

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №103»

РАССМОТРЕНО:

На педагогическом совете
Протокол № 12 от 24.08.2022

УТВЕРЖДЕНО

приказом директора от 24.08.2022
№ 01-06/155-осн

**Дополнительная
общеобразовательная
(общеразвивающая) программа**

Юнармия «Горячие сердца»

Направленность: физкультурно-спортивная

Срок реализации: 1 год

Возраст учащихся: 11 – 18 лет

Составитель:
Григорьева А.О.,
старший вожатый

г. Барнаул, 2022

Пояснительная записка

Актуальность программы «Юнармия» обусловлена рядом факторов:

- нацеленностью на развитие патриотизма;
- целевой ориентацией на подготовку обучающихся к службе в ВС РФ;
- формированием здорового образа жизни;
- необходимостью развития духовно-нравственных ценностей учащихся.

Программа разработана с учетом задач поставленных в «Государственной программе патриотического воспитания граждан Российской Федерации в 2016-2020гг.», Национальной доктрине образования в Российской Федерации о воспитании гражданина: «Система образования призвана обеспечить... воспитание патриотов России, граждан правового, демократического, социального государства, уважающих права и свободу личности и обладающих высокой нравственностью...» и нормативных документов Всероссийского детско-юношеского военно-патриотического общественного движения «ЮНАРМИЯ».

Содержание программы направлено также на формирование физической культуры обучающихся как части общей культуры, базирующейся на системе нравственных ценностей, определенных в Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России.

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.

Новизна программы в том, что сегодня в нашей стране проблемы гражданско-патриотического воспитания обострены до предела: экономический кризис, дестабилизация и расслоение общества привели к смене мироощущений и ценностных ориентаций детей и юношества; усилилось их отчуждение от мира взрослых, негативное отношение к понятиям человеческого достоинства, гражданского долга, личной ответственности. Растущий дефицит гуманности в кризисном обществе, социальная напряженность, деформация семей отрицательно влияют на нравственное и физическое здоровье подрастающего поколения. Подростки, неохотно принимают участие в общественной жизни, не интересуются ею, стремятся уклониться от службы в Российской армии.

Педагогическая целесообразность в необходимости создания образовательной программы, отвечающей не преходящей конъюнктуре или интересам отдельных групп и ведомств, а интересам общества в целом, которая: имеет военно-патриотическую направленность; отражает общий для всех регионов России содержательный компонент образования - воспитание россиянина, гражданина и патриота; способствует возрождению общественного тонаса, народного духа, общероссийской государственности, региональных традиций. Таким образом, на практике программа ориентирована на детей, подростков, молодежь и учитывает три ключевые направления деятельности: поддержка взросления (социализирующее общение, социальная адаптация и реабилитация); поддержка и помощь в экстраординарных и сложных жизненных обстоятельствах (отношения в семье, по месту жительства, проблемы трудоустройства и занятости, поддержка в кризисных ситуациях, социальная защита). При составлении данной программы использованы законодательные акты, правительственные документы, ведомственные постановления по патриотическому воспитанию обучающихся, нормативные документы по развитию физической культуры и спорта в России, специальная литература по военно-учебным дисциплинам и боевой подготовке.

Цель:

- Участие в реализации государственной молодежной политики Российской Федерации.

- Всестороннее развитие и совершенствование личности детей и подростков, удовлетворение их индивидуальных потребностей в интеллектуальном, нравственном и физическом совершенствовании.
- Повышение в обществе авторитета и престижа военной службы.
- Сохранение и приумножение патриотических традиций.

Задачи:

• **Образовательные** (обучающие):

- научатся использовать элементарные теоретические знания по истории техники и вооружения;
- применять основы строевой подготовки и дисциплины строя;
- отличать истинные намерения своего государства и западных держав от того, что предлагают современные СМИ;
- владеть приёмами исследовательской деятельности, навыками поиска необходимой информации;
- использовать полученные знания и навыки по подготовке и проведению мероприятий военнопатриотической направленности.

Развивающие:

- развитие духовного, физического и общественного потенциала подростков и молодежи;
- гармоничное развитие волевых и морально-этических качеств личности.

Воспитательные:

- формирование у подростков и молодежи активной жизненной позиции;
- формирование лидерских качеств и развитие творческих способностей личности учащихся;
- формирование устойчивого интереса к спорту и здоровому образу жизни;
- утверждение в сознании и чувствах учащихся патриотических ценностей, взглядов и убеждений;
- воспитание таких моральных качеств, как любовь к Отечеству, уважительное отношение к Вооруженным Силам страны;
- воспитание уважения к культурному и историческому прошлому России;
- воспитание морально-волевых качеств: воли, решимости, смелости, ловкости, самодисциплины и чувства взаимопомощи и коллективизма;
- воспитание гражданской позиции;
- воспитание подрастающего поколения, способного противостоять негативным явлениям (таким, как наркомания, пьянство, табакокурение, асоциальное поведение и т. д.).

*Планируемые результаты освоения дополнительной
общеобразовательной программы Юнармия «Горячие сердца»*

Личностные результаты.

- Осознанное ценностное отношение к национальным базовым ценностям, России, своему народу, своему краю, отечественному культурно-историческому наследию, государственной символике, законам РФ, русскому и родному языку, народным традициям, старшему поколению; сформированная гражданская компетенция.

- Понимание и осознание моральных норм и правил нравственного поведения, в том числе этических норм взаимоотношений в семье, между поколениями, носителями разных убеждений, представителями различных социальных групп.
- Положительный опыт взаимодействия со сверстниками, старшим поколением и младшими детьми в соответствии с общепринятыми нравственными нормами; сформированная коммуникативная компетенция.
- Способность эмоционально реагировать на негативные проявления в детском обществе и обществе в целом, анализировать нравственную сторону своих поступков и поступков других людей.
- Понимание и осознаний взаимной обусловленности физического, нравственного, психологического, психического и социально-психологического здоровья человека.
- Осознание негативных факторов, пагубно влияющих на здоровье.
- Умение делать осознанный выбор поступков, поведения, образа жизни, позволяющих сохранить и укрепить здоровье.
- Представление об основных компонентах культуры здоровья и здорового образа жизни.
- Потребность заниматься физической культурой и спортом, вести активный образ жизни.

Метапредметные результаты.

Регулятивные:

- умение ставить цель своей деятельности на основе имеющихся возможностей;
- умение оценивать свою деятельность, аргументируя при этом причины достижения или отсутствия планируемого результата (участие в соревнованиях и смотрах);
- формирование умения находить достаточные средства для решения своих учебных задач;
- демонстрация приёмов саморегуляции в процессе подготовки мероприятий разного уровня, участие в них, в том числе и в качестве конкурсанта.

Познавательные:

- умение осознавать свое место в военно-патриотических акциях;
- навык делать выводы, устанавливать причинно-следственные связи на основе полученной информации о времени, эпохе при знакомстве с работами известных военных конструкторов и действий полководцев;
- анализ и принятие опыта разработки и реализации проекта исследования разной сложности;
- умение самостоятельно находить требуемую информацию, ориентироваться в информации, устанавливать взаимосвязи между событиями и явлениями;
- критическое оценивание содержания и форм современных внутригосударственных и международных событий;
- овладение культурой активного использования печатных изданий и интернетресурсами.

Коммуникативные:

- умение организовать сотрудничество и совместную деятельность с педагогом и сверстниками в отряде;
- приобретение навыков работы индивидуально и в коллективе для решения поставленной задачи;
- умение находить общее решение и разрешать конфликты;
- соблюдение норм публичного поведения и речи в процессе выступления.

Предметные результаты:

Обучающиеся научатся:

- использовать элементарные теоретические знания по истории техники и вооружения;
- применять основы строевой подготовки и дисциплины строя;
- отличать истинные намерения своего государства и западных держав от того, что предлагают современные СМИ;
- владеть приёмами исследовательской деятельности, навыками поиска необходимой информации;
- использовать полученные знания и навыки по подготовке и проведению мероприятий военно-патриотической направленности.

Обучающиеся получают возможность научиться:

- правильно применять и использовать приемы владения стрелковым оружием;
- владеть навыками управления строя;
- готовить и проводить военно-патриотические мероприятия для разных целевых аудиторий;
- участвовать в соревнованиях и смотрах-конкурсах по военно-патриотической тематике разного уровня;
- готовить исследовательские работы по истории создания и применения вооружения и военной технике для участия в конференциях и конкурсах.

Содержание дополнительной общеобразовательной программы «Юнармия»

Основы военной службы:

Ознакомление с общими положениями содержания тем занятий

Знание основных требований воинских уставов и воинских законов

Умение и навыки исполнения основных требований воинской службы

Строевая подготовка:

Умение и навыки исполнения уставных команд при отработке строевых приемов на месте и в движении, одиночно, в составе отделения, в составе знаменной группы, выполнение строевых приемов с оружием.

Огневая подготовка:

Ознакомление с основными видами стрелкового оружия российской армии

Знание основных характеристик и устройства стрелкового оружия

Умение обращения с видами стрелкового оружия и их использования

Навыки обращения с оружием при выполнении стрельбы с разных положений

Общая физическая подготовка:

Выполнение установленных нормативов по основным видам

Получение результатов превышающих установленные нормативы.

Получение спортивных разрядов и призовые места в соревнованиях

Туристская подготовка:

Основы топографии, ориентирование топографические карты, топографические знаки

Использование специального туристского снаряжения

Организация пешеходного похода

Способы преодоления природных препятствий

выживание в экстремальных природных условиях

Основы медицинских знаний:

Тело человека, основные системы, состав аптечки
 Первая помощь при кровотечениях первая помощь при переломах, растяжении, вывихе
 Первая помощь при ожогах и обморожениях первая помощь при отравлениях
 Первая помощь при оживлении
 первая помощь при заболеваниях, инородные тела
 Порядок транспортировки пострадавшего
 Способы наложения бинтовых повязок

№ п/п	Наименование разделов (общих тем)	Количество часов	Количество работ		Формы контроля/ аттестации
			теоретических	практических	
1.	Общая физическая подготовка	6	2	4	тест
2.	Основы военной службы	3	3		тест
3.	Строевая подготовка	8		8	смотр
4.	Огневая подготовка	6	2	4	соревнования
5.	Туристская подготовка	5		5	соревнования
6.	Гражданская оборона	5	1	4	собеседование
7	Основы медицинских знаний	5	1	4	тест
	Итого	38	9	29	

Тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы

№ П/п	Наименование разделов и тем	Всего	Теория	Практика	Формы контроля
I	Общая физическая подготовка	6	2	4	соревнования
1	Основные упражнения согласно требованиям НФП	1	1		
2	Бег на короткие дистанции	1	1		
3	Силовые упражнения на выносливость	1		1	
4	Гимнастические упражнения на спортивных снарядах	1		1	
5	Бег на короткие и средние дистанции	1		1	
6	Метание гранаты в цель	1		1	
II	Основы военной службы	3	3		соревнования
7	Общая подготовка	1	1		
8	Назначение и структура вооруженных сил РФ	1	1		
9	Основные законы военной службы. Общевоинские уставы. Тактическая подготовка	1	1		
III	Строевая подготовка	8		8	Строевой смотр
12	Строевые приёмы на месте и одиночно	2		2	
13	Строевые приёмы в движении	2		2	
14	Строевые приёмы с оружием	2		2	

№ П/п	Наименование разделов и тем	Всего	Теория	Практика	Формы контроля
15	Строевые приёмы в составе отделения	2		2	
IV	Огневая подготовка	6	2	4	соревнования
16	Назначение и устройство стрелкового оружия	1	1		
17	Разборка – сборка автомата и снаряжение магазина	2	1	1	
18	Стрельба из положения лёжа	1		1	
19	Стрельба из положения с колена	1		1	
20	Стрельба из положения стоя	1		1	
V	Туристская подготовка	5	0	5	соревнования
21	Основы топографии, ориентирование. Топографические карты, топографические знаки	1		1	
23	Использование специального туристического снаряжения	1		1	
24	Организация туристического похода	1		1	
25	Способы преодоления природных препятствий	1		1	
26	Выживание в экстремальных природных условиях	1		1	
VI	Гражданская оборона	5	1	4	соревнования
27	Назначение, устройство и использование ГП-5	2	1	1	
28	Средства индивидуальной защиты, их использование	1		1	
29	Приборы дозиметрического и химического контроля	1		1	
30	Действия в зоне заражения ОМП	1		1	
VII	Основы медицинских знаний	5	1	4	Осенние военные игры
31	Тело человека, основные системы, состав аптечки	1	1		
32	Первая помощь при кровотечениях, переломах, растяжениях, вывихах	1		1	
34	Первая помощь при ожогах и обморожениях	1		1	
35	Первая помощь при отравлениях. Первая помощь при оживлении	1		1	
37	Порядок транспортировки пострадавших. Способы наложения бинтовых повязок	1		1	
	Всего часов				

Занятия проводятся коллективно.

1. Учебно-тренировочное занятие. Содержание учебного материала должно соответствовать обучающей и воспитательной задаче.

2. Тематические экскурсии. Могут являться разновидностью занятий либо культурно - досуговым мероприятием.

3. Досуговые, массовые мероприятия, соревнования, посвященные различным историческим или памятным датам.

4. Выездные формы занятий - экскурсии, профильные лагеря, соревнования.

Методы, используемые в процессе обучения.

Все используемые методы условно можно разделить на группы: методы, оценивающие и стимулирующие деятельность личности; методы, побуждающие и формирующие определенную деятельность, сознание личности; методы самовоспитания, т.е. самоуправляемого воспитания, которое подразумевает систему самостоятельных упражнений и тренировок. Метод убеждения - разъяснение, эмоционально-словесное воздействие, внушение, просьба. Словесные методы - рассказ, лекция, беседа, дискуссия, опрос, этическая беседа, диспут, инструкция, объяснение. Метод показа - демонстрация изучаемых действий, экскурсии, посещение соревнований и т.п. Метод упражнения - систематическое выполнение и повторение изучаемых действий, закрепление полученных знаний, умений и навыков. Метод состязательности - поддержание у обучающихся интереса к изучаемому материалу, проверка на практике действенности полученных знаний и умений, демонстрация и сравнение достижений обучающихся, определение успехов, ошибок и путей их исправления.

Формы аттестации

Формой учета и оценки уровня подготовки обучающихся являются:

Творческие достижения учащихся в течение учебного года;

Уровень физической подготовки в начале и в конце учебного года;

Уровень огневой подготовки в начале и в конце учебного года;

Выполнение основных нормативов и спортивных разрядов;

Выполнение нормативов в течение учебного года.

Теоретические вопросы оцениваются по зачетному принципу

Способы проверки и оценки результатов обучения - зачеты, соревнования, конкурсы.

Средства проверки - оборудование, снаряжение, тестовые задания.

Оценивается руководителем клуба, проверяющим, судьей соревнований.

Способы достижения и формы оценки результатов

Учебные занятия и тренировки, индивидуальные дополнительные занятия, мастер-классы, тренинги, учебно-полевые сборы, участие в соревнованиях и конкурсах, познавательные экскурсии и встречи, участие в мероприятиях военно-патриотической направленности, самоподготовка, обобщение опыта и взаимная подготовка.

Теоретическая подготовка оценивается путем сдачи зачетов и тестированием.

Практические результаты оцениваются по пяти достигнутым уровням подготовки, (низкий - до слабого, слабый, средний, высокий, высший - далее) нормативы выбраны по среднестатистическому принципу.

Итоговая аттестация: итоговые соревнования

Оценочные материалы

ОГНЕВАЯ ПОДГОТОВКА:

№ п/п	Название упражнения	Кол-во	1 год (слаб.)	2 год (сред.)	3 год (высок)
1.	Стрельба лежа ПВ (5 выстрелов)	очки	35	40	45
2.	Стрельба с колена ПВ (5 выстрелов)	очки	30	35	40
3.	Стрельба стоя ПВ (5 выстрелов)	очки	25	30	35

4.	Стрельба упр ВП-1 (20 выстрелов)	ОЧКИ	110	rfio	130
5.	Стрельба упр. ВП-2 (20 выстрелов)	очки	90	100	110
6.	Стрельба упр. МВ-1 (10 выстрелов)	очки	70	75	80
7.	Разборка-сборка АК	сек.	40	35	30
8.	Снаряжение магазина патронами	сек	40	35	30

ОБЩАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА:

№ п/п	Название упражнения	Кол-во	1 год (слаб.)	2 год (сред)	3 год (высок)
1.	Сгибание рук в упоре на полу (I мин)	раз	20	30	40
2.	Поднятие туловища на полу (1 мин)	раз	30	40	50
3.	Приседание на 1 ноге (1 мин)	раз	10	20	30
4.	Поднос ног к перекладине	раз	4	8	12
5.	Подтягивание на перекладине	раз	4	8	12
6.	Подъем переворотом на перекладине	раз	4	8	12
7.	Выход силой на перекладине	раз	4	8	12
8.	Угол в упоре на брусьях	сек	2	4	8
9.	Бег 100м	сек	15	14	13
10.	Бег 1000м	мин			
11.	Метание фанаты на дальность	м	20	25	30
12.	Метание гранаты на точность	очки	1	2	3

Методические материалы

Учебно-методическое обеспечение программы

Раздел программы	Дидактический материал	Оценочные материалы
Общая физическая подготовка	Спортивный инвентарь	Сача нормативов.
Основы военной службы	Уставы ВС, плакаты, презентации.	Зачёт
Строевая подготовка	Уставы ВС, плакаты, презентации.	Участие в строевом смотре
Огневая подготовка	Уставы ВС, плакаты, учебное оружие, презентации.	Сача нормативов, участие в соревнованиях
Туристская подготовка	Туристическое снаряжение, топографические карты, плакаты, презентации.	Сача нормативов, участие в соревнованиях
Гражданская оборона	Индивидуальные средства защиты, плакаты, презентации.	Сача нормативов, участие в соревнованиях
Основы медицинских знаний	Видеофильмы, манекен, плакаты, тесты, презентации.	Тестирование

Ресурсное обеспечение

Материально-техническое обеспечение:

Для успешной реализации данной программы имеется: спортзал; помещение для стрельб, парадно-выходная форма; открытая специально оборудованная спортивная площадка; военно-спортивный инвентарь (макеты АК-74м, магазины с учебными патронами, пневматические винтовки, учебные гранаты); тренажер по обучению оказанию первой помощи; электронный тир.

Информационное обеспечение: материалы школьной библиотеки видео-фильмы,

интернет ресурсы, сайты, порталы;

Кадровое обеспечение: педагог-библиотекарь, педагог-организатор; налажено взаимодействие с факультетом военного обучения АлтГТУ, Постом №1 города Барнаула, Алтайским краевым центром детско-юношеского туризма.

Список литературы

1. Андрей Ильин. Школа выживаемости Как избежать голодной смерти 2003.
2. Базарный Ф.Д. Основы выживаемости. Методическое пособие. - М., 1995. 3. Военная топография учебник для военных училищ.М.1954
4. Конституция Российской Федерации.
5. Дворкин А.Д. Стрельба из пневматических винтовок. - М., 1985.