

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РЕСПУБЛИКИ ТАТАРСТАН
МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ГОРОДА НАБЕРЕЖНЫЕ ЧЕЛНЫ
«ГОРОДСКОЙ ДВОРЕЦ ТВОРЧЕСТВА ДЕТЕЙ И МОЛОДЕЖИ №1»**

Принята на заседании
педагогического совета

Протокол № 1
от «29» 08 2023 года



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«ЮНАРМЕЙЦЫ»**

направленность: социально-гуманитарная

возраст обучающихся: 15-17 лет

срок реализации: 1 год (144 часа)

автор-составитель:

Михайлов Евгений Александрович,
педагог дополнительного образования
отдела Пост №1

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1.1. Направленность программы.

Направленность общеразвивающей программы «Подготовка Юнармейцев к военной службе 1-ый год обучения» – физкультурно-спортивная. Программа направлена на подготовку участников Юнармейских отрядов и Домов Юнармии по 2-м направлениям (видам деятельности): начальная военная и спортивная подготовка.

Начальная военная подготовка (НВП) – это комплекс мероприятий, проводимых в рамках реализации гражданами РФ конституционного долга и обязанности по защите Отечества, направленный на формирование начальных знаний в области обороны и безопасности, и включающий подготовку по основам военной службы, подготовку по военно-учётным специальностям солдат, матросов, сержантов и старшин, военно-патриотическое воспитание.

Спортивная подготовка (СП) – это целесообразное использование знаний, средств, методов и условий, позволяющее направленно воздействовать на развитие спортсмена и обеспечивать необходимую степень его готовности к спортивным достижениям. Спортивная подготовка включает физическую, техническую, тактическую и психологическую подготовку спортсмена.

1.2. Актуальность и педагогическая целесообразность программы.

Актуальность программы обусловлена необходимостью систематизации и приведения к единому алгоритму и содержанию большого множества программ, использующихся в ВВПОД «ЮНАРМИЯ» на отрядном уровне, а также внедрением критериев результативности с целью измерения результатов подготовки Юнармейцев к военной службе. Программа подразумевает постепенную, многоуровневую подготовку в течении 3-4 лет с последующей сдачей на ВУС (военно-учётную специальность). Программа определяет содержание и направленность обучения в ВВПОД «ЮНАРМИЯ», и предназначена для реализации в Юнармейских отрядах, Домах «ЮНАРМИИ» и центрах «Авангард». В условиях проведения Россией Специальной Военной Операции и возрастающей угрозы столкновения с силами НАТО, современная подготовка к военной службе должна проходить с использованием передового опыта и учитывать обновлённые знания о характере и особенностях современных войн. Образовательные программы курса ОБЖ (Основы безопасности жизнедеятельности), реализуемые в образовательных организациях в рамках среднего общего образования, а также существующие программы подготовки Юнармейцев и большинства военно-патриотических клубов не раскрывают новые аспекты военных компетенций, нацелены на получение теоретических знаний и не содержат единых критериев измерения результатов. Подход, позволяющий повысить качество подготовки к военной службе, заключается в переходе от начальных знаний об обороне государства к полноценной военно-спортивной подготовке с возможностью ранней специализации и профориентации по военно-учётным специальностям (ВУС). Для этого необходимо усиление и систематизация учебно-тренировочной деятельности на уровне Юнармейских отрядов, Домов «ЮНАРМИИ», Центров «Авангард», что требует внедрения единой программы и обусловленных ею подходов.

1.3. Цель и задачи программы.

Цель программы: подготовка Юнармейцев к военной службе.

Задачи программы:

Обучающие:

- сформировать знания об особенностях современных войн и способах подготовки к военной службе;
- изучить материальную часть и боевые свойства стрелкового оружия, правил безопасности при обращении с ним;
- изучение основ ведения боевых действий и обязанностей солдата (матроса), отделения и взвода в бою;

- сформировать навыки безопасного оказания первой медицинской помощи в условиях боя и чрезвычайных ситуаций мирного времени;
- изучить основные способы перемещения на поле боя, преодоления препятствий и метания гранат;
- сформировать базовую технику выполнения специальных физических упражнений для развития основных групп мышц, укрепления опорнодвигательного аппарата и повышения общей работоспособности организма;
- обучить методике использования учебно-методического комплекса программы для самостоятельного изучения материала.

Развивающие:

- развивать физическую подготовленность и укрепление здоровья;
- развивать интерес к служению Российскому государству, к социально значимой деятельности;
- развивать психологическую устойчивость и готовность принимать правильные решения в сложной обстановке;
- развивать личностные качества: самостоятельность, организаторские способности, ответственность, смелость, решительность, коммуникативность, стрессоустойчивость и дисциплинированность.

Воспитательные:

- способствовать формированию уважительного отношения к своей малой Родине, людям, традициям, обычаям, окружающей среде, к культуре и истории России, её Вооруженных Сил и подвигам старших поколений;
- способствовать формированию нравственных и духовных ценностей: чести, уважения, товарищества, взаимовыручки, ответственного отношения к военной службе, личной и общественной безопасности;
- способствовать развитию стремлений к творчеству и труду на благо Родины, верности и готовности к защите Отечества;
- способствовать формированию потребности ведения здорового образа жизни и регулярной военно-спортивной подготовки.

1.4. Категория обучающихся по программе.

Программа рассчитана на 9 месяцев (учебный год с сентября по май) обучения участников в возрасте от 14 до 18 лет, не имеющих медицинских противопоказаний к занятиям физической культурой, освоивших базовый курс юнармейской подготовки, мотивированных на дальнейшую деятельность в области подготовки к военной службе.

1.5. Срок реализации и трудоёмкость программы.

Срок реализации – 9 месяцев.

Трудоемкость обучения – 136 ч.

Частота занятий – 2 раза в неделю.

1.6. Форма обучения. Очная.

1.7. Участники программы.

Программа рассчитана на Юнармейский отряд от 20 участников.

1.8. Проведение занятий.

Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 академических часа (2х45 минут) на протяжении учебного года.

Занятия проводятся на различных площадках, расположенных на: улице, в учебных классах, спортзале, тире, полосе препятствий, на территории общеобразовательной школы.

Занятия могут проводиться в каникулярный период в виде учебно-тренировочных сборов, лекционных и практических занятий.

Содержание курса кружковой работы

Название раздела	Краткое содержание	Количество часов
Общая физическая подготовка.	Правила выполнения самостоятельных занятий ОФП. Предупреждение травматизма. Подбор заданий для самостоятельных занятий. Гигиена и закаливание. Упражнения и игры на развитие быстроты и выносливости. Упражнения и игры на развитие скоростно-силовых качеств. Упражнения и игры на развитие ловкости и силы. Командные игры.	48
Строевая подготовка.	Обязанности командиров отрядов в организации и управлении строем. Строевая выучка. Построение в одну, в две шеренги по звеньям. Сигналы управления строем. Движение строем, поворот в движении, размыкание и смыкание строя. Исполнение песни в строю, отдавание воинской чести во время движения отряда. Выход из строя и поход к начальнику, возврат в строй.	12
Юнармейцы-разведчики.	Знакомство с топографической картой. Чтение топографических знаков. Измерение расстояния различными способами. Определение азимута. Ориентирование на местности. Движение по маршруту. Движение по пересечённой местности. СИЗ. Приборы разведки и контроля.	24
Юнармейцы-санитары.	Личная и общественная гигиена. Кровотечения, виды и признаки. Способы временной остановки кровотечения. Отработка техники наложения жгута. Сердечно-лёгочная реанимация. перевязочный материал. Способы наложения повязок. Ушибы, растяжения связок и оказание ПМП. Закрытые и открытые переломы костей, их признаки. ПМП при переломах. Понятие о шинах. Поиск пострадавших. Техника осмотра. Правила переноса пострадавших на руках, на носилках, с помощью подручных средств. Способы эвакуации.	16
Огневая подготовка.	Внешняя баллистика. Неполная разборка и сборка автомата Калашникова. Стрельба из пневматической винтовки из положения: лежа, стоя, с колена. Стрельба из автомата Калашникова.	28
Туристическая подготовка.	Ориентирование в туристическом походе. Способы преодоления препятствий во время маршрута. Вязка основных узлов. Обустройство бивуака. Разведение костра.	16
Всего		144

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Тема занятий	Кол- во часов	Основные формы организации учебных занятий	Основные виды учебной деятельности	Дата проведения	
					План	Факт
Общая физическая подготовка						
1-2	ТБ на занятиях. Спортивная эстафета.	2	Спортивная игра	Ознакомление с техникой безопасности на занятиях. Эстафета.		
3-4	Спортивная эстафета.	2	Спортивная игра	Эстафета.		
5-6	Провести учет скоростных качеств в беге на 100 и 60 метров.	2	Зачёт	Провести учет бега на дистанцию 60 и 100 метров, анализ ошибок и недоработок.		
7-8	Подвижная игра на местности.	2	Игра	Подвижная игра.		
9-10	Бег на длинные дистанции 2000 метров	2	Учебно-тренировочное занятие	Ознакомление с техникой бега на длинные дистанции. Кросс на 2000 метров. Анализ ошибок.		
11-12	Бег на длинные дистанции 2000 метров зачёт	2	Зачёт	Кросс на 2000 метров. Анализ ошибок.		
13-14	Познакомить с простейшим комплексом силовой подготовки.	2	Учебно-тренировочное занятие	Комплекс простейших силовых упражнений.		
15-16	Бег с заданиями.	2	Учебно-тренировочное занятие	Выполнить бег с выполнением заданий на КП.		
17-18	Порядок преодоления армейской полосы препятствий.	2	Учебно-тренировочное занятие	Ознакомление с техникой прохождения.		
19-20	Эстафета с преодолением армейской полосы препятствий	2	Учебно-тренировочное занятие	Разбор техники преодоления армейской полосы препятствий.		
21-22	Преодоление армейской полосы препятствий зачёт	2	Зачёт			
23-24	Бег на 60 метров.	2	Зачёт	Бег на 60 метров. Анализ ошибок.		
25-26	Кросс 2000 метров	2	Зачёт	Кросс на 2000 метров. Анализ ошибок.		
27-28	Развитие координационных	2	Учебно-	Выполнить упражнения на развитие		

	способностей.		тренировочное занятие	координационных способностей.		
29-30	Эстафеты, развивающие ловкость, меткость, быстроту.	2	Учебно-тренировочное занятие	Спортивная эстафета.		
31-32	Прохождение полосы препятствий в зале.	2	Учебно-тренировочное занятие	Прохождение полосы препятствий.		
33-34	Техника метания мяча в цель.	2	Учебно-тренировочное занятие	Разбор техники метания по фазам. Анализ ошибок при выполнении.		
35-36	Совершенствование навыков метания.	2	Учебно-тренировочное занятие	Упражнения на развитие меткости.		
37-38	Подвижные игры с метанием.	2	Игра	Подвижная игра на развитие меткости.		
39-40	Метание гранаты 500 грамм на дальность.	2	Соревнования	Разбор техники метания по фазам. Анализ ошибок при выполнении.		
41-42	Силовые эстафеты.	2	Соревнования	Физкультурно-спортивное.		
43-44	Круговая тренировка.	2	Тренировочное занятие	Тренировка на развитие силовых качеств.		
45-46	Провести учёт силовых качеств: подтягивание, пресс, отжимание.	2	Зачёт, игра	Учет подтягивания и пресса, с выделением лучших юнармейцев в каждой дисциплине.		
47-48	Подвижные игры с нагрузкой.	2	Соревнования	Подвижная игра на развитие выносливости.		
Строевая подготовка						
49-50	Элементы строя. Фланг. Левый, правый фланг. Фронт. Тыльная сторона строя. Управление строем.	2	Учебно-тренировочное занятие	Выбор командира из числа состава юнармейцев. Познакомить командира с азами строевой подготовки.		
51-52	Интервал. Дистанция. Ширина строя. Расчёт между военнослужащими. Шеренга. Одна, две шеренги.	2	Учебно-тренировочное занятие	Знакомство с правилами построений. Перестроение в две шеренги.		
53-54	Выполнение приемов «становись», «равняйся», «смирно». Строевая стройка. Развитие равновесия. Перестроения.	2	Учебно-тренировочное занятие	Развитие равновесия при строевом шаге.		
55-56	Совершенствование строевых	2	Учебно-	Знакомство с походным, строевым и ритуальным		

	упражнений. Выполнение воинского приветствия.		тренировочное занятие	шагом.		
57-58	Выполнение одиночных строевых приёмов, выполнение строевых приёмов в составе взвода.	2	Учебно-тренировочное занятие	Отработка навыков строевой подготовки.		
59-60	Строевые приёмы в движении. Исполнение песни в движении.	2	Учебно-тренировочное занятие	Отработка навыков строевой подготовки.		
Юнармейцы-разведчики						
61-62	Топографическая карта. Условные обозначения.		Учебно-тренировочное занятие	Знакомство с топографической картой.		
63-64	Измерение расстояния различными способами.		Учебно-тренировочное занятие	Способы измерения расстояния.		
65-66	Азимут и его определение. Движение по азимуту.		Учебно-тренировочное занятие	Работа с компасом.		
67-68	Развитие глазомера и техника определения расстояния и размеров.		Учебно-тренировочное занятие	Отработка навыков глазомера.		
69-70	Ориентирование на местности. Определение точки стояния.		Учебно-тренировочное занятие	Знакомство с техникой ориентирования.		
71-72	Построение маршрута. Движение по маршруту по карте.		Учебно-тренировочное занятие	Отработка навыков движения на маршруте.		
73-74	Движение по маршруту без карты.		Учебно-тренировочное занятие	Отработка навыков движения на маршруте.		
75-76	Техника передвижения по пересечённой местности.		Учебно-тренировочное занятие	Задания на равновесие и координацию движений.		
77-78	Скоростное передвижение по пересечённой местности.		Учебно-тренировочное занятие	Задания на равновесие и координацию движений.		

			занятие			
79-80	Техника скрытного и бесшумного передвижения.		Учебно-тренировочное занятие	Способы бесшумного передвижения.		
81-82	Порядок работы с приборами радиационной разведки ДП-5Б, химической разведки и контроля ВПХР.		Учебно-тренировочное занятие	Знакомство с приборами, их состав и работа с ними.		
83-84	Средства индивидуальной защиты. Порядок выполнения норматива одевания противогаза и ОЗК.		Учебно-тренировочное занятие	Знакомство со СИЗ. Практическое применение.		
Юнармейцы-санитары						
85-86	Личная и общественная гигиена.		Беседа	Знакомство с гигиеной.		
87-88	Кровотечения, виды и признаки. Способы временной остановки кровотечения.		Учебно-тренировочное занятие	Знакомство с кровотечениями.		
89-90	Отработка техники наложения жгута.		Учебно-тренировочное занятие	Совершенствование техники наложения жгута.		
91-92	Сердечно-лёгочная реанимация.		Учебно-тренировочное занятие	Отработка техники сердечно-лёгочной реанимации.		
93-94	Перевязочный материал. Способы наложения повязок.		Учебно-тренировочное занятие	Совершенствование техники перевязки.		
95-96	Ушибы, растяжения связок и оказание ПМП. Закрытые и открытые переломы костей, их признаки. ПМП при переломах. Понятие о шинах.		Учебно-тренировочное занятие	Совершенствование техники иммобилизации.		
97-98	Поиск пострадавших. Техника осмотра.		Учебно-тренировочное занятие	Отработка техники поиска пострадавших.		
99-100	Правила переноса пострадавших на руках, на носилках, с помощью подручных средств. Способы		Учебно-тренировочное занятие	Отработка техники эвакуации.		

	эвакуации.					
Огневая подготовка						
101-102	Внешняя баллистика.	2	Беседа	Знакомство с баллистикой.		
103-104	Устройство автомата Калашникова. Работа частей и механизмов.	2	Беседа	Ознакомление с устройством АК-74.		
105-106	Прядок неполной разборки и сборки автомата Калашникова.	2	Учебно-тренировочное занятие	Последовательность разборки и сборки АК-74.		
107-108	Совершенствование техники разборки и сборки автомата Калашникова.	2	Учебно-тренировочное занятие	Отработка техники разборки и сборки автомата Калашникова.		
109-110	Совершенствование техники разборки и сборки автомата Калашникова.	2	Учебно-тренировочное занятие	Отработка техники разборки и сборки автомата Калашникова.		
111-112	Совершенствование техники разборки и сборки автомата Калашникова.	2	Учебно-тренировочное занятие	Отработка техники разборки и сборки автомата Калашникова.		
113-114	ТБ при стрельбе. Техника изготовления и прицеливания. Стрельба из автомата Калашникова.	2	Учебно-тренировочное занятие	Ознакомление с ТБ при стрельбе.		
115-116	Совершенствование техники стрельбы из автомата Калашникова.	2	Учебно-тренировочное занятие	Отработка техники стрельбы из автомата Калашникова.		
117-118	Совершенствование техники стрельбы из автомата Калашникова.	2	Учебно-тренировочное занятие	Отработка техники стрельбы из автомата Калашникова.		
119-120	Совершенствование техники стрельбы из автомата Калашникова.	2	Учебно-тренировочное занятие	Отработка техники стрельбы из автомата Калашникова.		
121-122	Совершенствование техники стрельбы из автомата Калашникова. Зачёт.	2	Учебно-тренировочное занятие. Зачёт	Зачёт.		
123-124	Совершенствование техники стрельбы из пневматической винтовки.	2	Учебно-тренировочное занятие	Отработка техники стрельбы из пневматической винтовки.		

125-126	Совершенствование техники стрельбы из пневматической винтовки.	2	Учебно-тренировочное занятие	Отработка техники стрельбы из пневматической винтовки.		
127-128	Отработка техники стрельбы из пневматической винтовки. Зачёт.	2	Учебно-тренировочное занятие. Зачёт	Зачёт.		
Туристическая подготовка						
129-130	Основные узлы их предназначение и способы вязки.	2	Учебно-тренировочное занятие	Знакомство с узлами. Их практическое применение.		
131-132	Страховочная система, способ вязки.	2	Учебно-тренировочное занятие	Знакомство со страховочной системой.		
133-134	Наведение переправы через препятствие и техника прохождения.	2	Учебно-тренировочное занятие	Знакомство со способами наведения переправ.		
135-136	Совершенствование техники наведения переправы и преодоления препятствий.	2	Учебно-тренировочное занятие	Отработка техники наведения переправы и преодоления препятствий.		
137-138	Работа на скалодроме.	2	Учебно-тренировочное занятие	Знакомство с техникой прохождения вертикалей.		
139-140	Совершенствование работы на скалодроме.	2	Учебно-тренировочное занятие	Отработка техники прохождения вертикалей.		
141-142	Обустройство бивуака, временного укрытия.	2	Беседа	Знакомство с организацией временного укрытия.		
143-144	Виды костров. Способы добычи огня.	2	Учебно-тренировочное занятие	Знакомство с видами костров. Их практическое применение.		