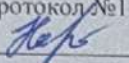



Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 32»

Принята на заседании
методического совета
МАОУ «СОШ №32»
Протокол №1 от 29.08.2025 г.
 Т.Н. Козьякова

Утверждено
приказом директора МАОУ
«СОШ №32»
 Н.В. Серебрякова
«13» сентября 2025 г. №



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности
«Зарница»

Возраст обучающихся: 13-17 лет (7-11 классы)

Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:
Анискин Алексей Иванович
Педагог дополнительного
образования

МО Краснотурьинск

2025 год

Содержание

Раздел 1. Комплекс основных характеристик образования

| | |
|------------------------------|----|
| Пояснительная записка..... | 2 |
| Цели и задачи программы..... | 5 |
| Содержание программы..... | 6 |
| Планируемые результаты..... | 13 |

Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий

| | |
|-----------------------------------|----|
| Календарный учебный график..... | 14 |
| Формы аттестации..... | 19 |
| Условия реализации программы..... | 21 |
| Список литературы..... | 22 |

Пояснительная записка

Направленность общеразвивающей программы: физкультурно-спортивная.

Актуальность

Рабочая программа дополнительного образования «Зарница» разработана на основе следующих нормативных документов:

- «Законом об образовании в Российской Федерации» (№ 273-ФЗ от 29 декабря 2012 г.);
- Концепцией развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства РФ от 4 сентября 2014 г. № 1726-р);
- «Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (пр. Министерства образования и науки РФ от 9 ноября 2018 г. №196);
- Письмом Министерства образования и науки Российской Федерации от 18 ноября 2015 года №09-3242 о направлении «Методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»;
- СанПиНа 2.4.4.3172-14 (от 04.07.2014 №4);
- Уставом МАОУ «СОШ №32»

Основной задачей общеразвивающей программы «Зарница» является подготовка юношей к службе в армии. Однако курсантами клуба становятся и девушки, которые вместе с юношами занимаются рукопашным боем, изучением уставов ВСРФ. Строевой и огневой подготовкой и многими другими военно-прикладными отраслями. Наряду с военной подготовкой ведется большая патриотическая работа, в ходе которой участники военно-патриотического движения «Юнармия» изучают историю побед русской армии.

На сегодняшний день появился целый ряд лжепатриотических организаций яркими примерами, которых являются Русское Национальное Единство (РНЕ) и массовое движение скинхедов, которые, прикрываясь патриотизмом, маскируют свои националистические наклонности.

В задачу общеобразовательной программы «Зарница» входит не возвеличивание русской национальности, а показать курсантам и всем окружающим, что только в мирном сосуществовании и совместном построении нашего государства заключено будущее нашей России. Отсюда следует, что основной целью военно-патриотического движения «Юнармия» является воспитание чувства патриотизма у учащихся и подготовка юношей к службе в вооруженных силах РФ.

В 2002 году президент РФ В.В. Путин подписал указ о развитии военно-патриотического движения на территории РФ. В связи с этим возникает ряд новых организаций.

Патриотическое воспитание - это систематическая и целенаправленная деятельность органов государственной власти и организаций по формированию у граждан высокого патриотического сознания, чувства верности своему Отечеству, готовности к выполнению гражданского долга и конституционных обязанностей по защите интересов Родины.

Главной целью патриотического воспитания является формирование и развитие личности, обладающей качествами гражданина - патриота Родины и способной успешно выполнять гражданские обязанности в мирное и военное время.

При этом в соответствии с Федеральным Законом «О воинской обязанности и военной службе» составной частью патриотического воспитания является военно-патриотическое воспитание граждан.

Актуальность программы связана с тем, что 1 сентября 2016 года в России официально стартовало всероссийское военно-патриотическое движение «Юнармия». Предметом и целями движения являются всестороннее развитие личности детей и подростков, а также участие их в реализации мероприятий молодежной политики, как на муниципальном, так и на государственном уровне.

«Больше внимания нужно уделять патриотическому воспитанию молодежи. Да, необходимо серьезно обновить эту работу, но некоторые традиционные методы, например, военно-патриотические игры, востребованы и сегодня. Они выработают и командный дух, и сильный характер и формируют навыки поведения в самых сложных условиях», - отметил в своем послании федеральному собранию Президент Российской Федерации.

В связи с этим значимость программы заключается в том, что она усиливает вариативную составляющую общего образования, способствует реализации умений и навыков, полученных обучающимися в базовом компоненте, формированию жизненных ценностей, овладению опытом самоорганизации, самореализации, самоконтроля и помогает воспитанникам в профессиональном самоопределении.

Новизна дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Зарница» - новый опыт для образовательного учреждения. Это интеграция дополнительного и общего образования в рамках реализации национального проекта «Успех каждого ребёнка».

Отличительные особенности: в настоящее время, в связи с первоначальным этапом становления юнармейского движения, подобных дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ фактически не существует, поэтому данная программа в этом аспекте является уникальной.

Педагогическая целесообразность программы в том, содержание и материал программы спланированы по принципу дифференциации в соответствии с уровнями сложности, а также требованиями СанПиНа и могут быть усложнены или упрощены. *Основной формой* организации

образовательного процесса являются теоретические и практические занятия, комплексные тренировки, стрельбы и тактические учения. *Основными методами* здесь выступают показ и упражнение (тренировка).

Особые условия:

Участие в юнармейских отрядах и выход из него является добровольным.

Участие в юнармейском отряде физических лиц осуществляется на основании письменного заявления гражданина с согласием его законных представителей (для несовершеннолетних членов) и оформляется решением Местного, Регионального отделения или Главного штаба Движения на ближайших заседаниях простым большинством голосов от количества присутствующих на заседании, с постановкой на учет в Региональном, Местном отделении Движения.

Режим занятий. Программа рассчитана на 1 год. Возраст обучающихся, участвующих в реализации программы: 13-17 лет. Занятия проводятся 3 раза по 1 или 1 раз по 2 часа и 1 занятие 1 час в неделю. Количество часов в год - 102. Из них дистанционный модуль «Основы медицинских знаний» - 28 часов и «Государственные символы РФ» - 4 часа.

Форма проведения занятий - групповая. Наполняемость учебной группы 15 - 30 человек.

Теоретические занятия включают в себя просмотр наглядных пособий, видеоматериалов по изучаемой теме. Формы проведения теоретических занятий - беседа, семинар.

Практические занятия – это учебно-тренировочные занятия, которые проводятся в специально оборудованных помещениях.

Цель и задачи программы

Цель программы: создание условий, способствующих патриотическому, физическому, интеллектуальному и духовному развитию личности юного гражданина России, его лидерских качеств.

Задачи:

- воспитание у молодых людей патриотизма, гражданского сознания, верности Отечеству, готовности к выполнению конституционных обязанностей;
- воспитание уважительного отношения к героической истории нашего государства, его вооруженным силам; бережного отношения к героическому прошлому нашего народа;
- воспитание потребности в здоровом и безопасном образе жизни и активном отдыхе;
- подготовка подрастающего поколения к военной службе и воспитание уважения к Российской Армии;
- ориентация на профессии, связанные с обеспечением национальной безопасности;
- совершенствование ценностно-ориентированных качеств личности;
- освоение и совершенствование дисциплины, общей и специальной физической подготовки;

- воспитание сознательной дисциплины, силы воли, умения концентрироваться на выполнении поставленной задачи;
- физическое и духовно-нравственное развитие детей и подростков.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

ВВОДНОЕ ЗАНЯТИЕ

Теория: Содержание программы, правила её реализации. Ожидаемые результаты по окончании обучения. Инструктаж по технике безопасности.

РАЗДЕЛ I. СТРОЕВАЯ ПОДГОТОВКА (15ч)

Тема 1: Строй и управление ими

Теория, практика: Строй, шеренга, фланг, фронт, тыльная сторона строя, интервал, ширина строя, глубина строя, колонна. Одношереножный и двухшереножный строй, колонна, развернутый строй, походный строй, направляющий, замыкающий. Управление строем. Команды.

Тема 2: Обязанности военнослужащих перед построением и в строю

Теория: Проверка исправности оружия, заправка обмундирования, место в строю, передача показаний и команд.

Тема 3: Строевые приемы и движение без оружия

Теория, практика: Строй, команды и обязанности солдата перед построением и в строю. Выполнение команд «Становись», «Равняйся», «Смирно», «Вольно», «Заправиться», «Отставить», «Головне уборы - снять (надеть)». Строевая стойка. Повороты на месте. Строевой шаг. Повороты в движении. Выполнение воинского приветствия. Выход военнослужащего из строя, подход к начальнику и отход от него.

Тема 4: Строевой смотр

Практика: Встреча начальника. Вынос Боевого Знамени. Разучивание строевой песни в составе подразделения. Прохождение торжественным маршем и с песней. Показательные выступления «Посвящение в Юнармейцы»

РАЗДЕЛ II. ОГНЕВАЯ ПОДГОТОВКА (12 часов)

Тема 1: Меры безопасности при стрельбе

Теория: Правила пользования пневматическим оружием Правила поведения и ТБ при стрельбе из пневматического оружия. Техника безопасности при зарядании, наводке и выстреле.

Тема 2: Теоретические основы стрельбы

Теория: История и виды российского стрелкового оружия.

Явление выстрела. Образование траектории. Прямой выстрел. Начальная скорость пули. Отдача оружия. Пробивное и убойное действие пули. Прикрытое, поражаемое и мёртвое пространство. Способы определения расстояния до цели. Элементы наводки. Выбор цели и точки прицеливания при стрельбе по неподвижным целям.

Тема 3: Материальная часть оружия

Теория: Пневматическое оружие назначение, общее устройство, принцип действия и технические характеристики пневматической винтовки. Техническое обслуживание, ремонт, чистка и смазка винтовки. Хранение винтовки. Замена основных частей и механизмов винтовки. Возможные неисправности, задержки при стрельбе и их устранение. Чистка, смазка и хранение винтовки. Настройка пневматических винтовок. Выверка открытого прицела. Заряжание винтовки. Изучение докладов о получении боеприпасов, готовности к стрельбе и о завершении стрельбы.

Тема 4: Изготовка к стрельбе из пневматических винтовок

Теория: Заряжание винтовки. Изучение докладов о получении боеприпасов, готовности к стрельбе и о завершении стрельбы.

Практика: Заряжание, изготовка к стрельбе из положения «сидя за столом с опорой на локоть». Доклады о получении боеприпасов. Прицеливание. Производство выстрела. Доклад о завершении стрельбы. Заряжание, изготовка, прицеливание, производство выстрела из положения «стоя» без опоры. Доклады. Изготовка к стрельбе из положения «с колена» и лёжа с опорой и без опоры. Прицеливание. Производство выстрела. Доклады.

Тема 5: Совершенствование техники и навыков стрельбы из пневматической винтовки

Практика: Тренировка в стрельбе по мишени «П» на расстоянии 5 метров из положения «сидя за столом с опорой на локоть». Совершенствование техники и навыков стрельбы. Тренировка в стрельбе из пневматической винтовки по мишени «П» на расстояние 5 метров из положения «стоя» и «с колена» с опорой и без опоры. Тренировка в стрельбе из пневматической винтовки по мишени «П» на расстояние 5 и 10 метров из положения «лёжа» с опорой и без опоры. Подготовка к соревнованиям по стрельбе из пневматической винтовки. Соревнования по стрельбе из пневматической винтовки.

РАЗДЕЛ III. ГОСУДАРСТВЕННЫЕ СИМВОЛЫ РФ (2 часа)

Тема 1: Государственные символы РФ

Теория: Государственный флаг- официальный государственный символ

РФ. Правовое положение и правила использования флага России определяет Федеральный конституционный закон "О Государственном флаге Российской Федерации" от 25 декабря 2000 года. Государственный герб - официальный государственный символ Российской Федерации. Его описание и

порядок официального использования установлены Федеральным конституционным законом "О Государственном гербе Российской Федерации" от 25 декабря 2000 года. Государственный Гимн Российской Федерации.

Символика ВВПОД «Юнармия». Генезис символа. Фирменные цвета движения. Знаки и флаг Юнармии. Юнармейские звания и погоны. Юнармейская форма одежды. Устав ВВПОД «Юнармия». Цели и задачи движения. Структура движения. Права и обязанности участников Движения. Всероссийский юнармейский слёт. Клятва юнармейца.

Тема 2: Символы воинской чести

Теория: Воинские звания. Войсковые и корабельные воинские звания. Знаки различия по воинским званиям. Воинские ритуалы. Воинское приветствие. Приведение к военной присяге. Парады.

Военная присяга. Военная присяга, ее значение для военнослужащего. Содержание военной присяги. Порядок приведения к присяге. Просмотр отрывков из фильма «Военная присяга».

Боевые Знамена. Краткая история боевых знамен страны с древности до наших дней. Боевые Знамена Вооруженных сил РФ. Значения знамен. Символы знамен.

РАЗДЕЛ IV. ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА (15 часов)

Тема1: Гимнастика и легкая атлетика

Практика: Определение уровня физических качеств: сила, скоростная сила, выносливость, ловкость, силовая выносливость посредством сдачи тестов физической подготовленности. Круговая тренировка общефизической направленности.

Прикладные упражнения - упражнения в равновесии; лазанье по канату; различные лазанья и переползания; преодоление нестандартных препятствий.

а) переноска тяжестей, лазание по канату без помощи ног, упражнения в равновесии, преодоление нестандартных препятствий;

б) лазание по двум канатам без помощи ног, упражнения в равновесии, переноска тяжелых и неудобных предметов, преодоление нестандартных препятствий;

в) различные лазанья и переползания, преодоление нестандартных препятствий, переноска тяжестей, упражнений в равновесии.

Разучивание и тренировка в выполнении упражнений: бег на 100 м, челночный бег, бег на 1 км, бег на 3 км.

Тема 2: Преодоление препятствий

Практика: Разучивание приёмов действий при выполнении общего контрольного упражнения на единой полосе препятствий. Техника преодоления отдельных препятствий: лабиринт, ров шириной 2.5 м, разрушенный мост, разрушенная лестница, забор. Проверка выполнения норматива по преодолению препятствий.

Тема 3: Рукопашный бой

Практика: Изготовка к бою (без оружия и с оружием). Передвижение в боевой стойке. Приемы самостраховки (при падении вперед, назад, на бок, кувырки). Комплексная тренировка, действия по вводным сигналам и командам. Разучивание и тренировка, действия по вводным сигналам и командам. Разучивание и тренировка выполнения начального комплекса приемов рукопашного боя. Проверка выполнения начального комплекса рукопашного боя.

Тема 4: Комплексные занятия

Практика: Тренировка в преодолении препятствий общего контрольного упражнения. Комплексная тренировка.

РАЗДЕЛ V. ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ (14 часов)

Тема 1: Здоровье и здоровый образ жизни

Теория: Показатели здоровья. Личная гигиена. Профилактика заболеваний, здоровый образ жизни.

Тема 2: Первая медицинская помощь

Теория: Начальные основы медицинских знаний: характеристика состояний, требующих оказания первой медицинской помощи.

Практика: Первая медицинская помощь при травматизме. Первая медицинская помощь при отравлениях, тепловых, солнечных ударах, ожогах, обморожениях. Способы оказания первой медицинской помощи при переломах костей: черепа, плечевого пояса, грудной клетки, верхних и нижних конечностей, позвоночника и костей таза. Способы определения остановки сердечной деятельности и прекращения дыхания. Способы искусственного дыхания сердца и непрямого массажа сердца.

РАЗДЕЛ VI. ТАКТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА (10 часа)

Тема 1: Основы общевойскового боя

Теория: Сущность и виды современного общевойскового боя, их краткая характеристика. Способы ведения общевойскового боя (в условиях применения обычного, ядерного, химического и высокоточного оружия). Условия, обеспечивающие успешное выполнение боевых задач. Огонь и его назначение в бою. Виды огня (по отдельным целям, сосредоточенный, заградительный, подвижный и неподвижный, фронтальный, фланговый, перекрестный, кинжальный). Понятие о маневре в бою. Виды маневра.

Тема 2: Действия солдата в бою

Теория, практика: Обязанности солдата в бою. Передвижение солдата на поле боя. Движение ускоренным шагом и бегом. Перебежки и переползания под огнем противника. Преодоление препятствий и заграждений в бою. Солдат в обороне. Подготовка к обороне. Выбор и оборудование окопа для стрельбы и его маскировка. Уничтожение противника перед передним краем обороны огнем и гранатой. Солдат в наступлении. Подготовка к атаке и атака: пополнение боеприпасов, зарядание оружия, снаряжение гранат, выбор пути движения в атаку, наблюдение за сигналами командира и действия по ним. Выскакивание из траншеи. Движение в атаку в боевом порядке отделения. Преодоление различных заграждений и препятствий. Атака переднего края обороны противника, уничтожение его огнем в упор и гранатой. Бой в траншее и ходах сообщения.

Тема 3: Характеристика современных средств поражения, последствия их применения и основные принципы, и способы защиты.

Теория: Ядерное оружие и его характеристика. Поражающие факторы ядерного оружия и их краткая характеристика. Химическое оружие. Сильнодействующие ядовитые вещества (СДЯВ) и их краткая характеристика, поражающие свойства, основные способы и средства защиты от СДЯВ. Современные обычные средства поражения, осколочные, шариковые, фугасные боеприпасы. Боеприпасы объемного взрыва. Зажигательное оружие иностранных армий и защита от него. Пожарно-профилактические мероприятия

Тема 4: Индивидуальные и коллективные средства защиты

Теория практика: Фильтрующие противогазы, назначение, устройство общевойскового противогаза. Особенности устройства противогазов ГП-5, ГП-7. Пользование поврежденным противогазом.

Средства защиты кожи. Назначение, характеристика, устройство и защитные свойства общевойскового защитного комплекта (ОЗК). Подбор, проверка и подготовка к использованию. Порядок пользования ОЗК. Отработка нормативов по надеванию индивидуальных средств защиты.

Итоговое занятие

Практика: Подведение итогов за год. Игра «Зарница»

Планируемые результаты.

По окончании обучения по программе обучающиеся **будут знать:**

- основы стрельбы из различных видов оружия, технику безопасности при обращении с оружием и боеприпасами во время учебных стрельб и соревнований.
- основные положения строевого устава, элементы строя, элементы утреннего осмотра;
- обязанности кадет перед построением и в строю, порядок подачи команд, порядок выполнения воинского приветствия без оружия;
- порядок проведения строевого смотра;

- порядок ритуала возложения венков к мемориалу памяти;
- приемы самозащиты и базовую технику рукопашного боя;
- приемы оказания первой медицинской помощи при травматизме, отравлениях, ожогах, обморожениях;
- приемы для выживания на местности;
- историю и традиции Вооруженных сил России.

будут уметь:

- правильно занять позицию на стрелковом рубеже и производить стрельбу из винтовки;
 - правильно подавать предварительные и исполнительные команды строевой подготовки, быстро и чётко выполнять строевые приёмы при отработке навыков в одиночной подготовке и в составе взвода;
 - преодолевать полосу препятствий и выполнять начальный комплекс рукопашного боя;
 - оказать первую медицинскую при травматизме, отравлениях, ожогах, обморожениях;
 - проявлять культуру взаимодействия, терпимости и толерантности в достижении общих целей при совместной деятельности.

Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

| № п/п | Дата проведения | | Тема | Количество часов | Форма занятия | Место проведения | Форма контроля |
|---|-----------------|------|--|------------------|-------------------|------------------|-------------------------------------|
| | план | факт | | | | | |
| ВВЕДЕНИЕ (1ч) | | | | | | | |
| 1 | | | Инструктаж по технике безопасности. Знакомство с программой. | 1 | беседа | Учебный класс | первичная диагностика, тестирование |
| РАЗДЕЛ I. СТРОЕВАЯ ПОДГОТОВКА (18ч) | | | | | | | |
| Тема 1: Строи и управление ими | | | | | | | |
| 3 | | | Виды строевой подготовки. Техника Безопасности при занятиях строевой подготовкой. | 2 | беседа, практикум | спортивный зал | собеседование |
| 4 | | | Выполнение строевых упражнений в передвижении (индивидуально и в составе подразделения). | 1 | практикум | спортивный зал | норматив |
| 5 | | | Одношереножный и двухшереножный строй. Управление строем. Команды. | 1 | практикум | спортивный зал | норматив |
| Тема 2: Обязанности военнослужащих перед построением и в строю | | | | | | | |

| | | | | | | |
|--|--|--|---|-------------------|----------------|-----------------------------|
| 6 | | Проверка исправности оружия, заправка обмундирования, место в строю, передача показаний и команд. | 1 | практикум | спортивный зал | норматив |
| 7 | | Проверка исправности оружия, заправка обмундирования, место в строю, передача показаний и команд. | 1 | практикум | спортивный зал | норматив |
| Тема 3: Строевые приемы и движение без оружия | | | | | | |
| 8 | | Выполнение команд «Становись», «Равняйся», «Смирно», «Вольно», «Заправиться», «Отставить», «Головне уборы - снять (надеть)». | 1 | практикум | спортивный зал | норматив |
| 9 | | Строевая стойка. Воинское приветствие. | 1 | практикум | спортивный зал | норматив |
| 10 | | Строевая стойка. Повороты на месте. Строевой шаг. | 1 | практикум | спортивный зал | норматив |
| 11 | | Выполнение строевых упражнений в передвижении (индивидуально и в составе подразделения). | 4 | беседа, практикум | спортивный зал | норматив |
| 12 | | Строевой шаг. Повороты в движении. | 1 | практикум | спортивный зал | норматив |
| 13 | | Повороты направо-налево в движении. | 1 | практикум | спортивный зал | норматив |
| 14 | | Поворот кругом в движении. Строевые приемы в движении в отделении. | 1 | практикум | спортивный зал | норматив |
| Тема 4: Строевой смотр | | | | | | |
| 15 | | Встреча начальника. Вынос Боевого Знамени. Разучивание строевой песни в составе подразделения. | 1 | практикум | спортивный зал | норматив |
| 16 | | Прохождение торжественным маршем и с песней. Показательные выступления «Посвящение в Юнармейцы». | 1 | практикум | спортивный зал | норматив |
| РАЗДЕЛ II. ОГНЕВАЯ ПОДГОТОВКА (17ч) | | | | | | |
| Тема 1: Меры безопасности при стрельбе | | | | | | |
| 17 | | Правила пользования пневматическим оружием Правила поведения и ТБ при стрельбе из пневматического оружия. | 2 | беседа, практикум | ФОК | собеседование, норматив |
| Тема 2: Теоретические основы стрельбы | | | | | | |
| 18 | | История и виды российского стрелкового оружия (физические и технические характеристики выстрела). | 2 | беседа, практикум | ФОК | собеседование, тестирование |

| Тема 3: Материальная часть оружия | | | | | | | |
|--|--|--|--|---|-------------------|-----|-----------------------------|
| 19 | | | Пневматическое оружие, его устройство, технические данные. | 1 | беседа, практикум | ФОК | собеседование, тестирование |
| 20 | | | Возможные неисправности, задержки при стрельбе и их устранение. | 1 | беседа, практикум | ФОК | собеседование, тестирование |
| Тема 4: Изготовка к стрельбе из пневматических винтовок | | | | | | | |
| 21 | | | Заряжание винтовки. Изучение докладов о, готовности и завершении стрельбы. Правила прицеливания и удержание. Пристрелка винтовки и выбор мишени. | 1 | практикум | ФОК | норматив |
| 22 | | | Номера мишеней и расстояние до них. Корректировка стрельбы. Стрельба стоя. Основы стрельбы лёжа с жёсткого упора. Стрельба с положения стоя на колене. Основы стрельбы лёжа с упором через локоть, предплечье. | 1 | практикум | ФОК | норматив |
| Тема 5: Совершенствование техники и навыков стрельбы из пневматической винтовки | | | | | | | |
| 23 | | | Тренировка в стрельбе по мишени «П» на расстоянии 5 метров из положения «сидя за столом с опорой на локоть». | 1 | практикум | ФОК | норматив |
| 24 | | | Совершенствование техники и навыков стрельбы. | 3 | практикум | ФОК | норматив |
| 25 | | | Тренировка в стрельбе из пневматической винтовки по мишени «П» на расстояние 5 метров из положения «стоя» и «с колена» с опорой и без опоры. | 1 | практикум | ФОК | норматив |
| 26 | | | Тренировка в стрельбе из пневматической винтовки по мишени «П» на расстояние 5 и 10 метров из положения «лёжа» с опорой и без опоры. Подготовка к соревнованиям по стрельбе из пневматической винтовки. | 3 | практикум | ФОК | норматив |
| 27 | | | Соревнования по стрельбе из пневматической винтовки. | 1 | практикум | ФОК | соревнования |
| РАЗДЕЛ III. ГОСУДАРСТВЕННЫЕ СИМВОЛЫ РФ (4Ч) | | | | | | | |
| Тема 1: Государственные символы РФ | | | | | | | |

| | | | | | | | |
|--|--|--|--|---|-------------------|-----------------|-----------------------------|
| 28 | | | Государственные символы РФ. Флаг, герб, гимн РФ. Символика «Юнармия». Юнармейская форма одежды. Устав «Юнармия». Клятва юнармейца. | 2 | беседа | учебный кабинет | собеседование, тестирование |
| Тема 2: Символы воинской чести | | | | | | | |
| 29 | | | Воинские звания. Военная присяга. Боевые Знамена. | 2 | беседа, практикум | учебный кабинет | собеседование, тестирование |
| РАЗДЕЛ IV. ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА (21ч) | | | | | | | |
| Тема1: Гимнастика и легкая атлетика | | | | | | | |
| 30 | | | Определение уровня физических качеств: сила, скоростная сила, выносливость, ловкость, силовая выносливость посредством сдачи тестов физической подготовленности. | 2 | практикум | ФОК | норматив |
| 31 | | | Круговая тренировка общефизической направленности. Прикладные упражнения: переноска тяжестей, лазание по канату без помощи ног, упражнения в равновесии, преодоление нестандартных препятствий. | 2 | практикум | ФОК | норматив |
| 32 | | | Прикладные упражнения: лазание по двум канатам без помощи ног, упражнения в равновесии, переноска тяжелых и неудобных предметов, преодоление нестандартных препятствий. Прикладные упражнения: различные лазанья и переползания, преодоление нестандартных препятствий, переноска тяжестей, упражнений в равновесии. | 1 | практикум | ФОК | норматив |
| 33 | | | Разучивание и тренировка в выполнении беговых упражнений. Разучивание и тренировка в выполнении беговых упражнений. | 1 | практикум | ФОК | норматив |

| Тема 2: Преодоление препятствий | | | | | | | |
|--|--|--|---|---|-------------------|-----------------|-----------------------------|
| 34 | | | Полоса препятствий: лабиринт, ров, разрушенный мост, разрушенная лестница, забор | 2 | практикум | ФОК | норматив |
| 35 | | | Полоса препятствий: лабиринт, ров, разрушенный мост, разрушенная лестница, забор | 2 | практикум | ФОК | норматив |
| Тема 3: Рукопашный бой | | | | | | | |
| 36 | | | Изготовка к бою (без оружия и с оружием). Передвижение в боевой стойке | 2 | практикум | ФОК | норматив |
| 37 | | | Приемы самостраховки (при падении вперед, назад, на бок, кувьрки). | 1 | практикум | ФОК | норматив |
| 38 | | | Комплексная тренировка, действия по вводным сигналам и командам. | 1 | практикум | ФОК | норматив |
| 39 | | | Разучивание и тренировка выполнения начального комплекса приемов рукопашного боя | 1 | практикум | ФОК | норматив |
| 40 | | | Проверка выполнения начального комплекса рукопашного боя | 2 | практикум | ФОК | соревнование |
| Тема 4: Комплексные занятия | | | | | | | |
| 41 | | | Тренировка в преодолении препятствий общего контрольного упражнения. Комплексная тренировка | 3 | практикум | ФОК | норматив |
| 42 | | | Соревнования по рукопашному бою | 2 | практикум | ФОК | соревнование |
| РАЗДЕЛ V. ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ (16ч) | | | | | | | |
| Тема 1: Здоровье и здоровый образ жизни | | | | | | | |
| 43 | | | Здоровье и здоровый образ жизни. Показатели здоровья. Личная гигиена | 3 | беседа | учебный кабинет | собеседование, тестирование |
| 44 | | | Профилактика заболеваний, здоровый образ жизни. | 2 | беседа | учебный кабинет | собеседование, тестирование |
| Тема 2: Первая медицинская помощь | | | | | | | |
| 45 | | | Начальные основы медицинских знаний: характеристика состояний, требующих оказания первой медицинской помощи | 2 | беседа, практикум | учебный кабинет | собеседование, тестирование |
| 46 | | | Первая медицинская помощь при травматизме | 2 | беседа, практикум | учебный кабинет | собеседование, тестирование |

| | | | | | | | |
|--|--|--|--|---|-------------------|-----------------|-----------------------------|
| | | | | | | | е |
| 47 | | | Первая медицинская помощь при отравлениях, тепловых, солнечных ударах, ожогах, обморожениях | 2 | беседа, практикум | учебный кабинет | собеседование, тестирование |
| 48 | | | Способы оказания первой медицинской помощи при переломах костей: черепа, плечевого пояса, грудной клетки, верхних и нижних конечностей, позвоночника и костей таза | 2 | практикум | ФОК | норматив |
| 49 | | | Способы определения остановки сердечной деятельности и прекращения дыхания. Способы искусственного дыхания сердца и непрямого массажа сердца | 3 | практикум | ФОК | норматив |
| РАЗДЕЛ VI. ТАКТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА (22ч) | | | | | | | |
| Тема 1: Основы общевойскового боя | | | | | | | |
| 50 | | | Сущность и виды современного общевойскового боя, огонь и его назначение в бою, маневры в бою | 3 | беседа, практикум | учебный кабинет | собеседование, тестирование |
| Тема 2: Действия солдата в бою | | | | | | | |
| 51 | | | Солдат в обороне. Подготовка к обороне. Метание гранаты | 3 | практикум | ФОК | норматив |
| 52 | | | Солдат в наступлении. Движение в атаку в боевом порядке отделения. Преодоление различных заграждений и препятствий | 3 | практикум | ФОК | норматив |
| Тема 3: Характеристика современных средств поражения, последствия их применения и основные принципы, и способы защиты | | | | | | | |
| 53 | | | Ядерное и химическое оружие и его характеристика | 3 | беседа, практикум | учебный кабинет | собеседование, тестирование |
| Тема 4: Индивидуальные и коллективные средства защиты | | | | | | | |
| 54 | | | Назначение и устройство фильтрующего противогаза, общевойскового защитного комплекта (ОЗК) | 3 | беседа, практикум | учебный кабинет | собеседование, тестирование |
| 55 | | | Отработка нормативов по надеванию индивидуальных средств защиты | 3 | практикум | ФОК | норматив |

| | | | | | |
|----|---|---|-----------|-----|----------|
| 56 | Итоговое занятие. Игра «Зарница» | 4 | практикум | ФОК | норматив |
|----|---|---|-----------|-----|----------|

Формы аттестации.

В целях оценки и контроля результатов обучения в течение года проводятся:

- проверка выполнения нормативов по ОФП;
- проверка выполнения нормативов по стрельбе из пневматической винтовки;
- соревнования на личное первенство среди воспитанников объединения;
- соревнования юнармейских отрядов, района и области.

Учебный план

| № | Название раздела, темы | Количество часов | | | Формы аттестации |
|----------|---|------------------|----------|----------|------------------|
| | | Всего | Теория | Практика | |
| | ВВОДНОЕ ЗАНЯТИЕ. Инструктаж по т/б. | 1 | 1 | 0 | собеседование |
| 1 | СТРОЕВАЯ ПОДГОТОВКА | 18 | 2 | 16 | |
| 1.1 | Строй и управление ими | | | | норматив |
| 1.2 | Обязанности военнослужащих перед построением и в строю | | | | норматив |
| 1.3 | Строевые приемы и движение без оружия | | | | норматив |
| 1.4 | Строевой смотр | | | | смотр |
| 2 | ОГНЕВАЯ ПОДГОТОВКА | 17 | 5 | 12 | |
| 2.1 | Меры безопасности при стрельбе | | | | тест |
| 2.2 | Теоретические основы стрельбы | | | | собеседование |
| 2.3 | Материальная часть оружия | | | | тест |
| 2.4 | Изготовка к стрельбе из пневматических винтовок | | | | норматив |
| 2.5 | Совершенствование техники и навыков стрельбы из пневматической винтовки | | | | соревнования |
| 3 | ГОСУДАРСТВЕННЫЕ СИМВОЛЫ РФ (дистанционный модуль) | 4 | 3 | 1 | |
| 3.1 | Государственные символы РФ | | | | собеседование |
| 3.2 | Символы воинской чести | | | | собеседование |
| 4 | ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА | 21 | 0 | 21 | |
| 4.1 | Гимнастика и легкая атлетика | | | | норматив |
| 4.2 | Преодоление препятствий | | | | норматив |
| 4.3 | Рукопашный бой | | | | соревнования |
| 4.4 | Комплексные занятия | | | | соревнования |
| 5 | ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ (дистанционный модуль) | 16 | 8 | 8 | |

| | | | | | |
|----------|---|------------|-----------|----------|----------------|
| 5.1 | Здоровье и здоровый образ жизни | | | | собеседование |
| 5.2 | Первая медицинская помощь | | | | зачёт |
| 6 | ТАКТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА | 26 | 6 | 20 | |
| 6.1 | Основы общевойскового боя | | | | собеседование |
| 6.2 | Действия солдата в бою | | | | норматив |
| 6.3 | Характеристика современных средств поражения, последствия их применения и основные принципы, и способы защиты | | | | норматив |
| 6.4 | Индивидуальные и коллективные средства защиты | | | | норматив |
| | ИТОГОВОЕ ЗАНЯТИЕ | 4 | | 4 | Игра «Зарница» |
| | Итого | 102 | 20 | 82 | |

УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Материально-технические условия реализации программы

Для обучения по данной программе необходимо иметь в наличии: оборудованное помещение для тира, пневматические винтовки, пульки для пневматических винтовок, мишени, макет автомата, наглядные пособия.

Теоретические занятия проходят в кабинете, оснащенном мультимедийное оборудованием.

Для практических занятий необходимы специально оборудованные помещения:

- для огневой подготовки - тир, в котором есть пулеулавливатели,
 - прицельный станок; для строевой подготовки – строевой плац или спортивный зал;
- для общей физической подготовки - спортивный зал, спортивный
- инвентарь, полоса препятствий.

Оборудование по разделу программы «Огневая подготовка»:

- макеты автоматов;
- винтовки МР-512;
- мишенные установки;
- мишени;
- пулеулавливатели.
-

Оборудование по разделу программы «Физическая подготовка»:

- борцовский ковер;
- гимнастические маты;
- подкидной мостик;

- боксерские мешки;
- защитное снаряжение для рукопашного боя;
- учебные видеофильмы.

Оборудование по разделу программы «Основы медицинских знаний»:

- наглядные пособия;
- учебные фильмы;
- войсковой прибор химической разведки;
- аптечка первой помощи;
- электронный тренажер «Максим».

Методическое обеспечение программы

В процессе обучения используются наглядные пособия:

- комплект «Строевая подготовка»;
- комплект «Вооруженные Силы на страже Родины».

Используются методы объяснения, показа и личный пример, а также упражнения и тренировки. Личный пример преподавателя (военного руководителя) в сочетании с высокой методической подготовкой, постоянная требовательность к учащимся в точном выполнении приёмов приводит к успешной подготовке обучающихся.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

1. Ахмеджанова З.Х. Нам завещаны память и слава / З.Х. Ахмеджанова, Э.М. Галиева // Дополнительное образование и воспитание. – 2012. - № 2. – (опыт «Поста № 1 у Вечного огня»).
2. Болотина Т.В. Тенденции развития гражданско-патриотического образования в РФ / Т.В. Болотина, Т.Г. Новикова // Методист. – 2012. - № 1.
3. Буйлова Л.Н. Актуальные направления организации патриотического воспитания в системе дополнительного образования детей / Л.Н. Буйлова // Внешкольник. – 2013. - № 6. – С. 39-48.
4. Витовтова М.С. Патриотическое воспитание во внеурочной деятельности учителя / М.С. Витовтова // Народное образование. -2012. - № 9.
5. Военная история России. Учебник для ВУЗов. - М.: Воениздат, 1993. 6. Вырщиков А.Н., Кусмарцев М. Б. Уроки служения Отечеству в пространстве патриотически-ориентированного образования: кн. для учителя: учебно-метод. пособие – Волгоград: Авторское перо, 2015. – 270 с.
6. Жук А.Б. Винтовки и автоматы. Военное издательство, - 2007 г.
7. Капитонова Г.Н. Система совершенствования патриотического воспитания в УДОД / Г.Н. Капитонова // Дети, техника, творчество. – 2012. - № 1.
8. Касимова Т.А. Система патриотического воспитания ДТ ДМ «Истоки» в общеобразовательном пространстве / Т.А. Касимова // Внешкольник. – 2013. - № 4. – С. 43-47.
9. Керсновский А.А., ред. Кодзова С. З. История русской армии. Абрис/ОЛМА, 2018 г. — 360 с.
10. Кочуков С. Наша общая память и слава / С. Кочуков // Тамбовская жизнь. – 2013. – 25 сент. – С. 6. – (о связи Тамбовщины с Болгарией)
11. Крошила Г.И. Система гражданско-патриотического воспитания школьников / Г.И. Крошила // Дополнительное образование и воспитание. - 2014. - № 6. – С. 20-23.
12. Кун Ю. След в сердцах / Ю. Кун // Директор школы. – 2014. - № 1. – С. 97-103. – (патриотич. воспит.).
13. Леонтьева Т.Н. Физическая культура и спорт как инструмент патриотического воспитания / Т.Н. Леонтьева // Дополнительное образование и воспитание. – 2014. - № 1. – С. 36-39.
14. Мазыкина Н.В., Горкина Н.В. Растим патриотов. Методическое пособие по патриотическому воспитанию. УЦ «Перспектива», Москва, 2011 г.
15. Матюшина М. Тоня-Павлик-Антонина : она была одной из тех. Кого фашисты называли «ночными ведьмами» / М. Матюшина // Тамбовская жизнь. – 2015. - №8. – (28 января). – С. 4.
16. Методические рекомендации инструктору армейского рукопашного боя. Под редакцией П.М. Лаговского. – М., 2012
17. Муравьева И. «Не посрамим земли русской...» / И. Муравьева // Тамбовская жизнь. – 2015. - № 6. – (23 января). – С. 3. – (письма, к 70-летию Великой Победы).
18. Общевоинские Уставы ВС РФ, Новосибирск, «Норматика», 2020.

19. Перов И. Эхо далекой войны / И. Перов // Тамбовская жизнь. – 2015. - № 3. – (16 января). – С. 3.
20. Попов А.В. Нельзя сужать сферу патриотического воспитания / А.В. Попов, И.Н. Попова // Народное образование. – 2013. - № 7. – С. 214-221.
21. Потрашкова В. Урок мужества, посвященный Дню защитника Отечества / В. Потрашкова // Воспитание в школе. – 2013. - № 3. – С. 116-125.
22. Правила по пулевой и стендовой стрельбе на 2017-2020 г.г. [Электронный ресурс] <http://shooting-russia.ru/news/?4455>. (Дата обращения: 27.08.2018).
23. «Прощание славянки»: история создания марша // Ровесник. – 2013. – 4 сент. С.4.
24. Пулевая стрельба. Сайт стрелкового союза России. [Электронный ресурс] <http://shooting-russia.ru/static/?bullet> (Дата обращения: 27.08.2018).
25. Рыбальченко Л.И. Педагогический эффект военно-патриотического проекта «Мы пишем ваши имена» / Л.И. Рыбальченко, Тиме Юргенд, Н.И. Ралдугина и др. // Методист. - 2014. - № 7. – С. 29-36.
26. Сидоров Е.А. Детские объединения в системе патриотического воспитания во внеурочной деятельности школы / Е.А. Сидоров // Внешкольник. – 2013. - № 4. – С. 40-43.
27. Стекляр Г.В. Гражданское и патриотическое воспитание в современных условиях / Г.В. Скляр // Дополнительное образование и воспитание. – 2012. - №1.
28. Строгонова Л.В. Нам дороги эти, позабыть нельзя. Классный час, литературная композиция, монтаж, торжественный митинг. Патриотическое воспитание младших школьников. Вып. 3. – М. : Педагогическое общество России, 2005. - 48с.
29. Студенникова С.Л. Не потерять свои корни: опыт патриотического воспитания в Орловской области / С.Л. Студенникова // Внешкольник. – 2012. - № 5.
30. Торощина Т.А. Патриотическое воспитание в объединении экологической направленности / Т.А. Торощина // Дополнительное образование и воспитание. – 2013. - № 9. – С. 36 – 41.
31. Учебное пособие «Огневая подготовка», ООО «Армпресс», М., 2006.
32. Ушкалова А.И. Историческая реконструкция – основа военно-патриотического воспитания / А.И. Ушкалова // Дополнительное образование и воспитание. – 2014. - №10 – С. 17-20.
33. Циулина М. Патриотическое воспитание школьников: возможности социообразовательной среды / М. Циулина // Воспитание в школе. – 2013. - № 3. – С. 24-32.
34. Черникова Т.В. Размышления о воспитании патриотизма в подростковом и юношеском возрасте / Т.В. Черникова // Воспитательная работа в школе. – 2011. - № 5
35. Юрьев А. Спортивная стрельба. М., 2007.

Список литературы для обучающихся и родителей.

1. Агапова И., Давыдова М. Патриотическое воспитание в школе. - М., Айрис-пресс, 2012 - С.224
2. Бачевский, В.И. Система военно-патриотического воспитания несовершеннолетних граждан: Учебно-методическое пособие по разделу "Основы военной службы". - М.: ООО "Редакция журнала "Военные знания", 2010. - 186 С.
3. Белинский В.Г. Статьи и рецензии 1841 - 1844 // Полн. собр. соч.: В 13-ти т. - М.: Изд-во Акад. наук СССР, 1954. - Т.5. - 863 С.
4. Бердяев Н.А. Судьба России: опыты по психологии войны и национальности. - М.: Мысль, 1990. - 240 С.
5. Валеев Р.А., Зайцев А.А., Зайцева В.Ф. Военно-патриотическая работа с подростками в молодежных организациях России // Проблемы воспитания патриотизма. - Вологда.: ВИРО, 2014.
6. Васютин Ю.С. Военно-патриотическое воспитание: теория, опыт. - М.: Издательство Мысль, 1984 г.
7. Военно-патриотическое воспитание молодежи (проблемы и опыт): Сборник/сост. Ю.И. Дерюгин. - М.: Патриот, 1991. - 213 С.
8. Вороненко А.Г. Из истории патриотического воспитания в России. Методические рекомендации для учителей и педагогов дополнительного образования. М.: ИОО МО РФ. - 2014.
9. Выготский Л.С. Педагогическая психология - М.: Просвещение. - 1991
10. Гаврилов Ф.К., Кожин Г.А. Военно-спортивные игры. - М.: Изд-во ДОСААФ, 2006 г.
11. Гальперин П.Я., Запорожец А.В., Эльконин Д.Б. Проблемы формирования знаний и умений у школьников и новые методы обучения в школе // Вопросы психологии. - 1963. - №5
12. Гершунский Б.С. Философия образования для XXI в. - М.: Интердиалект, 1997. - 697 С.
13. Государственная программа "Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации на 2010 - 2015 годы".
14. Добролюбов Н.А. Избранные педагогические сочинения / Н.А. Добролюбов. - М.: Педагогика, 1986. - 387 С.
15. Ефремова Г. Патриотическое воспитание школьников // Воспитание школьников - 2012 №8 - С.17
16. Жуков И.М. Военно-патриотическое воспитание старшеклассников. - М.: Педагогика, 1982 г.
17. Ивашкина, Н.А. Патриотическое воспитание в начальной школе // Начальная школа. - 2007. - № 7. - С.29-33.
18. Ильин И.А. Собрание сочинений. Т.2. Кн.2. - М.: Русская вера, 1993. - 478 С.
19. Касимова, Т.А. Патриотическое воспитание школьников: Методическое пособие / Т.А. Касимова, Д.Е. Яковлев. - М.: Айрис-пресс, 2013. - 64 С.
20. Каунас А.Я. Сборник статей. Начальная военная подготовка и военно-патриотическое воспитание. - М.: "Швиеса", 1976 г.
21. Кларин М.В. Педагогическая технология в учебном процессе. - М., 2010 - С - 346.

22. Конжиев Н.М. Система военно-патриотического воспитания в общеобразовательной школе. - М.: Просвещение, 1978 г.
23. Кобылянский В.А. Национальная идея и воспитание патриотизма // Педагогика - 2007 - №5 - С.52
24. Ломоносов М.В. О воспитании и образовании / М.В. Ломоносов. - М.: Педагогика, 1991. - 234 С.
25. Ломоносов М.В. Для пользы общества. М., 1990. С.65.
26. Лосский Н.О. История русской философии. - М.: Высшая школа, 1991. - 559 С.
27. Национальная доктрина образования до 2025 года в Российской Федерации Правительство РФ Постановление от 4 октября 2000 г. N 751 г. Москва.
28. Патриотическое воспитание в школе. - М., Айрис-пресс, 2012 - С - 224.
29. Пилиповский В.Я. Требования к личности учителя в условиях высокотехнологического общества // Педагогика. - 2007. №5. - С.97-103.
30. Поппер К. Логика и рост научного знания. М., 1983). В 1951-56
31. Радищев А.Н. Полн. собр. соч.: В 2 т. - М. - Л.: Изд-во Акад. наук СССР, 1938. - Т.1. - 503 С.153
32. Самойлова, Л.Б. Формирование компетентности будущего учителя в воспитании гражданского самосознания младших школьников: Автореф дисс. ... канд. пед. наук. - Красноярск, 2015. - 21 С.
33. Симоненко В.Д., Фомин Н.В. Современные педагогические технологии. Учебное пособие. Брянск 2014г.
34. Смирнов А.Т. Основы военной службы: Учеб. пособие для студ. сред. проф. образования. - М.: Изд. центр "Академия", 2004. - 240 С.
35. Соловьев В.С. Оправдание добра // Соч. в 2-х т. - М.: Мысль, 1988. - Т.1.
36. Толстой А.Н. Отечество - рассказы, очерки, статьи, письма / А.Н. Толстой. - М.: Художественная литература, 1976. - 478 С.
37. Управление качеством образования: Практикоориентированная монография и методическое пособие /Под ред.М. М. Поташника - М.: Педагогическое общество России - 2000 г.
38. Чернышевский Н.Г. Полн. собр. соч.: В 15 т. / Под ред.В.Я. Кирпотина. - М.: ОГИЗ Госуд. изд-во худож. литер., 1947. - Т 3. - 884 С.
39. Шабаева М.Ф. Герцен о воспитании / М.Ф. Шабаева. - М.: Учпедгиз, 1948. - 179 С.
40. Курс "Гражданское образование" в начальной школе // Начальная школа. - 2012. - № 9. - С.23-26.