовление тентов, навесов, шалашей. Организация ночлегов в зимний период. Устройство пещер, траншей, иглу. Использование костров для обогрева при организации ночлегов в экстремальных ситуациях. Способы добывания огня без спичек. Организация питания в экстремальных условиях. Охота и рыбалка. Использование в пищу дикорастущих растений. Приготовление пищи в экстремальных условиях. Строительство временных укрытий. Подготовка и разжигание костра типа «нодья». Добывание огня без спичек. Приготовление пищи в экстремальных ситуациях.

Тема 4.4. Поведение человека при попадании в экстремальные и чрезвычайные ситуации. Овладение практическими навыками поведения при попадании в экстремальные и чрезвычайные ситуации. Меры личной безопасности. Овладение навыками противостояния влияния идеологий деструктивной направленности, в том числе «АУЕ», «Скулшутинг», «Колумбайна» и других.

Формы аттестации/ контроля: опрос, защита мини-проекта, наблюдение.

Раздел 5. Оказание первой помощи – 4 часа.

Теория (1 час):

Тема 5.1. Первая помощь при несчастных случаях и внезапных заболеваниях: обморок, тепловой и солнечный удар, асфиксия, отравление, укусы, ожоги и обморожения, электротравма. Первая помощь при несчастных случаях и внезапных заболеваниях. Обморок, причины его возникновения, доврачебная помощь при обмороке. Первая помощь при тепловом и солнечном ударе. Асфиксия, ее причины и признаки. Первая помощь при асфиксии (утопление, удушье, нарушении дыхания в результате попадания инородного тела в дыхательные пути). Отравление, его виды и причины возникновения. Признаки отравления токсическими веществами: газами (выхлопными, взрывными, угарными), жидкостями (кислоты, щелочи), алкоголем, пищевыми продуктами. Первая помощь при укусах змей, пчел, бешеных животных. Ожоги и их классификация. Доврачебная помощь при ожогах. Обморожение, его степени. Доврачебная помощь

при обморожении и общем замерзании. Электротравма (поражение электрическим током, молнией). Доврачебная помощь при электротравме.

Практика (3 часа):

Тема 5.2. Первая помощь при неотложных состояниях. Неотложные состояния. Эпилепсия, комы различной этиологии, обморок, коллапс, ИБС – способы диагностики и доврачебная помощь.

Тема 5.3. Способы реанимации. Понятие клинической и биологической смерти, признаки наступления и методы их определения. Причины остановки сердца, понятие о фибрилляции. Непрямой массаж сердца, искусственное дыхание и способы их проведения. Правила искусственного дыхания. Осложнения при проведении реанимационных мероприятий. Отработка проверки признаков клинической смерти и сердечно-легочной реанимации на роботе-тренажере и других обучающихся в одиночку, в парах, в тройках.

Тема 5.4. Приемы транспортировки пострадавшего. Переноска пострадавшего при травмах различной локализации. Организация транспортировки и переноска пострадавшего в зависимости от характера и места получения травмы, его состояния, количества участников, оказывающих помощь. Транспортировка на рюкзаке с палкой, в рюкзаке, на веревке, вдвоем на поперечных палках, переноска вдвоем на шестах (или лыжах) со штормовками, на носилках-плетенках из веревок, на шесте, на плащ-палатке. Изготовление носилок из шестов, волокуши из лыж. Изготовление носилок, волокуш, отработка навыков транспортировки пострадавшего группой в 5 и более человек без использования подручных средств и на плащ-палатке, транспортировка пострадавшего вчетвером, переноска пострадавшего сидя вдвоем и втроем, способы переноски пострадавшего в одиночку при травмах различной локализации.

Формы аттестации/контроля: наблюдение за правильностью выполнения практических упражнений, совместное обсуждение.

Раздел 6. Огневая подготовка – 4 часа.

Теория (1 час):

Тема 6.1. Назначение, боевые свойства и устройство АК-74. Назначение и боевые свойства АКС-74; АКС-74У. Устройство, назначение частей и механизмов (принадлежности для чистки автомата (пенал, шомпол), магазин, ствольная коробка, ударно-спусковой механизм, ствол с дульным тормозом - компенсатором, прицельные приспособления). Взаимодействие частей и механизмов автомата.

Практика (3 часа):

Тема 6.2. Сборка и разборка автомата АК-74. Порядок приведения автомата к нормальному бою. Чистка и смазка АК 74 (периодичность и порядок). Порядок неполной разборки и сборки автомата. Порядок снаряжения магазина. Выполнение неполной разборки и сборки автомата. Снаряжение магазина автомата 30-ю патронами.

Тема 6.3. Порядок организации стрельб. Приемы и правила стрельбы. Требования к организации и проведению стрельб. Права и обязанности лиц, организующих и обслуживающих стрельбы. Команды, подаваемые на рубежах и порядок их выполнения при стрельбе из АК. Подготовка к стрельбе; получение патронов, назначение целей, снаряжение магазина. Прекращение стрельбы, прекращение стрельбы по команде, прекращение стрельбы самостоятельно.

Тема 6.4. Изготовка для стрельбы. Правила прицеливания. Способы удержания оружия одной рукой, двумя руками. Прицеливание. Понятие ровной мушки. Обработка спускового крючка. Дыхание при прицеливании. Производство выстрела. Удержание оружия после выстрела. Изготовки: принятие положений для стрельбы стоя с одной руки; с двух рук, с колена, лежа с упора и из-за укрытия. Отработка изготовки для стрельбы лежа различными способами. Отработка удержания ровной мушки на командирском ящике; отработка навыков прицеливания на макете автомата. Выполнение начального упражнения при стрельбе из автомата АКС-74.

Формы аттестации/ контроля: опрос, выполнение норматива по разборке и сборке пистолета Макарова и автомата Калашникова.

Раздел 7. Физическая подготовка - 5 часов.

Теория (1 час):

Тема 7.1. Краткие сведения о строении и функциях организма человека и влияние физических упражнений на укрепление здоровья, работоспособности. Краткие сведения о строении человеческого организма (органы и системы). Костно-связочный аппарат. Мышцы, их строение и взаимодействие. Совершенствование функций организма человека под воздействием занятий спортом. Самоконтроль. Значение и содержание самоконтроля при занятиях

спортом. Понятие о здоровом образе жизни. Необходимость чередования труда и спортивных занятий. Режим питания.

Практика (4 часа):

Тема 7.2. Общеразвивающие, подготовительные и специальные упражнения.

Разминочные упражнения для верхнего плечевого пояса, рук, спины, ног. Упражнения для развития силы, ловкости, выносливости, координации. Акробатические упражнения, группировки, перекаты, кувырки вперед, назад, с прыжка, через плечо, перевороты, «колесо». Специально-подготовительные упражнения: страховки и самостраховки (группировки, перекаты, падения вперед, назад, на бок, через партнера, стоящего на четвереньках, через руку партнера) элементарные технические действия (стойки, дистанции, захваты, передвижения, выведение из равновесия, подготовки к броскам-подвороты), перевороты из упора-на мост и обратно.

Тема 7.3. Удары руками, ногами, защита от ударов. Болевые точки и уязвимые места на теле человека, стойки, передвижения, ударные поверхности руки, ноги. Прямые удары кулаком в голову (левой и правой рукой). Защита-блок разноименной рукой снаружи вовнутрь на месте и с уходом от ударов. Боковой удар кулаком: в голову, живот. Защита-блок разноименной рукой изнутри наружу на месте и уходом от удара. Удары кулаком снизу в живот. Защита разноименной рукой сверху вниз на месте и с уходом от удара. Удары рукой сверху в голову. Защита разноименной рукой снизу-вверх на месте и с уходом от ударов. Удары наотмашь рукой в голову. Защита двумя руками на месте и с уходом от ударов. Прямой удар ногой в пах. Защита двумя руками на месте и с уходом от ударов.

Тема 7.4. Развитие силовой выносливости. Общая силовая выносливость - способность к длительной и эффективной двигательной активности, вовлекающей в работу большинство мышечных групп; предъявляющая достаточно внушительные требования к дыхательной, сердечно-сосудистой и центральной нервной системам. Бег 30 м, 60 м, 300 м, 500 м, 1000 м; бег на длинные дистанции: девочки 1500 м, мальчики 2000 м; бег в равномерном темпе по равнинной и пересеченной местности (кросс) на дистанции от 2,5 до 5 км с преодолением естественных и искусственных препятствий. Прыжки через препятствия. Бег «в гору». Марш-броски и однодневные походы. Бег с изменением скорости, темпа и продолжительности бега в различных условиях местности. Смешанное передвижение с чередованием ходьбы, бега. Ходьба на лыжах на дистанции от 3 до 5 км. Плавание различными способами на дистанции до 300 м. Лазание по канату на скорость. Эстафеты: встречные, с преодолением препятствий, с прыжками, по кругу и т.д.

Примерный комплекс упражнений, ориентированный на развитие силовой выносливости. Приседания в классическом варианте (на двух ногах). Присесть и встать на одной ноге у гимнастической стенки, другая вперед. При приседании угол в коленном суставе до 90°. Присесть на одной ноге, другая вперед, встать с последующим отталкиванием. Смена положения ног прыжком в широком выпаде вперед, сохраняя длину выпада. Стоя на толчковой ноге, маховой опереться о рейку гимнастической стенки на высоте таза. Прыгать вверх, отталкиваясь передней частью стопы. Стоя правой ногой на полу, левая на опоре 25-40 см, подпрыгивание вверх, отталкиваясь левой ногой. Стоя одной ногой на опоре 30-50 см, вторая нога на полу. Подпрыгивание вверх со сменой положения ног. Повторные прыжки вверх из глубокого приседа. Бег на месте, высоко поднимая бедро. Бег в наклоне с опорой, подъем бедра до груди. Бег с продвижением вперед, высоко поднимая бедро. Прыжки поочередно с ноги на ногу на 50-100 м. Партнеры лежат на спине, упираясь ступнями ног друг в друга. «Велосипедный бег» с сопротивлением партнеров.

Тема 7.5. Развитие скоростно-силовых качеств. Скоростно-силовые качества – это способность человека к проявлению предельно возможных усилий в кратчайший промежуток времени при сохранении оптимальной амплитуды движений. Упражнения, ориентированные на развитие скоростно-силовых качеств: упражнения с преодолением веса собственного тела, упражнения с дополнительными отягощениями (пояс и т.п.), упражнения с использованием сопротивления внешней среды, упражнения с преодолением внешнего сопротивления (блоки, резина, бинты).

Упражнения для развития силы. Упражнения на перекладине: подтягивание - мальчики на высокой, девочки на низкой. Брусья: сгибание, разгибание рук в упоре. Поднимание туловища из положения лежа. Сгибание и разгибание рук в упорах. Приседание на одной и двух ногах. Упражнения с отягощениями. Перетягивание каната. Подтягивание, поднимание ног из положения в висе на натянутых верёвочных перилах. Конкурсы на натянутых верёвочных перилах, «Рукоход».

Формы аттестации/контроля: опрос, сдача норм ГТО, составление памяток.

Раздел 8. Коммуникативный тренинг – 4 часа.

Теория (1 час):

Тема 8.1. Психология межличностного общения. Формирование навыков бесконфликтного общения с представителями различных социальных групп, умения слушать и слышать другого человека, эмпатии. Стиль поведения в конфликте, стратегии преодоления конфликтов.

Практика (3 часа):

Тема 8.2. Формирование навыков асертивности. Формирование навыков противодействия вовлечению подростка в различные виды асоциального поведения. Раскрепощение, высвобождение творческого потенциала подростков, направленного на профилактическую работу с представителями различных возрастов и различных социальных групп.

Тема 8.3. Формирование навыков работы в команде. Признаки эффективной команды. Риски, связанные с работой команд. Диагностика команды.

Тема 8.4. Работа со сверстниками по профилактике противоправного поведения. Упражнения и коммуникативные игры на раскрепощение, развитие творческого потенциала подростков. Подготовка и проведение мероприятий, акций по профилактике противоправного поведения сверстников. Пропаганда здорового образа жизни, профилактика алкоголизма, наркомании и табакокурения.

Формы аттестации/контроля: синквейн, наблюдение, рефлексия.

Раздел 9. Первая помощь при травмах – 2 часа.

Теория (1 час):

Тема 9.1. Первая помощь при ушибах, вывихах, переломах. Способы иммобилизации. Травматический шок. Способы предупреждения шока. Синдром длительного сдавления. Понятие о травмах. Последовательность действий при осмотре пострадавших. Правила снятия одежды и обуви с пострадавших. Определение и признаки ушиба вывиха, растяжения, разрыва связок, перелома. Первая помощь при ушибах, вывихах. Классификация переломов. Возможные осложнения при переломах, первая помощь. Способы иммобилизации. Травматический шок. Причины шока, классификация и основные признаки. Помощь пострадавшим, находящимся в состоянии шока. Синдром длительного сдавления, первая помощь.

Практика (1 час):

Тема 9.2. Способы иммобилизации при травмах конечностей. Общие понятия о иммобилизации. Особенности иммобилизации при повреждениях конечностей. Правила транспортной иммобилизации. Иммобилизация при повреждениях предплечья, плеча, бедра, голени. Обучение способам иммобилизации поврежденной части тела с помощью подручных средств и шин из картона.

Формы аттестации/контроля: опрос, наблюдение.

Раздел 10. – Основы правил дорожного движения - 1 час.

Теория (1 час):

Тема 10.1. Административная и уголовная ответственность за нарушения ПДД пешеходами и водителями. Знакомство с работой инспекторов ДПС ОГИБДД. Административная ответственность за управление транспортным средством без водительского удостоверения, в состоянии алкогольного и наркотического опьянения, за превышение скорости и т.д. Уголовная ответственность за нарушение ПДД, повлекшее нанесение вреда жизни и здоровью другим участникам дорожного движения. Законодательное и нормативно-правовое регулирование Госавтоинспекции Российской Федерации.

Формы аттестации/контроля: опрос, наблюдение.

Раздел 11. Подготовка и участие в конкурсах, слетах, соревнованиях и акциях – 1 час.

Практика (1 час)

Тема 11.1. Подготовка к слетам, конкурсам, соревнованиям. Конкурсные мероприятия. Подготовка к (региональному, районному, городскому) слёту, конкурсу, соревнованию отрядов ЮДП, изучение положения, повторение теоретических знаний, умений и навыков. Тренировочное занятие по видам соревнований. Участие в конкурсных мероприятиях (слётах, конкурсах, соревнованиях отрядов ЮДП).

Формы аттестации/контроля: результаты участия в конкурсах, соревнованиях, слетах отрядов ЮДП.

Раздел 12. Заключительное занятие – 1 час.

Практика (1 час):

Тема 12.1. Итоги третьего года реализации программы. Проведение круглого стола. Обсуждение итогов реализации программы третьего года обучения. Рефлексия.

Формы аттестации/контроля: рефлексия.

IV. Учебно-тематический план

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов	Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
Вводное занятие				
1	Повторение материала предыдущего года обучения	1	05.09	http://buimainold/start1.html
Основы правовой подготовки				
2	Административные правонарушения, посягающие на общественный порядок.	1	12.09	http://buimainold/start1.html
3	Административные правонарушения, посягающие на общественную безопасность.	1	19.09	http://buimainold/start1.html
4	Административные правонарушения против порядка управления.	1	26.09	http://buimainold/start1.html
5	Протокол об административном правонарушении	1	03.10	http://buimainold/start1.html
Строевая подготовка				
6	Строй и управление им	1	10.10	http://buimainold/start1.html
7	Строевые приемы на месте и в движении	1	17.10	http://buimainold/start1.html
8	Практические занятия	1	24.10	http://buimainold/start1.html
Основы безопасности жизнедеятельности				
9	Экстремальные ситуации в природной среде.	1	07.11	http://buimainold/start1.html
10	Опасности: субъективные и объективные	1	14.11	http://buimainold/start1.html
11	Организация быта в экстремальных ситуациях	1	21.11	http://buimainold/start1.html
12	Поведение человека при попадании в экстремальные и чрезвычайные ситуации.	1	28.11	http://buimainold/start1.html
Оказание первой помощи				
13	Первая помощь при несчастных случаях и внезапных заболеваниях: обморок, тепловой и солнечный удар, асфиксия, отравление, укусы, ожоги и обморожения, электротравма.	1	05.12	http://buimainold/start1.html
14	Первая помощь при неотложных состояниях.	1	12.12	http://buimainold/start1.html
15	Способы реанимации.	1	19.12	http://buimainold/start1.html
16	Приемы транспортировки пострадавшего.	1	26.12	http://buimainold/start1.html
Огневая подготовка				
17	Назначение, боевые свойства и устройство автомата АК-74	1	09.01	http://buimainold/start1.html
18	Сборка и разборка автомата АК-74	1	16.01	http://buimainold/start1.html
19	Порядок организации стрельб. Приемы и правила стрельбы	1	23.01	http://buimainold/start1.html
20	Изготовка для стрельбы. Правила прицеливания	1	30.01	http://buimainold/start1.html
Физическая подготовка				
21	Краткие сведения о строении и функциях организма человека и влияние физических упражнений на укрепление здоровья, работоспособности.	1	06.02	http://buimainold/start1.html

22	Общеразвивающие, подготовительные и специальные упражнения	1	13.02	http://buimainold/start1.html
23	Удары руками, ногами, защита от ударов	1	20.02	http://buimainold/start1.html
24	Развитие силовой выносливости	1	27.02	http://buimainold/start1.html
25	Развитие скоростно-силовых качеств	1	05.03	http://buimainold/start1.html
Коммуникативный тренинг				
26	Психология межличностного общения	1	12.03	http://buimainold/start1.html
27	Формирование навыков асертивности	1	19.03	http://buimainold/start1.html
28	Формирование навыков работы в команде	1	02.04	http://buimainold/start1.html
29	Работа со сверстниками по профилактике противоправного поведения	1	09.04	http://buimainold/start1.html
Первая помощь при травмах				
30	Первая помощь при ушибах, вывихах, переломах. Способы иммобилизации. Травматический шок. Способы предупреждения шока. Синдром длительного сдавления.	1	16.04	http://buimainold/start1.html
31	Способы иммобилизации при травмах конечностей.	1	23.04	http://buimainold/start1.html
Правила дорожного движения				
32	Административная и уголовная ответственность за нарушения ПДД пешеходами и водителями. Знакомство с работой инспекторов ДПС ОГИБДД.	1	07.05	http://buimainold/start1.html
Подготовка и участие в конкурсах, слетах, соревнованиях и акциях				
33	Подготовка к слетам, конкурсам, соревнованиям. Конкурсные мероприятия	1	14.05	http://buimainold/start1.html
Заключительное занятие				
34	Итоги третьего года реализации программы	1	21.05	http://buimainold/start1.html

V. Учебно - методическое обеспечение:

Список литературы для педагогов

1. Конституция Российской Федерации (принята всенародным голосованием 12 декабря 1993 г.).
2. Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
3. Федеральный закон от 07.02.2011 № 3-ФЗ «О полиции».
4. Федеральный Закон от 24.06.1999 № 120-ФЗ «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних».
5. Кодекс Российской Федерации об административных правонарушениях - М., 2014. – 235 с., ил.
6. Государственная программа «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации на 2016-2020 годы».
7. Концепция развития дополнительного образования.
8. Зубач А. В. Административная деятельность органов внутренних дел в вопросах и ответах: моногр. / А.В. Зубач, А.Н. Кокорев. – М.: МосУ МВД России, Щит-М, 2016. – 352 с.
9. Лен К.В. Хрестоматия по истории органов внутренних дел [Электр, ресурс]. – Барнаул, 2013. – URL: <http://buiainold/start1.html> АИС «Методика».
10. Методические рекомендации по разработке и оформлению дополнительных общеразвивающих программ и рабочих программ курсов внеурочной деятельности. Буйлова Л.Н., Филатова М.Н. – Москва, ГАОУ ВО МИОО, 2016. – 25 с.
11. Правовое воспитание учащихся: (Из опыта работы) / Сост. Г.П. Давыдов, А.Ф. Никитин, В.М. Обухов. – М.: Просвещение, 2014. – 159 с.
12. Профилактика социально-опасного поведения школьников. - Волгоград: Учитель, 2014. – 231 с.

Список литературы для учащихся

1. Ильин И.А. О сущности правосознания. – М., 1993.
2. Комаров С.А. Общая теория государства и права. – М., 1998.
3. Никитин А.Ф. Право и политика. – М., 1998

