



МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«САЗАНОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»
ПРИСТЕНСКОГО РАЙОНА КУРСКОЙ ОБЛАСТИ (МКОУ «САЗАНОВСКАЯ СОШ»)

306226, Курская область, Пристенский район, село Сазановка, улица Школьная, дом 6, телефон: 84713433423. E-mail: pristenask459@mail.ru
ОГРН – 1024600306549, ИНН КПП – 4619003050 461901001, рс – 40204810345250000573, Отделение Курскт. Курск, ок – 03443919149

Принята на заседании педагогического совета протокол № <u>1</u> от <u>31 августа 2023 г.</u>	Утверждаю директор МКОУ «Сазановская СОШ» Пристенского района Курской области <u>А.В. Тесленко</u> приказ № <u>1-82</u> от <u>31 августа 2023 г.</u>
--	--

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ФИЗКУЛЬТУРНО – СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«ЮНАРМЕЕЦ»
БАЗОВЫЙ УРОВЕНЬ
Возраст обучающихся: 11-16 лет
Срок реализации программы: 1 год**

Автор-составитель программы:
Чернышов Алексей Викторович
преподаватель-организатор ОБЖ

с.Сазановка 2023

Пояснительная записка.

Направленность дополнительной общеразвивающей программы: военно-патриотическая.
Новизна программы: программа «Юнармеец», прежде всего, перестраивает сознание подростка, формируя у него необходимые установки на предстоящую службу в Вооруженных Силах Российской Федерации.

Основная цель программы – совершенствование гражданского и патриотического воспитания подростков и повышение престижа службы в Российских Вооруженных 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 Вооруженных силах России;
- Развитие физических, духовных и нравственных качеств личности, формирование здорового образа жизни;
- Профессиональная ориентация подростков;
- Закрепление навыков полученных в процессе обучения в общеобразовательных учреждениях.

Актуальность данной программы заключается в том, что она направлена на дальнейшее формирование патриотического сознания подростков и является одной из основ их духовно-нравственного развития.

Педагогическая целесообразность: при реализации данной программы основываюсь на базовые знания обучающихся, полученные на уроках ОБЖ и физической культуры. Реализация данной программы позволяет подготовить подростков к военной службе в соответствии с требованиями Федеральных законов «Об образовании» и «О воинской обязанности и военной службе».

Тип программы: адаптированная.

Межпредметные связи: в ходе реализации программы идет взаимосвязь с предметами история, физическая культура, основы туризма, география, основы безопасности жизнедеятельности: правила поведения в экстремальных ситуациях, гражданская оборона, строевая подготовка, огневая подготовка, медицинская подготовка.

Организация учебного процесса: программа рассчитана на 1 год и реализуется в период с 01.09. по 31.05., что составляет в среднем 35 учебных недель, занятие проводится 1 раз в неделю.

Ожидаемый результат: результат обучения проверяется в ходе приема тестов, собеседования и контрольных нормативов. Призовое место в районных соревнованиях по военно-спортивной игре «Командарм» и участие в Окружных соревнованиях по военно-прикладным видам спорта «Командарм» и «Патриот».

Формы подведения итогов: прием тестов физической подготовки, контрольные упражнения физической подготовки, выполнение контрольных нормативов, участие в районных и Окружных соревнованиях по военно-прикладным видам спорта «Командарм» и «Патриот».

III. Содержание разделов программы обучения.

Вводное занятие: Основы знаний «Юнармейца» - обучающиеся знакомятся с коллективом, с деятельностью кружка «Юнармеец» с правилами техники безопасности на занятиях по физической, стрелковой, строевой подготовке.

В разделе «**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.

В разделе «**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 АКМ-74. Знакомятся с правилами прицеливания и стрельбы из пневматической винтовки.

Выполняют стрельбу по мишеням.

В разделе «**Стрелковая подготовка**» обучающиеся знакомятся и изучают на практике строевые приемы на месте и в движении и с оружием (автоматом АКМ-74) согласно Строевому уставу Вооруженных Сил Российской Федерации.

В разделе «**Исторические и боевые традиции Отечества**» обучающиеся знакомятся с Государственной и военной символикой, Днями воинской славы России, Символами воинской чести, основными битвами ВОВ, городами – героями ВОВ, Вооруженными Силами Российской Федерации, историей, символами и геральдикой ЯНАО.

В разделе «**Основы безопасности жизнедеятельности**» 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. На практике отрабатывают навыки одевания и пребывания в противогазе и костюме химической защиты.

В разделе «**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).

Требования к знаниям и умениям, критерии их оценки. Результативность.

Контроль за ЗУН обучающихся осуществляется на практических занятиях в следующих формах: собеседование, выполнения контрольных упражнений.

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 АКМ-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;
- Историю, символы и геральдику ЯНАО;
- 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.

Должны **уметь**:

- Выполнять неполную разборку и сборку АКМ-74;
- Правильно прицеливаться и прицельно вести стрельбу по мишени;
- Выполнять строевые приемы на месте и в движении по одному и в отделии согласно Строевому уставу Вооруженных Сил Российской Федерации;
- Выполнять перевязку при различных видах травм, останавливать кровотечение различными способами, накладывать шины при различных переломах;
- Одевать противогаз;
- Применять различные туристические узлы, в зависимости от ситуаций;

- Применять различные способы преодоления естественных препятствий в пешем и лыжном походах;
- Ориентироваться на местности с помощью карты и компаса.

VI. Методическое обеспечение программы.

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

Для реализации данной программы требуется учебные макеты автомата Калашникова, пневматические винтовки, туристическое снаряжение (обвязки, страховочные верёвки, репшнур, карабины, палатки разных конструкций, компасы, топографические карты, медицинские носилки, лыжное снаряжение, спортзал, плакаты по ориентированию и технике преодоления препятствий), спортивный инвентарь: мячи набивные, баскетбольные, волейбольные, гири, гантели, штанга, силовые тренажеры, противогазы, костюм химической защиты, приборы ДП – 5В и ВПХР (войсковой прибор химической разведки).

Дидактические материалы.

1. Учебные плакаты:

- Автомат Калашникова;
- Поисково-спасательные работы;
- Транспортировка пострадавшего;
- Первая медицинская помощь;
- Укладка рюкзака;
- Спортивная карта;
- Ориентирование в походе;
- Топографические условные знаки;
- Строевая подготовка;
- Огневая подготовка;
- Приборы радиационной и химической разведки.

2. Условные знаки топографических карт и карт для спортивного ориентирования.

3. Образцы туристического снаряжения (личного и группового).

4. Приборы химической разведки (ВПХР) и радиационной разведки (ДП-5В).

V. Мониторинг отслеживания результатов воспитанников.

Этапы педагогического контроля.

Вид контроля	Цель	ЗУН	Форма	Сроки
Промежуточный	Определить физическую подготовленность обучающихся	Знание своего уровня физической подготовки.	Тесты физической подготовки Собеседование, контрольные упражнения физической подготовки, выполнение контрольных нормативов.	
Промежуточный	Определить знания обучающихся по знанию техники движений со	Знание техники движений со снарядами и на тренажерах и	Собеседование, контрольное упражнение.	

	снарядами и на тренажерах и оценку величины отягощения.	собственной оценки величины отягощения.		
Фронтальный	Определить знания обучающихся по технической подготовке и уровень физической подготовки.	Умение выполнять упражнения со снарядами и на тренажерах. Знание собственной оценки величины отягощения и своего уровня физической подготовки.	Собеседование, контрольные упражнения физической подготовки, выполнение контрольных нормативов.	
Промежуточный	Определить знания обучающихся по материальной части автомата Калашникова.	Назначение, боевые свойства, общее устройство и принцип работы автомата	Собеседование, контрольное упражнение.	
Промежуточный	Определить знания обучающихся по последовательности неполной разборки и сборки АКМ-74. Меры безопасности при обращении с автоматом и патронами.	Уметь последовательно выполнять неполную разборку и сборку автомата. Знать меры безопасности при обращении с автоматом и патронами.	Собеседование, контрольное упражнение.	
Фронтальный	Определить знания по практическому применению правил прицеливания и стрельбы из пневматической винтовки.	Знать правила прицеливания. Уметь выполнять прицельную стрельбу по мишени из пневматической винтовки.	Собеседование, контрольное упражнение	
Промежуточный	Определить знания обучающихся по Государственной и военной символике, Днях воинской славы России, о Символах воинской чести, о Вооруженных Силах Российской Федерации, об истории, символах и геральдике ЯНАО.	Знание Государственной и военной символики; Дней воинской славы России; Основные битвы ВОВ и города – герои ВОВ; символов воинской чести; структуры и видов ВС РФ; Истории, символов и геральдики ЯНАО.	Собеседование, тесты, викторины.	
Промежуточный	Определить знания обучающихся по безопасности и	Знать правила безопасного поведения в ЧС	Собеседование, тесты, викторины.	

	защите человека в ЧС и в ЧС локального характера в природе.	криминального характера. Опасные природные факторы, автономия: её виды и причины, туристическое снаряжение.		
Промежуточный	Определить знания обучающихся в ЧС локального характера и безопасность.	Знать разновидности ЧС, их причины, правила безопасного поведения; туристическое снаряжение и различные виды узлов; сигнальные средства и способы подачи сигналов бедствия. Уметь пользоваться туристическим снаряжением; ориентироваться на местности по местным признакам; преодолевать различные препятствия с использованием туристического снаряжения.		
Промежуточный	Определить знания обучающихся по разделу Гражданская оборона.	Знать современные средства поражения и мероприятия ГО по защите населения. Уметь пользоваться индивидуальными средствами защиты органов дыхания и кожи (противогаз, костюм химзащиты), приборами радиационной и химической разведки. Уметь		

		пользоваться первичными средствами пожаротушения.		
Фронтальный	Определить знания по практическому применению приемов оказания медицинской помощи при ранениях.	Знать правила и уметь оказывать первую медицинскую помощь при ранениях и травмах: виды ран, помощь, осложнения, повязки на голову, грудь, живот, промежность, верхние и нижние конечности. Знать правила асептики и антисептики. Знать правила остановки кровотечения и уметь останавливать все виды кровотечения. Уметь накладывать шины при различных переломах.	Собеседование, контрольное упражнение	

II. Тематическое планирование

№ п\п	Название разделов и тем	Количество часов		
		Общее	Теория	Практика
1.	Раздел 1. Основы знаний «Юнармейца».	2		
2.	Тема1. Знакомство с деятельностью кружка «Юнармеец». Техника безопасности на занятиях по физической, стрелковой, строевой подготовке.		2	-
3.	Раздел 2. Физическая подготовка.	15		
4.	Тема1. Определение уровня физических качеств: сила, скоростная сила, выносливость, ловкость, силовая выносливость посредством сдачи тестов физической подготовленности.		-	1
5.	Тема2. Изучение техники движений со снарядами и на тренажерах, оценка величины отягощения.		-	1
6.	Тема3. Круговая тренировка общефизической направленности.		-	3
7.	Тема4. Круговая тренировка на развитие силы.		-	3
8.	Тема5. Круговая тренировка на развитие скоростной выносливости.		-	5
9.	Тема6. Круговая тренировка повышенной интенсивности.		-	2

10.	Раздел 3. Огневая подготовка.	15		
11.	Тема1. Материальная часть автомата Калашникова. Назначение, боевые свойства, общее устройство и принцип работы автомата.		1	3
12.	Тема2. Последовательность неполной разборки и сборки АКМ-74. Меры безопасности при обращении с автоматом и патронами.		1	2
13.	Тема3. Знакомство с правилами прицеливания и стрельбы из пневматической винтовки.		1	7
14.	Раздел 4. Строевая подготовка.	12		
15.	Тема1. Строевая стойка. Повороты на месте.		1	2
16.	Тема2. Строевой шаг.		1	3
17.	Тема3. Повороты направо-налево в движении.		1	2
18.	Тема4. Поворот кругом в движении.		0,5	0,5
19.	Тема5. Строевые приемы в движении в отделении.		0,5	0,5
20.	Раздел 5. Исторические и боевые традиции Отечества.	10		
21.	Тема1. Государственная и военная символика.		1	-
22.	Тема2. Дни воинской славы России.		1	-
23.	Тема3. Основные битвы ВОВ, города – герои ВОВ.		3	-
24.	Тема4. Символы воинской чести.		1	-
25.	Тема5. Вооруженные Силы Российской Федерации.		3	-
26.	Тема6. История, символы и геральдика.		1	-
27.	Раздел 6. Основы безопасности жизнедеятельности.	9		
28.	Тема1. Безопасность и защита человека в ЧС		2	1
29.	Тема2. ЧС локального характера в природе и безопасность.		2	1
30.	Тема3. Гражданская оборона.		2	1
31.	Раздел 7. Медицинская подготовка	5		
32.	Тема1. Первая медицинская помощь при различных видах травм.		1	1
33.	Тема2. Первая медицинская помощь при различных видах травм.		1	1
34.	Тема3. Первая медицинская помощь при различных видах травм.		1	
35.	Тема4. Первая медицинская помощь при различных видах травм.			
	Итого:	70	28	42

VI. Литература и средства обучения.

Литература для педагога.

1. Журнал «Вестник Молодежной политики», №11, 2005 год.
2. Перов А.П., Воробьев М.С. «Организация и содержание работы оборонно-спортивного лагеря для молодёжи», Учебно-методическое пособие, Тюмень УЦ «Аванпост» 2000 год.
3. А.Т Смирнов, В.А. Васнев «Основы военной службы», Учебное пособие, М. «Дрофа» 2004 год.
4. Безопасность жизнедеятельности: Сборник нормативных документов по подготовке учащейся молодежи в области защиты от чрезвычайных ситуаций. М., АСТ, 1998 год.
5. На службе Отечеству. Об истории Российского государства и его вооруженных силах, традициях, морально-психологических и правовых основах военной службы: Книга для

чтения по общественно-государственной подготовке солдат (матросов), сержантов (старшин) ВС РФ/ Под ред. В.А Золотарёва, В.В. Марущенко. 3-е изд. М.: Русь-РКБ, 1999.

6. Наставление по стрелковому делу. М.: Воениздат, 1985.
7. Наставление по физической подготовке. М.: Воениздат, 1987.
8. Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации. М.: Воениздат, 2004.
9. В.С. Кузнецов, Г.А. Колодницкий «Прикладная физическая подготовка. 10-11 классы» Москва «Владос пресс»2003 г.
10. Ю.В. Козлова, В.В. Ярошенко «Туристический клуб школьников» Пособие для учителя. Москва Творческий центр «Сфера» 2004 г.

Литература для детей.

1. Ю.К. Сорокин «Атлетическая подготовка допризывника», М. «Советский спорт»1990г.
2. Основы медицинских знаний учащихся: Учебник для средних учебных заведений / Под ред. М.Н. Гоголева. М. Просвещение 1991.
3. Смирнов А.Т., Васне В.А., Мишин Б.И. Основы безопасности жизнедеятельности. 11 класс: Учебник. М. Просвещение, 2002.
4. Куприн А.М. «Занимательная картография» Книга для учащихся 6-8 классов средней школы. М. 1989г.
5. Фесенко Б.И. «Книга молодого ориентировщика» М. 1997г



МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«САЗАНОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»
ПРИСТЕНСКОГО РАЙОНА КУРСКОЙ ОБЛАСТИ (МКОУ «САЗАНОВСКАЯ СОШ»)

306226, Курская область, Пристенский район, село Сазановка, улица Школьная, дом 6, телефон: 84713433423, Е-mail: pristensk489@mail.ru
ОГРН – 1024600730549, ИНН/КПП - 4619003050/461901001, р/с – 40204810345250000573, Отделение Курск г. Курск, л/с – 03443019140

Принята на заседании педагогического совета протокол № <u>1</u> от <u>30 августа 2023 г.</u>	Утверждаю директор МКОУ «Сазановская СОШ» _____ /И.В. Тесленко/ приказ № _____ от <u>31 августа 2023 г.</u>
--	---

Приложение к рабочей программе

**КАЛЕНДАРНО – ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ
ФИЗКУЛЬТУРНО – СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«ЮНАРМЕЕЦ»
БАЗОВЫЙ УРОВЕНЬ**

**Возраст обучающихся: 11-16 лет
Срок реализации программы: 1 год**

Автор-составитель программы:
Чернышов Алексей Викторович
преподаватель-организатор ОБЖ

Календарно – тематическое планирование

№ п/п	Название разделов и тем	Дата по плану	Дата по факту
1	Основы знаний «Юнармейца».		
2	Знакомство с деятельностью кружка «Юнармеец». Техника безопасности на занятиях по физической, стрелковой, строевой подготовке.		
3	Определение уровня физических качеств: сила, скоростная сила, выносливость, ловкость, силовая выносливость посредством сдачи тестов физической подготовленности.		
4	Изучение техники движений со снарядами и на тренажерах, оценка величины отягощения.		
5	Круговая тренировка общефизической направленности.		
6	Круговая тренировка общефизической направленности.		
7	Круговая тренировка общефизической направленности.		
8	Круговая тренировка на развитие силы.		
9	Круговая тренировка на развитие силы.		
10	Круговая тренировка на развитие силы.		
11	Круговая тренировка на развитие скоростной выносливости.		
12	Круговая тренировка на развитие скоростной выносливости.		
13	Круговая тренировка на развитие скоростной выносливости.		
14	Круговая тренировка на развитие скоростной выносливости.		
15	Круговая тренировка на развитие скоростной выносливости.		
16	Круговая тренировка повышенной интенсивности.		
17	Круговая тренировка повышенной интенсивности.		
18	Материальная часть автомата Калашникова. Назначение, боевые свойства, общее устройство и принцип работы автомата.		
19	Материальная часть автомата Калашникова. Назначение, боевые свойства, общее устройство и принцип работы автомата.		
20	Материальная часть автомата Калашникова. Назначение, боевые свойства, общее устройство и принцип работы автомата.		
21	Материальная часть автомата Калашникова. Назначение, боевые свойства, общее устройство и принцип работы автомата.		
22	Последовательность неполной разборки и сборки АКМ-74.		
23	Меры безопасности при обращении с автоматом и патронами.		
24	Неполная разборка и сборки АКМ-74.		
25	Знакомство с правилами прицеливания и стрельбы из пневматической винтовки.		
26	Стрельба и пневматической винтовки.		
27	Стрельба и пневматической винтовки.		
28	Стрельба и пневматической винтовки.		
29	Стрельба и пневматической винтовки.		
30	Стрельба и пневматической винтовки.		
31	Стрельба и пневматической винтовки.		
32	Стрельба и пневматической винтовки.		
33	Строевая стойка. Повороты на месте.		

34	Строевая стойка. Повороты на месте.		
35	Строевая стойка. Повороты на месте.		
36	Строевой шаг.		
37	Строевой шаг.		
38	Строевой шаг.		
39	Строевой шаг.		
40	Повороты направо-налево в движении.		
41	Повороты направо-налево в движении.		
42	Повороты направо-налево в движении.		
43	Поворот кругом в движении.		
44	Строевые приемы в движении в отделении.		
45	Исторические и боевые традиции Отечества.		
46	Государственная и военная символика.		
47	Дни воинской славы России.		
48	Основные битвы ВОВ, города – герои ВОВ.		
49	Основные битвы ВОВ, города – герои ВОВ.		
50	Основные битвы ВОВ, города – герои ВОВ.		
51	Символы воинской чести.		
52	Вооруженные Силы Российской Федерации.		
53	Вооруженные Силы Российской Федерации.		
54	Вооруженные Силы Российской Федерации.		
55	История, символы и геральдика.		
56	Основы безопасности жизнедеятельности.		
57	Безопасность и защита человека в ЧС		
58	Безопасность и защита человека в ЧС		
59	Безопасность и защита человека в ЧС		
60	ЧС локального характера в природе и безопасность.		
61	ЧС локального характера в природе и безопасность.		
62	ЧС локального характера в природе и безопасность.		
63	Гражданская оборона.		
64	Гражданская оборона.		
65	Гражданская оборона.		
66	Медицинская подготовка		
67	Первая медицинская помощь при различных видах травм.		
68	Первая медицинская помощь при различных видах травм.		
69	Первая медицинская помощь при различных видах травм.		
70	Первая медицинская помощь при различных видах травм.		