

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №1» ИМРСК

«Согласовано»

Заместитель директора по ВР

/ Н.А. Паромина /

август 2018 г.

Утверждено

Директор МБОУ «СОШ №1»

ИМРСК

С. Г. Кузьменко

2018 г.



ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
«Юнармия»

для дополнительного обучения 8-11 классов
2018–2019 учебный год

Пояснительная записка

Образовательная программа дополнительного образования «Юнармия» составлена в соответствии с требованиями государственной программы, изложенными в концепции военно-патриотического воспитания граждан Российской Федерации.

Программа «Юнармия» направлена на:

- обеспечение самоопределения личности, создания условий для её само реализации;
- формирование человека и гражданина, интегрированного в современное ему общество;
- воспитание волевых качеств, готовности и желания быть полезным обществу и государству;
- развитие инициативы и самостоятельности, чувств товарищества и милосердия;
- совершенствование патриотического воспитания и физкультурно-оздоровительной работы с детьми;
- популяризации и пропаганды среди молодежи здорового образа жизни;
- воспитание у детей патриотизма, гражданственности, уважения к истории и традициям России, их сохранение и поиск инновационных форм и методов работы по патриотическому воспитанию детей и подростков.

Целью и задачей программы являются:

- воспитание и развитие мотивации личности к познанию и творчеству;
- обеспечение эмоционального благополучия;
- приобщение подростков к общественным ценностям;
- профилактика асоциального поведения;
- укрепление психического, физического, духовного здоровья детей.

Программа «Юнармия» призвана:

- содействовать развитию творческой индивидуальности учащихся;
- формированию у юношей физических и нравственных качеств для успешной подготовки к прохождению военной службы.

Образовательная программа дополнительного образования «Юнармия» выстроена в определенной последовательности:

- обучающие;
- воспитывающие;
- развивающие.

Содержание программы представлено по следующим направлениям:

1. Военно-спортивная работа.

Призвана содействовать развитию творческой индивидуальности учащихся, формированию физических и нравственных качеств, навыков, необходимых для успешной подготовки к прохождению военной службы. Занятия проводятся во время занятий в секции, на спортивных соревнованиях, в походах и во время военизированной игры «Зарница».

2. Военно-профессиональная ориентация учащихся и формирование у молодежи заинтересованности к военной службе.

Эти занятия проводятся во время работы секции (строевая, стрелковая подготовка, медицинская подготовка), посещение военных частей, училищ, памятников героям войны, музеев. Проведение тематических вечеров: встречи с военнослужащими срочной службы, курсантами, офицерами и участниками войн. Все эти мероприятия укрепляют у юношей гражданскую позицию и позитивное отношение к военной службе, как к школе военного мастерства.

3. Идеино-нравственное:

Эти мероприятия воспитательного характера. Формирование у учащихся готовности к действиям в чрезвычайных ситуациях, воспитание здорового образа жизни.

4. Краеведческая работа.

Заключается в том, чтобы изучать историю нашей страны и Ставропольского края. Оно формирует и развивает у учащихся заинтересованное отношение к родному краю, патриотические чувства, историческое сознание, вырабатывает социальную активность.

Программа «Юнармия» разработана с учетом современных

образовательных технологий, которые отражаются в:

- принципах обучения (индивидуальность, доступность, результативность);
- формах и методах обучения (дифференцированное обучение, соревнования)

в зоне ближайшего развития);

- методы контроля и управления образовательным процессом (тестирование, соревнование).

Содержание образовательной программы:

- приобретение новых знаний, умений и навыков;
- изучение закономерности подготовки учащихся к пулевой стрельбе;
- формирование и совершенствование необходимых для спортсмена свойств личности (идейная направленность, мировоззрение, разнообразие интересов, нравственное и эмоционально-волевые черты характера);
- выработка умения в совершенстве владеть оружием, глазомер, меткость, выдержку, быстроту реакции;
- подготовка допризывной молодежи к службе в армии.

Программа выстроена в определенной последовательности:

- обучающие;
- воспитывающие;
- развивающие.

Образовательная программа представлена по следующим направлениям:

- спортивно-техническому;
- физкультурно-спортивному;
- военно-патриотическому.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

объединения «Юнармия»

1 год обучения

Перечень разделов	Темы программы	Количество часов		
		Теория	Практика	Всего
1	2	3	4	5
I.История Вооружённых сил РФ	1.История Вооружённых сил РФ			<u>21</u>
	1.1.Куликовская битва	3		3
	1.2. Походы А.В Суворова	6		6
	1.3.Отечественная война1812 года	3		3
	1.4.Великая Отечественная война 1941-1945 гг.	6		6
	1.5. Холодная война	3		3
II. Военно-профессиональная ориентация учащихся.	<u>2. Одиночная строевая подготовка.</u>			<u>42</u>
	2.1. Строи и управление ими. Строевые приемы и движения.	3	6	9
	2.2. Строевая стойка.		3	3
	2.3. Перестроение.		6	6
	2.4. Повороты на месте.		6	6
	2.5. Движение строевым шагом.		9	9
	2.6. Повороты в движении.		6	6
	2.7. Воинское приветствие.		3	3
III. Огневая подготовка.	<u>3. Огневая подготовка.</u>			<u>24</u>
	3.1. История создания стрелкового оружия.	3		3
	3.2. Назначение, устройство пневматического оружия.	3		3
	3.3. Общие сведения о баллистике.	3		3
	3.4. Изготовка к стрельбе.	3		3
	3.5. Техника стрельбы из пневматической винтовки.		6	6
	3.6. Основные упражнения по стрельбе.		3	3
	3.7. Соревнования по стрельбе.		3	3
IV. Уставы Вооруженных Сил	<u>4. Уставы Вооруженных Сил</u>			<u>33</u>
	4.1. История создания Уставов в Российских Вооруженных Силах. Виды и значение уставов.	9		9
	4.2. Военная форма одежды и знаки различия.	6		6
	4.3. Ритуал приведения к военной присяге.	6		6

	4.4. Размещение и быт военнослужащих.	3		3
	4.5. Строевой Устав.	9		9
V. Военная топография и военно-ориентирование.	<u>5. Военная топография и военно-ориентирование.</u>			<u>12</u>
	5.1. Ориентирование по топографическим картам.		6	6
	5.2. Ориентирование без карты.		6	6
VI. Действия в экстремальных и чрезвычайных ситуациях.	<u>6. Действия в экстремальных и чрезвычайных ситуациях.</u>			<u>30</u>
	6.1. Как обезопасить себя от других людей.	6		6
	6.2. Первая помощь пострадавшим.	3	3	6
	6.3. Первая помощь утопающему.	3	3	6
	6.4. Первая помощь при ожогах .	3	3	6
	6.5. Первая медицинская помощь при остановке сердца .	3	3	6
VII. Физическая подготовка.	<u>7. Физическая подготовка.</u>			<u>63</u>
	7.1. Общие упражнения, направленные на развитие различных физических качеств.		3	3
	7.2. Упражнения на напряжение и расслабление различных групп мышц.		6	6
	7.3. Коллективные игры с мячом.		9	9
	7.4. ОФП		9	9
	7.5. Кроссовая подготовка		3	3
	7.6. Бег по пересечённой местности		6	6
	7.7. Сдача норм ГТО		3	3
	7.8. Прохождение полосы препятствия .		6	6
	7.9. ОФП		9	9
	7.10. СФП		9	9
VIII. Краеведение.	<u>8. Краеведение.</u>			<u>12</u>
	8.1. Родной край, его природные особенности, история, земляки - известные люди.	3		3
	8.2. Памятники культуры и истории.	3		3
	8.3. Знатные люди края, их вклад в его развитие.	3		3
	8.4. Походы по родному краю		3	3
IX. Идеино-нравственное	<u>9. Идеино-нравственное воспитание.</u>			<u>9</u>

воспитание.	9.1. Память поколений – дни воинской славы России.	3		3
	9.2. Экскурсии в музей Воинской Славы и Мемориальные комплексы.		3	3
	9.3. Встречи с ветеранами Великой Отечественной войны, военной службы, военнослужащими срочной службы, курсантами.		3	3
Х. Чрезвычайные ситуации	10. Чрезвычайные ситуации			66
	10.1. Ч.С в природе. Землетрясения. Способы защиты	6		6
	10.2. Оползень, сели, обвалы, наводнения. Способы защиты	3		3
	10.3. Ч.С Техногенного характера. Аварии на объектах народного хозяйства	3		3
	10.4. Химические опасные объекты в вашем городе. Аварии с выбросом радиоактивных веществ	3		3
	10.5. Способы защиты	3	3	6
	10.6. Правила пожарной безопасности БОПД. Цели и задачи ЮДПД	3		3
	10.7. Противопожарный режим в школе, в доме, квартире. Первичные средства пожаротушения.	3		3
	10.8. Правила дорожного движения. Движения пешеходов, на велосипеде и мопеде.	3		3
	10.9. Основы медицинских знаний.	9		9
	10.10. Наложение повязок на палец, кисть, локоть, колено.	3	3	6
	10.11. Наложение повязок на голову, живот, остановка кровотечения жгутом	3	3	6
	10.12. Искусственное дыхание. Эвакуация пострадавших	3	3	6
	10.13. Способы без носилочного переноса пострадавших	3	3	6
	Итоговое занятие		3	3
Итого : <u>312ч</u>				

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1. История Вооружённых сил .

- Куликовская битва;
- Походы А.В. Суворова;
- Отечественная война;
- Великая Отечественная война ;
- Холодная война ;

2. Одиночная строевая подготовка.

Строевые приемы и движение без оружия. Общие положения о строях и управлении ими: строй, шеренга, фланг, тыл, интервал, дистанция, двух шереножный строй, колонна, походный строй.

Строевые приемы: строевая стойка, перестроение, повороты на месте и в движении, строевой шаг, воинское приветствие, подход к начальнику и отход от него. Рапорт.

3. Огневая подготовка.

История создания стрелкового оружия.

Назначение, устройство пневматической винтовки.

Общие сведения о баллистике.

Техника стрельбы из пневматической винтовки

- изготовка к стрельбе: со стола с опорой локтями на стол, с колена, лежа, стоя;
- дыхание во время стрельбы;
- правила заряжания и разряжания оружия;
- дисциплина во время стрельбы;
- правила прицеливания.

Основные упражнения по стрельбе:

- стрельба из пневматической винтовки по круглой мишени Ø 80 мм (40 мм), сидя за столом с опорой локтями на стол и упором и без упора;
- стрельба лежа с упором локтями на землю по круглой мишени;
- стрельба из винтовки по падающей мишени из различных положений.

4. Уставы Вооруженных Сил Российской Федерации

История создания в России воинских уставов. Виды уставов и их значение.

Военная форма одежды и знаки различия.

Воинские звания.

Ритуал приведения военнослужащих к военной присяге.

Военная присяга – клятва воина на верность Родине - России.

Размещение и быт военнослужащих (практическое с посещением 137-го воздушно-десантного полка).

5. Военная топография и ориентирование:

- определение сторон горизонта по местным предметам и с помощью компаса;
- топографические карты и уставные обозначения на картах, масштаб карт;
- ориентирование по топографическим картам, схемам, планам легендам;
- ориентирование без карты.

6. Действия в экстремальных и чрезвычайных ситуациях.

Как обезопасить себя от других людей:

- от грабежа, разбоя, уличных краж;
- при угрозе насилия, нападения;
- сексуальное насилие, поведение;
- поведение со знакомыми и незнакомыми;
- защита от мошенничества;
- право на необходимую оборону;
- самооборона без оружия;
- оружие обороны.

7. Физическая подготовка.

1.1. Общие упражнения на развитие различных физических качеств:

- упражнения на развитие быстроты, бег на 60, 100 м;
- упражнение на развитие выносливости бег на 400м, 600м, 1000м,
- бег по пересеченной местности;
- упражнения на развитие ловкости и координации движений:
(метание спортивной гранаты на дальность);
- прыжки с места и разбега.

1.2. Общеразвивающие упражнения:

- упражнения комплекса спортивных упражнений;
- упражнения на перекладине, подтягивание;
- сгибание-разгибание ног в положении «вис на перекладине».

1.3. Коллективные игры с мячом: баскетбол, волейбол, футбол, пионербол.

- известные рязанцы, прославляющие наш край;
- песни военных лет;
- памятники, воздвигнутые в честь героев войны;
- игра «Шифровальщик»;
- топографические знаки;
- история родного края.

Участие в военно-спортивной игре.

Военно-спортивная игра «Зарница»;

- физическая подготовка: подтягивание на перекладине;
- отжимание от пола;
- разгибание и сгибание тела из положения лежа (пресс);
- прыжки с места на дальность;
- стрельба из пневматической винтовки, сидя с упором на локтях;

- эстафета.

Военно-спортивная игра «А ну-ка, парни!»:

- конкурс строевой песни;

- эстафета:

а) стрельба,

б) бег в противогазе;

в) пере ползание по-пластунски;

г) оказание первой медицинской помощи пострадавшему (наложение шины при переломе ноги);

д) переноска пострадавшего;

е) бег «тачанка» вдвоем;

ж) другие конкурсы.

8. Краеведение.

Родной край. Его природные особенности, история, известные люди.

Рязанцы – герои Великой Отечественной войны, Герои Труда, известные ученые, писатели, поэты, труженики. Административное деление края.

Промышленность. Памятники истории и культуры. Походы по родному краю.

9. Идеино-нравственное воспитание.

1.1. Память поколений – дни воинской славы России:

- Куликовская битва, 1380 г., 21 декабря.

- Полтавское сражение, 1709 г. 10 июля.

- Бородинское сражение, 1812 г., 8 сентября

- День победы Красной Армии под Псковом и Нарвой, 1918 г., 23 февраля.

- Контрнаступление советских войск в битве под Москвой, 1941 г.5 декабря.

- Разгром фашистских войск в Сталинградской битве, 1943 г., 2 февраля.

- Курская битва, 1943 г., 23 августа.

- Прорыв блокады Ленинграда, 1944 г., 27 января.

- День Победы советского народа в Великой Отечественной войне 1941-1945 г

1.2. Экскурсии в музеи Воинской Славы и Мемориальные комплексы:

- посещение музея истории ВДВ, Аллеи Славы военного десантного училища;

- посещение мемориального комплекса павшим воинам – героям локальных войн;

- посещение музея истории военного автомобильного института;

- посещение музея автомобильной техники в автомобильном институте.

1.3. Встречи с ветеранами Великой Отечественной войны, локальных войн, военнослужащими срочной службы, курсантами на День Победы, День защитников Отечества.

10. Черезвычайные ситуации.

- ЧС в природе . Землетрясение.
- Способы защиты .
- ЧС в природе . Землетрясение.
- Способы защиты .
- Оползень , или , обвал , наводнения . Способы защиты.
- ЧС Техногенного характера .
- Аварии на объектах народного хозяйства.
- Химические опасные объекты в вашем городе. Аварии с выбросом веществ .
- Способы защиты.
- Способы защиты.
- Правило пожарной безопасности БОПД. Цели и задачи ЮДПД.
- Противопожарный режим школе , в доме , квартире .
- Первичные средства пожаротушения .
- Правило дорожного движения. Движения пешеходов на велосипеде и мопеде.
- Основы медицинских знания.
- Основы медицинских знания.
- Основы медицинских знания.
- Наложения повязок на палец , кисть, локоть , колено.
- Наложения повязок на палец , кисть, локоть , колено.
- Наложения повязок на голову , живот ,остановка кровотечения жгутом.
- Наложения повязок на голову , живот ,остановка кровотечения жгутом.
- Искусственное дыхание .
- Эвакуация пострадавших.
- Искусственное дыхание .
- Эвакуация пострадавших.
- Способы без носилочного переноса пострадавших.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

- Алексеев А.А. Питание в туристском походе. – М. ЦДЮТур МО РФ, 1996;
- Алешин В.М., Серебренников А.В. Туристская топография. – М., Профиздат, 1985.
- Амундсен Р. Собрание сочинений. 1-5том. Ленинград, изд. Главсевморпути, 1937.
- Антропов К., Расторгуев М. Узлы. – М. ЦДЮТур РФ, 1994.
- Аппенянский А.И. Физическая тренировка в туризме. – М. ЦРИБ «Турист», 1989.
- Арсеньев В.К. В дебрях Уссурийского края. – М. :Моск. Рабочий, 1956.
- Баленко С.В. Школа выживания. /Приложение к журналу «Зарубежное военное обозрение». – М. часть 1 – 1992, часть 2 – 1994 г.
- Бардин К.В. Азбука туризма. – М.: Просвещение, 1981.
- Березина н., Лисс О., Самсонов С. Мир зеленого безмолвия. – М.: Мысль, 1983.
- Берман А.Е. Путешествия на лыжах. – М.: ФиС, 1968.
- Бринк И.Ю., Бондарец М.П. Ателье туриста. – М.: ФиС, 1990.
- Варламов В.Г. Основы безопасности в пешем походе. – М.: ЦРИБ «Турист», 1983.
- Волков Н.Н. спортивные походы в горах. – М.:ФиС, 1974.
- Волович В.Г. Академия выживания. –М.: ТОЛК, 1996.
- Волович В.Г. Как выжить в экстремальной ситуации. – М.: Знание, 1990.
- Выживание в экстремальных условиях. – М.: ИПЦ «Русский раритет», 1993.
- Выживание /Сост. С.И. Коледа, П.Н. Драчев. – Минск, ООО «Лазурак», 1996.
- Граниченко Л.Г. Котелок над костром. – М.: ИД «Вокруг света», 1994.
- Ганопольский В.И. Организация и подготовка спортивного туристского похода. – М.: ЦРИБ «Турист», 1986.
- Губанов И.А., Крылова И.Л., Тихонова В.Л. Дикорастущие полезные растения СССР. – М.: Мысль, 1976.
- Григорьев В.Н. Водный туризм. – М.: Профиздат, 1990.
- Захаров П.П. Инструктору альпинизма. М.: ФиС, 1988.
- Зорина Т.Г. Школьникам о лесе. – М.: Лесная промышленность, 1971.
- Иванов Е.И. Судейство соревнований по спортивному ориентированию. – М.: ФиС, 1978.
- Казанцев А.А. Организация и проведение соревнований школьников.

