

2025 г.

1. Пояснительная записка

Рабочая программа курса «Дружина юных пожарных» разработана в соответствии с ФГОС на основе методических рекомендаций для руководителей ДЮП.

Введение курса обусловлено необходимостью создавать условия для сохранения и укрепления психофизического здоровья, всесторонней физической подготовки обучающихся через использование различных видов спорта.

Целью программы является создание условий для укрепления физического здоровья обучающихся.

Задачи программы:

- развитие двигательных способностей, физических качеств посредством занятий физкультурой;
- формирование установки на сохранение и укрепление здоровья;
- воспитание нравственных, морально-волевых качеств (настойчивости, смелости), навыков культурного поведения;
- приобретение теоретических и методических знаний;
- овладение основными приёмами игры;

2. Общая характеристика предмета

Курс «Юный пожарный» реализует спортивно-оздоровительную направленность образовательного процесса, направлен на укрепление здоровья, физического развития обучающихся.

Основная форма проведения – занятия, которые проводятся в спортивном зале и на школьном стадионе.

На занятиях должен осуществляться дифференцированный и деятельностный подход к учащимся. Применение дифференцированного подхода обеспечивает разнообразие содержания, предоставляет обучающимся возможность реализовать индивидуальный потенциал развития.

Следует обратить внимание на необходимость заключения врача о физической нагрузке и возможностях каждого учащегося.

3. Место курса в учебном плане

Курс «Юный пожарный» входит в образовательную область «Дополнительное образование» учебного плана МБОУ «Школа для детей с ОВЗ»

Рабочая программа рассчитана на 34 часа в год, по 1 часу в неделю.

Продолжительность занятий 40 минут.

4. Содержание внеурочной программы

Теоретические знания

История развития пожарной охраны. Причины возникновения пожаров, пожарная техника, огнетушители, знаки пожарной безопасности.

Способы двигательной деятельности

Общая физическая подготовка.

Развитие основных двигательных качеств: силы (силовые упражнения с собственным весом и со снарядами), выносливости (бег, кросс, ходьба на лыжах), ловкости (специальные упражнения, игры), гибкости, координации движений.

Специальная физическая подготовка.

Специальные упражнения с отягощениями, прыжковые упражнения, многократное и продолжительное повторение специальных упражнений, максимальная интенсивность упражнений, разминка (ОРУ упражнения на расслабление), заминка.

Участие в городских соревнованиях.

5. Распределение часов 32 часа

1 четверть 9 ч	2 четверть 8 ч	3 четверть 10 ч	4 четверть 8 ч
-------------------	-------------------	--------------------	-------------------

6. Контроль и оценивание результатов

Текущий контроль проводится на каждом занятии через наблюдение за деятельностью обучающихся.

Итоговый контроль проводится в мае в форме тестирования физических возможностей и подготовленности обучающихся.

Уровень усвоения программы:

низкий (имеют представление о теоретическом понятии, но не могут сформулировать, при возникновении трудностей при выполнении заданий не прилагают усилий для их преодоления, к концу занятия работоспособность резко снижается, не реализуют творческий потенциал, не участвуют в соревнованиях);

достаточный (умеют сосредотачиваться, работают самостоятельно, при возникновении трудностей при выполнении заданий прилагают усилия для их преодоления, работоспособность сохраняется на протяжении всего занятия, легко контактируют, участвуют в конкурсах и соревнованиях);

высокий (легко владеют теоретическим материалом, не возникает трудностей при выполнении практического материала, хорошо организованы, активны, легко контактируют, участники или призёры конкурсов и соревнований)

Контрольные нормативы по физической подготовке:

№ п./п.	Виды испытаний (тесты)	Показатели					
		Учащиеся			Мальчики		
		Оценка			Оценка		
		«3»	«4»	«5»	«3»	«4»	«5»
1	Бег 60 м. (сек.)	10,8 и больше	10,7/11,0	11,4/10,0	13,6 и больше	13,5- 13,0	12,9/12,3
2	Поднимание туловища из положения, лёжа на спине (количество раз за 1м.)	22/18	25/20	30/25	16/10	24/15	28/20

3	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см.)	145/135	170/146	190/171	125/120	150/126	170/151
4	Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу (количество раз)	9/7	15/10	19/16	8/5	9/6	12/8
5	Наклон вперёд из и.п. стоя с прямыми ногами на гимнастической скамейке (см ниже уровня скамейки)	+4	+7	+11	+5	+10	+15
6	Бег на 500 м	Без учета времени					

7. Предполагаемые результаты.

К концу обучения, обучающиеся должны:
 знать основные правила пожарной безопасности,
 знать причины возникновения пожаров,
 знать средства для тушения пожаров,
 выполнять контрольные нормативы,
 участвовать в соревнованиях.

8. Календарно-тематическое планирование 32 час

№	Тема занятия	Кол-во часов	Дата 7а, 7в
1.	1 четверть 8 часов Техника безопасности: причины травматизма.	1	
2.	История развития пожарной охраны.	1	
3.	Развитие скоростно-силовых качеств (прыжковые упражнения)	1	
4.	Полоса препятствий.	1	
5.	Бег на скорость	1	
6.	Челночный бег. Эстафеты.	1	
7.	Упражнения с отягощениями.	1	
8.	Упражнения с отягощениями	1	
9.	Кроссовая подготовка.		

10.	2 четверть 8 часов Причины возникновения пожаров.	1	
11.	Развитие силы.	1	
12.	Развитие силы	1	
13.	Прыжки на скакалке.	1	
14.	Прыжки на скакалке	1	
15.	Развитие гибкости	1	
16.	Контрольное тестирование.	1	
17.	3 четверть 9 часов Огнетушители, знаки пожарной безопасности.	1	
18.	Развитие выносливости. Лыжная подготовка	1	
19.	Лыжная подготовка.	1	
20.	Лыжная подготовка.	1	
21.	Развитие ловкости. Спортигры.	1	
22.	Баскетбол	1	
23.	Баскетбол	1	
24.	Баскетбол	1	
25.	Баскетбол	1	
26.	4 четверть 7 часов Пожарная техника.		
27.	Развитие скоростно-силовых качеств (прыжковые упражнения)	1	
28.	Бег на скорость	1	
29.	Бег на скорость	1	
30.	Кроссовая подготовка	1	
31.	Кроссовая подготовка	1	
32.	Контрольное тестирование. Итоги года.	1	

9. Материально – техническое обеспечение

Учебно–методические пособия

Методический сборник «Современные подходы и технологии сопровождения детей с особыми образовательными потребностями» г. Пермь, 20017г.;

Методический сборник «Адаптация инвалидов: проблемы, поиски, решения» г. Пермь, 2013г.

Методические рекомендации для руководителей ДЮП

Оборудование

- медболы
- тренажёры
- скакалки
- шведская стенка
- гимнастические скамейки
- волейбольные, баскетбольные, футбольные мячи
- секундомер

СПИСОК УЧАЩИХСЯ

	Гр	СОП	СВО
Верхоланцев Александр Сергеевич			
Ворончихин Александр Евгеньевич			
Казнин Арсений Алексеевич	+		
Кичигин Глеб Анатольевич			
Литвина Анна Александровна			
Лобынцев Артём Денисович			
Останин Андрей Ильич			
Протасов Даниил Олегович			
Рязанова Анна Михайловна			
Рязанова Александра Михайловна			
Севастьянова Полина Сергеевна			
Старчевский Александр Витальевич			
Тропин Иван Александрович			
Хлебникова Арина Вадимовна			

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Школа для детей с ограниченными возможностями здоровья»

ПРИКАЗ

05.09.2025 г.

№ _550_ о.д.

«О создании дружины юных
пожарных»

В соответствии с планом работы школы на 2025-2026 учебный год,

ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Организовать работу дружины юных пожарных.
2. Назначить руководителем дружины юных пожарных учителя
Пилепенко О.Н.
3. Утвердить план работы дружины юных пожарных на 2025-2026
учебный год.
4. Контроль исполнения приказа возложить на зам.директора по ВР
Атняшеву И.В.

Директор



М.В. Волегова

С приказом ознакомлена:

