

**МБОУ «Светлинская средняя общеобразовательная школа №1»**

**Рассмотрено**  
на Педагогическом совете №1  
\_\_\_\_\_/Решетнякова А.А.  
Протокол № 1 от 27.08.2024

**Согласовано**  
Зам.директора по ВР  
\_\_\_\_\_/Абдрашитова О.Я.  
Протокол № 1 от 27.08.2024.

**Утверждено**  
Директор МБОУ «ССОШ№1»  
\_\_\_\_\_/Нефедова С.В..  
Приказ № 76-д  
от 29.08.2024

Рабочая программа  
курса внеурочной деятельности  
спортивно-оздоровительного направления  
«Юнармеец»

Автор-составитель:  
Чулков В.В.  
учитель физической культуры,  
высшая категория

2024-2025 учебный год  
пос.Светлый

## Оглавление

- 1) Результаты освоения курса внеурочной деятельности;
- 2) Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности;
- 3) Тематическое планирование

## 1. Результаты освоения курса внеурочной деятельности

### Личностные результаты:

- Оценивать значение физической подготовки на здоровье человека.
- Объяснять теорию развития выносливости.
- Самостоятельно определять и высказывать самые простые общие для всех людей правила поведения (основы общечеловеческих нравственных ценностей).
- В предложенных ситуациях, опираясь на общие для всех простые правила поведения, делать выбор, как себя повести.

### Метапредметные результаты.

#### Регулятивные УУД:

- Самостоятельно обнаруживать и формулировать учебную проблему.
- Составлять план решения проблемы (задачи) совместно с руководителем.
- Работая по плану, сверять свои действия с целью и, при необходимости, исправлять ошибки с помощью руководителя.
- В диалоге с руководителем вырабатывать критерии оценки и определять степень успешности выполнения своей работы и работы всех, исходя из имеющихся критериев.
- Учиться совместно с руководителем обнаруживать и формулировать учебную проблему.
- Высказывать свою версию, пытаться предлагать способ её проверки
- Работая по предложенному плану, использовать необходимые средства (простейшие приборы и инструменты).

#### Познавательные УУД:

- Ориентироваться в своей системе знаний: самостоятельно предполагать, какая информация нужна для решения учебной задачи в один шаг.
- Отбирать необходимые для решения учебной задачи источники информации среди предложенных словарей, энциклопедий, справочников.
- Добывать новые знания: извлекать информацию, представленную в разных формах (текст, таблица, схема, иллюстрация и др.).
- Перерабатывать полученную информацию: сравнивать и группировать факты и явления; определять причины явлений, событий.
- Перерабатывать полученную информацию: делать выводы на основе обобщения знаний.
- Преобразовывать информацию из одной формы в другую: составлять простой план учебно-научного текста.
- Преобразовывать информацию из одной формы в другую: представлять информацию в виде текста, таблицы, схемы.

#### Коммуникативные УУД:

- Доносить свою позицию до других: оформлять свои мысли в устной и письменной речи с учётом своих учебных и жизненных речевых ситуаций.
- Доносить свою позицию до других: высказывать свою точку зрения и пытаться её обосновать, приводя аргументы.
- Слушать других, пытаться принимать другую точку зрения, быть готовым изменить свою точку зрения.
- Договариваться с людьми: выполняя различные роли в группе, сотрудничать в совместном решении проблемы (задачи).
- Учиться уважительно относиться к позиции другого, пытаться договариваться

В результате реализации данной программы:

- пройдут апробацию новые образовательные программы;
- участники военно-патриотического клуба достигнут общекультурного уровня образования по истории родного края, овладеют основами научно-исследовательской деятельности, культурой мышления, оформления и защиты исследовательской работы;
- члены клуба освоят правила безопасного поведения в повседневной жизни, принципы здорового образа жизни, способы самообороны и самосохранения, подготовятся к действиям в чрезвычайных ситуациях и экстремальных условиях;
- у детей и подростков сформируется потребность в регулярных занятиях физической культурой, воспитание осмысленного отношения к ним как способу самореализации и личностно значимому проявлению человеческих способностей;
- воспитание у подростков готовности к защите Отечества, действиям в экстремальных ситуациях;
- воспитание у подростков способности к лидерству, способности в критической ситуации взять на себя всю полноту ответственности за себя и всех членов коллектива;
- формировать у обучающихся конструктивное, созидательное мировоззрение.

**Практический выход:** участие в мероприятиях военно-патриотического, военно-спортивного направления разного уровня.

Эффективность работы клуба зависит от наличия соответствующего материально-технического оснащения. Это объясняется особенностями курса, в первую очередь его многопрофильностью и практической направленностью.

Руководитель клуба «Юнармеец» должен участвовать в постоянном дистанционном взаимодействии с другими организациями социальной сферы, в первую очередь с учреждениями обеспечения безопасности жизнедеятельности.

Руководителю клуба должна быть обеспечена информационная поддержка на основе современных информационных технологий в области библиотечных услуг (создание и ведение электронных каталогов и полнотекстовых баз данных, поиск документов по любому критерию, доступ к электронным учебным материалам и образовательным ресурсам Интернета).

#### Информационное обеспечение

- Районная газета «Степные огни»
- Сайт школы <https://sh-svetlinskaya-sosh-1-r56.gosweb.gosuslugi.ru>

#### Кадровое обеспечение:

- Руководитель штаба «Юнармеец»
- Представители военных частей
- Представители пограничного отдела
- Тренеры по борьбе и рукопашному бою
- Представители отдела по делам молодежи и спорта
- Педагоги-организаторы «Основ безопасности жизнедеятельности»
- Педагоги-библиотекари
- Руководители спортивно-патриотических клубов

**Формы контроля и/или аттестации** ФЗ -273, ст. 75; ст. 60)

Формой контроля сформированности представлений о курсе являются *конкурсы, акции, викторины, соревнования, военно-спортивные игры.*

Основная цель этих проверочных работ: определение уровня развития умений школьников применять полученные знания.

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов:

- Тест
- Зачет

### **Оценочные материалы**

Оценка знаний предполагает учет индивидуальных особенностей учащихся, дифференцированный подход к организации работы.

### **Методические материалы:**

Используемые педагогические технологии:

#### Технология критического мышления

- Развитие навыков самостоятельной продуктивной деятельности по выработке собственного мнения решения проблемы.

- Повышения интереса к процессу обучения и активного восприятия учебного материала; социальной компетентности: формирования коммуникативных навыков и ответственности за знание.

#### Технология интерактивного обучения

- Постоянное, активное взаимодействие всех учащихся.

- Моделирование жизненных ситуаций, использование ролевых игр, совместное решение проблем

## 2. Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности

Всероссийское детско-юношеское военно-патриотическое общественное движение «Юнармия» создано по инициативе Министерства обороны России и согласованию с Министерством образования РФ. Цель движения – совершенствование системы военно-патриотического воспитания молодежи, возрождение у молодого поколения интереса к истории России, ее героям, выдающимся гражданам.

Программа военно-патриотического клуба составлена в соответствии с ФГОС.

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

Психологически подростки не подготовлены к экстремальным ситуациям, у них изменилась шкала ценностей, а ведь известно, что человек без жизненных идеалов бесполезен для общества. Чтобы улучшить подготовку подростков к военной службе, прежде всего надо перестроить сознание призывника, вызвать интерес, стремление и положительное отношение к ней. Без патриотического воспитания молодежи у страны нет благополучного будущего.

Адресат программы учащиеся 5-10 классов. В состав актива клуба входят юноши и девушки в возрасте 11 - 16 лет на добровольной основе; среднее количество 20– 25 человек.

Срок реализации программы 1 год

Форма занятий – групповые и индивидуальные

Режим занятий- 2 раза в неделю, продолжительность занятий – 40 минут, а также в каникулярный период.

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

**Задачи:**

Образовательные:

- Подготовка подрастающего поколения к военной службе и воспитание уважения к Российской армии;
- Формирование профессионально значимых качеств и умений, верности конституционному и военному долгу;
- Использование приобретенных знаний и умений в практической деятельности в повседневной жизни;
- Разрешение ситуаций, их особенностей и возможных последствий, обучению поведения в таких условиях с наименьшими потерями.

Развивающие

- Развивать у воспитанников чувства уважения к российской армии и желание служить в ней, защищая свое Отечество;
- Сформировать потребность воспитанников в постоянном пополнении своих знаний в укреплении своего здоровья;
- Развивать навыки самообслуживания;
- Формировать потребности к самообразованию, самоопределению, самореализации и выработке адекватной самооценки;
- Развивать память, мышление, совершенствование рефлексов.

Воспитательные

- Воспитывать морально-волевые качества;

- Воспитывать сознательную дисциплину и культуру поведения;
- Воспитывать ответственность за порученное дело;
- Формировать стремление к взаимоуважению и взаимопониманию;
- Формировать устойчиво-позитивные отношения к окружающей действительности.

#### **Условия реализации программы:**

##### Материально-техническое обеспечение:

- Помещение штаба «Юнармии»
- Спортивный зал
- Тренажерный зал
- Стадион МОУ ДО «ДЮСШ»
- ОЗК
- Противогазы ГП-5В.
- Пневматические винтовки.
- Спортивные тренажеры.
- ИПП-8.
- Рулетка, секундомер.
- Массо-габаритный макет автомата АК-74.
- Плакаты.
- Пули, мишени.

#### **Содержание учебного плана:**

1. История вооруженных сил
2. Основы обороны государства
3. Основы военной службы
4. Физическая подготовка
5. Строевая подготовка
6. Огневая подготовка
7. Чрезвычайные ситуации
8. Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации
9. Основы медицинских знаний
10. Поисковая, исследовательская работа. Совместная деятельность

### 3. Тематическое планирование

Дата		Название раздела, темы	Количество часов			Формы организации занятия	Формы аттестации/ контроля
план	факт		Всего	Теория	Практика		
		<b>1.История вооружённых сил (ВС)</b>	<b>9</b>				
		Введение. Инструктаж по ТБ. Символика «Юнармейцев». Оформление стендов штаба «Юнармии»				групповые	
		Зарождение и становление ВС русского государства. Первые русские солдаты, офицеры, женщины- офицеры					
		Одни из первых уставных документов на Руси и появление первых воинских званий					
		Первые советские военно-учебные заведения. Первые уставы советских ВС					
		Первые герои СССР. Первая в ВОВ наступательная операция Советской армии					
		Партизанское движение в период ВОВ					
		История спец. войск. Подвиги солдат СА в Афганистане					
		Подвиги солдат и офицеров РА в горячих точках. Предшественники войск специального назначения					
		Боевые традиции Вооружённых Сил России					
		<b>2.Основы обороны государства</b>	<b>5</b>				
		Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны					
		Вооружённые Силы Российской Федерации – защитники нашего Отечества					
		Символы военной чести					

	Воинская обязанность					
	Виды и рода войск Вооружённых Сил Российской Федерации					
	<b>3.Основы военной службы</b>	<b>10</b>				
	Военнослужащий – вооружённый защитник Отечества					
	Ритуалы Вооружённых Сил Российской Федерации					
	Размещение и быт военнослужащих					
	Суточный наряд, обязанности лиц суточного наряда					
	Организация караульной службы					
	Строевая подготовка					
	Огневая подготовка					
	Тактическая подготовка					
	Прохождение военной службы по призыву					
	Прохождение военной службы по контракту					
	<b>4.Физическая подготовка</b>	<b>11</b>				
	Развивающее упражнение на перекладине. Упражнения на брусьях.					
	Разучивание и тренировка в выполнении подготовительных приёмов Рукопашного боя.					
	Самострахование, подготовка к бою, передвижение и выполнение подготовительных приёмов в комплексе.					
	Связывание приёмов защиты от ударов рукой, ногой, освобождение от захватов противника.					
	Разучивание и тренировка в выполнении приёмов защиты от ударов					

	ножом сверху, снизу, сбоку, прямо.					
	Обезоруживание противника, комплексные тренировки в совершенствовании приёмов.					
	Разучивание приёмов защиты от ударов ногой.					
	Комплексные тренировки в совершенствовании изученных приёмов.					
	Участие юнармейцев в фестивале по сдаче норм ГТО.					
	Участие юнармейцев в военно-спортивной игре «Зарница».					
	<b>5.Строевая подготовка</b>	<b>10</b>				
	Строй и управление ими. Обязанности солдата перед построением и в строю.					
	Обязанности командиров перед построением и в строю. Строевая стойка и повороты на месте.					
	Движение строевым шагом. Повороты в движении, строевая стойка.					
	Повороты на месте, построение из одной шеренги в две и обратно.					
	Строевой шаг. Повороты в движении. Отдания воинского приветствия на месте, в движении.					
	Ответ на приветствие в движении. Выход из строя, подход к начальнику.					
	Возвращение в строй совершенствование строевых приёмов.					
	Развёрнутый строй. Походный строй. Построение отделения в развёрнутый строй					
	Перестроение отделения из развёрнутого в походный и обратно.					
	Воинское приветствие в строю на месте, в движении.					
	<b>6.Огневая подготовка</b>	<b>8</b>				

	Пневматическое оружие, его устройство, технические данные.					
	Правила пользования. Правила поведения и ТБ при стрельбе из пневматического оружия					
	Правила прицеливания и удержание. Пристрелка винтовки и выбор мишени.					
	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.					
	Чистка и смазка оружия стрельба из пневматического пистолета .					
	Соревнование по стрельбе из пневматического пистолета (личное первенство)				Индивидуальные	Соревнования
	<b>7.Чрезвычайные ситуации</b>	<b>7</b>				
	Ч/С в природе. Землетрясения. Способы защиты					
	Оползень, сели, обвалы, наводнения. Способы защиты					
	Радиационная, химическая и биологическая защита войск					
	Правила пожарной безопасности. Первичные средства пожаротушения.					
	Основы комплексной безопасности					
	Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера					
	Современный комплекс проблем безопасности военного характера					
	<b>8.Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации</b>	<b>5</b>				

	Экстремизм и терроризм – чрезвычайные опасности для общества и государства					
	Нормативно-правовая база борьбы с терроризмом и экстремизмом в Российской Федерации					
	Духовно-нравственные основы противодействия терроризму и экстремизму					
	Уголовная ответственность за участие в террористической и экстремистской деятельности					
	Обеспечение личной безопасности при угрозе террористического акта					
	<b>9.Основы медицинских знаний.</b>	<b>7</b>				
	Сохранение и укрепление здоровья – важная часть подготовки юноши к военной службе и трудовой деятельности					
	Первая помощь при неотложных состояниях					
	Здоровый образ жизни					
	Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека					
	Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека					
	Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек					
	Соревнования по оказанию первой медицинской помощи				Индивидуальные	Соревнования
	<b>10.Поисковая, исследовательская работа. Совместная деятельность</b>	<b>8</b>				
	Ими гордится район. Сбор материала об участниках ВОВ, воинах-интернационалистах, участниках боевых действий				Индивидуальные	
	Подготовка материалов для интеллектуальных военно-исторических викторин, «Уроков мужества», посвященных дням воинской славы и подвигам героев Отечества				Индивидуальные	

		Изучение произведений литературы для детей и юношества патриотической направленности				Индивидуальные	
		«Бюро добрых дел»: Поздравление с праздниками; Оказание помощи участникам ВОВ, ветеранам боевых действий, их семьям.				Индивидуальные	
		Проведение тематических юнармейских мероприятий, посвященных Дням воинской славы (памятным датам отечественной военной истории, крупным сражениям и битвам ВОВ, памяти прославленных героев Отечества, молодых защитников Родины.				Групповые	
		Участие во Всероссийских акциях: «Бессмертный полк», «Георгиевская ленточка», «Поздравь ветерана»				Групповые Индивидуальные	
		Распространение буклетов «Ими гордится район»				Групповые Индивидуальные	
		Написание заметок, статей. Освещение работы в СМИ.				Групповые Индивидуальные	

## Список литературы

- Армия государства Российского и защита Отечества / под ред. В. В. Смирнова. – М.: Просвещение, 2004.
- 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.
- Беспятова, Н. К. Военно-патриотическое воспитание детей и подростков как средство социализации / Н. К. Беспятова, Д. Е. Яковлев. – М.: Айрис-пресс, 2012. – 192 с.
- Военное законодательство Российской империи (кодекс русского Военного права). – М.: Военный университет, 1996.
- Военный энциклопедический словарь. – М.: Военное издательство, 1983.
- Героико-патриотическое воспитание в школе: детские объединения, музеи, клубы, кружки, поисковая деятельность / Авт.-сост. Т. А. Орешкина.: Учитель, 2011. – 122 с.
- Государственная программа «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации на 2016 – 2020 годы».
- Гражданская защита. Энциклопедия. В 4 т. / под ред. С. К. Шойгу. – М.: Московская типография №2, 2006.
- Касимова, Т. А. Патриотическое воспитание школьников: Методическое пособие / Т. А. Касимова, Д. Е. Яковлев. – М.: Айрис-пресс, 2012. – 64 с.
- Когда не один противостоишь злу...: пособие для учащихся. – М.: Просвещение, 2010.
- Краткая медицинская энциклопедия. В 2 т. / главный ред. Академик РАМН В. И. Покровский. – М.: Медицинская энциклопедия: Крон-Пресс, 1994.
- Лях В. И. Физическая культура: 8-9 кл.: учеб. для общеобразоват. учреждений / В. И. Лях, А. А. Зданевич; под ред. В. И. Ляха. – М.: Просвещение, 2012.
- Мизиковский Г. В. Межпредметные связи в курсе допризывной подготовки юношей. – М.: Просвещение, 2010. – 237 с.
- Оценка качества подготовки выпускников средней (полной) школы по основам безопасности жизнедеятельности. / Авт.-сост. Г. А. Колодницкий,
- Сборник нормативных правовых документов и материалов по патриотическому воспитанию и подготовке обучающихся к военной службе / сост. Н. В. Мазыкина, Б. И. Мишин, под ред. А. К. Бруднова. – М.: Мнемозина, 2012. – 192 с.
- Строевой Устав Вооруженных Сил Российской Федерации. – М.: Военное издательство, 2012. – 328 с.
- Петров С. В. Первая помощь в экстремальных ситуациях: практическое пособие / С. В. Петров, В. Г. Бубнов. – М.: Изд-во НЦ ЭНАС, 2000.
- Противодействие терроризму: учеб.-метод. пособие / под общ. ред. Ю. С. Паткевича. – Ижевск: Удмуртия, 2004.
- Сальникова И. В. «Свой?» - «Чужой?» А стоит ли делить?: пособие для учащихся / И. В. Сальникова. – М.: Просвещение, 2010.
- Смирнов А. Т. Основы безопасности жизнедеятельности: метод. рекомендации: 5-11 кл. / А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников, М. В. Маслов; под ред. А. Т. Смирнова. – М.: Просвещение, 2010.
- Смирнов А. Т. Основы безопасности жизнедеятельности. 10 кл. Учеб. для общеобразоват. учреждений. В 2 ч. Ч. 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни / А. Т. Смирнов, Б. И. Мишин, П. В. Ижевский; под ред. А. Т. Смирнова. – 8-е изд. – М.: Просвещение, 2011.

- Смирнов А. Т. Основы безопасности жизнедеятельности: 10 кл.: учеб. для общеобразоват. учреждений / А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников; под ред. А. Т. Смирнова. – 4-е изд. – М.: Просвещение, 2012.
- Смирнов А. Т. Основы безопасности жизнедеятельности: 11 кл.: учеб. для общеобразоват. учреждений / А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников; под ред. А. Т. Смирнова. – 4-е изд. – М.: Просвещение, 2012.
- Терроризм. Это должен знать каждый: рекомендации, разработанные Службой по борьбе с терроризмом Управления ФСБ России / под. ред. А. А. Кокорева. – М.: Изограф, 2000.
- Хренников Б. О. Основы безопасности жизнедеятельности: сб. ситуативных задач: 10-11 кл. / Б. О. Хренников, Р. А. Дурнев, М. В. Маслов; под ред. А. Т. Смирнова. – М.: Просвещение, 2010.
- Чрезвычайные ситуации: энциклопедия школьника / под общ. ред. С. К. Шойгу. – М., 2004.