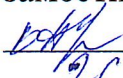


Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Шаховская средняя общеобразовательная школа»
Павловского района Алтайского края

Согласовано
заместитель директора по ВР

А.В. Ващева
26 августа 2024г



Утверждена приказом
директора учреждения
Г. А. Рыбалко
№ 140 от 26-08 2024г

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
(ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ) ПРОГРАММА
«ЮНАРМИЯ»

Физкультурно-спортивная направленность
(срок реализации – 1год, возраст детей 10-18 лет)

Срок реализации: 2024 -2025 учебный год

Составитель:
Плешкова О.И., учитель
физической культуры

с. Шахи
2024г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа «ЮНАРМИЯ» имеет физкультурно–спортивную направленность.

Одной из важных задач государства является военно-патриотическое воспитание молодёжи, в основе которого, лежит подготовка молодых людей страны к службе в Вооружённых Силах РФ, воспитание любви к армии, формирование высокого чувства гордости за принадлежность к России, постоянной готовности к защите Родины. Каким должен быть юноша будущий защитник Отечества? Это должен быть высокообразованный, физически развитый, обладающий высокими моральными принципами, молодой человек. На это нацеливает нас национальная доктрина образования в РФ, утверждённая федеральным законом, которая является основополагающим государственным документом. Она определяет цели воспитания и обучения, пути их достижения посредством государственной политики в области образования, ожидаемые результаты развития системы образования на период до 2025 года.

Физкультурно-оздоровительная составляющая программы направлена на развитие и совершенствование у подрастающего поколения физических качеств - выносливости, силы, быстроты и ловкости. Обучающиеся овладевают навыками преодоления различных препятствий, стрельбы из пневматического оружия.

Цель и задачи:

Основная цель программы – совершенствование гражданского и патриотического воспитания подростков и повышение престижа службы в Российских Вооружённых Силах

Для достижения этой цели необходимо решить следующие задачи:

- воспитание готовности к достойному и самоотверженному служению обществу и государству, к выполнению обязанностей по защите Отечества;
- укрепление здоровья, военно-патриотическое воспитание молодёжи, комплексная подготовка юношей к службе в Вооружённых силах России;
- развитие физических, духовных и нравственных качеств личности, формирование здорового образа жизни;
- профессиональная ориентация подростков.

Для достижения поставленных задач в ходе занятий изучается теоретический материал (рассказ, объяснение, показ), для обучения, закрепления и проверки усвоения пройденного материала проводятся практические занятия и прием тестов физической подготовленности.

Срок реализации – 1 год.

Продолжительность учебных занятий:

1 раз в неделю по 1 часу,

Общее количество часов – 34.

Возраст обучающихся – 10-18 лет, **не имеющих медицинских противопоказаний. Наличие специальной подготовки не требуется, набор детей в группы свободный.**

Форма обучения: индивидуальная, групповая.

Продолжительность занятия – 45 минут

Занятия проводятся по утверждённому расписанию, в форме групповых занятий, с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, участия в конкурсах, проектах, экскурсиях.

Ожидаемые результаты и способы их проверки.

По окончании курса данной программы, обучающиеся *должны знать*:

- технику безопасности на занятиях по физической, стрелковой, строевой подготовке;
- материальную часть автомата Калашникова;
- назначение, боевые свойства, общее устройство и принцип работы автомата Калашникова;
- специфику физической подготовки;
- последовательность неполной разборки и сборки АК-74;
- меры безопасности при обращении с автоматом и патронами;
- правила прицеливания и стрельбы из пневматической винтовки;
- государственную и военную символику;
- дни воинской славы России;
- структуру Вооруженных Сил Российской Федерации;
- символы воинской чести;
- правила оказания первой медицинской помощи при различных видах травм;
- правила безопасного поведения у водоемов, при пожаре, в природных экстремальных ситуациях;
- опасные природные факторы и защиту от их влияния;
- современные средства поражения;
- мероприятия ГО по защите населения;
- средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожи;
- приборы радиационной и химической разведки и правила пользования ими.

Должны уметь:

- выполнять неполную разборку и сборку АК-74М;
- выполнять строевые приемы на месте и в движении по одному и в отделе согласно Строевому уставу Вооруженных Сил Российской Федерации;
- выполнять перевязку при различных видах травм, останавливать кровотечение различными способами, накладывать шины при различных переломах;
- одевать противогаз и костюм химической защиты;
- применять различные туристические узлы, в зависимости от ситуаций;
- применять различные способы преодоления естественных препятствий.

Контроль за результативностью учебного процесса.

В процессе обучения проводятся разные виды контроля результативности усвоения программного материала.

Входящий контроль осуществляется при комплектовании группы в начале учебного года. Цель - определить исходный уровень знаний обучающихся, определить формы и методы работы. Форма оценки – собеседование.

Текущий контроль проводится по окончании изучения каждой темы в виде соревнований и конкурсов.

В качестве итогового контроля в конце учебного года проводятся занятия на поиск решения ситуационных задач, участие в краевых образовательных и социальных проектах, самооценка обучающихся своих знаний и умений

Форма итоговой аттестации: зачет по итогам года теоретический и практический, сдача нормативов по ОФП и ГТО (Приложение №1)

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Название разделов	Количество часов		
		Теория	Практика	Всего
1	Раздел I. «Введение в программу. Военно-историческая подготовка».	4	-	4
2	Раздел II. Строевая подготовка.	1	5	6
3	Раздел III. Огневая подготовка.	1	5	6
4	Раздел IV. Военная топография.	2	1	3
5	Раздел V. Прикладная физическая подготовка.	1	5	6
6	Раздел VI. ОБЖ и РХБ защита.	1	3	4
8	Раздел VII. Медицинская подготовка.	1	2	3
9	Раздел VIII. Итоговые мероприятия.	1	1	2
10	Итого	12	22	34

Календарный учебный график

№ п.п.	№ занятия	Содержание тем	Общее количество часов	Теория	Практика
Раздел I. «Введение в программу. Военно-историческая подготовка». (4 часа)					
1	1	Основы знаний «Военно-патриотический клуб». Техника безопасности на занятиях по физической, стрелковой, строевой подготовке.	1	1	
2	2	История Вооруженных Сил России.	1	1	
3	3	Воинская обязанность и военная служба граждан. Воинские звания и знаки различия.	1	1	
4	4	Правовая основа военной службы. Уставы Вооруженных сил РФ.	1	1	

Раздел II. Строевая подготовка. (6 часов)					
5	1	Строевой Устав Вооруженных Сил Р.Ф. Основные требования Строевого Устава.	1	1	
6	2	Строевая стойка. Строевые приемы.	1		1
7	3	Шаг на месте. Строевой шаг. Воинское приветствие.	1		1
8	4	Шеренга. Одно шереножный строй. Много шереножный строй. Колонна.	1		1
9	5	Строевая подготовка комплекс упражнений	1		1
10	6	Групповое контрольное упражнение по строевой подготовке.	1		1
Раздел III. Огневая подготовка. (6 часов)					
11	1	Вооружение Вооруженных сил России. Классификация стрелкового оружия, состоящего на вооружении ВС РФ.	1	1	
12	2	Правила техники безопасности на занятиях по огневой подготовке. Автомат Калашникова. (АК-47, АК-74, АК-12, АК-15). Разборка и сборка автомата Калашникова.	1		1
13	3	Практическое выполнение. Разборка и сборка автомата Калашникова.	1		1
14	4	Контрольное упражнение по разборке и сборке автомата Калашникова.	1		1
15	5	Малкалиберная винтовка. Тактико-технические характеристики и устройство малкалиберной винтовки. Правила стрельбы из малкалиберной винтовки.	1		1
16	6	Назначение, общее устройство, принцип работы и боевые свойства пневматического оружия. Производство стрельбы из положения - лежа, с колена, стоя.	1		1
Раздел IV. Военная топография. (3 часа)					
17	1	Понятие о военной топографии. Средства и способы ориентирования. Карты местности. Типы карт. Масштаб.	1	1	

18	2	Устройство компаса, его назначение. Магнитный азимут. Определение азимута.	1	1	
19	3	Контрольное задание на знание и использование средств и способов ориентирования.	1		1
Раздел V. Прикладная физическая подготовка. (6 часов)					
20	1	Правила техники безопасности на занятиях по физической подготовке. Тактика и техника бега на средние дистанции по пересеченной местности, по элементам.	1	1	
21	2	Тренировка в преодолении полосы препятствий по элементам.	1		1
22	3	Тренировка в передвижении по пересеченной местности. Зачетное занятие по бегу на средние дистанции по пересеченной местности.	1		1
23	4	Силовая подготовка. Упражнения для развития силы мышц. Отжимание от пола, подтягивание, приседание.	1		1
24	5	Упражнения для развития силы мышц. Отжимание от пола, подтягивание, приседание.	1		1
25	6	Силовые упражнения на выносливость. Зачет по физической подготовке.	1		1
Раздел VI. ОБЖ и РХБ защита. (4 часа)					
26	1	Оружие массового поражения. Характеристика ядерного, химического и бактериологического оружия, поражающие свойства средств массового поражения	1	1	
27	2	Назначение и устройство фильтрующего противогаза и респиратора. Правила пользования противогазом и респиратором.	1		1
28	3	Назначение, классификация, устройство и способы применения общевойсковых защитных костюмов.	1		1
29	4	Использование и техника одевания ОЗК в виде накидки, плаща и комбинезона.	1		1

Раздел VII. Медицинская подготовка. (3 часа)					
30	1	Ушибы, вывихи и растяжение связок. Переломы костей. Закрытые переломы. Способы фиксации. Транспортировка.	1	1	
31	2	Первая медицинская помощь при ранениях. Виды кровотечений. Остановка кровотечения, наложение повязок.	1		1
32	3	Ожоги, обморожение и утопление. Оказание первой медицинской помощи при обморожении, при утоплении, при ожогах.	1		1
Раздел VIII. Итоговые мероприятия (2 часа)					
33	1	Подготовка к итоговому, комплексному зачету по военно-прикладному многоборью.	1	1	
34	2	Итоговый, комплексный зачет по военно-прикладному многоборью. Подведение итогов за учебный год.	1		1

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Раздел I. «Введение в программу. Военно-историческая подготовка». Обучающиеся знакомятся с коллективом, с деятельностью военно-патриотического клуба, правилами техники безопасности на занятиях по физической, стрелковой, строевой подготовке.

Обучающиеся знакомятся с Государственной и военной символикой, Днями воинской славы России, Символами воинской чести, основными битвами ВОВ, городами – героями ВОВ, Вооруженными Силами Российской Федерации.

Раздел II. «Строевая подготовка». Обучающиеся знакомятся и изучают на практике строевые приёмы на месте и в движении согласно Строевому уставу Вооруженных Сил Российской Федерации.

Раздел III. «Огневая подготовка». С обучающимися проводятся занятия, в процессе которых обучающиеся знакомятся с материальной частью автомата Калашникова, Назначением, боевыми свойствами, общим устройством и принципом работы автомата. Выполняют неполную разборку и сборку АК-74М. Знакомятся с правилами прицеливания и стрельбы из пневматической винтовки. Выполняют стрельбу по мишеням.

Раздел IV. «Военная топография». Обучающиеся знакомятся с понятием «военная топография», средствами и способами ориентирования, картами местности, устройством компаса, его назначением, способами практи-

ческого применения компаса. На практических занятиях определяют азимут, своё местонахождение по карте и по компасу, время суток и направления по природным признакам.

Раздел V. «Прикладная физическая подготовка». С обучающимися проводятся занятия, в процессе которых поводится физическая подготовка направленные на развитие физических качеств: сила, быстрота, ловкость, скоростная и силовая выносливость. С использованием различных средств и методов физического воспитания.

Раздел VI. «ОБЖ и РХБ защита». Обучающиеся знакомятся с правилами безопасного поведения у водоемов, при пожаре, в природных экстремальных ситуациях; с ЧС аварийного характера в жилище и на транспорте, криминального характера. Опасными природными факторами и защитой от их влияния. Способами подачи сигналов бедствия, способами разведения огня и приготовления пищи, ориентированием и поиском маршрута движения на местности, преодолением рельефных и водных препятствий. Обучающиеся изучают современные средства поражения, мероприятия ГО по защите населения: средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожи, приборы радиационной и химической разведки. На практике отрабатывают навыки одевания и пребывания в противогазе и костюме химической защиты.

Раздел VII. «Медицинская подготовка». Обучающиеся знакомятся и изучают на практике правила оказания первой медицинской помощи в природных условиях (ссадины, порезы, укусы животных; вывихи переломы, обморожения; первая помощь утопающему). Первая помощь при ранениях и травмах (виды ран, помощь, повязка на голову и грудь), первая помощь при переломах конечностей. Первая помощь при несчастном случае: остановка кровотечений, повязки на живот, и промежность, верхние и нижние конечности.

Раздел VIII. «Итоговые мероприятия». Обучающиеся практически и теоретически готовятся к итоговому, комплексному зачету по военно-прикладному многоборью.

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

В ходе занятий применяются методы: объяснительный, наглядный, объяснительно-иллюстративный, практический. В ходе практических занятий обучающиеся выполняют практические задания по пройденным темам, сначала под наблюдением педагога, а затем самостоятельно. После выполнения задания производится разбор ошибок.

Работа с обучающимися организуется в течение года в разных формах: инструктаж, беседа, мастер-класс, соревнования, практические занятия, спортивные праздники, сдача нормативов.

Инвентарь и оборудование: мячи баскетбольные, волейбольные, гири, гантели, силовые тренажеры, учебные гранаты РПГ-5, макет автомата АК-47,

ЛИТЕРАТУРА

1. Учебники: ОБЖ 10 -11 кл, Начальная военная подготовка. История Вооруженных сил.
2. Журнал: Военные знания, Пограничник, газета Граница России.
3. Основы безопасности жизнедеятельности.
4. Наставление по стрелковому делу.
5. Общевоинский устав Вооруженных сил России.
6. 100 лет на страже государственной границы. М.,2008.
Пограничная служба России: Энциклопедия. Формирование границ. Нормативная Структура. Символы. М., 2009.база.
7. Исторический опыт организации воспитательной работы, морально-психологического обеспечения служебно-боевой деятельности органов и войск Пограничной службы России (1990-2003). М., 2005.
8. Патриотизм народов России: традиции и современность (к 60-летию Победы советского народа над фашистской Германией в Великой Отечественной войне 1941-1945 гг.) Материалы межрегиональной научно-практической конференции 4-5 июня 2002 г. М., 2003.
9. Растим патриотов России. Программы и методические разработки победителей конкурса среди воспитателей и преподавателей образовательных учреждений образования г. Москвы. М., 2007 г.
10. Акимов В. А., Дурнев Р. А., Миронов С. К. Основы безопасности жизнедеятельности. Защита от чрезвычайных ситуаций: энциклопедический справочник. 5 – 11 классы.- М.: Дрофа, 2008.-285с.
11. Методы и средства оценки факторов радиационной и химической опасности. 8-11 классы: Методическое пособие / А. Г. Муравьев, А. Н. Первозчиков, С. П. Данченко и др.; под ред. А. Г. Муравьева. - М.: Дрофа, 2007. - 140 с.
12. Основы безопасности жизнедеятельности. Патриотическое воспитание и военно-профессиональная ориентация учащихся. 10-11 классы: Методическое пособие / Волокитин А. А., Грачев Н. И., Жильцов В. А. и др. - 3-е изд., стер. - М.: Дрофа, 2009. - 254 с. - (Библиотека учителя).
13. Основы безопасности жизнедеятельности: Военно-профессиональная ориентация учащихся 10-11 классов / А. А. Волокитин, Н.

Н. Грачев, В. А. Жильцов и др. - 2-е изд., стер. - М.: Дрофа, 2004. - 256 с. - (Библиотека учителя).

14. Основы безопасности жизнедеятельности: Методические рекомендации. 5-11 классы / А. Т.Смирнов, Б. О.Хренников, Р. А.Дурнев и др. Под общ. ред. А. Т.Смирнова. - М.: Просвещение, 2010. - 176 с. - (Академический школьный учебник).

15. Основы защиты от терроризма: Учебное пособие / С. Н. Вольхин, В. Г. Ляшко, А. В. Снегирев и др. - М.: Дрофа, 2007. - 124 с.

16. Основы противодействия терроризму: Учебное пособие для студентов вузов / Я. Д. Вишняков, Г. А. Бондаренко, С. Г. Васин и др./ под ред. Я. Д. Вишнякова. - М.: Изд. центр «Академия», 2006. - 240 с. - (Высшее профессиональное образование).

17. Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации.

АТТЕСТАЦИЯ УЧАЩИХСЯ

Объединение дополнительного образования « _____ »
Год обучения группы _____ (_____ учебный год).

Руководитель _____

Результаты итоговой аттестации:

№	ФИО учащегося	Итоговый результат (уровень освоения программы курса)	Дальнейшие действия с учащимся
1.			
2.			
3.			
4.	5. 6. и т.д.		

1. Итого аттестовано _____ обучающихся

Из них:

Высокий уровень _____

Средний уровень _____

Низкий уровень _____

2. Сохранность контингента:

Переведено на следующий год обучения _____

Отчислено в связи с окончанием обучения по программе курса: _____

Отчислено в связи с окончанием школы (9 и 11 классы) _____

Отчислено по заявлению родителей (другие причины) _____

Подпись педагога _____

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ "ШАХОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ШКОЛА", Рыбалко Галина Александровна, Директор

30.08.24 14:45 (MSK)

Сертификат AB44A63CC4A95117338BBF4E058B6074