

Рассмотрено:
Заместитель директора по ВР
Хаммуев /Хаммуева Н.Б./
«30» августа 2024 г.

Утверждено:
Директор школы
Бардаева /Бардаева Т.С./
«01» сентября 2024 г.



Муниципальное общеобразовательное учреждение
Гаханская средняя общеобразовательная школа

Рабочая программа
курса внеурочной деятельности
«Юнармия»
для обучающихся 5 – 7 классов

Составитель: Бардаев А.В.,
Преподаватель – организатор ОБЗР

Пояснительная записка

Военно-патриотическое воспитание школьников включает в себя начальную военную, военно-техническую, 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.

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 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 2024 – 2025 учебный год.

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

Содержание программы

1. Общая физическая подготовка.

- 1.1 Правила выполнения самостоятельных занятий ОФП. Предупреждение травматизма. Подбор заданий для самостоятельных занятий. Гигиена и закаливание.
- 1.2 Упражнения и игры на развитие быстроты и выносливости.
- 1.3 Упражнения и игры на развитие скоростно-силовых качеств.
- 1.4 Упражнения и игры на развитие ловкости и силы.
- 1.5 Командные игры.

2. Строевая подготовка.

- 2.1 Обязанности командиров отрядов в организации и управлении строем.
- 2.2 Строевая выучка. Построение в одну, в две шеренги по звеньям.
- 2.3 Сигналы управления строем.
- 2.4 Движение строем, поворот в движении, размыкание и смыкание строя.
- 2.5 Исполнение песни в строю, отдавание воинской чести во время движения отряда.
- 2.6 Выход из строя и поход к начальнику, возврат в строй.

3. Юнармейцы-разведчики.

- 3.1 Ориентирование на местности без карты. Определение направления на стороны горизонта. Измерение расстояний.
- 3.2 Движение по азимуту.
- 3.3 Составление схемы местности и нанесение цели на схему.
- 3.4 Чтение топографических знаков. Изображение местных предметов и рельефа.
- 3.5 Измерение расстояния различными способами.
- 3.6 Организация движения по азимуту.

4. Юнармейцы-санитары.

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

- 4.1 Личная и общественная гигиена.
- 4.2 ПМП при травмах и несчастных случаях.
- 4.3 Понятие раны. Виды ран.
- 4.4 Кровотечения. Виды и признаки, способы временной остановки кровотечения.
- 4.5 Перевязочный материал. Повязки: основные виды, правила.
- 4.6 Ушибы, растяжения связок и ПМП при них. Закрытые и открытые переломы костей, их признаки. ПМП при переломах.
- 4.7 Понятие о шинах. Правила переноса пострадавших на руках, на носилках, с помощью подручных средств.
- 4.8 Понятие об ожогах и обморожениях, ПМП при них. ПМП при тепловом и солнечном ударах, поражении электрическим током. Первая помощь утопающему, способы искусственного дыхания.
- 4.9 ПМП при инфекционных заболеваниях, меры их предупреждения. Пищевые отравления, ПМП при них.
- 4.10 Профилактика травматизма. Основные правила техники безопасности.
- 4.11 Лекарственные травы, их значение, назначение. Основные виды растений родного края, их использование. Умение собирать лекарственные травы.

5. Огневая подготовка.

- 5.1 Стрельба из пневматической винтовки из положения: лежа, стоя, с колена.
- 5.2 Неполная разборка и сборка автомата Калашникова.
- 5.3 Снаряжение магазина.
- 5.4 Основы и правила стрельбы.
- 5.5 Скоростная стрельба.
- 6. Основы туристической техники.**
- 6.1 Ориентирование в туристическом походе.
- 6.2 Организация бивуачных работ.
- 6.3 Разведение костра.
- 6.4 Работа с палаткой.
- 6.5 Способы преодоления препятствий во время маршрута

Количество часов

Программа рассчитана на 68 часов в год по 2 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.	1		
2	Провести учёт по прыжкам в длину с места. Бег по пересечённой местности с заданиями.	1		
3	Совершенствование навыков метания. Провести бег на выносливость 4 минуты.	1		
4	Развитие координатных способностей: челночный бег 3*10 метров, Игры на местности.	1		
5	Обучение перемещению по местности поточным способом. Функционирование "командой".	1		
6	Эстафета по кругу, передача эстафеты. Общая физическая подготовка.	1		
7	Провести учёт силовых качеств: подтягивание. Подвижные игры с бегом.	1		

8	Учить метания мяча в цель. Совершенствование строевых приемов.	1		
9	Бивуак. Установка палатки.	1		
10	Строевая подготовка. Развитие скоростной выносливости. Подвижные игры на местности.	1		
11	Строевые приемы в движение: перестроение из колонны по одному в колонну по два. Развитие скоростных качеств.	1		
12	Строевая подготовка. Бег по пересеченной местности с заданиями.	1		
13	Развитие быстроты реакции. Бег с заданиями.	1		
14	Провести командную игру - эстафету с набивным мячом (1кг). Силовые упражнения на перекладине.	1		
15	Правила и техника разведения костра.	1		
16	Строевая подготовка. Перестроение в движении из колонны по 1 в колонну по 4 способом дробления и сведения. Эстафеты с преодолением вертикальных препятствий.	1		
17	Силовые эстафеты. Круговая тренировка.	1		
18	Подвижные игры с элементами лазания, перелезания и с прыжками через препятствия.	1		
19	Строевая подготовка. Выполнение статического усилия: вис на согнутых руках.	1		
20	Общая физическая подготовка, толкание набивных мячей.	1		
21	Эстафеты на развитие основных двигательных качеств. Силовые упражнения.	1		
22	Развитие равновесия в эстафетах и играх.	1		
23	Знакомство с материальной частью автомата Калашникова.	1		
24	Ознакомление с пневматической винтовкой. Техника безопасности.	1		
25	Развитие скоростной выносливости в беге с преодолением вертикальных препятствий.	1		
26	Провести тестирование по подтягиванию и отжиманию.	1		
27	Провести тестирование по челночному бегу 3*10 метров. Строевая подготовка.	1		
28	Правила и техника прицеливания.	1		
29	Огневая подготовка.	1		
30	Бег по пересеченной местности. Безопасное поведение во время прохождения трассы. ОФП.	1		
31	Подвижная командная игра "Взятие крепости", развивающая основные двигательные качества.	1		

32	Строевые приемы в движении. Исполнение песни в движении в колонне по3. Подвижная игра с мячом.	1		
33	Совершенствование прыжков в высоту. Силовые упражнения на рукоходе.	1		
34	Провести тестирование в беге , в течении 6 минут. ОФП.	1		
35	Обучение метанию мяча с разбега. Техника и правила выполнения метания. Эстафета по кругу.	1		
36	Строй и управление ими.	1		
37	Строй. Строевой расчет.	1		
38	Шеренга. Одна, две шеренги.	1		
39	Линия машин. Строй взвода на машинах.	1		
40	Фланг. Левый, правый фланг.	1		
41	Фронт. Выполнение приемов «ложись» (к бою), «встать».	1		
42	Тыльная сторона строя.	1		
43	Интервал. Расстояние по фронту между военнослужащими (машинами, подразделениями и частями).	1		
44	Дистанция. Расчет в глубину между военнослужащими и машинами.	1		
45	Ширина строя. Соблюдение ширины строя. Расстояние между флангами.	1		
46	Двух шереножный строй. Практические занятия в строю.	1		
47	Сомкнутый строй.	1		
48	Метание гранат в движении	1		
49	Тактика использования гранаты Ф-1	1		
50	Военнослужащий – защитник Отечества	1		
51	Честь и достоинство воина Вооруженных сил	1		
52	Основные виды воинской деятельности и их особенностей	1		
53	Учебно-боевая подготовка	1		
54	Служебно-боевая деятельность	1		
55	Правила оказания первой медицинской помощи	1		
56	Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте	1		
57	Первая медицинская помощь при ранениях	1		
58	Остановка всех видов кровотечений	1		
59	Правила наложения давящей повязки, жгута, жгута-закрутки	1		

60	Снайперские винтовки	1		
61	Пулеметы	1		
62	Реактивная противотанковая граната РПГ-26	1		
63	Автоматический гранатомет на станке АГС-17 «Пламя»	1		
64	Подствольные гранатометы	1		
65	Нож разведчика стреляющий НРС-2	1		
66	Задержки при стрельбе и способы их устранения	1		
67	Уход за вооружением, его хранение и сбережение	1		
68	Некоторые сведения по основам стрельбы из стрелкового оружия	1		
	Итого	68		

Список литературы

1. Дни воинской славы России. – М.: ООО Глобус, 2007 г.
2. Валеев Р.А., Зайцев А.А., Зайцева В.Ф. Военно-патриотическая работа с подростками в молодежных организациях России // Проблемы воспитания патриотизма. - Вологда: ВИРО, 2004 г.
3. Гаврилов Ф.К., Кожин Г.А. Военно-спортивные игры. - М.: ДОСААФ, 1996 г.
4. Конжиев Н.М. Система военно-патриотического воспитания в общеобразовательной школе. - М.: Просвещение, 1978 г.
5. <http://www.bibliofon>

