


**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«СРЕДНЯЯ ШКОЛА № 9» г. ЕНИСЕЙСКА КРАСНОЯРСКОГО КРАЯ**

**ПРИНЯТО**

решением методического объединения  
учителей ДО  
протокол от «24» 08. 2023г. № 1

**СОГЛАСОВАНО**

заместителем директора по ВР

\_\_\_\_\_  \_\_\_\_\_ \ Дуракова О.В.  
«25» 08.2023г.

**Рабочая программа  
Дополнительного образования  
«ЮНАРМИЯ»**

**Направленность:** Физкультурно-спортивная

**Уровень:** базовый

**Возраст обучающихся:** 13-17 лет

**Срок реализации:** 2023-2024г

Составитель:  
Паршин Евгений Владимирович

## Пояснительная записка

Программа составлена на основе:

- Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ (ред. от 31.07.2020) "Об образовании в Российской Федерации" (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.08.2020);
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 29.05.2015 г. № 996-р.;
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2020 (Распоряжение Правительства РФ от 24.04.2015 г. № 729-р);
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 30.09.2020 г. №533 «О внесении изменений в порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом министерства просвещения российской федерации от 09.11.2018 г. №196»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 09.01.2014 г. №2 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
- Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 г. № 09-3242 «О направлении методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) разработанные Минобрнауки России совместно с ГАОУ ВО «Московский государственный педагогический университет», ФГАУ «Федеральный институт развития образования», АНО ДПО «Открытое образование»; 5 Региональный модельный центр дополнительного образования детей Красноярского края
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»
- Паспорт федерального проекта "Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации" (в ред. №ЕВ-2021/ 009 от 04.07.2021)

Дополнительная общеразвивающая программа «Юнармия» является комбинированной, предметно-тематическое содержание которой отображает физкультурно-спортивную и военно-патриотическую направленности.

Возрождение патриотизма – шаг к возрождению России. Именно патриотизм является духовным достоянием личности, одним из важнейших элементов общественного сознания и фундамента общественной и государственной систем, составляет духовно-нравственную основу их жизнедеятельности и эффективного функционирования.

Программа «Юнармия» направлена на обучение учащихся и подростково-юнармейцев начальной военной подготовке, а также качественную подготовку учащихся к военно-спортивным соревнованиям различного уровня в соответствии с Положениями.

Актуальность программы связана с тем, что 1 сентября 2016 года в России официально стартовало всероссийское военно-патриотическое движение «Юнармия». Предметом и целями движения являются всестороннее развитие личности детей и подростков, а также участие их в реализации мероприятий молодежной политики как на муниципальном, так и на государственном уровне.

«Больше внимания нужно уделять патриотическому воспитанию молодежи. Да, необходимо серьезно обновить эту работу, но некоторые традиционные методы, например, военно-патриотические игры, востребованы и сегодня. Они выработают и командный дух, и сильный характер и формируют навыки поведения в самых сложных условиях», - отметил в своем послании федеральному собранию Президент Российской Федерации. Значимость программы заключается в том, что она усиливает вариативную составляющую общего образования, способствует реализации умений и навыков, полученных обучающимися в базовом компоненте, формированию жизненных ценностей, овладению опытом самоорганизации, самореализации, самоконтроля и помогает воспитанникам в профессиональном самоопределении.

Так же обеспечивает организацию содержательного досуга, укрепление здоровья, удовлетворение потребности детей и подростков в активных формах познавательной деятельности и двигательной активности.

**Отличительные особенности:** различные военно-спортивные соревнования, («Зарница», «Орленок», «Школа безопасности»), предусматривают подготовку учащихся в различных областях: туризм, ориентирование, пожарное дело, правила дорожного движения, спортивную, медико-санитарную подготовку. В настоящее время нет образовательных программ, направленных на овладение знаниями, умениями и навыками, необходимыми для успешного участия в этих соревнованиях. Преподаватели стоят перед проблемой правильного распределения нагрузки и последовательности овладения теоретическими и практическими знаниями и умениями, необходимыми для успешного участия в обширной программе игр. Данная программа предлагает вариант решения этой проблемы, предусматривая комплексную подготовку команд учащихся для участия в соревнованиях военно-патриотической направленности.

Получив знания на уроках ОБЖ, часть ребят желает попробовать и проверить себя в условиях соревнований. Вот для таких обучающихся, имеющих уже определенные знания и опыт, создана эта программа.

**Адресат:** обучающиеся от 13 до 18 лет, смешанная группа (мальчики и девочки), без ограничений в здоровье, как состоящие в рядах юнармейцев, так и желающих вступить в данную организацию.

**Особенности организации образовательного процесса:**

Возраст обучающихся 13-18 лет, группа состоит из разных возрастных категорий. Состав группы – постоянный. Условия набора обучающихся – все желающие. Учет их индивидуальных особенностей - специальная подготовка не требуется.

**Режим занятий:**

Режим занятий - 1 раз в неделю по 3 академических часа, с перерывом 10 минут, во второй половине дня.

**Цель программы:** создание условий, способствующих патриотическому, физическому, интеллектуальному и духовному развитию личности юного гражданина России, его лидерских качеств.

**Задачи:**

- воспитывать у молодых людей такие качества как: патриотизм, гражданское сознание, верность Отечеству, готовность к выполнению конституционных обязанностей;
- способствовать воспитанию уважительного отношения к героической истории нашего государства, его вооруженным силам;
- сформировать потребность в здоровом и безопасном образе жизни и активном отдыхе;
- обеспечить подготовку подрастающего поколения к военной службе и воспитание уважения к Российской армии;
- способствовать ориентации на профессии, связанные с обеспечением национальной безопасности;

- воспитывать сознательную дисциплину, силу воли, умения концентрироваться на выполнении поставленной задачи.

### Учебный план

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
«Юнармия»  
на 2022 – 2023 учебный год

№	Название раздела	Количество часов			Форма аттестации и контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Основы туристической техники.	3	2	1	
2	Общая физическая подготовка	30	10	20	Входное и итоговое тестирование
3	Строевая подготовка.	21		21	Входное и итоговое тестирование
4	Юнармейцы разведчики.	18	14	4	Тестирование
5	Основы медицинских знаний.	5		5	Входное и итоговое тестирование
6	Огневая подготовка.	25	5	20	Входное и итоговое тестирование
Итого:		102	31	71	

**Виды занятий:** беседы, учебно- тренировочные занятия, конкурсы, соревнования.

**Формы подведения результатов:** сдача нормативов, выступление на соревнованиях.

#### Содержание программы:

##### Общая физическая подготовка.

1. Правила выполнения самостоятельных занятий ОФП. Предупреждение травматизма. Подбор заданий для самостоятельных занятий. Гигиена и закаливание.

1. Упражнения и игры на развитие быстроты и выносливости.
2. Упражнения и игры на развитие скоростно-силовых качеств.
3. Упражнения и игры на развитие ловкости и силы.
4. Командные игры.

##### Строевая подготовка.

1. Обязанности командиров отрядов в организации и управлении строем.
2. Строевая выучка. Построение в одну, в две шеренги по звеньям.
3. Сигналы управления строем.
4. Движение строем, поворот в движении, размыкание и смыкание строя.
5. Исполнение песни в строю, отдавание воинской чести во время движения отряда.
6. Выход из строя и поход к начальнику, возврат в строй.

##### Юнармейцы-разведчики.

1. Ориентирование на местности без карты. Определение направления на стороны горизонта. Измерение расстояний.
2. Движение по азимуту.
3. Составление схемы местности и нанесение цели на схему.
4. Чтение топографических знаков. Изображение местных предметов и рельефа.
5. Измерение расстояния различными способами.
6. Организация движения по азимуту.

#### **Юнармейцы-санитары.**

Главная задача - научить оказывать первую медицинскую помощь при разных ситуациях.

Личная и общественная гигиена.

ПМП при травмах и несчастных случаях.

Понятие раны. Виды ран.

Кровотечения. Виды и признаки, способы временной остановки кровотечения.

Перевязочный материал. Повязки: основные виды, правила.

Ушибы, растяжения связок и ПМП при них. Закрытые и открытые переломы костей, их признаки. ПМП при переломах.

Понятие о шинах. Правила переноса пострадавших на руках, на носилках, с помощью подручных средств.

Понятие об ожогах и обморожениях, ПМП при них. ПМП при тепловом и солнечном ударах, поражение электрическим током. Первая помощь утопающему, способы искусственного дыхания.

ПМП при инфекционных заболеваниях, меры их предупреждения.

Пищевые отравления, ПМП при них.

Профилактика травматизма. Основные правила техники безопасности.

Лекарственные травы, их значение, назначение. Основные виды растений родного края, их использование. Умение собирать лекарственные травы.

#### **Огневая подготовка.**

1. Стрельба из пневматической винтовки из положения: лежа, стоя, с колена.
2. Неполная разборка и сборка автомата Калашникова.
3. Снаряжение магазина.
4. Основы и правила стрельбы.
5. Скоростная стрельба.

#### **Основы туристической техники.**

1. Ориентирование в туристическом походе.
2. Организация бивуачных работ.
3. Разведение костра.
4. Работа с палаткой.
5. Способы преодоления препятствий во время маршрута.

#### **Количество часов.**

Программа рассчитана на 68 часов в год по 2 часов в неделю.

К программе прилагается календарно-тематическое планирование

- **Ожидаемые результаты**
- Повышение уровня физической подготовки учащихся
- Повышение интереса к медицине и военному делу
- Приобретение туристических навыков
- Развитие чувств патриотизма, гражданственности, ответственности за судьбу России.

#### **Планируемые результаты**

##### **Обучающийся должен знать:**

-основы воинских знаний и воинской дисциплины

- историю родного края, овладеть основами познавательной деятельности, культурой мышления;
- правила безопасного поведения в повседневной жизни, принципы здорового образа жизни, способы безопасности жизнедеятельности, как действовать в чрезвычайных ситуациях и экстремальных условиях;
- знания в области краеведения, физической культуры, медицины и начала допризывной подготовки;
- способы оказания первой медицинской помощи
- традиционные средства навигации, ориентирования и радиосвязи
- структуру армии РФ, рода войск, звания
- основы тактики ведения боя
- основы строевой подготовки

**Обучающийся должен уметь:**

- сформированы навыки обслуживания и использования пневматической винтовки и автомата АК-74; стрелять по мишеням, производить неполную разборку и сборку автомата на время; снаряжать магазин автомата патронами; метать гранату
- распознавать виды оружия, знать материальную часть автомата Калашникова и ручных осколочных гранат, основные правила стрельбы;
- выполнять упражнение по строевой подготовке
- оказывать первую медицинскую помощь
- ориентироваться на местности, читать карту
- действовать в экстремальных ситуациях
- вязать туристические узлы, правильно разводите костер
- использовать средства индивидуальной защиты

**Условия реализации программы :**

- кабинет, содержащий ученические столы;
- стол педагога;
- доска;
- выставочный комплекс;
- сейф с автоматами АК-74 .
- стол для осуществления сборки и разборки автомата.
- спортивный зал
- спортивная уличная площадка
- оборудование: телевизор, компьютер, сканер.

**Формы контроля:** наблюдение, тестирование, контроль со стороны педагога, самоконтроль со стороны ребенка, собеседование.

### КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ «ЮНАРМИЯ»

№	Тема занятия	Кол-во часов
1.	Развитие прыгучести: эстафеты с прыжками. Строевая подготовка: перестроение на места. Провести учёт по прыжкам в длину с места. Бег по пересечённой местности с заданиями.	2
2.	Совершенствование навыков метания. Провести бег на выносливость 4 минуты. Развитие координатных способностей: челночный бег 3*10 метров, Игры на местности.	2
3.	Обучение перемещению по местности поточным способом. Функционирование "командой".	1
4.	Эстафета по кругу, передача эстафеты. Общая физическая подготовка.	1
5.	Провести учёт силовых качеств: подтягивание. Подвижные игры с бегом.	1
6.	Правила и техника разведения костра. Практическое занятие. Выход на природу.	1
7.	Бивак. Установка палатки. Условные знаки.	1
8.	Строевая подготовка. Развитие скоростной выносливости. Подвижные игры на местности.	2
9.	Строевые приемы в движение: перестроение из колонны по одному в колонну по два. Развитие скоростных качеств.	2
10.	Строевая подготовка. Бег по пересеченной местности с заданиями.	1
11.	Развитие быстроты реакции. Бег с заданиями.	1
12.	Провести командную игру - эстафету с набивным мячом (1кг).	1
13.	Учить метания мяча в цель. Совершенствование строевых приемов.	1
14.	Строевая подготовка. Перестроение в движении из колонны по 1 в колонну по 4 способом дробления и сведения. Эстафеты с преодолением вертикальных препятствий.	2
15.	Силовые эстафеты. Круговая тренировка.	2
16.	Полоса препятствий.	2
17.	Теоретическая подготовка по ВОВ. Викторина.	1
18.	Общая физическая подготовка, толкание набивных мячей.	1
19.	Эстафеты на развитие основных двигательных качеств. Силовые упражнения.	2
20.	Развитие равновесия в эстафетах и играх.	1
21.	Знакомство с материальной частью автомата Калашникова. Техника безопасности.	2
22.	Практическое занятие. Неполная сборка, разборка автомата.	2
23.	Развитие скоростной выносливости в беге с преодолением вертикальных препятствий.	2
24.	Провести тестирование по подтягиванию и отжиманию.	1
25.	Провести тестирование по челночному бегу 3*10 метров. Строевая подготовка.	1
26.	Правила и техника прицеливания.	2
27.	Огневая подготовка.	2
28.	Бег по пересеченной местности. Безопасное поведение во время прохождения трассы. ОФП.	2

29.	Подвижная командная игра "Взятие крепости", развивающая основные двигательные качества.	1
30.	Строевые приемы в движении. Исполнение песни в движении в колонне по 3. Подвижная игра с мячом.	2
31.	Совершенствование прыжков в длину. Силовые упражнения на рукоходе.	2
32.	Провести тестирование в беге , в течении 6 минут. ОФП.	2
33.	Обучение метанию мяча с разбега. Техника и правила выполнения метания. Эстафета по кругу.	1
34.	Викторина по ВОВ.	2
35.	Строй. Строевой расчет.	2
36.	Шеренга. Одна, две шеренги.	2
37.	Знакомство с РХБЗ. Правила надевания. Поочередность действий.	2
38.	Практическое занятие по надеванию противогаза и химзащиты.	2
39.	Фронт. Выполнение приемов «ложись» (к бою), «встать».	2
40.	Теоретическое занятие. Знание военных званий.	2
41.	Интервал. Расстояние по фронту между военнослужащими (машинами, подразделениями и частями).	2
42.	Дистанция. Расчет по 3. Прохождение в строю с песней.	2
43.	Ширина строя. Соблюдение ширины строя. Расстояние между флангами.	2
44.	Двух шереножный строй. Практические занятия в строю.	2
45.	Сомкнутый строй.	1
46.	Метание гранат в движении	2
47.	Тактика использования гранаты Ф-1	2
48.	Учащийся – защитник Отечества.	1
49.	Честь и достоинство воина Вооруженных сил	1
50.	Основные виды воинской деятельности и их особенностей	2
51.	Учебно-боевая подготовка	2
52.	Служебно -боевая деятельность	1
53.	Правила оказания первой медицинской помощи	1
54.	Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте	1
55.	Первая медицинская помощь при ранениях	2
56.	Остановка всех видов кровотечений	1
57.	Правила наложения давящей повязки, жгута, жгута-закрутки	1
58.	Снайперские винтовки	1
59.	Пулеметы	1
60.	Реактивная противотанковая граната РПГ-26	1
61.	Автоматический гранатомет на станке АГС-17 «Пламя»	1
62.	Подствольные гранатометы	1
63.	Нож разведчика стреляющий НРС-2	1
64.	Задержки при стрельбе и способы их устранения	2
65.	Уход за вооружением, его хранение и сбережение	1
66.	Некоторые сведения по основам стрельбы из стрелкового оружия	2
<b>ИТОГО</b>		<b>102</b>



### Список литературы

1. Научно-методический журнал «Классный руководитель»
2. Дни воинской славы России. Москва, ООО Глобус, 2007
3. Валеев Р.А., Зайцев А.А., Зайцева В.Ф. Военно-патриотическая работа с подростками в молодежных организациях России // Проблемы воспитания патриотизма. - Вологда.: ВИРО, 2004.
4. Васютин Ю.С. Военно-патриотическое воспитание: теория, опыт. - М.: Издательство Мысль, 1984 г.
5. Гаврилов Ф.К., Кожин Г.А. Военно-спортивные игры. - М.: Изд-во ДОСААФ, 1996 г.
6. Жуков И.М. Военно-патриотическое воспитание старшеклассников. - М.: Педагогика, 1982 г.
7. Тетушкина Л.Н. Уроки воспитания патриотизма. ОБЖ №8, 2005 г.
8. Хромов Н.А. Основы военной службы. ОБЖ, №8, 2005 г.
9. Чиняков М.Н. Уроки патриотизма. ОБЖ, №8, 2005 г.
10. «Патриот отечества» №9,2004 г.
11. Тупикин Е.А. , Евтеев В.А. «Основы безопасности жизнедеятельности» 2007 г.
12. Методический и практический журнал «Воспитание и обучение» №6,2007г.
13. Научно-методический журнал «Воспитание школьников» №2, 2003 г.
14. Справочник руководителя Образовательного учреждения №08 август 2005г.
15. Целовальникова А. Патриотами не рождаются, ими становятся. ОБЖ №11,2006 г.
16. Стрельников В. Исторический опыт патриотического воспитания. ОБЖ №1,2006 г.
17. <http://www.bibliofond.ru>