

# **ПРОГРАММА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «Юнармия»**

## **Пояснительная записка**

Программа внеурочной деятельности «Юнармия» имеет социально-педагогическую, военно-патриотическую направленность и способствует формированию у молодежи готовности и практической способности к выполнению гражданского долга и конституционных обязанностей по защите Отечества.

Программа направлена на:

- 1) участие в реализации основных задач государственной молодежной политики Российской Федерации;
- 2) всестороннее развитие и совершенствование личности детей и подростков, удовлетворение их индивидуальных потребностей в интеллектуальном, нравственном и физическом совершенствовании;
- 3) повышение в обществе авторитета и престижа военной службы;
- 4) сохранение и приумножение патриотических традиций.

Программа внеурочной деятельности «Юнармия» составлена в соответствии с требованиями следующих нормативных документов:

2. Концепция развития дополнительного образования детей от 4 сентября 2014 г. № 1726-р.
3. Приказ Министерства Просвещения Российской Федерации (Минпросвещения России) от 9 ноября 2018 г. № 196 г. Москва «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
4. Приказ Министерства Просвещения Российской Федерации (Минпросвещения России) от 3 сентября 2019 г. № 467 г. Москва «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей».
5. Федеральный Закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации».
6. СанПин 2.4.4.3172-14 Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей: утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 №41.
7. СанПин 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях».

**Уровень программы – базовый.**

### **Новизна, актуальность, практическая значимость, преемственность и педагогическая целесообразность**

*Новизна* данной программы, во-первых, в преемственности с программами основной школы, она дополняет основные образовательные курсы по истории, географии, обеспечению безопасности жизнедеятельности, физической культуре.

Во-вторых, носит ярко выраженную профориентационную направленность, т.к. готовит к службе в вооруженных силах РФ и смежным профессиям;

В третьих, содержит региональный компонент в теме «Воинские подвиги земляков».

**Актуальность** программы – выполнение социального заказа в воспитании гражданина и патриота, ответственного за судьбу страны, ее развитие и защиту достижений, а также в удовлетворении потребности учащихся и их родителей в начальной профильной подготовке и укреплении физического развития детей.

**Практическая значимость:**

1. Создание условий для получения начальных профессиональных военных навыков.
2. Интеллектуальное, нравственное, психологическое и физическое развитие, развитие способностей и творческого потенциала личности юнармейцев.
3. Подготовка обучающихся к участию в районных соревнованиях: смотр строя и песни, военизированных эстафет и др.

**Преемственность** данной программы заключается в том, что на занятиях по программе дети учатся осуществлять наблюдение, сравнение, домысливание, устанавливать причинно-следственные связи и аналогии, образно мыслить и объяснять, как они могут применить полученные знания в жизни. Таким образом, с помощью познания и творчества происходит влияние на формирование универсальных учебных действий - важнейшей цели общего образования.

Программа ориентирована на социальный заказ обучающихся и родителей к подготовке будущих защитников Отечества, у детей формируются личностные качества, знания, умения и навыки, необходимые на службе в Вооруженных Силах Российской Федерации, способствует личностному развитию подростка, укреплению его физического здоровья, профессиональному самоопределению детей, их адаптации к жизни в обществе.

**Педагогическая целесообразность** образовательной программы состоит в том, что она способствует не только духовно-нравственному воспитанию детей, формированию их гражданской идентичности и любви к большой и малой Родине, но и дает практические знания и навыки, необходимые в любой жизненной ситуации, в том числе области здоровьесбережения.

### **Особенность реализации программы**

Комплексный подход к организации занятий обеспечивает положительную социализацию и профилактику асоциального поведения детей.

Содержание и материал программы спланированы по принципу дифференциации в соответствии с уровнями сложности.

Программа может быть дополнена различными видами мероприятий и дисциплин согласно возрастным особенностям юнармейцев.

Основной формой организации образовательного процесса являются теоретические и практические занятия, комплексные тренировки, стрельбы и тактические учения.

Основными методами здесь выступают показ и упражнение (тренировка).

### **Цель и задачи программы**

**Цель программы** - развитие у детей и подростков гражданственности, патриотизма как важнейших духовно-нравственных и социальных ценностей.

#### **Задачи программы:**

##### **Образовательные:**

- применять меры безопасности во время занятий, слетов, соревнований;
- знать воинские традиции Советской и российской армии;
- оказывать первую медицинскую помощь при травмах и ранениях в чрезвычайных ситуациях;
- ориентироваться на местности;

- организация привала и ночлега в полевых условиях;
- выполнять сборку-разборку автомата АК-74;
- знать и выполнять элементы строя и обязанности в строю.

***Личностные:***

- приобщать к боевым и трудовым традициям российской и советской армии, разъяснять истоки героизма и самоотверженности российского народа;
- воспитывать гордость за подвиги разных поколений защитников Отечества и стремление подражать им;
- создавать условия для физического, психического, нравственного развития учащихся;

***Метапредметные:***

- организовывать сотрудничество и совместную деятельность с педагогом и членами команды;
- работать индивидуально и в группе: находить общее решение на основе согласования позиций и учета интересов.

### **Условия реализации программы**

Возраст детей: 11 лет.

Состав учебной группы – постоянный.

Условия набора детей – принимаются все обучающиеся, не имеющие ограничений по здоровью.

Условия формирования групп: разновозрастные. Количество обучающихся: не менее 6 человек.

Срок реализации программы: 1 учебный год

### ***Психолого-педагогические условия***

Субъектное взаимодействие педагога и учащегося, построенное на сотворчестве, оптимизме.

Организация педагогом ситуаций успеха, авансирование успеха, особенно для юнармейцев, неуверенных в себе, с низким уровнем мотивации и адаптации.

Развитие у учащихся способности к рефлексии своей деятельности.

Организация занятия, направленного на создание условий для самостоятельности и самореализации каждого учащегося, на раскрытие его субъектного опыта. Взаимодействие со школой и семьей.

- Предлагаемая программа состоит из шести **разделов:**

- история вооруженных сил России;
- строевая подготовка;
- основы медицинских знаний;
- огневая подготовка;
- основы выживания в сложных условиях;
- общефизическая подготовка.

### **Формы обучения и режим занятий**

Реализация программы основана на системно-деятельностном подходе, предусматривает использование различных форм организации работы: коллективные, групповые, индивидуальные и дифференцированно-групповые.

Методы обучения: словесные, наблюдения, проблемные, иллюстративные, практические.

Формы занятий: тактико-строевые занятия, тематические и комплексные занятия,

походы, практические занятия на местности, викторины, экскурсии.

Форма обучения - очная.

Индивидуальная форма обучения

Дистанционная (электронная) форма обучения.

### **Ожидаемые результаты**

В результате освоения программного материала ожидается формирование и овладение учащимися личностных, метапредметных и предметных универсальных учебных действий.

#### ***Личностные универсальные действия:***

- соблюдать дисциплину;
- выполнять правила внутреннего распорядка;
- осознать себя как индивидуальность и одновременно как член детского коллектива;
- способность к самооценке своих действий и поступков;
- проявлять в конкретных ситуациях доброжелательность, доверие, внимательность, помощь;
- усвоить гуманистические, демократические и традиционные ценности многонационального российского общества;
- принять чувство ответственности и долга перед Родиной.

#### ***Метапредметные универсальные учебные действия:***

##### *Регулятивные*

- уметь самостоятельно определять цель при выполнении работы;
- выстраивать последовательность необходимых операций;
- уметь оценивать правильность выполнения учебной задачи.

##### *Познавательные*

- выделять и обобщать смысл поставленной учебной задачи;
- определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии;
- уметь работать с информацией.

##### *Коммуникативные*

- уметь сотрудничать с взрослыми и сверстниками в процессе совместной деятельности;
- работать индивидуально и в группе;
- сознавать ответственность за общее дело;
- выделять моральное содержание ситуации.

#### ***Предметные универсальные учебные действия***

##### *знать:*

- меры безопасности во время занятий;
- воинские традиции Советской и российской армии;
- символы воинской чести;
- государственную символику России;
- элементы строя и обязанности в строю;
- материальную часть автомата Калашникова;
- требования к личному и групповому снаряжению;
- организацию привалов и ночлегов;
- принципы оказания первой медицинской помощи в чрезвычайных ситуациях.

##### *уметь:*

- выполнять строевые команды на месте и в движении;
- выполнять сборку-разборку автомата АК-74;
- организовать ночлег в полевых условиях;
- ориентироваться на местности;
- выполнять комплексы физических упражнений;
- оказать первую медицинскую помощь при травмах и ранениях;
- оказать помощь при чрезвычайных ситуациях.

## Содержание программы

**Вводное занятие.** Знакомство с основными разделами программы. Правила безопасного поведения на занятиях. Инструктаж по технике безопасности.

### Раздел 1. История вооруженных сил России

#### Тема 1.1. Виды вооруженных сил

Воинская слава России. Армия и флот России XX века.

Армия России на современном этапе. Виды и рода войск ВС РФ. Вооружение Российской армии на современном этапе. Ракетные войска. Сухопутные войска. Военно-воздушные силы. Военно-морской флот. Пограничные войска. Внутренние войска.

#### Тема 1.2. Символы воинской чести

Сила воинских традиций. Роль и место традиций и ритуалов в жизнедеятельности воинских коллективов. Система воинских традиций и ритуалов.

Боевое знамя воинской части. История военной присяги и порядок ее принятия. Флаг. Герб. Гимн. Геральдика. Знаки отличия.

Практическое занятие: викторина «Государственная символика».

#### Тема 1.3. Полководцы и герои

Полководцы XX века: Брусилов, Жуков, Рокоссовский, Антонов, Конев. Создание новых видов и родов вооруженных сил. Герои Советского Союза. Военачальники. Героизм женщин.

Практическое занятие: викторина «Защитники отечества».

#### Тема 1.4. Воинские профессии

Профессия военного: описание и содержание деятельности. Необходимые умения. Область применения. Военные профессии для девушек.

#### Тема 1.5. Воинские подвиги земляков

Удмуртия во время ВОВ. Работа эвакогоспиталей в годы Великой Отечественной войны

Практическое занятие: подготовить устное выступление по выбору «Они учились в нашей школе», «Воины моей семьи», «Горжусь своими предками».

### Раздел 2. Строевая подготовка

#### Тема 2.1. Основы строевой подготовки.

Виды строя, передвижение в строю, перестроение из одношереножного строя в двух шереножный строй, смыкание и размыкание в одношереножном строю. Строевые приемы: «направо», «налево», «кругом» индивидуально и в строю. Команды: «равняйся», «смирно», «равнение на середину» в строю. Передвижение в составе знаменной группы.

Практика: Отработка строевой подготовки подразделения. Отработка строевых приемов: «направо», «налево», «кругом» индивидуально и в строю. Команды: «равняйся», «смирно»,

«равнение на середину» в строю.

Отработка строевой подготовки знаменной группы. Разучивание строевой песни.

### **Тема 2.2. Команды строевой подготовки и правила их выполнения**

Алгоритм выполнения строевых упражнений в передвижении (индивидуально и в составе подразделения). Повороты направо, налево, кругом при передвижении строя. Подача и выполнение команд в строю. Выход из строя и подход к командиру. Ответ на приветствие командира. Переход с походного шага на строевой шаг. Команды: «равняйся», «смирно», «равнение на середину», «влево», «вправо» при передвижении строя.

Практика: Отработка строевых приемов. Движение шагом. Движение бегом. Строевой шаг, Походный шаг. Повороты в движении: «направо», «налево», «кругом – марш». Развернутый строй одношереножный, двушереножный, развернутый строй отделения и взвода. Перестроения из одношереножного в двушереножный строй. Размыкание влево, вправо. Отработка строевой песни при передвижении.

### **Тема 2.3. Строй и управление им.**

Понятия: строй, шеренга, фланг, фронт, тыльная сторона строя, интервал, дистанция, ширина и глубина строя

Практика: Строевой шаг. Строевая стойка.

### **Тема 2.4. Строй и его элементы.**

Шеренга строя и виды (одношереножный и т. д.)

Практика: Построение в шеренгу, в 2 шеренги, в 3 шеренги.

### **Тема 2.5. Отдание воинской чести без оружия**

Теория: отдавание воинской чести на месте. Отдание воинской чести при движении.

Практика: Выход из строя и возвращение в строй. Отдание воинской чести на месте и в движении.

### **Тема 2.6. Практика: Выход из строя и подход к начальнику**

### **Тема 2.7. Практика: Повороты на месте и в движении**

### **Тема 2.8. Практика: Перестроение в две шеренги**

### **Тема 2.9. Практика: Перестроение в одну шеренгу**

### **Тема 2.10. Практика: Воинская честь. Строевой шаг**

## **Раздел 3. Основы медицинских знаний**

### **Тема 3.1. Принципы оказания первой доврачебной помощи**

Знакомство с алгоритмом оказания первой доврачебной помощи при механических травмах, ранениях, ожогах, тепловом и солнечном ударе, ударе электрическим током.

Практика: Отработка алгоритма оказания доврачебной помощи. Оценка ситуации. Обеспечение безопасности на месте происшествия. Оценка состояния пострадавшего. Оказание неотложной помощи. Вызов скорой медицинской помощи. Фиксация информации о времени и причинах случая. Контроль за состоянием пострадавшего.

### **Тема 3.2. Лекарственные растения и грибы**

Изучение лекарственных трав и грибов. Способы приготовления и применения лекарственных

растений.

**Тема 3.3. Алгоритмом оказания первой доврачебной помощи при механических травмах**  
Знакомство с приемами временной остановки артериального кровотечения с использованием жгута и жгута-закрутки, накладки повязки «Уздечка», накладки повязки «Восьмиобразная», накладки повязки «Спиральная» на конечности. Накладка повязки «Черепичная расходящаяся» на конечности. Имобилизация с использованием шин Крамера при открытом (с артериальным кровотечением) переломе бедренной кости. Правила транспортировки пострадавшего.

*Практика:* Отработка наложения повязок, шин, жгута и транспортировки пострадавшего.

**Тема 3.4. Алгоритмом оказания первой доврачебной помощи при ранениях и ожогах.**

**Тема 3.5. Ранения и кровотечения**

Виды ранений. Обработка ран. Виды и правила наложения повязок на раны. Виды кровотечений. Способы остановки кровотечений. Правила наложения жгута.

*Практические занятия:* наложение повязок на различные части тела, наложение жгута.

**Тема 3.6. Травмы опорно-двигательного аппарата**

Вывихи, растяжения, разрывы связок. Переломы конечностей. Оказание первой помощи. Правила наложения шин.

*Практические занятия:* наложение шин при различных переломах

**Тема 3.7. Виды перевязок.**

**Теория:** виды перевязок и правила их наложения.

**Практика:** Наложение повязки на верхнюю конечность.

**Раздел 4. Огневая подготовка**

**Тема 4.1. История оружия**

Примитивное оружие. Средневековое оружие. Оружие современности. Оружие массового поражения.

*Практические занятия:* Кроссворд «Виды оружия».

**Тема 4.2. Виды вооружения. Холодное, огнестрельное, метательное.**

**Тема 4.3. Автомат Калашникова. АК-74: устройство, назначение, тактико-технические характеристики**

Устройство, назначение, тактико-технические характеристики.

*Практические занятия:* сборка и разборка автомата на время.

*Практическое занятие:* Сборка - разборка автомата АК на время.

**Тема 4.4. Меры безопасности при неполной разборке и сборке АК-74**

**Тема 4.5. Неполная разборка и сборка АК-74**

Знакомство с неполной сборкой и разборкой автомата Калашникова (АК-74). Порядок разборки и сборки автомата. Ошибки при разборке и сборке автомата Калашникова.

*Практика:* Тренировка по неполной сборке и разборке автомата. Неполная сборка и разборка автомата на время.

#### **Тема 4.6. Пневматическая винтовка. Правила удержания и прицеливания винтовки**

#### **Тема 4.7. Стрельба из пневматической винтовки**

### **Раздел 5. Основы выживания в сложных условиях**

#### **Тема 5.1. Основы ориентирования на местности**

Карты и схемы. Правила работы с картой. Сопоставление карты с местностью. Ориентирование с использованием крупных форм рельефа. Ориентирование с помощью компаса и карты. Ориентирование с картой без компаса. Погрешности в ориентировании. Определение азимута и отработка навыков по азимуту. Сопоставление способов ориентирования.

Практическое занятие: чтение карты и определение своего местонахождения на карте. Поиск контрольных пунктов на местности.

#### **Тема 5.2. Организация привалов и ночлегов**

Назначение привалов, их периодичность и продолжительность. Личное и групповое снаряжение. Ночлег в полевых условиях: выбор места, распределение обязанностей при устройстве бивака. Меры безопасности при ночлегах в полевых условиях. Охрана природы в месте ночлегов.

Практическое занятие: установка палатки

#### **Тема 5.3. Организация питания в полевых условиях**

Питание войск в полевых условиях. Составление и гигиеническая оценка раскладки продуктов.

Практическое занятие: приготовление пищи в походных условиях.

#### **Тема 5.4. Костровое хозяйство. Меры безопасности**

Типы костров. Место для костра. Разжигание костра. Безопасность.

#### **Тема 5.5. Виды узлов. Способы переправы через овраги, водоемы**

Виды узлов. Узлы для связывания веревок одинакового и разного диаметров. Узлы для закрепления концов веревок. Специальные узлы.

Практические занятия: отработка приёмов вязания различных узлов.

#### **Тема 5.6. Ориентирование на местности**

Определение азимута.

Практические занятия: отработка навыков движения по азимуту.

#### **Тема 5.7. Техника преодоления различных элементов личной и командной полосы препятствий**

Практические занятия: техника прохождения различных препятствий: переправа по бревну, переправа по параллельным веревкам, навесная переправа, «маятник», «бабочка».

### **Раздел 6. Общефизическая подготовка**

**Тема 6.1. Физическая подготовка и её значение для укрепления здоровья**

**Тема 6.2. Меры обеспечения безопасности при проведении занятий по физической подготовке**

**Тема 6.3. Комплексы утренней гигиенической гимнастики**

**Тема 6.4. Общеразвивающие упражнения**

**Тема 6.5. Ускоренное передвижение. Обучение технике бега на короткие дистанции**

**Тема 6.6. Ускоренное передвижение. Обучение технике бега на средние и длинные дистанции.**

**Тема 6.7. Упражнения на растяжку и гибкость**

**Тема 6.8. Сдача нормативов по ОФП**

Практические занятия: бег на дистанции 100 и 1500 м, отжимание от пола, подтягивание на перекладине, подъём туловища из положения «лёжа».

Спортивные игры, упражнения для развития ловкости, силы, выносливости.

**Итоговое занятие.** Подведение итогов года, итоговое тестирование.

### Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Наименование занятия	Срок проведения занятия	Форма занятия	Количество часов
1.	Вводное занятие	Сентябрь	Беседа	1
2.	История вооруженных сил Символы воинской чести. Государственная символика.		Тематическое занятие (теория и практика)	2
3.	Полководцы и герои Военные профессии		Тематическое занятие (теория и практика)	2
4.	Воинские подвиги земляков		Тематическое занятие (теория и практика)	2
5.	Основы строевой подготовки	Октябрь	Тематическое занятие (теория и практика)	1
6.	Команды строевой подготовки и правила их выполнения		Тематическое занятие (теория и практика)	1
7.	Команды строевой подготовки и правила их выполнения			
8.	Строй и управление им Строй и его элементы		Тематическое занятие (теория и практика)	1
9.	Строевая стойка и выполнение команд Отдание воинской чести без оружия		Тематическое занятие (теория и практика)	1

10.	Отдание воинской чести без оружия	Ноябрь	Тематическое занятие (теория и практика)	1
	Выход из строя и подход к начальнику			
11.	Повороты на месте и в движении		Тематическое занятие (теория и практика)	1
	Перестроение в две шеренги			
12.	Перестроение в одну шеренгу		Тематическое занятие (теория и практика)	1
	Воинская честь. Строевой шаг			
13.	Принципы оказания первой доврачебной помощи		Тематическое занятие (теория и практика)	1
	Лекарственные растения и грибы			
14.	Принципы оказания первой доврачебной помощи при механических травмах	Декабрь	Тематическое занятие (теория и практика)	1
15.	Принципы оказания первой доврачебной помощи при ранениях и ожогах		Тематическое занятие (теория и практика)	1
	Ранения и кровотечения			
16.	Травмы опорно-двигательного аппарата		Тематическое занятие (теория и практика)	1
17.	Виды перевязок		Тематическое занятие (теория и практика)	1
18.	<b>История оружия</b>	Январь	Тематическое занятие (теория и практика)	1
19.	Виды вооружения. Холодное, огнестрельное, метательное.		Тематическое занятие (теория и практика)	1
20.	Автомат Калашникова. АКМ-74: устройство, назначение, тактико-технические характеристики	Февраль	Тематическое занятие (теория и практика)	2
	Меры безопасности при неполной разборке и сборке АКМ-74			
	Неполная разборка и сборка АКМ-74			
21.	Пневматическая винтовка. Правила удержания и прицеливания винтовки		Тематическое занятие (теория и практика)	1
	Стрельба из пневматической винтовки			
22.	Основы ориентирования на местности	Март	Тематическое занятие (теория и практика)	1
	Организация привалов и ночлегов			
23.	Организация питания в		Тематическое	1

	полевых условиях Костровое хозяйство. Меры безопасности		занятие (теория и практика)	
24.	Виды узлов. Способы переправы через овраги, водоемы Ориентирование на местности		Тематическое занятие (теория и практика)	1
25.	Техника преодоления различных элементов личной и командной полосы препятствий	Апрель	Тематическое занятие (теория и практика)	1
26.	Физическая подготовка и её значение для укрепления здоровья Меры обеспечения безопасности при проведении занятий по физической подготовке		Тематическое занятие (теория и практика)	1
27.	Комплекс утренней гигиенической гимнастики Общеразвивающие упражнения		Тематическое занятие (теория и практика)	1
28.	Ускоренное передвижение. Обучение технике бега на короткие дистанции Ускоренное передвижение. Обучение технике бега на средние и длинные дистанции.		Тематическое занятие (теория и практика)	1
29.	Упражнения на растяжку и гибкость	Май	Тематическое занятие (теория и практика)	1
30.	Сдача нормативов по ОФП		Сдача нормативов	1
31.	Итоговое занятие		Тестирование	1



