Министерство просвещения Российской Федерации
Министерство общего и профессионального образования Ростовской области
МУ «Отдел образования Администрации Константиновского района»
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 2»

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ СОШ №2
_____Е.В. Некоз
(приказ от 31.08.2026 г № 354)

Рабочая программа
внеурочной деятельности «Защитники отечества»
для обучающихся 10 класса
спортивно – оздоровительное направление
среднего общего образования
на 2026-2027 учебный год

Составитель:

г. Константиновск
2026 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Проблема патриотического воспитания и гражданского становления подрастающего поколения сегодня одна из актуальных задач государства и общества. Сегодня определена не только государственная политика в области образования, но и дан социальный заказ государства на воспитание человека с активной жизненной позицией, трудолюбивого и высоконравственного, патриота своей Родины, уважающего права и свободы личности, традиции и культуру других народов, проявляющего национальную и религиозную терпимость. Изменения военно-политической обстановки в мире требуют укрепления экономической мощи Отечества, повышения его обороноспособности, отлаженной работы всей системы патриотического воспитания подрастающего поколения, подготовки его к защите Родины.

Обществу нужны здоровые, мужественные, смелые, инициативные, дисциплинированные, грамотные люди, которые были бы готовы работать и учиться на его благо. Поэтому особое место в воспитании подрастающего поколения отводится воспитанию патриотизма, чувства любви к Родине.

Рабочая программа по внеурочной деятельности «Защитники Отечества» для обучающихся 10классов разработана в соответствии с концепцией патриотического воспитания граждан Российской Федерации и государственной программой «Патриотическое воспитание граждан РФ», областными программами по патриотическому воспитанию и на основе следующих нормативно-правовых документов:

1. Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования (утв. Приказом Министерства образования и науки РФ от 17 мая 2012г. № 413, с изменениями и дополнениями);
2. Учебного плана для образовательных организаций Ростовской области реализующих основные образовательные программы (среднее общее образование) на 2026 - 2027 учебный год;
3. Основной образовательной программы среднего общего образования МБОУ СОШ № 2 на 2026-2027 учебный год;
4. Программы внеурочной деятельности МБОУ СОШ № 2 на 2026-2027 учебный год.
5. Учебно-методических материалов «Современная начальная военная подготовка» учебного центра «Вымпел-Каскад», Москва 2018.

Актуальность проблемы

В условиях становления гражданского общества и правового государства необходимо осуществлять воспитание принципиально нового, демократического типа личности, способной к инновациям, к управлению собственной жизнью и деятельностью, делами общества, готовой рассчитывать на собственные силы, собственным трудом обеспечивать свою материальную независимость. В формирование такой гражданской личности, сочетающей в себе развитую нравственную, правовую и политическую культуру, ощутимый вклад должна внести современная школа.

Детский возраст является наиболее оптимальным для системы гражданско-патриотического воспитания, так как это период самоутверждения, активного развития социальных интересов и жизненных идеалов.

Только через активное вовлечение в социальную деятельность и сознательное участие можно достигнуть успехов в этом направлении.

Основная цель программы – совершенствование гражданского и патриотического воспитания подростков и повышение престижа службы в Российских Вооруженных Силах.

Задачи:

- Воспитание готовности к достойному и самоотверженному служению обществу и государству, к выполнению обязанностей по защите Отечества;
- Укрепление здоровья, военно-патриотическое воспитание молодёжи, комплексная подготовка юношей к службе в Вооруженных силах России;
- Развитие физических, духовных и нравственных качеств личности, формирование здорового образа жизни;
- Профессиональная ориентация подростков;

- Закрепление навыков полученных в процессе обучения в общеобразовательных учреждениях.

Патриотизм – система ценностей, которыми располагает человек и общество; важнейший духовно-нравственный фактор сохранения общественной стабильности, независимости и безопасности государства.

В настоящее время в нашей стране система патриотического воспитания детей и подростков - приоритетная, наряду с традиционными задачами подготовки подрастающего поколения к военной службе, появилась необходимость ориентировать ребят на выбор профессии спасателя, социального работника, пожарного, сотрудника правоохранительных органов.

В связи с этим на базе МБОУ СОШ 2 создан и действует спортивно-патриотический клуб «Патриот», в котором подростки приобретут нравственные, морально-психологические и физические качества, а также специальные профессиональные знания и умения, необходимые будущему защитнику Отечества, гражданину, патриоту.

Патриотическое воспитание представляет собой организованный и непрерывный процесс педагогического воздействия на сознание, чувства, волю, психику и физическое развитие обучающихся. Поэтому работа по спортивно-патриотическому воспитанию проводится комплексно, что позволяет подростку усилить свою ориентацию на развитие интересов и способностей, укрепить здоровье, овладеть военно-прикладными видами спорта.

Участниками спортивно-патриотического клуба «Патриот» являются подростки 14-18лет.

Для реализации программы деятельности спортивно-патриотического клуба «Патриот» создается Совет Клуба, в который входят: заместитель директора школы по воспитательной работе, учителя физической культуры, истории, ОБЖ и 7 человек из числа старшеклассников. Совет клуба осуществляет планирование своей деятельности, занимается разработкой социальных проектов, участвует в районных и областных акциях, организует и проводит различные мероприятия (игровые и интеллектуальные программы, турниры, соревнования, экскурсии, встречи с ветеранами, встречи с интересными людьми и т.д.), привлекая к своей деятельности педагогов и родителей.

Спортивно-патриотический клуб «Патриот» взаимодействует со школьным краеведческим кружком «Мой музей», спортивными секциями школы, а также с учреждениями дополнительного образования г. Константиновска, сектором по молодежной политике Администрации Константиновского района, сектором по ФКиС, СМИ.

Место программы в учебном плане.

Программа соответствует требованиям ФГОС и представляет собой вариант программы организации внеурочной деятельности обучающихся 10 класса. Рассчитана на 34 учебных часа и предполагает равномерное распределение этих часов по неделям с целью проведение регулярных еженедельных внеурочных занятий со школьниками (1 раз в неделю).

***Режим занятий*:** занятия по данной программе проводятся в форме урока, 1 раз в неделю.

Место проведения: спортивный зал школы, спортивная площадка.

Формы занятий – игры, соревнования, эстафеты, просмотр видеороликов спортивного содержания, презентации, беседы.

Формы контроля – опрос, тесты-практикумы, соревнования по параллелям.

Прогнозируемые результаты:

- формирование гражданского самосознания, толерантности, способности к ответственному самоопределению в современной культуре;
- формирование ценностного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих;
- формирование чувства патриотизма, смелости, настойчивости,

организованности и самодисциплины;

повышение уровня физической подготовки обучающихся;

повышение интереса к военному делу, истории родного края, туризму и спорту;

- формирование у обучающихся разносторонних познавательных интересов и способностей;
- развитие у обучающихся уверенности в своей будущей социальной востребованности;
- приобретение опыта партнерских, сотруднических отношений обучающихся друг с другом и с взрослыми в совместной деятельности;

- приобретение опыта принятия решений в экстремальных ситуациях при проведении тренировок и участия в соревнованиях.

Обучающиеся должны научиться:

- государственную и военную символику Российской Федерации;
- правила ориентирования на местности;
- магнитный азимут и его определение;
- порядок движения по азимуту, обхождение преград, поиск объекта;
- особенности специальной и прикладной физической подготовки;
- общее представление анатомии человека;
- виды ран и кровотечений;
- переломы, вывихи и их виды;
- правила предоставления первой медицинской помощи;
- виды чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени;
- сигналы и порядок оповещения об угрозе возникновения чрезвычайных ситуаций;
- правила техники безопасности на занятиях.

Обучающиеся могут научиться выполнять:

- комплексы упражнений на координацию, гибкость, силу и выносливость;
- команды «Становись», «Смирно», «Равняйсь», «Вольно», «Разойдись» и т.д.;
- повороты на месте;
- военно приветствие;
- метание гранаты на меткость и дальность;
- преодоление отдельных инженерных и природных преград;
- нормативы по бегу на короткие и длинные дистанции;
- нормативы по челночному бегу;
- подтягивание на перекладине;
- сгибание и разгибание рук в упоре лежа;
- определение сторон горизонта по компасу, небесным светилам и местными предметами;
- чтение карты местности;
- налаживание повязок, применять кровоостанавливающий жгут;
- проведение искусственного дыхания и непрямого массажа сердца;
- оказание первой медицинской помощи при тепловых и солнечных ударах, поражении электрическим током, отравлениях, утоплении, укусах ядовитых змей и насекомых.

УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

В реализации программы спортивно-патриотического клуба «Патриот» участвуют подростки, занимающиеся по направлениям, педагоги школы, медицинский персонал, администрацияшколы.

Механизм реализации программы военно-патриотического клуба включает в себя:

- ✓ четкое планирование на учебный год;
- ✓ методические разработки сценариев мероприятийи создание положений по каждому из проводимых дел;
- ✓ опору на сообщество педагогов, руководителей кружков и секций школы;
- ✓ проведение консультаций по деятельности для каждой из категорий участников;
- ✓ организацию обучения лидеров и актива по направлениям;
- ✓ анализ хода реализации программы;
- ✓ пропаганду деятельности клуба в средствах массовой информации;
- ✓ сотрудничество в реализации программы с органами власти

2. Основы военной и специальной подготовки.

Военная м и специальная подготовка воспитанников направлена на:

- ❖ Формирование военно-профессиональной ориентации;
- ❖ Формирование психологической готовности к военно-профессиональной деятельности;
- ❖ Развитие физических и морально-психологических качеств, необходимых для выполнения воинского долга по вооружённой защите РФ;
- ❖ Овладения знаниями в области НВП;
- ❖ Освоение практических навыков в огневой, строевой, медицинской подготовке.

Содержание программы:

Теоретическая часть программы	Практическая часть программы	Сроки прохождения
Знания по начальной военной подготовке. Знание строевого и общевоинского уставов. Знание основ первой медицинской помощи. История учреждения звания Героя Советского Союза. История учреждения звания Героя Российской Федерации. Города-герои, города воинской славы .	Овладение практическими умениями в строевой, огневой, военно-медицинской, топографической подготовке; Строевые приёмы и движения без оружия.	Первая четверть 1-9 занятия 01.09 – 30.10.
Прославленные полководцы и флотоводцы России. Основные сражения Великой Отечественной войны 1941-1945 годов. Награды периода Великой Отечественной войны и их статус. Современная техника и вооружение. Основы обороны государства,	Строевые приёмы с оружием. Устройство и неполная разборка и сборка макета автомата АК-74 Снаряжение магазина патронами.	Вторая четверть 10-16 занятия 09.11.- 29.12.
Вооруженные силы Российской Федерации (предназначение, состав, традиции и т.п.). Общевоинские уставы (права и обязанности военнослужащих, начальники и подчинённые, сущность воинской дисциплины, обязанности и практические действия лиц суточного наряда, обязанности и практические действия караула – алгоритм действий выполняется в соответствии с уставом караульной и гарнизонной службы). Государственная и военная символика – история и современность (сущность и значение государственных символов Российской Федерации – флага Российской Федерации, герба Российской Федерации, гимна Российской Федерации, Знамени Победы, Знамен Вооруженных Сил Российской Федерации, Военно-воздушных сил Российской Федерации, Военно-морского флота	Оказание первой медицинской помощи при ранениях, кровотечениях, переломах, ожогах, обморожениях и отравлениях. Надевание противогаза на себя. Надевание противогаза на пострадавшего. Надевание ОЗК. Овладение туристическими навыками(установка палатки, разжигание костра, прохождение различными способами переправу и т.д.)	Третья четверть 17-26 занятия 11.01. – 19.03

Российской Федерации и иных видов Вооруженных Сил Российский Федерации, Боевых Знамен, Военной присяги); символика городов-героев. Дни воинской славы и памятные даты России	Преодоление общевойсковой полосы препятствий.	Четвертая четверть 27-34 занятия 29.03 -26.05

3. Физическая подготовка.

Быть здоровым, сильным, выносливым, т.е. физически развитым – это главное требование к выпускнику школы. С членами клуба «Патриот», который на 2/3 состоит из выпускников, ведётся усиленная физическая подготовка, в т.ч. и к сдаче норм ГТО.

СОДЕРЖАНИЕ:

проведение «Месячника оборонно-массовой работы»
военно-спортивные праздники и смотры
спортивные соревнования и игры
передвижение по пересеченной местности (кроссовый бег, марш-броски и др.)
преодоление препятствий (бег с преодолением различных полос препятствий индивидуально и в составе группы)
силовая подготовка (различные упражнения на перекладине, силовые упражнения)
элементы акробатики
основы рукопашного боя
прикладное плавание
развитие сердечно-сосудистой выносливости
развитие силы и ловкости и др.
подготовка к сдаче норм ГТО

Тематическое планирование внеурочного занятия

	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Теоретические сведения	1	https://resh.edu.ru/subject/9/10/
2	Техническая подготовка	9	https://resh.edu.ru/subject/9/10/
3	Общефизическая подготовка	10	https://resh.edu.ru/subject/9/10/
4	Специально физическая подготовка	5	https://resh.edu.ru/subject/9/10/
5	Военная подготовка	8	https://resh.edu.ru/subject/9/10/
6	Контрольные испытания	1	https://resh.edu.ru/subject/9/10/
	Итого	34	

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ВНЕУРОЧНОГО ЗАНЯТИЯ

№ п/п	Раздел, тема	Кол-во часов	Кол-во часов		Виды контроля
			План.	Факт.	
1.	Т.Б. и правила поведения во время занятий. Строевой устав. Строевые упражнения.	1 час	02.09		Познавательная
2.	Строевой устав. Строевые упражнения. Неполная сборка-разборка автомата.	1 час	09.09		Игровая
3.	Силовая подготовка (различные упражнения на перекладине, силовые упражнения). Бег на 1000м	1 час	16.09		Познавательная
4.	Скоростно-силовая подготовка. Строевая подготовка. Неполная сборка-разборка автомата.	1 час	23.09		Познавательная
5.	Тактическая подготовка. Надевание противогаза. Снаряжение магазина.	1 час	30.09		Игровая
6.	Строевая подготовка. Действие по вспышке ядерного взрыва. Надевание противогаза.	1 час	07.10		Познавательная
7.	Химзащита. Надевание ОЗК. Метание гранаты из различных положений.	1 час	14.10		Игровая
8.	Бег на выносливость. Преодоление полосы препятствий. Метание гранаты.	1 час	21.10		Познавательная
9.	Преодоление полосы препятствий. Метание гранаты. Строевая подготовка.	1 час	11.11		Игровая
10.	Силовой комплекс на высокой перекладине. Упражнения на мышцы брюшного пресса.	1 час	18.11		Познавательная
11.	Развитие силовой выносливости. Подготовка к сдаче норм ГТО.	1 час	25.11		Игровая
12.	Основы воинской службы. Основы рукопашного боя.	1 час	02.12		Познавательная
13.	Гуманитарное право. Основы рукопашного боя.	1 час	16.12		Игровая
14.	Ратные страницы истории. Основы рукопашного боя.	1 час	23.12		Познавательная
15.	Устав вооруженных сил. Упражнения на развитие силы мышц рук.	1 час	30.12		Игровая
16.	Общевоинские уставы. Силовой комплекс на высокой перекладине.	1 час	13.01		Познавательная
17.	Современная техника и вооружение. Основы рукопашного боя.	1 час	20.01		Игровая
18.	Государственная и военная символика. Силовой комплекс на высокой перекладине.	1 час	27.01		Познавательная
19.	Основы обороны государства, Вооруженные силы Российской Федерации (предназначение, состав, традиции и т.п.) Развитие выносливости, силы.	1 час	03.02		Игровая
20.	Дни воинской славы и памятные даты России. Основы рукопашного боя. Подготовка к сдаче норм ГТО	1 час	10.02		Познавательная
21.	Города-герои, города воинской славы. Строевые приемы без оружия.	1 час	17.02		Познавательная
22.	Основные сражения Великой Отечественной войны 1941-1945 годов. Строевые приемы с оружием.	1 час	03.03		Игровая
23.	Основы рукопашного боя. Элементы акробатики.	1 час	10.03		Познавательная

24.	Строевая подготовка. Преодоление полосы препятствий. Метание гранаты.	1 час	17.03		Игровая
25.	Надевание противогаза и ОЗК. Действие по вспышке ядерного взрыва.	1 час	24.03		Познавательная
26.	Развитие скоростной выносливости. Старт из различных и.п. Снаряжение магазина.	1 час	07.04		Игровая
27.	Метание гранаты в горизонтальную цель. Силовые упражнения. Неполная сборка-разборка автомата.	1 час	14.04		Познавательная
28.	Топография и ориентирование. Нахождение азимута.	1 час	21.04		Игровая
29.	Огневая подготовка. Преодоление полосы препятствий, бег 100м.	1 час	28.04		Познавательная
30.	Преодоление полосы препятствий (индивидуально и в составе группы). Туристические навыки.	1 час	05.05		Игровая
31.	Метание гранаты в горизонтальную цель. Силовые упражнения. Основы медицинских знаний.	1 час	12.05		Познавательная
32.	Преодоление препятствий, метание гранаты в цель, силовые упражнения. Туристические навыки.	1 час	19.05		Игровая
33.	Основы медицинских знаний. Строевые приемы в составе отделения.	1 час	26.05.		Познавательная
34.	Строевые приемы в составе отделения и в одиночной подготовке.	1 час	26.05.		Игровая

ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

В результате реализации данной программы:

- участники спортивно-патриотического клуба достигнут общекультурного уровня образования по истории родного края, овладеют основами научно-исследовательской деятельности, культурой мышления, оформления и защиты исследовательской работы;
- члены клуба освоят правила безопасного поведения в повседневной жизни, принципы здорового образа жизни, способы самообороны и самосохранения, подготовятся к действиям в чрезвычайных ситуациях и экстремальных условиях;
- у подростков сформируется потребность в регулярных занятиях физической культурой, воспитание осмысленного отношения к ним как способу самореализации и личностно значимому проявлению человеческих способностей;
- компенсируются отсутствующие в основном образовании знания, умения и навыки в области краеведения, физкультуры, медицины, спорта, военной подготовки;
- будет усовершенствована работа с педагогами дополнительного образования школы.

Членыклубадолжны **знать/понимать:**

- ✓ Структуру ВС РФ;
- ✓ Основные положения воинского устава;
- ✓ Команды строевого устава;
- ✓ Порядок сборки-разборки автомата Калашникова;
- ✓ Правила стрельбы и ТБ при выполнении упражнений огневой подготовки;
- ✓ Основы боевых действий, сущность тактики;
- ✓ Об основах военной топографии;
- ✓ Правила оказания первой медицинской помощи.

Уметь:

- ✓ Выполнять строевые приёмы (упражнения) в соответствии с воинским уставом;
- ✓ Производить сборку-разборку автомата Калашникова (АК-74). Выполнять стрельбу из различных исходных положений;
- ✓ Демонстрировать порядок использования средств индивидуальной защиты;

- ✓ Ориентироваться на местности с использованием местных предметов;
- ✓ Оказывать первую медицинскую помощь при различных видах повреждений;
- ✓ Использовать приобретённые знания и умения для дальнейшей проф.ориентации.

Личностные результаты:

- ✓ Формирование чувства ответственности за личную и общественную безопасность;
- ✓ Освоение знаний об обязанностях граждан по защите государства;
- ✓ Владением умений оценивать ситуацию и оперативно принимать решения.

Метапредметные результаты:

- ✓ Проявление культуры взаимодействия, терпимости и толерантности в достижении общих целей при совместной деятельности;
- ✓ Ответственное отношение к порученному делу, проявление дисциплинированности и готовности отстаивать собственные позиции, отвечать за результаты собственной деятельности.

Предметные результаты:

- ✓ Освоение знаний по начальной военной подготовке;
- ✓ Овладение практическими умениями в строевой, огневой, военно-медицинской, топографической подготовке;
- ✓ Формирование способности организовывать и проводить самостоятельные занятия на уровне отделения.
- ✓ Строевые приёмы и движения без оружия.
- ✓ Строевые приёмы с оружием.
- ✓ Устройство и неполная разборка и сборка макета автомата АКС-74
- ✓ Оказание первой медицинской помощи при ранениях, кровотечениях, переломах, ожогах, обморожениях и отравлениях.
- ✓ Воинские уставы – закон жизни военнослужащих.

СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Агапова, Г.В. Патриотическое воспитание молодежи и подготовка ее к службе в Вооруженных Силах Российской Федерации в региональной системе профессионального образования. - Елец, 2009. – 433 с.
2. Аронов, А.А. Воспитывать патриотов: Кн. для учителя/ А.А. Аронов. - М: 1989. -172 с.
3. Артюнина Г.П. Основы медицинских знаний: учебное пособие для студентов педагогических вузов./ Г.П Артюнина. – М.: Академический проект, 2009. – 766 с.
4. Артюнина Г.П. Основы медицинских знаний: Здоровье, болезнь и образ жизни: учеб пособие для высшей школы. – 3-е изд. / Г.П. Артюнина., С.А. Игнаткова – М.: Академический проект, 2005. – 560 с.
5. Баев В.И. Педагогические условия организации патриотического воспитания учащихся общеобразовательных учебных заведений в современных условиях. – М., 2004. – 164 с.
6. Большая медицинская энциклопедия. под. ред. Бородулина В.И. 4-е изд. – М.: Рипол Классик, 2007. – 960с.
7. Бурьян К.В. Система военно-патриотического воспитания старшеклассников средствами клубной работы. – Уфа, 2005. – 202 с.
8. Быков, А.К.. Патриотическое воспитание школьников в учебном процессе. Методическое пособие/ А.К. Быков, И.И. Мельниченко. – М., 2007. – 208 с.
9. Быков А.К. Проектно-программный подход в патриотическом воспитании: проблемы и перспективы реализации / А.К. Быков // Мир образования – образование в мире. – 2014. – № 1 (53). – С. 117-125.
10. Всеобщая история. Рабочие программы. Предметная линия учебников А.А. Вигасина 5-9 классы. М.: Просвещение, 2014. – 144
11. Бубнов В.Г. Атлас добровольного спасателя: первая медицинская помощь на месте происшествия: учебное пособие / В.Г. Бубнов; Н.В. Бубнова; под. ред. Г. А. Короткина. – 4-е изд., стереотип. – М.:АСТ: Астрель, 2008.–. – 79 с.

Лист внесения изменений
в рабочую программу внеурочной деятельности
в разделе «Календарно тематическое планирование»
на 2026-2027 учебный год

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора
_____ Н.В. Задорожняя
27.08.2026 год

СОГЛАСОВАНО

Председатель МС
_____ Л.Е. Линкина
протокол от 27.08.2027 №1