

Октябрьский филиал
Государственного бюджетного профессионального
образовательного учреждения
«КРАЕВОЙ ПОЛИТЕХНИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ»

ПЛАН РАБОТЫ
военно-спортивного клуба «Стрелок»
на 2024 – 2025 учебный год



Октябрьский, 2024

Пояснительная записка

*Мы – Великое Русское Воинство,
Нам доверено, землю беречь.
Нет богатства у нас. Есть достоинство,
Вера, совесть, отвага и честь!*

В подготовке молодёжи к защите Родины важная роль отводится профессиональной образовательной организации через военно-патриотическое воспитание подростков и юношей, формирование у них высоких нравственных и физических качеств с помощью военно-спортивной игры.

Среди разнообразия чувств, переживаемыми подростками в игре, особое значение приобретают чувства, побуждающие ребят к деятельности, к борьбе с трудностями, желание участвовать в ответственных делах, совершать героические поступки.

Опыт показывает, что действия в процессе военно-спортивных игр вызывает у студентов высоконравственный эмоциональный отклик, активизирует патриотические чувства: любовь к Родине, к Вооружённым силам Российской Федерации, к героическим страницам прошлого нашей Отчизны; вызывает стремление с оружием в руках защищать Родину, добросовестно служить в Вооружённых Силах.

Программа клуба позволяет реализовать интересы студентов и обеспечивает:

- участие молодежи в реализации государственной политики в области военно-патриотического и гражданского воспитания;
- изучение истории и культуры Отечества и родного края;
- передача и развитие лучших традиций российского воинства;
- приобретение военно-прикладных умений и навыков;
- воспитание ответственности за порученное дело, дисциплинированности, исполнительности, готовности к действиям в экстремальных ситуациях.
- формирование военно-прикладных умений и навыков.

Цель работы военно-спортивного клуба «Стрелок»: создание системы военно-патриотического воспитания обучающихся, обеспечивающей формирование морально-психологической и физической готовности и способности к военной службе, начальным знаниям в области обороны и успешной социализации в обществе.

Задачи:

1. Сформировать интерес к истории и традициям Вооружённых Сил РФ.
2. Создать условия для приобретения обучающимися навыков безопасности жизнедеятельности, эмоционально волевой устойчивости в экстремальных условиях.

3. Обеспечить условия для формирования у подростков чувства ответственности и сознательности.

Занятия проводятся с группой обучающихся в кабинете ОБЖ, в спортзале, на спортивной площадке и на пересеченной местности в окрестностях посёлка Октябрьский Пермского края 2 раза в неделю по 2 часа во внеурочное время в течение 9 месяцев учебного года (октябрь - май). Программа рассчитана на 90 часов.

Ожидаемые результаты:

4. Овладение знаниями по подготовке к службе в рядах Вооруженных Сил.
5. Выполнение нормативов спортивных разрядов.
6. Увеличение числа юношей, ведущих здоровый образ жизни.
7. Организация и проведение военно-патриотических праздников, конкурсов, встреч, вечеров в соответствии с планом работы колледжа.

Тематический план занятий клуба

№ пп	Наименование раздела	Темы занятий	Формы д-ти	Объем часов
1.	Вооруженные Силы Российской Федерации- защитники нашего Отечества	История создания Вооруженных Сил России	Беседа	2
		Патриотизм и верность военному долгу основные качества защитника Отечества	Беседа	2
		Памяти поколений - дни воинской славы России	Беседа	2
		Военная присяга - клятва воина на верность Родине	Беседа	2
		Символы воинской чести	Беседа	2
		Государственные символы России	Беседа	2
		Ритуалы ВС РФ	беседа	2
2.	Гражданская оборона	Применение средств индивидуальной защиты органов дыхания и кожных покровов	лекции, беседы, практические занятия	8
3.	Общая физическая подготовка и основы самообороны	Силовая подготовка: бег.	тренировки	2
		Силовая подготовка: отжимание.	тренировки	2
		Силовая подготовка: подтягивание	тренировки	2
		Силовая подготовка: прыжки	тренировки	2
		Силовая подготовка: прыжки в длину	тренировки	2

		Приёмы рукопашного боя: группировки, кувырки вперёд, назад	тренировки	4
		Приёмы рукопашного боя: падение вперёд, назад, на бок	тренировки	4
		Приёмы рукопашного боя: защита от захватов	тренировки	4
		Приёмы рукопашного боя: защита от ударов палкой	тренировки	2
		Приёмы рукопашного боя: защита от ударов руками и ногами	тренировки	2
		Приёмы рукопашного боя: защита от ударов ножом	тренировки	2
4.	Строевая подготовка	Строи и их элементы	лекция	2
		Одиночная подготовка	тренировки	4
		Выполнение основных приёмов в составе подразделения на месте	тренировки	4
		Движение. Одиночная подготовка	тренировки	4
		Выполнение воинского приветствия. Одиночная подготовка	тренировки	2
5.	Огневая подготовка	Назначение и устройство автомата, патронов к нему и ручных осколочных гранат	лекция	2
		Разборка и сборка автомата	тренировки	2
		Метание ручных осколочных гранат на дальность и меткость	тренировки	2
6.	Туристическая подготовка	Топографическая подготовка. Ориентирование по местности. Движение по маршруту	тренировки	2
		Организация бивака	тренировки	2
		Спортивный туризм	тренировки	2
		Техника спортивного туризма	тренировки	2
7.	Основы медицинских знаний	Виды ран	лекция	2
		ПМП при кровотечении	лекция, практическое занятие	2
		ИВЛ и непрямой массаж сердца		2
		Переломы и вывихи		2
		Ушибы, растяжения, ожоги		2
Всего				90 ч.

Распределение часов по разделам

№	Наименование раздела	мес.								
		час	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май
1.	Вооруженные Силы РФ	14	4	4	2	-	2	-	-	2
2.	Гражданская оборона	8	-	-	2	2	-	-		4
3.	Физическая подготовка и основы самообороны	28	2	6	4	2	4	4	4	2
4.	Туристическая подготовка	8	6	1	-	-	-	-	-	1
5.	Строевая подготовка	16	-	-	2	-	-	4	10	-
6.	Огневая подготовка	6	-	1	-	-	3	-	2	-
7.	Основы медицинских знаний	10	2	2	-	-	2	2	-	2
Всего		90	14	14	10	4	11	10	16	11

Литература по патриотическому воспитанию обучающихся и подготовке их к военной службе

Основные источники:

1. Косолапова Н.В. Основы безопасности жизнедеятельности : учебник для нач. и сред. проф. образования / Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко. – М. : Издательский центр «Академия», 2018
2. Безопасность жизнедеятельности : учебник для студ. учреждений сред. проф. образования / [Э.А. Арустамов, Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко, Г.В. Гуськов]. – 13-е изд., стер. - М.: Издательский центр «Академия», 2016
3. Косолапова Н.В. Безопасность жизнедеятельности : учебник для студ. учреждений сред.проф. образования / Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко, Е.Л. Побежимова. – М.: Издательский центр «Академия», 2017
4. Микрюков, В.Ю. Основы безопасности жизнедеятельности + Приложение : учебник / Микрюков В.Ю. — Москва : КноРус, 2017. — 290 с. — (СПО). — ISBN 978-5-406-06323-1. — URL: <https://book.ru/book/927027>

Дополнительные источники:

1. Учебное пособие для общеобразовательных учреждений с мультимедийным учебным пособием в оболочке TeachPRO на CD-ROM под общей редакцией С.К.Шойгу.
2. Садыкова Н.Б.1000+1 совет туристу. Школа выживания. Минск, «Современный литератор, 1999.
3. Питер Дарман. Учебник выживания в экстремальных ситуациях, М.: Яуза, 2001
4. Хван Т.А., Хван П.А., Основы экологии, Ростов-на-Дону, Феникс, 2001.
5. Сборник документов. Безопасность жизнедеятельности, М.: издательство «Д и К», 1998
6. Мишин Б.И. Программно - методические материалы. ОБЖ, 1-11 класс. - М.: «Дрофа», 2000.
7. Миркин Б.Н., Наумова Л.Г., Экология России, М.: АО МДС, 1996.
8. Семейный кодекс Российской Федерации (действующая редакция)
9. Уголовный кодекс Российской Федерации (последняя редакция)
10. Конституция Российской Федерации (действующая редакция)
11. Васнеев В.А. Основы подготовки к поенной службе: Кн.для учителя / Васнеев В.А., Чиненный С.А.-М.,2002.
12. Федеральные законы: «О статусе военнослужащих», «О воинской обязанности и военной службе», «Об альтернативной гражданской службе», «О внесении изменений в Федеральный закон «О воинской обязанности и военной службе» №61-ФЗ, «О противодействии терроризму» //Собрание законодательства Российской Федерации: - М., 1993-2007.

Интернет-ресурсы

1. www.mchs.gov.ru (сайт МЧС РФ).
2. www.mvd.ru (сайт МВД РФ).
3. www.mil.ru (сайт Минобороны).
4. www.fsb.ru (сайт ФСБ РФ).
5. www.dic.academic.ru (Академик. Словари и энциклопедии).
www.booksgid.com (Books Gid. Электронная библиотека).
6. www.globalteka.ru/index.html (Глобалтека. Глобальная библиотека научных ресурсов).
7. www.window.edu.ru (Единое окно доступа к образовательным ресурсам). www.iprbookshop.ru (Электронно-библиотечная система IPRbooks). www.school.edu.ru/default.asp (Российский образовательный портал. Доступность, качество, эффективность).
8. www.ru/book (Электронная библиотечная система).
9. www.pobediteli.ru (проект «ПОБЕДИТЕЛИ: Солдаты Великой войны»). www.monino.ru (Музей Военно-Воздушных Сил).
10. www.simvolika.rsl.ru (Государственные символы России. История и реальность).
11. www.militera.lib.ru (Военная литература).

Справочники, энциклопедии

1. Изотова М.А., Царева Т.Б. Полная энциклопедия орденов и медалей России. —М., 2008.
2. Ионина Н.А. 100 великих наград. —М., 2009.
3. Каменев А.И. Энциклопедия русского офицера. —М., 2008.
4. Каторин Ю.Ф. Танки: иллюстрированная энциклопедия. —М., 2011