

Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение
Республики Хакасия
«Техникум коммунального хозяйства и сервиса»

Рассмотрена на заседании
Методического совета
Протокол № 1
« 6 » Октября 20 23 г

Утверждена:
Заместитель директора по УР
О.В. Раткова
« 9 » Октября 20 23 г

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
«Сибиряк»
(120 часов)

Уровень программы – базовый
Направленность программы- физкультурно-спортивная

Автор: Итпеков С.В.
преподаватель - организатор ОБЖ

Абакан, 2023

Раздел 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа осуществляется в соответствии с Конституцией Российской Федерации, федеральными законами "Об общественных объединениях", "О воинской обязанности и военной службе", "О государственной поддержке молодежных и детских общественных объединений", Указом Президента Российской Федерации от 16.05.1996 N 727 "О мерах государственной поддержки общественных объединений, ведущих работу по военно-патриотическому воспитанию молодежи. Концепция модернизации Российского образования на период до 2010 года. Государственная программа «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации». Закон Российской Федерации «О днях воинской славы». Инструкция «Об организации обучения граждан Российской Федерации начальным знаниям в области обороны», утверждена Приказом Министерства образования РФ и Министерства обороны РФ от 03.05.2001 г. настоящим Положением и другими нормативными правовыми актами.

Основные направления деятельности

- духовно-нравственное, патриотическое и физическое воспитание молодежи;
- создание молодежной среды, способствующей духовному, творческому развитию личности;
- профессиональная ориентация молодежи;
- изучение истории России и всестороннее знакомство с военно-патриотическими традициями российской армии;
- подготовка молодежи к службе в Вооруженных силах РФ;
- проведение поездок и туристических походов по историческим местам России;
- организация и проведение военно-спортивных игр, соревнований, конкурсов;
- профилактическая деятельность по предупреждению наркомании и алкоголизма среди молодежи.

За активное участие лицам призывного возраста вручается рекомендация от администрации ГБПОУ РХ «Техникума коммунального хозяйства и сервиса» г. Абакан для прохождения службы в рядах Вооруженных сил Российской Федерации.

1.1. Актуальность программы

Педагогическая целесообразность. Принципы обучения программы позволяют применять индивидуальный подход, чередовать занятия и отдых в зависимости от состояния студента, и предусматривают вариативность в выборе практического материала, технологий, форм и методов проведения занятий.

В процессе реализации программы используются элементы следующих педагогических технологий:

1. Технология коллективной творческой деятельности (И.П. Волков, И.П. Иванов) которая широко применяется в дополнительном образовании. Достижение творческого уровня является приоритетной целью. В основе технологии лежат организационные принципы: социально-полезная направленность деятельности детей и взрослых; сотрудничество детей и взрослых. Мотивом деятельности детей является стремление к самовыражению и самоусовершенствованию. Широко используется игра, состязательность, соревнование. Коллективные творческие дела – это социальное творчество, направленное на служение людям. Их содержание – забота о друге, о себе, о близких и далеких людях в конкретных практических социальных ситуациях.

Творческая деятельность разновозрастных групп направлена на поиск, изобретение и имеет социальную значимость.

2. Технология индивидуализации обучения (адаптивная) – такая технология обучения, при которой индивидуальный подход и индивидуальная форма обучения являются приоритетными. Главным достоинством индивидуального обучения является то, что оно позволяет адаптировать содержание, методы, формы, темп обучения к индивидуальным особенностям каждого ученика, следить за его продвижением в обучении, вносить необходимую коррекцию. Это позволяет ученику работать экономно, контролировать свои затраты, что гарантирует успех в обучении.

3. Компьютерные новые информационные технологии развивают идеи

программированного обучения, открывают совершенно новые, еще не исследованные технологические варианты обучения, связанные с уникальными возможностями современных компьютеров и телекоммуникаций. Компьютерные технологии обучения — это процессы подготовки и передачи информации обучаемому, средством осуществления которых является компьютер. Компьютерная технология в данной программе используется как проникающая технология (применение компьютерного обучения по отдельным темам или разделам)

4. Здоровье сберегающие технологии. В дополнительном образовании используются три основных вида здоровьесберегающих технологий:

- санитарно-гигиенические (это не только личная гигиена, но и обстановка и гигиенические условия в кабинете);

- психолого-педагогические (это психологический климат на занятии: эмоциональный комфорт, доброжелательная обстановка повышают работоспособность, помогают раскрыть способности каждого ребенка, и это приводит в конечном итоге к хорошим результатам);

- физкультурно-оздоровительные (организация занятия с учетом моментов оздоровления, от которых во многом зависят функциональное состояние обучающихся в процессе деятельности, возможность длительно поддерживать умственную и физическую работоспособность на высоком уровне и предупреждать преждевременное наступление утомления).

Целью программы является обеспечение условий для развития пространственного и логического мышления, развитие конструктивно-геометрического мышления, способности к анализу и синтезу пространственных форм, практически реализуемых в виде чертежей конкретных пространственных объектов.

ЗАДАЧИ

Обучающие

Знать основные части малокалиберной винтовки, явление выстрела, способы ведения стрельбы, правило поведения на стрельбище, правило чистки, смазки, хранения огнестрельного оружия. Усвоить навыки стрельбы из стрелкового оружия. Владение приемами оказания первой помощи при неотложных состояниях

Развивающие

умений отстаивать свою гражданскую позицию, осознанно осуществлять выбор пути продолжения образования или будущей профессии.

умений оценивать и корректировать свое поведение в окружающей среде на основе выполнения экологических требований

Воспитательные

-содействие патриотическому, физическому, интеллектуальному и духовному развитию личности юного гражданина России, его лидерских качеств.

- формирование у молодежи чувства гражданственности и патриотизма.

- подготовка молодежи к военной службе и воспитание уважения к Российской Армии.

- воспитание любви к Родине.

- совершенствование работы по патриотическому воспитанию молодежи, улучшение военно-спортивной, технической подготовки.

- привлечение внимания к героическому и историческому прошлому России.

- приобщение молодежи к активному участию в работе по оказанию помощи ветеранам Великой Отечественной войны. -пропаганда здорового образа жизни через участие в спортивных мероприятиях и олимпиаде по ОБЖ.

Планируемые результаты обучения

В результате обучающиеся будут

знать: Первоначальные умения по выполнению приемов обращения с оружием. Принципы устройства современного стрелкового оружия выполнять требования техники безопасности обращения со стрелковым оружием.

уметь: выполнения нормативов №13, №14 (Нормативы по огневой подготовке КС СО БМиТ). Соблюдать требования техники безопасности на стрельбище.

владеть: Навыками обращения с оружием, туристическим снаряжением.

Категория обучающихся: возраст обучающихся, 15-22 года

Форма обучения: Очная.

Режим проведения занятий: 2 часа в неделю: среда, четверг. Непосредственно перед участием в соревнованиях каждый день в течение недели.

Трудоемкость программы: Общая продолжительность программы составляет: 120 академических часа.

. Раздел 2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

2.1. Учебный план

№ п/п	Наименование разделов (модулей) и тем	Аудиторные учебные занятия, учебные работы			Формы контроля
		Всего ауд. часов (ак. час)	Теоретические занятия	Практические занятия	
	Раздел 1 огневая подготовка	14	3	12	
1.1	Тема 1 Основы стрельбы	1	1		Проверка практического выполнения
1.2	Тема 2 Малокалиберная винтовка.	1	1		Проверка знания мат. части.
1.3	Тема 3 Приёмы и правила стрельбы из малокалиберной винтовки	1	1		Проверка практического выполнения
1.4	Тема 4 Стрельба из пневматической винтовки и электронного тира.	10		10	Проверка практического выполнения
1.5	Тема 5 Устройство автомата Калашникова (АК-74).	2	2		Проверка знания мат. части.
1.6	Тема 6 Выполнение норматива №13и №14 по огневой подготовке.	12	1	11	Выполнение норматива
1.7	Тема 7 Участие в соревнованиях.	10		10	Проверка практического выполнения
	Раздел 2 РХБЗ	16	1	15	
2.1	Тема 1 Средства индивидуальной защиты.	1	1		Проверка знания мат. части.

2.2	Тема 2 Отработка норматива №1, №3А, №3Б по РХБЗ.	10		10	Выполнение норматива
2.3	Тема 3 Участие в предметной олимпиаде.	5		5	Проверка практического выполнения
	Раздел 3 Строевая подготовка.	16			
3.1	Тема 1 Изучение статей Строевого устава.	1	1		Проверка знания статей Строевого устава.
3.2	Тема 2. Отработка практических навыков по строевой подготовке.	10		10	Проверка практического выполнения
3.3	Тема 3. Участие в соревнованиях и торжественных мероприятиях.	5		5	Проверка практического выполнения
	Раздел 4 Общефизическая подготовка	12		12	
4.1	Тема 1. Кросс.	2		2	Выполнение норматива
4.2	Тема 2. Подтягивание на перекладине из положения виса.	1		1	Выполнение норматива
4.3	Тема 3. Метание гранаты.	4		4	Выполнение норматива
4.4	Тема 4. Участие в соревнованиях	5		5	Проверка практического выполнения
	Раздел 5 Основа тактической медицины.	8	2	6	
5.1	Тема 1. Оказание помощи при различных видах ранений	4	1	3	Проверка практического выполнения
5.2	Тема 1. Комплекс СЛР	4	1	3	Проверка практического выполнения
	Раздел 6 туристическая подготовка				
6.1	Тема 1. Формирования тур. групп.	1	1		Проверка практического выполнения
6.2	Тема 2. Виды и методика прокладывания маршрута.	2	2		Проверка практического выполнения
6.3	Тема 3. Прокладывание маршрута.	2		2	Проверка практического выполнения
6.4	Тема 4. Снаряжение туристов. (личное)	2	1	1	Проверка практического выполнения
6.5	Тема 5. Снаряжение туристов. (групповое)	2	1	1	Проверка практического выполнения
6.6	Тема 6. Организация места отдыха.	2	1	1	Проверка практического выполнения
6.7	Тема 7. Ориентирование на местности.	2	1	1	Проверка практического выполнения
6.8	Тема 8. Движение походной группы.	2	1	1	Проверка практического выполнения
6.9	Тема 9. Страховка и само страховка в походе.	4	1	3	Проверка практического выполнения
6.10	Тема 10. Обеспечение безопасности в походе	2	1	1	Проверка практического выполнения
6.11	Тема 11. Свертывание тур. лагеря.	2	2		Проверка практического выполнения
6.12	Тема 12. Соревнования по туризму	8		8	Проверка практического выполнения

2.2. Учебная программа

№ п/п	Виды учебных занятий, учебных работ, объем в часах	Содержание
Раздел 1 огневая подготовка		
Тема 1 Основы стрельбы	Творческая мастерская, 1 часа	Правила проведения стрельб Т.Б. при проведении стрельб
Тема 2 Малокалиберная винтовка.	Творческая мастерская, 1 часа	Знать основные части малокалиберной винтовки. Назначение, устройство
Тема 3 Приёмы и правила стрельбы из малокалиберной винтовки	Творческая мастерская, 1 часа	Знать явление выстрела, способы ведения стрельбы, правило поведение на стрельбище
Тема 4 Стрельба из пневматической винтовки и электронного тира.	Самостоятельная работа, 10	Усвоить навыки стрельбы из стрелкового оружия
Тема 5 Устройство автомата Калашникова (АК-74).	Творческая мастерская, 2 часа	Познакомить с историей создания, устройством и тактико-технической характеристикой АК-74
Тема 6 Выполнение норматива №13и №14 по огневой подготовке.	Самостоятельная работа, 12	Порядок неполной разборки и сборки АК-74
Тема 7 Участие в соревнованиях.	Самостоятельная работа, 10	
Раздел 2 РХБЗ		
Тема 1 Средства индивидуальной защиты.	Творческая мастерская, 1 часа	Норматив по использованию СИЗ- 7сек-5баллов 9сек-4 баллов 10сек-3 балла
Тема 2 Отработка норматива №1, №3А, №3Б по РХБЗ.	Самостоятельная работа, 10	Отработать навыки по использованию СИЗ
Тема 3 Участие в предметной олимпиаде.	Самостоятельная работа, 5 часа	Практическое выполнение
Раздел 3 Строевая подготовка.		
Тема 1 Изучение статей Строевого устава.	Творческая мастерская, 1 часа	Строевой устав.
Тема 2. Отработка практических навыков по строевой подготовке.	Творческая мастерская, 10 часа	Практическое выполнение приемов по строевой подготовке.
Тема 3. Участие в соревнованиях и торжественных мероприятиях.	Самостоятельная работа, 5 часа	Практическое выполнение приемов по строевой подготовке.
Раздел 4 Общефизическая подготовка		
Тема 1. Кросс.	Самостоятельная работа, 2 часа	воспитание физической выносливости, силы

Тема 2. Подтягивание на перекладине из положения виса.	Самостоятельная работа, 1 час	воспитание физической выносливости, силы
Тема 3. Метание гранаты.	Самостоятельная работа, 4 часа	Способы обращения и применения наступательных и оборонительных гранат.
Тема 4. Участие в соревнованиях	Самостоятельная работа, 5 часа	Практическое выполнение приемов по строевой подготовке.
Раздел 5 Основа тактической медицины.		
Тема 1. Оказание помощи при различных видах ранений	Творческая мастерская, 4 часа	<i>Знать</i> о профилактике вредных привычек. <i>Использовать приобретенные знания</i> в повседневной жизни для ведения здорового образа жизни
Тема 1. Комплекс СЛР	Творческая мастерская, 4 часа	<i>Знать</i> о профилактике вредных привычек. <i>Использовать приобретенные знания</i> в повседневной жизни для ведения здорового образа жизни
Раздел 6 туристическая подготовка		
Тема 1. Формирования тур. групп.	Творческая мастерская, 1 часа	Дать представления об оптимальном составе, структуре тур. групп и распределения обязанностей.
Тема 2. Виды и методика прокладывания маршрута.	Творческая мастерская, 2 часа	Виды маршрутов в зависимости от спецификации путешествий и конкретных условий местности.
Тема 3. Прокладывание маршрута.	Творческая мастерская, 2 часа	Практическое занятие Отработка навыков по прокладке пешего маршрута по имеющимся картам- схемам.
Тема 4. Снаряжение туристов. (личное)	Творческая мастерская, 2 часа	Познакомиться с личным снаряжением, отработать приемы работы и использование снаряжения.
Тема 5. Снаряжение туристов. (групповое)	Творческая мастерская, 2 часа	Познакомиться с групповым снаряжением, отработать приемы работы и использование снаряжения.
Тема 6. Организация места отдыха.	Творческая мастерская, 2 часа	Способы организации привалов, ночлегов.
Тема 7. Ориентирование на местности.	Творческая мастерская, 2 часа	Правило пользование компасом, движение по магнитным азимутам. Ориентирование по луне, полярной звезде, туристической маркировке, вспомогательным признакам.
Тема 8. Движение походной группы.	Творческая мастерская, 2 часа	Порядок движения походной группы. Темп и линия движения. Режим и распорядок походного дня.
Тема 9. Страховка и само страховка в походе.	Творческая мастерская, 4 часа	Отработка навыков пользования страховым снаряжением и преодоления естественных препятствий. Правила преодоления естественных препятствий, пользование страховым снаряжением.
Тема 10. Обеспечение безопасности в походе	Творческая мастерская, 2 часа	Причины происшествий и способы их избежать. Навыки оказания первой мед. помощи.
Тема 11. Свертывание тур. лагеря.	Творческая мастерская, 2 часа	Экологические и природоохранные мероприятия в туристических походах
Тема 12. Соревнования по туризму	Самостоятельная работа,	Практическое применение полученных навыков.

Раздел 3. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Согласно рабочей программы студенты должны выполнить войсковые нормативы по каждому разделу.

Раздел 4. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Пользование Интернетом и библиотекой во время обучения. Методические рекомендации и разработки, комплект заданий и задач разного уровня сложности, презентации, другие мультимедийные разработки.

4.1. Литература

Основная:

1. «Основы безопасности жизнедеятельности»: учебник для учреждений СПО. Егоров С.Н. - М.: Просвещение, 2023.

Дополнительная:

Интернет-ресурсы:

<http://www.mon.gov.ru> Министерство образования и науки Российской Федерации
<http://www.edu.ru> Федеральный портал "Российское образование" -
<http://window.edu.ru> Информационная система "Единое окно доступа к образовательным ресурсам"
<http://school-collection.edu.ru> Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов
<http://fcior.edu.ru> Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов
<http://fsu.mto.ru> Федеральный совет по учебникам Министерства образования и науки РФ

4.2. Материально-технические условия реализации программы

Для полноценной реализации данной программы необходимы следующие оборудование и материалы:

пневматическое оружие;
 ММГ АК-74;
 Учебные гранаты;
 Прибор определения уровня радиоактивного заражения;
 СИЗ (ОЗК, Л-1, противогазы);
 Туристическое снаряжение;
 плакаты;
 Технические средства обучения: ноутбук, мультимедиа проектор, телевизор