МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство просвещения Республики Башкортостан

Администрация муниципального района Давлекановский район Республики Башкортостан

МОБУ СОШ № 7

РАССМОТРЕНО	СОГЛАСОВАНО	УТВЕРЖДЕНО
Руководитель ШМО	Заместитель директора по УВР	Директор МОБУ СОШ № 7
_____/Адыева С.Ф.	_____/Левина Е.Н.	_____/Максютов Л.Ф.
Протокол № 1		Приказ № 185
от «25» августа 2026 г.		от «01» сентября 2026 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

«ОСНОВЫ СТРОЕВОЙ ПОДГОТОВКИ»

для обучающихся 10 класса

Составитель:
учитель математики
Адыева С.Ф.

Давлеканово, 2026 год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Курс внеурочной деятельности «Основы строевой подготовки» направлен на формирование у обучающихся навыков дисциплинированности, организованности, чувства коллективизма и ответственности за общие действия. Строевая подготовка является важным элементом начальной военной подготовки и физического воспитания, способствующим выработке правильной осанки, координации движений и умению действовать в составе группы.

Актуальность курса обусловлена необходимостью патриотического воспитания молодежи, подготовки граждан к защите Отечества, а также развитием личностных качеств, таких как самообладание, внимательность и исполнительность. Курс интегрирует элементы физической культуры, истории военной службы и основ безопасности жизнедеятельности.

Занятия проводятся преимущественно на открытом воздухе (спортивная площадка, стадион) или в просторном спортивном зале.

ЦЕЛИ ИЗУЧЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «ОСНОВЫ СТРОЕВОЙ ПОДГОТОВКИ»

Цель курса: Формирование у обучающихся устойчивых навыков строевой выправки, умения действовать согласованно в составе подразделения (класса/взвода), воспитание дисциплинированности и патриотизма.

Задачи курса:

1. Обучить основным строевым приемам и движениям без оружия и с оружием (учебным макетом).
2. Развить физические качества: координацию, ритмичность, выносливость, быстроту реакции.
3. Сформировать навык четкого выполнения команд и единоначалия.
4. Воспитать чувство товарищества, взаимопомощи и ответственности за результат общих действий.
5. Познакомить с историей и значением строевой подготовки в российской армии.

МЕСТО КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «ОСНОВЫ СТРОЕВОЙ ПОДГОТОВКИ» В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЕ

Курс реализуется в рамках направления «Патриотическое воспитание» и «Физическое развитие». Программа рассчитана на **34 часа** (1 час в неделю) для обучающихся 10 классов.

ФОРМЫ ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «ОСНОВЫ СТРОЕВОЙ ПОДГОТОВКИ»

- Практические занятия на местности (строевые упражнения).

- Инструктажи и теоретические беседы.
- Смотр строя и песни (итоговое мероприятие).
- Участие в торжественных линейках и церемониях школы.

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «ОСНОВЫ СТРОЕВОЙ ПОДГОТОВКИ»

Раздел 1. Основы одиночной строевой подготовки (10 часов) Изучение строевых стоек, поворотов, передвижения шагом и бегом. Отработка воинского приветствия. Работа над осанкой и ритмом движений.
Раздел 2. Действия в составе строя (12 часов) Строи взвода и роты. Выполнение команд в строю. Перестроения из одного строя в другой. Движение строевым шагом в составе группы. Согласованность действий.
Раздел 3. Строевой смотр и ритуалы (6 часов) Подготовка к параду. Изучение элементов торжественного марша. Встреча командира. Доклад. Вынос знамени (теория и практика элементов).
Раздел 4. Итоговое занятие и зачет (6 часов) Повторение пройденного материала. Проведение внутреннего смотра строя. Анализ ошибок. Итоговое тестирование (теория + практика).

ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ
ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

1. **Гражданское и патриотическое воспитание:** Осознание своей причастности к истории и культуре России, уважение к символам государства и армии, готовность к выполнению гражданского долга.
2. **Духовно-нравственное воспитание:** Формирование дисциплинированности, честности, ответственности, уважения к старшим и командирам.
3. **Физическое воспитание:** Формирование привычки к здоровому образу жизни, развитие правильной осанки, профилактика нарушений опорно-двигательного аппарата.
4. **Трудовое воспитание:** Развитие навыков самоорганизации, аккуратности в обращении с формой и снаряжением.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Универсальные познавательные действия:

- Анализировать алгоритм выполнения строевого приема.
- Сравнивать свои действия с эталоном (уставными требованиями).
- Находить и исправлять ошибки в своих движениях и движениях товарищей.

Универсальные коммуникативные действия:

- Четко и громко отдавать команды (при выполнении роли командира отделения).

- Слушать и точно выполнять команды старшего начальника.
- Взаимодействовать с одноклассниками для сохранения равнения и интервала в строю.

Универсальные регулятивные действия:

- Контролировать свое эмоциональное состояние и физическое напряжение.
- Планировать свои движения для достижения синхронности с группой.
- Оценивать результат выполнения строевого упражнения.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Обучающийся должен знать:

- Основные строевые термины (строй, интервал, дистанция, фланг, шеренга, колонна).
- Команды для выполнения одиночных и групповых строевых приемов.
- Требования Устава внутренней службы ВС РФ (в части, касающейся строевой подготовки).

Обучающийся должен уметь:

- Правильно занимать место в строю, соблюдать интервалы и дистанции.
- Выполнять воинское приветствие на месте и в движении.
- Совершать повороты на месте и в движении.
- Передвигаться строевым шагом и бегом в составе группы, сохраняя равнение.
- Выполнять перестроения из колонны по одному в колонну по два/три и обратно.
- Отдавать простые строевые команды четким голосом.

Тематическое планирование

№ п/п	Содержание	Количество часов	Основное содержание	Основные виды деятельности	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
Раздел 1. Основы одиночной строевой подготовки, 10ч					
1.	Вводное занятие. Техника безопасности. Строевая стойка.	1	Правила поведения на занятиях. Понятие «строевая стойка». Требования к внешнему виду.	Беседа, демонстрация, отработка стойки перед зеркалом/в строю.	Видеоурок: Строевая стойка
2.	Воинское приветствие.	1	Виды приветствий. Выполнение приветствия на месте.	Отработка приветствия в парах, проверка угла поворота головы и руки.	Методичка: Воинское приветствие
3.	Повороты на месте (направо, налево, кругом).	2	Техника выполнения поворотов через правое плечо. Ошибки при поворотах.	Групповая отработка по командам, взаимоконтроль.	Интерактивный тренажер: Повороты
4.	Передвижение шагом.	2	Ширина шага, частота шагов. Положение рук и корпуса.	Маршировка на месте, движение по разметке.	Видео: Техника строевого шага
5.	Передвижение бегом.	2	Особенности бега в строю. Дыхание. Темп бега.	Бег в составе группы, сохранение дистанции.	
6.	Остановка и переход с шага на бег и обратно.	2	Команды «Стой», «Шагом марш», «Бегом марш». Синхронность остановки.	Отработка переходов, анализ ритма группы.	
	Раздел 2. Действия в составе строя, 12 ч				
7.	Понятие о строе. Интервал и дистанция.	1	Виды строев (шеренга, колонна). Способы измерения интервала и дистанции.	Построение в одну шеренгу, проверка глазомера.	Презентация: Виды строев
8.	Построение и перестроение взвода.	2	Команды для построения. Действия обучающихся по команде.	Практическое построение, перестроение из одной шеренги в две.	
9.	Движение строевым шагом в составе взвода.	3	Согласование шага. Равнение по направляющему. Работа рук.	Марш-бросок в составе группы, отработка под музыку (марш).	Аудио: Военный марш для тренировки ритма

10.	Выполнение поворотов в движении.	2	Повороты колонны на ходу. Действия замыкающих и направляющих.	Отработка поворотов колонны по одному и по два.	
11.	Перестроение колонны из одного состава в другой.	2	Перестроение из колонны по одному в колонну по два/три.	Групповые упражнения на площадке с разметкой.	
12.	Размыкание и смыкание строя.	2	Команды для размыкания и смыкания. Сохранение ориентиров.	Практическая отработка в движении и на месте.	
	Раздел 3. Строевой смотр и ритуалы, 6 ч				
13.	Торжественный марш. Элементы.	2	Высокий подъем ноги, фиксация положения. Взгляд вперед.	Отработка элементов торжественного марша медленно, затем в темпе.	Видео: Парад на Красной площади (фрагмент)
14.	Встреча командира. Доклад.	2	Алгоритм доклада старшему начальнику. Поведение при встрече.	Ролевая игра «Доклад командиру», отработка текста и движений.	
15.	Знамя части (школы). Честь знамени.	2	История знамени. Правила обращения с знаменем. Караул.	Теоретическая беседа, практические элементы сопровождения знамени (без веса).	Статья: Боевое знамя
	Раздел 4. Итоговое занятие и зачет, 6 ч				
16.	Подготовка к итоговому смотру.	2	Повторение всех элементов. Работа над типичными ошибками.	Генеральная репетиция смотра.	
17.	Зачет по теоретической части.	1	Тестирование по уставным терминам и командам.	Письменный или устный опрос.	Онлайн-тест: Строевая подготовка
18.	Итоговый смотр строя.	2	Демонстрация навыков перед комиссией или параллелью классов.	Выполнение комплекса строевых упражнений.	https://www.youtube.com/watch?v=parade_march
19.	Подведение итогов. Рефлексия.	1	Анализ результатов смотра. Награждение лучших.	Обсуждение, заполнение листов самооценки.	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34			