

Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение
«Тегульдетская средняя общеобразовательная школа»

Согласовано

заместитель директора по ВР

Каримов / Каримов

« 30 » 08 2023 год

Утверждена
Директор МКОУ «Тегульдетская СОШ»

приказ № 46-0 от « 30 » 08 2023 г.



Дополнительная общеобразовательная программа
социально-педагогической направленности

«Юнармия»

возраст 10-18 лет,
программа рассчитана на 1 учебный год
(2 часа в неделю, всего 68 часов)

Составитель
Демин Ю.П.,
учитель-организатор ОБЖ

Пояснительная записка

Направленность дополнительной образовательной программы. Военно-патриотическое воспитание школьников включает в себя начальную военную, военнотехническую, морально-психологическую подготовку. В основе практики военно-патриотического воспитания должен лежать принцип единства всех его составных частей, что позволит наиболее полно сформировать качества: любовь к стране, дисциплинированность, мужество, волю, смелость, находчивость, силу, выносливость и ловкость. Школьники должны получить хорошие навыки по строевой, стрелковой, медико-санитарной подготовке, по основам тактической подготовки.

Новизна, актуальность, педагогическая целесообразность. Навыки юнармейских специальностей школьники получают в течение учебного года. Свои умения и навыки проверяют и закрепляют в тактических военных и подвижных спортивных играх на местности, комбинированных эстафетах, смотрах, конкурсах, викторинах.

Цель программы:

гражданско-патриотическое и военно-спортивное воспитание учащихся.

Задачи:

-
1. Воспитание учащихся в духе любви и преданности Отечеству, краю, городу, дому.
 2. Воспитание качеств коллективизма, товарищества, взаимопомощи.
 3. Формирование гражданственности, патриотизма.
 4. Пропаганда здорового образа жизни.
 5. Популяризация физической культуры и спорта среди молодёжи, приобщение её к систематическим занятиям ФК и спорту.

Отличительные особенности данной дополнительной образовательной программы: в том, что она в полной мере позволяет подросткам освоить юнармейское дело, увлекает их гражданско – патриотическим воспитание.

Сроки реализации дополнительной образовательной программы – программа рассчитана на 1 учебный год.

Формы и режим занятий – занятия проходят в форме подачи теоретического и практического материала два раза в неделю по два часа.

Содержание программы

Общая физическая подготовка.

1. Правила выполнения самостоятельных занятий ОФП. Предупреждение травматизма. Подбор заданий для самостоятельных занятий. Гигиена и закаливание.
2. Упражнения и игры на развитие быстроты и выносливости.
3. Упражнения и игры на развитие скоростно-силовых качеств.
4. Упражнения и игры на развитие ловкости и силы.
5. 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.

1. Главная задача - научить оказывать первую медицинскую помощь при разных ситуациях.
2. Личная и общественная гигиена.
3. ПМП при травмах и несчастных случаях.
4. Понятие раны. Виды ран.
5. Кровотечения. Виды и признаки, способы временной остановки кровотечения.
6. Перевязочный материал. Повязки: основные виды, правила.
7. Ушибы, растяжения связок и ПМП при них. Закрытые и открытые переломы костей, их признаки. ПМП при переломах.
8. Понятие о шинах. Правила переноса пострадавших на руках, на носилках, с помощью подручных средств.
9. Понятие об ожогах и обморожениях, ПМП при них. ПМП при тепловом и солнечном ударах, поражении электрическим током. Первая помощь утопающему, способы искусственного дыхания.

10. ПМП при инфекционных заболеваниях, меры их предупреждения. Пищевые отравления, ПМП при них.
11. Профилактика травматизма. Основные правила техники безопасности.
12. 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 136 часов в год по 4 часа в неделю.

К программе прилагается календарно-тематическое планирование

Ожидаемые результаты

- Повышение уровня физической подготовки учащихся
 - Повышение интереса к туризму и спорту
 - Приобретение спортивных и туристических навыков
 - Развитие чувств патриотизма, гражданственности, ответственности за судьбу России
-

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ КРУЖКА «ЮНАРМИЯ»

№	Тема занятия	Кол-во часов	Дата проведения	
			План	факт
1	Развитие прыгучести: эстафеты с прыжками. Строевая подготовка: перестроение на места.	2		
2	Провести учёт по прыжкам в длину с места. Бег по пересечённой местности с заданиями.	2		
3	Совершенствование навыков метания. Провести бег на выносливость 4 минуты.	2		
4	Развитие координатных способностей: челночный бег 3*10 метров, Игры на местности.	2		
5	Обучение перемещению по местности поточным способом. Функционирование "командой".	2		
6	Эстафета по кругу, передача эстафеты. Общая физическая подготовка.	2		
7	Провести учёт силовых качеств: подтягивание. Подвижные игры с бегом.	2		
8	Учить метания мяча в цель. Совершенствование строевых приемов.	2		
9	Бивуак. Установка палатки.	2		
10	Строевая подготовка. Развитие скоростной выносливости. Подвижные игры на местности.	2		
11	Строевые приемы в движение: перестроение из колонны по одному в колонну по два. Развитие скоростных качеств.	2		
12	Строевая подготовка. Бег по пересеченной местности с заданиями.	2		
13	Развитие быстроты реакции. Бег с заданиями.	2		
14	Провести командную игру - эстафету с набивным мячом (1кг). Силовые упражнения на перекладине.	2		
15	Правила и техника разведения костра.	2		
16	Строевая подготовка. Перестроение в движении из колонны по 1 в колонну по 4 способом дробления и сведения. Эстафеты с преодолением вертикальных препятствий.	2		
17	Силовые эстафеты. Круговая тренировка.	2		
18	Подвижные игры с элементами лазания, перелазания и с прыжками через препятствия.	2		

19	Строчевая подготовка. Выполнение статистического усилия: вис на согнутых руках.	2		
20	Общая физическая подготовка, толкание набивных мячей.	2		
21	Эстафеты на развитие основных двигательных качеств. Силовые упражнения.	2		
22	Развитие равновесия в эстафетах и играх.	2		
23	Знакомство с материальной частью автомата Калашникова.	2		
24	Ознакомление с пневматической винтовкой. Техника безопасности.	2		
25	Развитие скоростной выносливости в беге с преодолением вертикальных препятствий.	2		
26	Провести тестирование по подтягиванию и отжиманию.	2		
27	Провести тестирование по челночному бегу 3*10 метров. Строчевая подготовка.	2		
28	Правила и техника прицеливания.	2		
29	Огневая подготовка.	2		
30	Бег по пересеченной местности. Безопасное поведение во время прохождения трассы. ОФП.	2		
31	Подвижная командная игра "Взятие крепости", развивающая основные двигательные качества.	2		
32	Строчевые приемы в движении. Исполнение песни в движении в колонне по3. Подвижная игра с мячом.	2		
33	Совершенствование прыжков в высоту. Силовые упражнения на рукоходе.	2		
34	Провести тестирование в беге , в течении 6 минут. ОФП.	2		
35	Обучение метанию мяча с разбега. Техника и правила выполнения метания. Эстафета по кругу.	2		
36	Строй и управление ими.	2		
37	Строй. Строчевой расчет.	2		
38	Шеренга. Одна, две шеренги.	2		
39	Линия машин. Строй взвода на машинах.	2		
40	Фланг. Левый, правый фланг.	2		
41	Фронт. Выполнение приемов «ложись» (к бою), «встать».	2		
42	Тыльная сторона строя.	2		

43	Интервал. Расстояние по фронту между военнослужащими (машинами, подразделениями и частями).	2		
44	Дистанция. Расчет в глубину между военнослужащими и машинами.	2		
45	Ширина строя. Соблюдение ширины строя. Расстояние между флангами.	2		
46	Двух шереножный строй. Практические занятия в строю.	2		
47	Сомкнутый строй.	2		
48	Метание гранат в движении	2		
49	Тактика использования гранаты Ф-1	2		
50	Военнослужащий – защитник Отечества	2		
51	Честь и достоинство воина Вооруженных сил	2		
52	Основные виды воинской деятельности и их особенностей	2		
53	Учебно-боевая подготовка	2		
54	Служебно -боевая деятельность	2		
55	Правила оказания первой медицинской помощи	2		
56	Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте	2		
57	Первая медицинская помощь при ранениях	2		
58	Остановка всех видов кровотечений	2		
59	Правила наложения давящей повязки, жгута, жгута-закрутки	2		
60	Снайперские винтовки	2		
61	Пулеметы	2		
62	Реактивная противотанковая граната РПГ-26	2		
63	Автоматический гранатомет на станке АГС-17 «Пламя»	2		
64	Подствольные гранатометы	2		
65	Нож разведчика стреляющий НРС-2	2		
66	Задержки при стрельбе и способы их устранения	2		
67	Уход за вооружением, его хранение и сбережение	2		
68	Некоторые сведения по основам стрельбы из стрелкового оружия	2		
	ИТОГО	136		

Список литературы.

1. Научно-методический журнал «Классный руководитель»
2. Дни воинской славы России. Москва, ООО Глобус, 2007
3. Аронов А.А. Воспитывать патриотов: Кн. для учителя. - М.: Просвещение, 1989 г.
4. Буров А.И. Искусство и военно-патриотическое воспитание школьников: (сборник сочинений). - М.: Просвещение, 1975 г.
5. Валеев Р.А., Зайцев А.А., Зайцева В.Ф. Военно-патриотическая работа с подростками в молодежных организациях России // Проблемы воспитания патриотизма. - Вологда.: ВИРО, 2004.
6. Васютин Ю.С. Военно-патриотическое воспитание: теория, опыт. - М.: Издательство Мысль, 1984 г.
7. Гаврилов Ф.К., Кожин Г.А. Военно-спортивные игры. - М.: Изд-во ДОСААФ, 1996 г.
8. Жуков И.М. Военно-патриотическое воспитание старшеклассников. - М.: Педагогика, 1982 г.
9. <http://www.bibliofond.ru>