

Министерство образования и науки Самарской области

Структурное подразделение, реализующее дополнительные  
общеобразовательные программы, Центр детского творчества  
государственного бюджетного общеобразовательного учреждения Самарской  
области средней общеобразовательной школы №1 имени Героя Советского  
Союза И.М. Кузнецова с. Большая Черниговка м.р. Большечерниговский  
Самарской области

Рассмотрена на заседании  
методического совета  
Протокол № 5 от 31.05.2023 г.

УТВЕРЖДЕНА  
приказом СП Центр  
детского творчества  
№ 92 од-с1 от 01.06.2023 г.  
Р.Х. Трубарова

**Дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа  
«Патриот»**

социально-гуманитарной направленности

Срок реализации – 1 год  
Возраст обучающихся 7-13 лет

Разработчик:  
Эргашев Р.К. педагог  
дополнительного образования  
СП Центр детского творчества

с. Большая Черниговка, 2023г.

### **Краткая аннотация программы**

Программа «Патриот» дает возможность объединить различные виды деятельности детей: теоретические и практические занятия по военно-патриотической подготовке. Она основана на реализации разнообразных детских интересов, творческого потенциала школьников, развитии в каждом ребенке стремлений стать лучше, знать больше, преодолеть себя, столкнувшись с трудностями, на сотрудничество ребят, сверстников разного возраста и взрослых при подготовке к мероприятиям данного направления.

Патриотическое воспитание подрастающего поколения всегда являлось одной из важнейших задач современной школы, ведь детство и юность – самая благодатная пора для привития священного чувства любви к Родине.

### **Пояснительная записка**

**Направленность** дополнительной общеразвивающей программы «Патриот» социально – гуманитарная

**Актуальность и педагогическая целесообразность программы:**

Новые идеологические установки приводят к изменению современной школы. Эти изменения требуют нового подхода в формировании патриотического и гражданского сознания учащихся. Развивающемуся обществу нужны не только современно образованные, нравственные, предприимчивые люди, которые самостоятельно могут принимать решения в ситуации выбора, прогнозируя их возможные последствия, способы к сотрудничеству, отличающиеся мобильностью, динамизмом, конструктивностью, но и горячо любящие свою Родину, свой родной край, способные защищать Отчизну.

Педагогические ценности, анализ материалов (нормативные документы, анкеты детей, учителей, родителей) позволяют определить образ учащегося: *наш выпускник – гражданин России, способный, эффективно адаптируясь, свободно самоопределяться и самореализовываться в культурном и социальном пространстве на основе сложившейся системы ценностных ориентаций и нравственных позиций, опирающихся как на национальные, так и общечеловеческие ценности.*

Поэтому патриотическое воспитание способствует становлению и развитию личности, обладающей качествами гражданина и патриота своей страны.

Основанием для создания данной дополнительной общеразвивающей программы стали следующие **нормативные документы:**

Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

Указ Президента Российской Федерации «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года»;

Концепция развития дополнительного образования до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р);

Приказ Министерства просвещения России от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 25 мая 2019 г. № 996-р);

Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;

Приказ Министерства просвещения РФ от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;

Приказ Министерства Просвещения Российской Федерации от 30.09.2020 № 533 «О внесении изменений в порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом Министерства Просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 № 196»;

Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 года N 28 «Об утверждении СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

Стратегия социально-экономического развития Самарской области на период до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства Самарской области от 12.07.2017 № 441);

Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы));

Письмо министерства образования и науки Самарской области от 30.03.2020 № МО-16-09-01/434-ТУ (с «Методическими рекомендациями по подготовке дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ к прохождению процедуры экспертизы (добровольной сертификации) для последующего включения в реестр образовательных программ, включенных в систему ПФДО»).

**Новизна** данной дополнительной образовательной программы заключается в том, что **по форме организации образовательного процесса она является модульной.**

Дополнительная образовательная программа «Патриот» состоит из 3 модулей: «Я гражданин», «Строевая подготовка», «Общефизическая подготовка».

Данная дополнительная общеобразовательная программа рассчитана на полную реализацию в течение одного года.

Программа ориентирована на обучение детей 7-13 лет. Объем программы - 108 часов. Режим занятий - 1 раз в неделю 3 академических часа, при наполняемости - 11 учащихся в группе.

**Актуальность и педагогическая целесообразность программы:**

Новые идеологические установки приводят к изменению современной школы. Эти изменения требуют нового подхода в формировании патриотического и гражданского сознания учащихся. Развивающемуся обществу нужны не только современно образованные, нравственные, предприимчивые люди, которые самостоятельно могут принимать решения в ситуации выбора, прогнозируя их возможные последствия, способны к сотрудничеству, отличающиеся мобильностью, динамизмом, конструктивностью, но и горячо любящие свою Родину, свой родной край, способные защищать Отчизну.

Педагогические ценности, анализ материалов (нормативные документы, анкеты детей, учителей, родителей) позволяют определить образ учащегося: *наш выпускник – гражданин России, способный, эффективно адаптируясь, свободно самоопределяться и самореализовываться в культурном и социальном пространстве на основе сложившейся системы ценностных ориентаций и нравственных позиций, опирающихся как на национальные, так и общечеловеческие ценности.*

Поэтому патриотическое воспитание способствует становлению и развитию личности, обладающей качествами гражданина и патриота своей страны. Уровень освоения программы ознакомительный.

**Цели программы:**

- создание условий для развития высокой социальной активности, гражданской ответственности, духовности, становления настоящих граждан России, обладающих позитивными ценностями и качествами, способных проявить их в созидательном

процессе в интересах Отечества, обеспечения его жизненно важных интересов и устойчивого развития.

**Задачи программы:**

- сформировать осознанное отношение к Отечеству, его прошлому, настоящему и будущему на основе исторических ценностей и роли России в судьбах мира;
- углублять знания об истории и культуре родного края.
- сформировать у учащихся чувства гордости за героическое прошлое своей родины;
- способствовать физическому развитию и здоровому образу жизни учащихся;
- обучать учащихся действиям в экстремальных ситуациях

*Образовательные задачи:*

- сформировать знания о футболе, его истории и о современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни;
- обучить основным положениям Строевого устава;
- развивать опыт взаимодействия, сотрудничества.

*Воспитательные задачи:*

- воспитать положительные качества личности, соблюдение норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в соревновательной деятельности;
- вовлекать их в деятельность патриотической направленности.

*Развивающие задачи:*

- развивать специальную статическую выносливость, волевые качества, стрессовую устойчивость;
- развивать координацию, тактическое мышление.
- развивать навыки сотрудничества, коллективной работы, освоение основ межкультурного взаимодействия в школе и социальном окружении.

**Возраст детей, участвующих в реализации программы:** 7-13 лет

**Сроки реализации:** 1 год

**Формы обучения:**

- практические занятия;
- беседы;
- игровые программы;
- проведение праздников;
- викторины;
- эстафета
- работа на площадке

**Формы организации деятельности:** групповая

**Режим занятий:** 1 раз в неделю 3 часа

**Наполняемость учебных групп:** составляет 15 человек.

**Планируемые результаты**

**Личностные:**

- готовность соблюдать нормы коллективного взаимодействия и сотрудничества в соревновательной деятельности;
- желание участвовать в деятельности по патриотической направленности;
- готовность и способность обучающихся к саморазвитию;
- умение осознать свою идентичность как гражданина страны, члена семьи, этнической и религиозной группы, локальной и региональной общности;
- умение уважительно относиться к истории и культуре своего народа и народов, живущих рядом;

## Метапредметные:

- развитие специальной статической выносливости, волевых качеств, стрессовую устойчивость;
- развитие координации, тактического мышления
- развитие навыков сотрудничества с соучениками, коллективной работы, освоение основ межкультурного взаимодействия в школе и социальном окружении..

## Предметные результаты.

Модульный принцип построения программы предполагает описание предметных результатов в каждом конкретном модуле.

### Учебный план ДОП «Патриот»

№ п/п	Наименование модуля	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	Модуль «Я гражданин»	39	9	30
2.	Модуль «Строевая подготовка»	42	15	27
3.	Модуль «Общесфизическая подготовка»	27	6	21
	<b>Итого:</b>	<b>108</b>	<b>30</b>	<b>78</b>

### Критерии оценки знаний, умений и навыков при освоении программы

Для того чтобы оценить усвоение программы, в течение года используются следующие методы диагностики: собеседование, наблюдение, анкетирование, выполнение отдельных заданий, тестирование, участие в конкурсах, соревнованиях.

По завершению учебного плана каждого модуля оценивание знаний проводится посредством викторины, интеллектуальной игры или интерактивного занятия.

Применяется 3-х балльная система оценки знаний, умений и навыков обучающихся (выделяется три уровня: ниже среднего, средний, выше среднего). Итоговая оценка результативности освоения программы проводится путём вычисления среднего показателя, основываясь на суммарной составляющей по итогам освоения 3-х модулей.

Уровень освоения программы ниже среднего – ребёнок овладел менее чем 50% предусмотренных знаний, умений и навыков, испытывает серьёзные затруднения при работе с учебным материалом; в состоянии выполнять лишь простейшие практические задания педагога.

Средний уровень освоения программы – объём усвоенных знаний, приобретённых умений и навыков составляет 50-70%; работает с учебным материалом с помощью педагога; в основном, выполняет задания на основе образца; удовлетворительно владеет теоретической информацией по темам курса.

Уровень освоения программы выше среднего – учащийся овладел на 70-100% предусмотренным программой учебным планом; работает с учебными материалами самостоятельно, не испытывает особых трудностей; выполняет практические задания с элементами творчества; свободно владеет теоретической информацией по курсу, умеет применять полученную информацию на практике.

### Формы контроля качества образовательного процесса:

- собеседование,
- наблюдение,

- интерактивное занятие;
- анкетирование,
- выполнение творческих заданий,
- тестирование,
- участие в конкурсах, викторинах в течение года.

### 1.Модуль «Я гражданин»

**Цель модуля:** формирование гражданской и правовой направленности личности, активной жизненной позиции.

**Задачи модуля:**

1. Воспитывать правосознание, способность к осознанию своих прав и прав другого человека;
2. Формировать культуру проявления гражданской позиции;
3. Сформировать у учащихся систему знаний, уважения и интереса к государственным символам России;
  - 4.Изучить историю родного края, своего района, своего села, используя различные наглядные пособия, видео- и аудиоматериалы, компьютер, Интернет и т.д.

**Предметные ожидаемые результаты**

Обучающийся должен знать:

- свои права и права другого человека;
- историю родного края, своего района, своего села;
- государственные символы России.

Обучающийся должен уметь:

- проявлять свою гражданскую позицию;
- самостоятельно работать с текстами документов, со справочной литературой, статистическими данными, различными наглядными пособиями, видео- и аудиоматериалами, компьютером, Интернетом и т.д.

Обучающийся должен приобрести навык:

- проявления гражданской позиции;

**Учебно – тематический план модуля «Я гражданин»»**

№ п/п	Наименование тем	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Россия - Родина моя. Символы государства – герб и флаг. Гимн России.	3	2	1	Входящая диагностика, наблюдение, анкетирование
2.	Родной край – частица России. Символика края. Самарский край – житница России.	3	2	1	Наблюдение, беседа
3.	Мой край родной. Символика района (флаг, герб).	3	2	1	Наблюдение, беседа
4.	Русский солдат сам черт ему не брат.	3	1	2	Наблюдение, беседа
5.	Русские полководцы. Дмитрий Донской и	3	1	2	Наблюдение, беседа

	Александр Невский.				
6.	Русские полководцы. А.В. Суворов и другие	3	1	2	Наблюдение, беседа
7.	Встреча с участниками боевых действий.	3	0	3	Беседа
8.	Просмотр презентаций.	3	0	3	Наблюдение, беседа
9.	Акция «Георгиевская ленточка», «Бессмертный полк». Концерт в клубе.	3	0	3	Акция
10.	«Зарница.	3	0	3	Игра
11.	Конкурс рисунков «Аты-баты шли солдаты»	3	0	3	Конкурс
12.	Подвижные игры на основе программного материала из раздела "Гимнастика с элементами акробатики" «Сокол и лиса», «Посадка картофеля»	3	0	3	Игра
13.	Подвижные игры на основе программного материала из раздела "Легкая атлетика" Бег командами («сороконожка» «Лабиринт»).	3	0	3	Игра
	<b>Итого</b>	<b>39</b>	<b>9</b>	<b>30</b>	

### Содержание занятий

**Тема 1. Вводное занятие.** Знакомство с программой, целями и задачами кружка. Пропаганда активного и здорового образа жизни, значение семейных ценностей. Безопасное поведение в школе. Инструктаж ТБ. Россия – Родина моя. Символы государства – герб и флаг. Гимн России. Россия - наша Родина. Москва – столица Российского государства. Символы государства (герб, флаг, гимн). История появления символов. Понятия: герб, флаг, гимн, символ, значение цветов и образов.

**Тема 2.** Родной край – частица России. Символика края. Самарский край – житница России.

**Тема 3.** Символика края. Мой край родной. Символика района (флаг, герб). Город Самара. Достопримечательности края. Люди и их занятия.

**Понятия:** гражданин, права и обязанности граждан, патриот. Мой родной поселок. Основание Большечерниговского района и поселка. Поселок в наши дни. Символика района (флаг, герб). Достопримечательности района. Мы о поселке стихами говорим. Понятия: односельчанин, достопримечательность.

**Тема 4.** Русский солдат сам черт ему не брат. Просмотр видео. Конкурсы и викторина.

**Тема 5.** Русские полководцы. Дмитрий Донской и Александр Невский.

**Тема 6.** Русские полководцы. А.В. Суворов. Встреча с участниками боевых действий. Беседа-интервью.

**Тема 7.** Встреча с участниками боевых действий. Беседа-интервью.

**Тема 8.** Просмотр презентаций.

**Тема 9.** Акция «Георгиевская ленточка», «Бессмертный полк». Концерт в клубе. Проведение акции на улице в селе. Участие в концерте.

**Тема 10.** Зимняя игра «Зарница. Летняя игра «Зарница» Проведение военно-спортивной игры «Зарница» с участием родителей.

**Тема 11.** Конкурс рисунков «Аты-баты шли солдаты». Проведение выставки и конкурса рисунков по теме.

**Тема 12.** Введение. Повторение основных знаний о подвижной игре. Понятие правил игры, выработка правил. Подвижные игры на основе программного материала из раздела "Гимнастика с элементами акробатики" «Сокол и лиса», «Посадка картофеля» Разучивание игры. Проведение игры.

**Тема 13.** Подвижные игры на основе программного материала из раздела "Легкая атлетика" Бег командами («сороконожка»). «Лабиринт». Разучивание игры. Проведение игры.

## **2.Модуль «Строевая подготовка »**

**Цель модуля:** создание условий для физического развития детей, укрепление здоровья, физическое и личностное развитие обучающихся, овладение обучающимися знаниями, умениями и навыками в применении положений Строевого устава.

**Задачи модуля:**

- формировать уровень военно-профессиональной мотивации;
- обучить знаниями, умениям и навыкам в применении положений Строевого устава;
- приобщить учащихся к вопросам личной, общественной и государственной безопасности;
- популяризировать и пропагандировать среди детей здоровый и безопасный образ жизни

**Предметные ожидаемые результаты:**

**Обучающийся должен знать:**

- положения Строевого устава;
- порядок проведения строевого смотра;
- вопросы личной, общественной и государственной безопасности;

**Обучающийся должен уметь:**

- применять положения Строевого устава;
- популяризировать и пропагандировать среди детей здоровый и безопасный образ жизни
- соблюдать личную безопасность

**Обучающийся должен приобрести навык:**

- физического развития и укрепление здоровья

**Учебно – тематический план модуля «Строевая подготовка»**

№ п/п	Наименование тем	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Общие положения	3	3		Входящая



					диагностика, наблюдение, анкетирование
2.	Строи и управление ими	3	1	2	Наблюдение, беседа
3.	Команды	3	1	2	Практика
4.	Обязанности командиров и солдат перед построением и в строю	3	1	2	Практика
5.	Строй и его элементы	3	1	2	Практика
6.	Развернутый и походный строй	3		3	Практика
7.	Размыкания и смыкания отделения	3		3	Практика
8.	Строевая стойка. Выполнение команд «Становись», «Равняйся», «Смирно», «Вольно», «Отставить»	3	1	2	Практика
9.	Выполнение команд «Заправиться», «Головные уборы – снять (надеть)»	3	1	2	Практика
10.	Выход из строя и возвращение в строй	3	1	2	Практика
11.	Выход из строя и подход к начальнику	3	1	2	Практика
12.	Повороты на месте	3	1	2	Практика
13.	Зачетное занятие	3	2	1	Практика
14.	Строевой смотр подразделений	3	1	2	Практика
	<b>Итого</b>	<b>42</b>	<b>15</b>	<b>27</b>	

### Содержание занятий

**Тема 1.** Общие положения строевого Устава. Строи и управление ими.

Обязанности солдат перед построением, в строю Строи и управление ими - Характеристика строя (шеренга, фланг, фронт, интервал, дистанция, ширина строя, глубина строя, ряд) . Виды строев. Предварительные, исполнительные и сборные команды.

Обязанности солдат перед построением и в строю - Обязанности заместителя командира взвода, командиров отделений, личного состава.

**Тема 2.** Строй и управление ими. Развернутый строй. Походный строй СТРОЕВОЙ ШАГ Корпус не подан вперед. Нарушается координация движения рук и ног. Голова опущена вниз. Движение руками около корпуса производится не от плеча, а за счет сгибания в локтях. Движение рук вперед производится значительно ниже (выше) установленной высоты, при этом локоть находится не на уровне кисти руки, а при движении назад рука отводится не до отказа в плечевом суставе. Не оттянут носок вынесенной вперед ноги. Нога не ставится твердо на всю ступню. Нарушается строевая стойка. Темп движения значительно меньше (больше) 110-120 шагов в минуту.

**Тема 3.** Команды. Отработка строевых приёмов. Особенности выхода из строя в три, четыре колонны.

**Тема 4.** Обязанности командиров и солдат перед построением и в строю.

**Тема 5.** Строй и его элементы. Общие положения. Строй взвода. Строй роты. Строй батальона. Строй полка. Отработка строевых приёмов

**Тема 6.** Развернутый и походный строй. Отработка строевых приёмов.

**Тема 7.** Размыкания и смыкания отделения. Повороты на месте. Выход из строя и подход к начальнику. Выполнение команд выхода из строя и возвращения в строй из одношереножного строя

**Тема 8.** Строевая стойка. Выполнение команд «Становись», «Равняйся», «Смирно», «Вольно», «Отставить»

Строевая стойка. Ноги согнуты в коленях, носки не выровнены по линии фронта и не развернуты на ширину ступни, каблуки не поставлены вместе. Руки согнуты в локтях, кисти рук находятся не на середине бедра и не обращены ладонями внутрь, пальцы не полусогнуты и не касаются бедра. Грудь не приподнята, живот не подобран, плечи не развернуты, корпус не подан вперед. Голова опущена, выставлен подбородок. строевая стойка - Порядок выполнения. Исполнение команд : «СТАНОВИСЬ», «РАВНЯЙСЯ», «СМИРНО», «ВОЛЬНО», «ЗАПРАВИТЬСЯ», «Головные уборы (головной убор) - СНЯТЬ», «Головные уборы (головной убор) - НАДЕТЬ», «РАЗойДИСЬ».

Выполнение поворотов на месте - Порядок выполнения . Исполнение команд: «Напра-ВО», «Пол-оборота напра-ВО», «Нале-ВО», «Пол-оборота нале-ВО», «Кру-ГОМ».

Построения и перестроения - Исполнение команд: «На первый и второй - РАССЧИТАЙСЯ», «В ОДНУ ШЕРЕНГУ СТАНОВИСЬ», «В ДВЕ ШЕРЕНГИ СТАНОВИСЬ», «В ОДНУ ШЕРЕНГУ СТРОЙСЯ», «В ДВЕ ШЕРЕНГИ СТРОЙСЯ», «Взвод, в колонну по одному (по два) - СТАНОВИСЬ», «Взвод, в колонну по два, шагом - МАРШ» (на ходу - «МАРШ») «ВОЛЬНО», «ЗАПРАВИТЬСЯ»

Отработка строевых приёмов - Оттачивание приёмов изученных на уроках по темам: «Строевая стойка», «Выполнение поворотов на месте», «Построения и перестроения»

**Тема 9.** Выполнение команд «Заправиться», «Головные уборы – снять (надеть)»

**Тема10.** Выход из строя и возвращение в строй. ВЫХОД ИЗ СТРОЯ И ВОЗВРАЩЕНИЕ В СТРОЙ Выход из строя или возвращение в строй производится походным шагом. Выход из строя осуществлен не на указанное количество шагов. После выхода не выполнен поворот лицом к строю. Нет ответа «Есть» после команды о выходе из строя. По команде, например, «Рядовой Иванов» военнослужащий, стоящий лицом к строю, не повернулся к начальнику или не ответил «Я». По команде «Встать в строй» военнослужащий не приложил руку к головному убору или не ответил: «Есть». Нарушается положение строевой стойки. Возвращение в строй производится не кратчайшим путем. Остальные недостатки те же, что и при движении строевым шагом.

**Тема 11.** Выход из строя и подход к начальнику. **ПОДХОД К НАЧАЛЬНИКУ ВНЕ СТРОЯ И ОТХОД ОТ НЕГО** Военнослужащий, услышав свое воинское звание и фамилию, не повернулся лицом к начальнику и не ответил «Я». При подходе к начальнику за 5-6 шагов военнослужащий не перешел на строевой шаг. Получив приказ, военнослужащий не приложил или неправильно приложил руку к головному убору. Нет ответа «Есть» после получения приказа. При отходе не сделал 3-4 шага строевым шагом. Остальные недостатки те же, что и при выполнении предыдущих приемов.

**ПОДХОД К НАЧАЛЬНИКУ С ВЫХОДОМ ИЗ СТРОЯ И ОТХОД ОТ НЕГО** При выходе из строя военнослужащий не сделал один – два шага от первой шеренги прямо или не выполнил в движении поворот в сторону начальника. Подход (отход) осуществлен не кратчайшим путем. При подходе военнослужащий не одновременно с приставлением ноги приложил руку к головному убору. Остальные недостатки те же, что при выходе и возвращении в строй.

**Тема 12.** Повороты на месте. Строевая стойка.

**ПОВОРОТЫ НА МЕСТЕ** После поворота не сохраняется правильное положение корпуса или ног. Во время поворота ноги (нога) сгибаются в коленях. Кисти рук не посередине бедер и пальцы не касаются бедра, руки отходят от бедер. Нога приставляется не кратчайшим путем.

**ПОВОРОТЫ В ДВИЖЕНИИ** Поворот в движении выполнен не своевременно. Поворот направо (налево) производится не на носке левой (правой) ноги. При повороте не выполняется движение руками в такт шага. Поворот кругом выполняется не на носках обеих ног.

**Тема 13.** Зачетное занятие Проверка знаний и умений.

**Тема 14.** Строевой смотр подразделений. Общие положения - Теоретическое рассмотрение вопросов, связанных с исполнением команд: «Рота, СМИРНО. К торжественному маршу, повзводно, на одного линейного (двух линейных) дистанции, первый взвод (группа управления) прямо, остальные напра-ВО», «Рота, СМИРНО. Для прохождения с песней повзводно, дистанция 50 метров, первый взвод прямо, остальные напра-ВО». Запись текста и разучивание 2-3 строевых песен.

Строевая песня - Исполнение строевой песни в строю в движении. Отработка строевых приёмов - Оттачивание приёмов, изученных в течении курса.

### **3.Модуль «Общезначительная подготовка»**

**Цель:** создание условий для развития двигательных способностей, приобщения к систематическим занятиям учащихся посредством физических упражнений.

**В соответствии с целью формируются следующие задачи:**

**Образовательные:**

- совершенствование жизненно важных навыков и умений посредством обучения подвижным играм, физическим упражнениям и техническим действиям из базовых видов спорта;
- обучение простейшим способам контроля за физической нагрузкой, отдельными показателями физического развития и физической подготовленности;
- формирование знаний об истории и развитии отдельных видов спорта и физической культуры;
- формирование знаний о способах и особенностях движений, передвижений; о работе мышц, систем дыхания, кровообращения при выполнении физических упражнений

**Воспитательные:**

- воспитание устойчивого интереса к занятиям физической культуры;
- воспитание чувства коллективизма, товарищества, взаимовыручки и взаимопомощи;

– воспитание смелости, активности, преодоления страхов и чувства неловкости.

**Предметные ожидаемые результаты:**

Учащийся должен знать:

- простейшим способам контроля за физической нагрузкой, отдельными показателями физического развития и физической подготовленности;
- историю и развитие отдельных видов спорта и физической культуры;
- о способах и особенностях движений, передвижений; о работе мышц, систем дыхания, кровообращения при выполнении физических упражнений;
- о влиянии физических упражнений на организм человека и его развитие;

Учащийся должен уметь:

- контролировать физическую нагрузку;
- выполнять физические упражнения;
- работать в команде

Учащийся должен иметь навык: систематически заниматься физическими упражнениями

**Учебно – тематический план модуля «Общефизическая подготовка»**

№ п/п	Наименование тем	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Травматизм в спорте, причины. Бег.	3	1	2	Практика
2.	Прыжки.	3	1	2	Практика
3.	Метание.	3	1	2	Практика
4.	Дыхательная гимнастика. Гигиена, предупреждение травм.	3	1	2	Практика
5.	Кросс- поход.	3	0	3	Практика
6.	Упражнения на ловкость, выносливость и силу.	3	1	2	Практика
7.	Основы знаний по футболу. Развитие футбола в России и за рубежом. Терминология элементов футбола. Строение и функции организма человека. Профилактика травматизма при занятиях футболом. Техника передвижений, остановок, поворотов и стоек.	3	1	2	
8.	Техника ведения мяча	3	0	3	Практика
9.	Тактика и техника игры	3	0	3	Практика

	<b>Итого:</b>	<b>27</b>	<b>6</b>	<b>21</b>	
--	---------------	-----------	----------	-----------	--

### Содержание занятий

**Тема 1.** Травматизм в спорте, причины. Бег. *Теория.* Виды травм в спорте (поверхностные незначительные повреждения гематомы и ушибы, повреждение или растяжение связок, переломы)

Причины получения травм:

- Недостатки в организации и методике проведения соревнований или тренировок
- Плохое состояние места проведения тренировочного процесса, оборудования, инвентаря или экипировки спортсмена.
- Плохие погодные условия при проведении тренировок или соревнований
- Грубое нарушение правил контроля со стороны врача
- Нарушение дисциплины или правил проведения тренировок

*Практика.* Практика. Бег. Беговые упражнения. Длительный бег. Бег на короткие и длинные дистанции.

**Тема 2.** Прыжки. Прыжки в длину с разбега

Прыжки в высоту с разбега. Прыжки в длину.

**Тема 3.** Метание. Метание гранаты в цель на дальность.

**Тема 4.** Дыхательная гимнастика. Гигиена, предупреждение травм.

*Теория. Практика.* Измерение объема легких при помощи «воздушного шара». Дыхательное упражнение «ладошки». Дыхательное упражнение «насос». Дыхательное упражнение «кошка». Комплекс Дыхательных упражнений.

*Теория.* Гигиенические правила занятий физическими упражнениями. Закаливание. Основные причины травматизма. Признаки заболевания. Самоконтроль. Практика.

**Тема 5.** Кросс- поход. Проведение кросс-похода.

**Тема 6.** Упражнения на ловкость, выносливость и силу.

Теория.

Практика. Упражнения на ловкость. Упражнения на координацию движений. Упражнения на гибкость. Упражнения на быстроту. Упражнения на выносливость.

**Тема 7.** Основы знаний по футболу.

- Развитие футбола в России и за рубежом:

Развитие футбола в России. Значение и место футбола в системе физического воспитания. Российские соревнования по футболу: чемпионат и Кубок России. Участие российских футболистов в международных соревнованиях (первенство Европы, мира, Олимпийские игры). Российские и международные юношеские соревнования (чемпионат и Кубок России, «Юность», чемпионаты Европы и мира). Современный футбол и пути его дальнейшего развития. Российский футбольный союз ФИФА, УЕФА, лучшие российские команды, тренеры, игроки.

- Терминология элементов футбола:

Понятие о спортивной технике, стратегии, системе, тактике и стиле игры, понятие «зона», «персональная опека», «финты» и т.д.

- Строение и функции организма человека:

Краткие сведения о строении и функциях организма человека. Ведущая роль центральной и нервной системы в деятельности организма. Влияние занятий физическими упражнениями на организм занимающихся, совершенствование функций мышечной системы. Органов дыхания, кровообращения под воздействием регулярных занятий физическими упражнениями для закрепления здоровья, развития физических и достижения высоких спортивных результатов.

- Профилактика травматизма при занятиях футболом:

Врачебный контроль при занятиях футболом. Значение и содержание самоконтроля. Объективные данные самоконтроля: вес, спирометрия, кровяное давление. Субъективные

данные: самочувствие, сон, работоспособность, настроение. Дневник самоконтроля. Понятие о «спортивной форме», утомлении, переутомлении. Меры предупреждения переутомления. Значение активного отдыха для спортсмена.

Понятие о травмах. Особенности спортивного травматизма. Причины травмы и их профилактика применительно к занятиям футболом. Оказание первой помощи (до врача). Раны и их разновидности.

Спортивный массаж. Общее понятие. Основные приемы массажа (поглаживание, растирание, разминание, поколачивание, потряхивание). Массаж до, во время и после тренировки и соревнований. Противопоказания к массажу.

Техника передвижений, остановок, поворотов и стоек.

- Стойка игрока.
- Перемещения в стойке приставными шагами боком.
- Перемещения в стойке приставными шагами спиной вперед.
- Ускорения, старты из различных положений.
- Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (перемещения, остановки, повороты, ускорения).
- Бег «змейкой», «восьмеркой»
- Бег с чередованием передвижения лицом и спиной вперед.

#### **Тема 8. Техника ведения мяча.**

- Ведение мяча по прямой с изменением направления движения без сопротивления защитника ведущей и неведущей ногой.
- Ведение мяча по прямой с изменением скорости ведения без сопротивления защитника ведущей и неведущей ногой.
- Ведение мяча по прямой с изменением направления движения и скорости ведения с пассивным сопротивлением защитника.
- Ведение мяча по прямой с изменением направления движений и скорости ведения с активным сопротивлением защитника.
- Комбинации из основных элементов: ведение, удар (пас), прием мяча, остановка, удар по воротам.

#### **Тема 9. Тактика и техника игры.**

- Расстановка игроков на поле.
  - Тактика свободного нападения.
  - Тактические действия линий обороны и атаки:
    - а) индивидуальная тактика игрока;
    - б) коллективные тактические действия;
    - в) выбор места игрока;
    - г) создание численного перевеса при атаке;
  - д) отвлекающие действия игроков.
  - Позиционное нападение без изменения позиций игроков.
  - Позиционное нападение с изменением позиций игроков.
  - Нападение в игровых заданиях 3:1, 3:2, 3:3, 2:1 с атакой и без атаки ворот.
  - Игра по упрощенным правилам на площадках разных размеров.
  - Игры и игровые задания 2:1, 3:1, 3:2, 3:3.
  - Отличительные особенности в тактике от других спортивных игр
- Соревнования, правила соревнований.
- Основные правила соревнований по футболу.
  - Судейство игр.
  - Эстафеты с элементами футбола.

### **Обеспечение программы**

## **Методическое обеспечение**

### Основные принципы, положенные в основу программы:

- принцип доступности, учитывающий индивидуальные особенности каждого ребенка, создание благоприятных условий для их развития;
- принцип демократичности, предполагающий сотрудничество педагога и обучающегося;
- принцип системности и последовательности – знание в программе даются в определенной системе, накапливая запас знаний, дети могут применять их на практике.

### **Методы работы:**

- *словесные методы:* рассказ, беседа, сообщения – эти методы способствуют обогащению теоретических знаний детей, являются источником новой информации;
  - *наглядные методы:* презентации, иллюстрации.
  - *практические методы:* соревнования, эстафеты
- Сочетание словесного и наглядного методов учебно-воспитательной деятельности, воплощённых в форме рассказа, беседы, творческого задания, позволяют психологически адаптировать ребёнка к восприятию материала, направить его потенциал на познание истории родного края, расширению кругозора.

### Занятие состоит из следующих структурных компонентов:

1. Организационный момент, характеризующийся подготовкой учащихся к занятию;
2. Повторение материала, изученного на предыдущем занятии;
3. Постановка цели занятия перед учащимися;
4. Изложение нового материала;
5. Практическая работа;
6. Обобщение материала, изученного в ходе занятия;
7. Подведение итогов;
8. Уборка рабочего места.

### Материально-техническое оснащение программы

Для проведения теоретических занятий необходимы:

- учебный кабинет;
- компьютер;
- проектор.

Для проведения практических занятий необходимы:

- Спортивный зал
- Спортивная площадка
- Мячи
- Маты

### **Список литературы:**

- 1.Т.С. Голубева. Государственная символика России//Начальная школа. – 2001, №7.
- 2.Мой дом – моя Родина: Стихи и рисунки ленинградских детей / Сост. Л.А. Зыков.- Л., 1988.
- 3.Н.А. Печень. Символы воинской славы. – М.: ВЛАДОС, 2004.
- 4.И.А. Агапова, М.А. Давыдова. Мы – патриоты! - М.: «ВАКО», 2006.
- 5.О.Е. Жиренко, Е.В. Лапина, Т.В. Киселева. Я – гражданин России! - М.: «ВАКО», 2006.
- 6.И.А. Агапова, М.А. Давыдова. Беседы о великих соотечественниках с детьми 5-7 лет. – М.: «ГЦ Сфера», 2005.
- 7.Мы о селе стихами говорим. Сборник стихов к 230-летию села Александровского / Составители О.В. Карпинец, Л.Ф. Шубная. - Новопавловск, 2007.

8. Серия книг «История России». – М.: «Белый город», 2006.
9. Я познаю мир: Дет. энцикл.: История / Под общ. ред. О.Г. Хинн.- М.: ООО «Издательство АСТ-ЛТД», 1998.
10. Башкиров, В. Профилактика травм у спортсменов / В. Башкиров. – М.: Физкультура и спорт, 1987. – 176 с., ил.
11. Куколевский, Г. Гигиена физкультурника / Г. Куколевский. – М.: «Медицина», 1971. – 80 с., ил.
12. Левченко, А. Игры, которых не было. Сборник спортивно-подвижных игр / А. Левченко, В. Матысон. – М.: Педагогическое общество России, 2007. – 128 с.
13. Логинов, М. Развивающие игры: быстрее, выше, сильнее / М. Логинов. – СПб.: Дельта, 1998. – 208 с., ил.
14. Талага, Е. Энциклопедия физических упражнений / Е. Талага, пер. с польск. – М.: Физкультура и спорт, 1998. – 412 с., ил.
15. Андреев С.Н. Футбол в школе. – М., 1986
16. Романенко А.Н., Догатин М.Е. Тренировка футболистов. 2-е изд., перераб. и доп. – К.: Здоровья, 1984

## Приложение 1

### Календарно-тематическое планирование

№	Тема	Часы	Содержание
<b>Модуль «Я гражданин»</b>			
1.	Россия - Родина моя. Символы государства – герб и флаг. Гимн России.	3	Знакомство с программой, целями и задачами кружка. Пропаганда активного и здорового образа жизни, значение семейных ценностей. Безопасное поведение в школе. Инструктаж ТБ. Россия – Родина моя. Символы государства – герб и флаг. Гимн России. Россия - наша Родина. Москва – столица Российского государства. Символы государства (герб, флаг, гимн). История появления символов. Понятия: герб, флаг, гимн, символ, значение цветов и образов.
2.	Родной край – частица России. Символика края. Самарский край – житница России.	3	Работа по символике района, Самарской области, России. Просмотр видео. Создание буклета.
3.	Мой край родной. Символика района (флаг, герб).	3	Символика района (флаг, герб). Город Самара. Достопримечательности края. Люди и их занятия. Понятия: гражданин, права и обязанности граждан, патриот. Мой родной поселок. Основание Большечерниговского района и поселка. Поселок в наши дни. Символика района (флаг, герб). Достопримечательности района. Мы о поселке стихами говорим. Понятия: односельчанин, достопримечательность.



4.	Русский солдат сам черт ему не брат.	3	Просмотр видео. Конкурсы и викторина.
5.	Русские полководцы. Дмитрий Донской и Александр Невский.	3	Просмотр презентаций.
6.	Русские полководцы. А.В. Суворов и другие	6	Просмотр презентаций.
7.	Встреча с участниками боевых действий.	3	Беседа-интервью.
8.	Просмотр презентаций.	3	Беседа-интервью.
9.	Акция «Георгиевская ленточка», «Бессмертный полк». Концерт в клубе.	2	Проведение акции на улице в селе. Участие в концерте.
10.	Зимняя игра «Зарница. Летняя игра «Зарница»	2	Проведение военно-спортивной игры «Зарница» с участием родителей.
11.	Конкурс рисунков «Аты-баты шли солдаты»	2	Проведение выставки и конкурса рисунков по теме.
12.	Подвижные игры на основе программного материала из раздела "Гимнастика с элементами акробатики" «Сокол и лиса», «Посадка картофеля»	2	Разучивание игры. Проведение игры.
13.	Подвижные игры на основе программного материала из раздела "Легкая атлетика" Бег командами («сороконожка»). «Лабиринт».	2	Разучивание игры. Проведение игры.
<b>Модуль «Строевая подготовка»</b>			
1.	Общие положения	3	Общие положения строевого Устава. Строи и управление ими. Обязанности солдат перед построением, в строю <i>Строй и управление ими</i> - Характеристика строя (шеренга, фланг, фронт, интервал, дистанция, ширина строя, глубина строя, ряд) . Виды строев. Предварительные, исполнительные и сборные команды. Обязанности солдат перед построением и в строю - Обязанности заместителя командира взвода, командиров отделений, личного состава.
2.	Строй и управление ими	3	Строй и управление ими. Развернутый строй. Походный строй СТРОЕВОЙ ШАГ Корпус не подан вперед. Нарушается координация движения рук и ног. Голова опущена вниз. Движение руками около корпуса производится не от плеча, а за счет сгибания в локтях. Движение рук вперед производится значительно ниже (выше) установленной высоты, при этом локоть находится не на

			уровне кисти руки, а при движении назад рука отводится не до отказа в плечевом суставе. Не оттянут носок вынесенной вперед ноги. Нога не ставится твердо на всю ступню. Нарушается строевая стойка. Темп движения значительно меньше (больше) 110-120 шагов в минуту.
3.	Команды	3	Отработка строевых приёмов. Особенности выхода из строя в три, четыре колонны.
4.	Обязанности командиров и солдат перед построением и в строю	3	Знакомство с обязанностями командиров и солдат перед построением и в строю.
5.	Строй и его элементы	3	Строй и его элементы. Общие положения. Строи взвода. Строи роты. Строи батальона. Строи полка. Отработка строевых приёмов
6.	Развернутый и походный строй	3	Размыкания и смыкания отделения. Повороты на месте. Выход из строя и подход к начальнику. Выполнение команд выхода из строя и возвращения в строй из одношереножного строя
7.	Размыкания и смыкания отделения	3	Отработка строевых приёмов
8.	Строевая стойка. Выполнение команд «Становись», «Равняйсь», «Смирно», «Вольно», «Отставить»	3	Строевая стойка. Выполнение команд «Становись», «Равняйсь», «Смирно», «Вольно», «Отставить» Строевая стойка. Ноги согнуты в коленях, носки не выровнены по линии фронта и не развернуты на ширину ступни, каблуки не поставлены вместе. Руки согнуты в локтях, кисти рук находятся не на середине бедра и не обращены ладонями внутрь, пальцы не полусогнуты и не касаются бедра. Грудь не приподнята, живот не подобран, плечи не развернуты, корпус не подан вперед. Голова опущена, выставлен подбородок. <u>строевая стойка</u> - Порядок выполнения. Исполнение команд : «СТАНОВИСЬ», «РАВНЯЙСЬ», «СМИРНО», «ВОЛЬНО», «ЗАПРАВИТЬСЯ», «Головные уборы (головной убор) - СНЯТЬ», «Головные уборы (головной убор) - НАДЕТЬ», «РАЗОЙДИСЬ». <u>Выполнение поворотов на месте</u> - Порядок выполнения . Исполнение команд: «Напра-ВО», «Пол-оборота напра-ВО», «Нале-ВО», «Пол-оборота

			нале-ВО», «Кру-ГОМ». <u>Построения и перестроения</u> - Исполнение команд: «На первый и второй - РАССЧИТАЙСЬ», «В ОДНУ ШЕРЕНГУ СТАНОВИСЬ», «В ДВЕ ШЕРЕНГИ СТАНОВИСЬ», «В ОДНУ ШЕРЕНГУ СТРОЙСЯ», «В ДВЕ ШЕРЕНГИ СТРОЙСЯ», «Взвод, в колонну по одному (по два) - СТАНОВИСЬ», «Взвод, в колонну по два, шагом - МАРШ» (на ходу - «МАРШ») «ВОЛЬНО», «ЗАПРАВИТЬСЯ»
9.	Выполнение команд «Заправиться», «Головные уборы – снять (надеть)»	3	<u>Отработка строевых приёмов</u> - Оттачивание приёмов изученных на уроках по темам: «Строевая стойка», «Выполнение поворотов на месте», «Построения и перестроения»
10.	Выход из строя и возвращение в строй	3	Выход из строя и возвращение в строй. <b>ВЫХОД ИЗ СТРОЯ И ВОЗВРАЩЕНИЕ В СТРОЙ</b> Выход из строя или возвращение в строй производится походным шагом. Выход из строя осуществлен не на указанное количество шагов. После выхода не выполнен поворот лицом к строю. Нет ответа «Есть» после команды о выходе из строя. По команде, например, «Рядовой Иванов» военнослужащий, стоящий лицом к строю, не повернулся к начальнику или не ответил «Я». По команде «Встать в строй» военнослужащий не приложил руку к головному убору или не ответил: «Есть». Нарушается положение строевой стойки. Возвращение в строй производится не кратчайшим путем. Остальные недостатки те же, что и при движении строевым шагом.
11.	Выход из строя и подход к начальнику	3	Выход из строя и подход к начальнику. <b>ПОДХОД К НАЧАЛЬНИКУ ВНЕ СТРОЯ И ОТХОД ОТ НЕГО</b> Военнослужащий, услышав свое воинское звание и фамилию, не повернулся лицом к начальнику и не ответил «Я». При подходе к начальнику за 5-6 шагов военнослужащий не перешел на строевой шаг. Получив приказ, военнослужащий не приложил или неправильно приложил руку к

			головному убору. Нет ответа «Есть» после получения приказа. При отходе не сделал 3-4 шага строевым шагом. Остальные недостатки те же, что и при выполнении предыдущих приемов.
13.	Повороты на месте	3	ПОВОРОТЫ НА МЕСТЕ После поворота не сохраняется правильное положение корпуса или ног. Во время поворота ноги (нога) сгибается в коленях. Кисти рук не посередине бедер и пальцы не касаются бедра, руки отходят от бедер. Нога приставляется не кратчайшим путем. ПОВОРОТЫ В ДВИЖЕНИИ Поворот в движении выполнен не своевременно. Поворот направо (налево) производится не на носке левой (правой) ноги. При повороте не выполняется движение руками в такт шага. Поворот кругом выполняется не на носках обеих ног.
14.	Зачетное занятие	3	Зачет.
15.	Строевой смотр подразделений	3	Строевой смотр подразделений. <u>Общие положения</u> - Теоретическое рассмотрение вопросов, связанных с исполнением команд: «Рота, СМИРНО. К торжественному маршу, повзводно, на одного линейного (двух линейных) дистанции, первый взвод (группа управления) прямо, остальные напра-ВО», «Рота, СМИРНО. Для прохождения с песней повзводно, дистанция 50 метров, первый взвод прямо, остальные напра-ВО». Запись текста и разучивание 2-3 строевых песен. <u>Строевая песня</u> - Исполнение строевой песни в строю в движении.
<b>Модуль «Общезначительная подготовка»</b>			
1.	Травматизм в спорте, причины. Бег.	3	Травматизм в спорте, причины. Бег. <i>Теория.</i> Виды травм в спорте (поверхностные незначительные повреждения гематомы и ушибы, повреждение или растяжение связок, переломы) Причины получения травм: - Недостатки в организации и методике проведения соревнований или тренировок - Плохое состояние места проведения тренировочного процесса, оборудования, инвентаря или экипировки спортсмена. - Плохие погодные условия при

			<p>проведении тренировок или соревнований</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Грубое нарушение правил контроля со стороны врача</li> <li>- Нарушение дисциплины или правил проведения тренировок</li> </ul> <p><i>Практика.</i> Практика. Бег. Беговые упражнения. Длительный бег. Бег на короткие и длинные дистанции.</p>
2.	Прыжки.	3	<p>Прыжки в высоту с разбега.</p> <p>Прыжки в длину.</p>
3.	Метание.	3	Метание гранаты в цель на дальность
4.	Дыхательная гимнастика. Гигиена, предупреждение травм.	3	<p><i>Теория. Практика.</i> Измерение объема легких при помощи «воздушного шара».</p> <p>Дыхательное упражнение «ладошки».</p> <p>Дыхательное упражнение «насос».</p> <p>Дыхательное упражнение «кошка».</p> <p>Комплекс Дыхательных упражнений. Теория. Гигиенические правила занятий физическими упражнениями. Закаливание. Основные причины травматизма. Признаки заболевания. Самоконтроль. Практика.</p>
5.	Кросс- поход.	3	Проведение кросс-похода.
6.	Упражнения на ловкость, выносливость и силу.	3	<p>Теория.</p> <p>Практика. Упражнения на ловкость.</p> <p>Упражнения на координацию движений.</p> <p>Упражнения на гибкость. Упражнения на быстроту. Упражнения на выносливость.</p>
7.	Основы знаний по футболу. Развитие футбола в России и за рубежом. Терминология элементов футбола. Строение и функции организма человека. Профилактика травматизма при занятиях футболом. Техника передвижений, остановок, поворотов и стоек.	3	<p>Развитие футбола в России. Значение и место футбола в системе физического воспитания. Российские соревнования по футболу: чемпионат и Кубок России. Участие российских футболистов в международных соревнованиях (первенство Европы, мира, Олимпийские игры). Российские и международные юношеские соревнования (чемпионат и Кубок России, «Юность», чемпионаты Европы и мира). Современный футбол и пути его дальнейшего развития.</p> <p>Российский футбольный союз ФИФА, УЕФА, лучшие российские команды, тренеры, игроки. Терминология элементов футбола: Понятие о спортивной технике, стратегии, системе, тактике и стиле игры, понятие «зона», «персональная опека», «финты» и т.д.</p> <p>Строение и функции организма человека: Ведущая роль центральной и нервной</p>

		<p>системы в деятельности организма. Влияние занятий физическими упражнениями на организм занимающихся, совершенствование функций мышечной системы. Органов дыхания, кровообращения под воздействием регулярных занятий физическими упражнениями для закрепления здоровья, развития физических и достижения высоких спортивных результатов. Профилактика травматизма при занятиях футболом: Врачебный контроль при занятиях футболом. Значение и содержание самоконтроля. Объективные данные самоконтроля: вес, спирометрия, кровяное давление. Субъективные данные: самочувствие, сон, работоспособность, настроение. Дневник самоконтроля. Понятие о «спортивной форме», утомлении, переутомлении. Меры предупреждения переутомления. Значение активного отдыха для спортсмена. Понятие о травмах. Особенности спортивного травматизма. Причины травмы и их профилактика применительно к занятиям футболом. Оказание первой помощи (до врача). Раны и их разновидности. Спортивный массаж. Общее понятие. Основные приемы массажа (поглаживание, растирание, разминание, поколачивание, потряхивание). Массаж до, во время и после тренировки и соревнований. Противопоказания к массажу. Техника передвижений, остановок, поворотов и стоек.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Стойка игрока.</li> <li>- Перемещения в стойке приставными шагами боком.</li> <li>- Перемещения в стойке приставными шагами спиной вперед.</li> <li>- Ускорения, старты из различных положений.</li> <li>- Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (перемещения, остановки, повороты, ускорения).</li> <li>- Бег «змейкой», «восьмеркой»</li> <li>- Бег с чередованием передвижения лицом и спиной вперед.</li> </ul>
--	--	---

9.	Техника ведения мяча	3	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ведение мяча по прямой с изменением направления движения без сопротивления защитника ведущей и неведущей ногой.</li> <li>- Ведение мяча по прямой с изменением скорости ведения без сопротивления защитника ведущей и неведущей ногой.</li> <li>- Ведение мяча по прямой с изменением направления движения и скорости ведения с пассивным сопротивлением защитника.</li> <li>- Ведение мяча по прямой с изменением направления движений и скорости ведения с активным сопротивлением защитника.</li> <li>- Комбинации из основных элементов: ведение, удар (пас), прием мяча, остановка, удар по воротам.</li> </ul>
11.	Тактика и техника игры	3	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Расстановка игроков на поле.</li> <li>- Тактика свободного нападения.</li> <li>- Тактические действия линий обороны и атаки: а) индивидуальная тактика игрока; б) коллективные тактические действия; в) выбор места игрока; г) создание численного перевеса при атаке; д) отвлекающие действия игроков.</li> <li>- Позиционное нападение без изменения позиций игроков.</li> <li>- Позиционное нападение с изменением позиций игроков.</li> <li>- Нападение в игровых заданиях 3:1, 3:2, 3:3, 2:1 с атакой и без атаки ворот.</li> <li>- Игра по упрощенным правилам на площадках разных размеров.</li> <li>- Игры и игровые задания 2:1, 3:1, 3:2, 3:3.</li> <li>- Отличительные особенности в тактике от других спортивных игр (волейбол, баскетбол). Соревнования, правила соревнований.</li> <li>- Основные правила соревнований</li> </ul>

			по футболу. - Судейство игр. - Эстафеты с элементами футбола.
--	--	--	---

**Календарный учебный график  
программы «Патриот»**

№ п/п	Дата проведения занятия	Время проведения занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Форма занятия	Место проведения	Форма контроля
<b>Модуль «Я гражданин»</b>							
1	4.09.23	17-00-17-40 17-50-18-30 18-40-19-20	3	Россия - Родина моя. Символы государства – герб и флаг. Гимн России.	Лекция, презентация	Кабинет для кружка	Беседа/ Опрос, анкетирование
2	11.09.23	17-00-17-40 17-50-18-30 18-40-19-20	3	Родной край – частица России. Символика края. Самарский край – житница России.	Лекция, презентация	Кабинет для кружка	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
3	18.09.23	17-00-17-40 17-50-18-30 18-40-19-20	3	Мой край родной. Символика района (флаг, герб).	Викторина	Кабинет для кружка	Беседа/ опрос
4	25.09.23	17-00-17-40 17-50-18-30 18-40-19-20	3	Русский солдат сам черт ему не брат.	Игра	Кабинет для кружка	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
5	2.10.23	17-00-17-40 17-50-18-30 18-40-19-20	3	Русские полководцы. Дмитрий Донской и Александр Невский.	Устный журнал	Кабинет для кружка	Беседа/ опрос
6	9.10.23	17-00-17-40 17-50-18-30 18-40-19-20	3	Русские полководцы. А.В. Суворов и другие	Устный журнал	Кабинет для кружка	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
7	16.10.23	17-00-17-40 17-50-18-30 18-40-19-20	3	Встреча с участниками боевых действий.	Встреча	Кабинет для кружка	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
8	23.10.23	17-00-17-40 17-50-18-30 18-40-19-20	3	Просмотр презентаций	Просмотр и дискуссия	Кабинет для кружка	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение



9	30.10.23	17-00-17-40 17-50-18-30 18-40-19-20	3	История акции «Георгиевская ленточка», «Бессмертный полк». Концерт в клубе.	Выступления подготовленных ребят	Кабинет для кружка	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
10	6.11.23	17-00-17-40 17-50-18-30 18-40-19-20	3	«Зарница».	Игра	школа	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
11	13.11.23	17-00-17-40 17-50-18-30 18-40-19-20	3	Конкурс рисунков «Аты-баты шли солдаты»	Выставка-конкурс	Кабинет для кружка	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
12	20.11.23	17-00-17-40 17-50-18-30 18-40-19-20	3	Подвижные игры на основе программного материала из раздела "Гимнастика с элементами акробатики" «Сокол и лиса», «Посадка картофеля»	Игры	Спортивный зал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
13	27.11.23	17-00-17-40 17-50-18-30 18-40-19-20	3	Подвижные игры на основе программного материала из раздела "Легкая атлетика" Бег командами («сороконожка»). «Лабиринт». Подведение итогов.	Игры	Спортивный зал	Беседа/опрос
	<b>Итого: 39 часов</b>						
<b>Модуль «Строевая подготовка».</b>							
1	4.12.23	17-00-17-40 17-50-18-30 18-40-19-20	3	Требования техники безопасности. Общие положения	Лекция, тренировка	Спортивный зал	Беседа/опрос
2	11.12.23	17-00-17-40 17-50-18-30 18-40-19-20	3	Строй и управление ими	Тренировка	Спортивный зал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
3	18.12.23	17-00-17-40 17-50-18-30 18-40-19-20	3	Команды	Тренировка	Спортивный зал	Беседа/опрос
4	25.12.23	17-00-17-40 17-50-18-30 18-40-19-20	3	Обязанности командиров и солдат перед построением и в строю	Лекция, тренировка	Спортивный зал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
5	8.01.24	17-00-17-40 17-50-18-30	3	Строй и его элементы	Лекция, тренировка	Спортивный зал	Беседа/опрос

		18-40-19-20					
6	15.01.24	17-00-17-40 17-50-18-30 18-40-19-20	3	Развернутый и походный строй	Лекция, тренировка	Спортивный зал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
7	22.01.24	17-00-17-40 17-50-18-30 18-40-19-20	3	Размыкания и смыкания отделения	Лекция, тренировка	Спортивный зал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
8	29.01.24	17-00-17-40 17-50-18-30 18-40-19-20	3	Строевая стойка. Выполнение команд «Становись», «Равняйся», «Смирно», «Вольно», «Отставить»	Лекция, тренировка	Спортивный зал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
9	5.02.24	17-00-17-40 17-50-18-30 18-40-19-20	3	Выполнение команд «Заправиться», «Головные уборы – снять (надеть)»	Лекция, тренировка	Спортивный зал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
10	12.02.24	17-00-17-40 17-50-18-30 18-40-19-20	3	Выход из строя и возвращение в строй	Лекция, тренировка	Спортивный зал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
11	19.02.24	17-00-17-40 17-50-18-30 18-40-19-20	3	Выход из строя и подход к начальнику	Тренировка	Спортивный зал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
12	26.02.24	17-00-17-40 17-50-18-30 18-40-19-20	3	Повороты на месте	Тренировка	Спортивный зал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
13	4.03.24	17-00-17-40 17-50-18-30 18-40-19-20	3	Зачетное занятие	Зачет	Спортивный зал	Беседа/ опрос
14	11.03.24	17-00-17-40 17-50-18-30 18-40-19-20	3	Строевой смотр подразделений	Занятие-контроль	Спортивный зал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
	<b>Итого: 42 часа</b>						
<b>Модуль «Общефизическая подготовка»</b>							
1	18.03.24	17-00-17-40 17-50-18-30	3	Вводное занятие. Требования техники	Лекция	Спортивная	Беседа/ опрос

		18-40-19-20		безопасности. Травматизм в спорте, причины. Бег.		площадка	
2	25.03.24	17-00-17-40 17-50-18-30 18-40-19-20	3	Прыжки.	Тренировка	Спортивная площадка	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
3	1.04.24	17-00-17-40 17-50-18-30 18-40-19-20	3	Метание.	Тренировка	Спортивная площадка	Беседа/ опрос
4	8.04.24	17-00-17-40 17-50-18-30 18-40-19-20	3	Дыхательная гимнастика. Гигиена, предупреждение травм.	Лекция, тренировка	Спортивная площадка	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
5	15.04.24	17-00-17-40 17-50-18-30 18-40-19-20	3	Кросс- поход.	Тренировка	Спортивная площадка	Беседа/ опрос
6	22.04.24	17-00-17-40 17-50-18-30 18-40-19-20	3	Упражнения на ловкость, выносливость и силу.	Тренировка	Спортивная площадка	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
7	29.04.24	17-00-17-40 17-50-18-30 18-40-19-20	3	Основы знаний по футболу. Развитие футбола в России и за рубежом. Терминология элементов футбола. Строение и функции организма человека. Профилактика травматизма при занятиях футболом. Техника передвижений, остановок, поворотов и стоек.	Лекция	Спортивная площадка	Беседа/ опрос
8	6.05.24	17-00-17-40 17-50-18-30 18-40-19-20	3	Техника ведения мяча	Тренировка	Спортивная площадка	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
9	13.05.24	17-00-17-40 17-50-18-30 18-40-19-20	3	Тактика и техника игры	Тренировка	Спортивная площадка	Беседа/ опрос
10	20.05.24	17-00-17-40 17-50-18-30 18-40-19-20	3	Тактика и техника игры	Тренировка	Спортивная площадка	Беседа/ опрос
11	27.05.24	17-00-17-40 17-50-18-30 18-40-19-20	3	Тактика и техника игры	Тренировка	Спортивная площадка	Беседа/ опрос

12	3.06.24	17-00-17-40 17-50-18-30 18-40-19-20	3	Настольные игры	Тренировка	кабинет	Беседа/ опрос
13	10.06.24	17-00-17-40 17-50-18-30 18-40-19-20	3	Настольные игры	Тренировка	кабинет	Беседа/ опрос
14	17.06.24	17-00-17-40 17-50-18-30 18-40-19-20	3	Велогонки	Тренировка	Игры на местности	Беседа/ опрос
15	24.06.24	17-00-17-40 17-50-18-30 18-40-19-20	3	Поход	Подведение итогов	Игры.	
	<b>Всего: 135 часов</b>						