

КОМИТЕТ ПО ОБРАЗОВАНИЮ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА МУРМАНСКА


Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
г. Мурманска «Центр патриотического воспитания «Юная Гвардия»

ПРИНЯТА
методическим советом
Протокол
от 31.05.2021 № 3

Председатель  А.О. Кострикина

УТВЕРЖДЕНА
приказом МБУ ДО г. Мурманска «ЦПВ
«Юная гвардия»
от 31.05.2021 № 76



 А. Р. Гисмеев

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
СОЦИАЛЬНО-ГУМАНИТАРНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

«ЮНАРМЕЙЦЫ»

Возраст учащихся: **11-14 лет**
Срок реализации программы: **2 года**

Составители:
Кострикина Алла Олеговна,
методист,
Яценко Михаил Михайлович,
педагог дополнительного образования

Мурманск
2021

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Работа по патриотическому воспитанию позволяет решать главную задачу – воспитание гражданина – патриота своей Родины, формирует у детей гражданскую ответственность, учит их не быть равнодушными к тем событиям, которые происходят в стране.

Жизнь общества сегодня ставит серьезнейшие задачи в области воспитания и обучения нового поколения. Государству нужны здоровые, мужественные, смелые, инициативные, дисциплинированные, грамотные люди, которые были бы готовы учиться, работать на его благо и, в случае необходимости, встать на его защиту. В работе объединения «Юнармейцы» одной из главных задач для меня является воспитание подрастающего поколения. Важнейшая составляющая процесса воспитания – формирование и развитие гражданско-патриотических качеств личности учащихся. Без наличия этого компонента нельзя говорить о воспитании по-настоящему гармоничной личности.

В свете этих задач повышается значимость военно-патриотического воспитания молодежи, так как именно оно должно внести весомый вклад, а в некоторых случаях и решающий вклад в дело подготовки умелых и сильных защитников Родины.

Эта деятельность включает в себя военно-патриотические игры в школе и районе, прежде всего, это «Зарница», которая решает задачи почти всех компонентов системы гражданско-патриотического воспитания. Детско-юношеская оборонно-спортивная игра «Зарница» – это игра спортивного типа с элементами ролевого, театрального изображения военных действий или маневров. В ней широко используются элементы «военизации», употребляются термины и понятия, применяемые в военном деле, в некоторых родах войск или силовых ведомств, и с их учетом организуется деятельность детей и подростков, взаимоотношения между ними. Эта игра – одна из форм патриотического воспитания подростков.

Опыт участия команды в детско-юношеской оборонно-спортивной игре «Зарница» показал популярность и важность этой формы военно-патриотического и физического воспитания учащихся. «Зарница» оказывает положительное влияние на организационное укрепление коллектива, способствует развитию общественной активности детей, формирует качества, необходимые будущему воину, защитнику Родины.

Дополнительная общеобразовательная программа «Юнармейцы» актуальна, т.к. в соответствии с Указом Президента Российской Федерации от 7 мая 2012 г. № 604 Правительству Российской Федерации поручено обеспечить:

.....«г) организацию работы по военно-патриотическому воспитанию учащихся общеобразовательных учреждений и их физическому развитию;

д) разработку и реализацию комплекса мер, направленных на развитие военно-прикладных видов спорта...».

Педагогическая эффективность военно-патриотической и туристской деятельности обусловлена тем, что каждый учащийся включается в эту деятельность посредством выполнения соответствующих его возрастным особенностям и индивидуальным способностям, мотивам и интересам игровых должностей (ролей):

военно-прикладных (меткий стрелок, знаток видов стрелкового оружия, физорг, знаток Дней воинской славы и памятных дат истории России, знаток истории и традиций русской армии и т.п.); организационно-хозяйственных (командир, штурман, заведующий снаряжением, дежурный, санинструктор и т.п.);

познавательных-краеведческих (знаток географии края, знаток истории края, знаток

достопримечательностей и т.п.).

Занятия в объединении не только учат ребят любить и уважать свою малую родину и свою страну, но также уважать друг друга, быть готовыми прийти на помощь другу и незнакомому человеку в трудную минуту.

К концу обучения создается действенный юнармейский коллектив, сплоченных общей целью и готовых к выполнению задач военной игры.

Психологическая и волевая подготовка младшего юнармейца – будущего защитника Родины к неизбежной службе в рядах военных сил России, позволяет сформировать активную жизненную позицию подростков.

Дополнительная общеобразовательная программа «Юнармейцы» создана на основе:

- программы подготовки «Юнармия» МОУ СОШ г. Харовск (2015г.);
- специальной литературы по данным направлениям деятельности;
- собственного опыта работы педагога.

Нормативно-правовая база

Программа разработана в соответствии с:

1. Федеральным законом от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Постановление Главного государственного врача Российской Федерации от 28.09.2020г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
3. Постановление Главного государственного врача Российской Федерации от 28.01.2021 №2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;
4. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (письмо Минобрнауки РФ от 18.11.2015г. № 09-32-42);
5. Приказом Министерства просвещения РФ от 09.11.2018г. № 196 «Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

Направленность программы – социально-гуманитарная.

Вид деятельности – патриотическая.

Уровень сложности – базовый.

Цель программы

Удовлетворение образовательных потребностей и интересов учащихся в военно-патриотической деятельности в рамках Всероссийского движения «Юнармия» средствами подготовки к участию в военно-спортивной игре «Зарница».

Задачи

Обучающие /предметные/

1. Сформировать правильное представление о роли государства в области обороны, о Вооружённых силах и других силовых структурах РФ, о готовности осознанно выполнить свой священный долг по защите Отечества с оружием в руках.
2. Дать начальные знания по основам обороны государства, познакомить со структурой

Вооружённых сил.

3. Дать представление о назначении видов и родов войск, их вооружении и боевых возможностях.
4. Дать представление о требованиях, предъявляемых к будущему военнослужащему, о порядке призыва и прохождения службы, научить выполнять обязанности солдата, дневального, часового, командира отделения.
5. Формировать умения и навыки безопасного обращения с оружием, правильного ухода и хранения пневматического оружия.
6. Познакомить с устройством и назначением пневматического оружия.
7. Формировать умения и навыки при стрельбе из пневматического оружия.
8. Способствовать повышению интереса учащихся к военно-прикладным видам спорта.
9. Дать знания по истории создания и развития различных видов стрелкового оружия, его современных типах, устройстве и технических характеристиках.
10. Научить действовать в строю.
11. Познакомить с основными мероприятиями ГО по защите населения от последствий ЧС.
12. Познакомить с основами общефизической и специальной физической подготовки.
13. Познакомить с правилами соревнований.
14. Формировать умения и навыки основ туристской подготовки.

Развивающие /метапредметные/

1. Способствовать развитию чувства гордости и сохранению памяти о подвигах защитников Отечества.
2. Развивать физические качества – выносливость, силу, координацию движений.

Воспитательные /личностные/

1. Способствовать воспитанию любви и уважения к своей стране.
2. Способствовать формированию уважительного отношения к Вооруженным силам Российской Федерации и военной профессии.
3. Прививать чувство уважения к оружию.
4. Способствовать воспитанию лучших черт характера воина и спортсмена - ответственности, организованности, чувства долга и товарищества.

Ожидаемые результаты обучения

Пройдя обучение, учащиеся будут:

иметь представление

- о видах Вооруженных сил Российской Федерации,
- об истории и традициях русской армии,
- о формах увековечения памяти российских и советских воинов, в т.ч. в Заполярье,
- об основных исторических этапах создания и развития различных видов стрелкового оружия,
- о видах и характеристиках основных образцов отечественного стрелкового оружия;
- об экипировке туриста,
- об организации туристского похода,
- о должностно-ролевых обязанностях в походе;

знать:

- Дни воинской славы и памятные даты истории России,
- Героев войны в Советском Заполярье,
- Города-герои и города, удостоенные звания «Город воинской славы»;
- общевойсковые уставы,
- технику безопасности при обращении с оружием и при стрельбе,
- правила выполнения стрельбы в пневматическом тире,
- правила хранения, транспортировки и ухода за оружием,
- инструкцию по мерам безопасности в тире,
- основы внутренней и внешней баллистики,
- устройство пневматического оружия, взаимодействие частей и механизмов,
- основы техники стрельбы и методики тренировки,
- устройство автомата Калашникова,
- основы общефизической и специальной физической подготовки,
- роль закаливания, питания и витаминизации в условиях Кольского заполярья,
- правила соревнований;
- основные мероприятия ГО по защите населения от последствий ЧС;
- правила и технику безопасности в туристском походе,
- основы топографии и ориентирования на местности,
- основы безопасного дорожного движения;

уметь:

- определить на карте Кольского полуострова линию обороны 1941-1944 г.г.,
- назвать населённые пункты, улицы, корабли и суда, образовательные учреждения, которым присвоены имена Героев войны в Советском Заполярье.
- точно и обязательно выполнять все указания и команды педагога,
- выполнять общеразвивающие упражнения,
- подготавливать оружие к стрельбе;
- иметь устойчивые навыки ведения стрельбы из пневматической винтовки,
- стрелять из положения сидя с руки с опорой локтями о стол или стоя с опорой на стойку,
- владеть пневматической винтовкой при выполнении упражнения «Лёжа»,
- стрелять из положений «Стоя»,
- производить правильный самоанализ после каждого выстрела,
- корректировать стрельбу и вносить поправки в установку прицела,
- выполнять нормативы «Начинающий стрелок», «Юный стрелок», «Меткий стрелок», по ОФП.
- разбирать и собирать автомат Калашникова,
- устраивать привал,
- устанавливать палатку,
- разжигать костер и готовить пищу,
- определять расстояния на местности,
- ориентироваться по компасу на местности,
- читать топографическую/спортивную карту,
- пользоваться первичными средствами пожаротушения,
- оказывать первую медицинскую помощь при кровотечениях, растяжениях, при тепловом и

- солнечном ударах,
- надевать ОЗКа, противогаз ГП-5, респиратор,
 - различать воинские звания,
 - действовать в строю,
 - участвовать в районных и областных детско-юношеских оборонно-спортивных играх «Зарница»,
 - участвовать в движении «Школа безопасности».

Развивающие результаты

У учащихся будет:

- наблюдаться развитие физической активности: силы, выносливости, быстроты действий;
- наблюдаться улучшение глазомера по результатам участия в стрельбах из пневматической винтовки.

Воспитательные результаты

Учащиеся будут:

- оказывать сотрудничество и взаимопомощь товарищам;
- уметь преодолевать трудности, распределять свои силы;
- принимать участие в историко-патриотических мероприятиях, посвященных юбилейным и другим памятным событиям в истории России.

Формы демонстрации результатов обучения

В рамках просветительско-воспитательной работы с учащимися, направленной на военно-патриотическое воспитание включены следующие мероприятия.

1. Мероприятия по увековечиванию памяти павших в борьбе за независимость нашей Родины.
2. Проведение экскурсий, уроков Мужества.
3. Празднование памятных дат, проведение выставок, викторин, конкурсов, просмотров презентаций, видеофильмов.
5. Участие в конкурсах военно-патриотической песни, а также в других праздничных мероприятиях, посвященных великим праздникам.

Формы диагностики образовательных результатов

Классификационные соревнования по пулевой стрельбе.

Зачеты по теоретическому и практическому материалам.

Сдача контрольных нормативов по ОФП.

Образовательная программа «Юнармейцы» рассчитана на 2 года обучения.

Программа рассчитана в 1 и 2 годы обучения по 216 часов.

Занятия проводятся 3 раза в неделю по 2 академических часа (продолжительность учебного часа 45 мин.).

Возраст учащихся 11-14 лет.

Наполняемость групп первого года обучения – 13-15 человек,

групп второго года обучения – 12-14 человек.

Форма организации занятий – групповая.

Условия приема учащихся:

обучающиеся зачисляются в учебные группы при наличии медицинской справки о состоянии здоровья и письменного заявления родителей (законных представителей).

Режим занятий соответствует санитарно-эпидемиологическим требованиям к учреждениям дополнительного образования детей.

Учебный план 1-го года обучения

№	Тема/раздел программы	Количество часов	Теория	Практика	Формы контроля
1.	Вводное занятие.	2 часа	2 часа		
2.	Военно-историческая подготовка.	30 часов	10 часов	20 часов	опрос
3.	Основы медико-санитарной подготовки.	20 часов	6 часов	14 часов	зачет
4.	Основы военной службы.	54 часа	10 часов	44 часа	опрос
5.	Основы безопасного дорожного движения.	24 часа	4 часа	20 часов	игра
6.	Физическая подготовка.	30 часов		30 часов	соревнования
7.	Техника пешеходного туризма.	30 часов	8 часов	22 часа	соревнования
8.	Гражданская оборона.	16 часов	6 часов	10 часов	зачет
9.	Инсценировка (сценическая постановка) песни.	8 часов	1 час	7 часов	конкурс
10.	Заключительное занятие.	2 часа	-	2 часа	
	Итого	216	49	167	

Учебный план 2-го года обучения

№	Тема	Количество часов	Теория	Практика	Формы контроля
1.	Вводное занятие.	2 часа	2 часа		
2.	Военно-историческая подготовка.	30 часов	10 часов	20 часов	опрос
3.	Основы медико-санитарной подготовки.	20 часов	6 часов	14 часов	зачет
4.	Основы военной службы.	54 часа	10 часов	44 часа	опрос
5.	Основы безопасного дорожного движения.	24 часа	4 часа	20 часов	игра
6.	Физическая подготовка.	30 часов		30 часов	соревнования
7.	Техника пешеходного туризма	30 часов	8 часов	22 часа	соревнования
8.	Гражданская оборона	16 часов	6 часов	10 часов	зачет
9.	Инсценировка (сценическая постановка) песни.	8 часов	1 час	7 часов	конкурс
10.	Заключительное занятие.	2 часа	-	2 часа	
	Итого	216	49	167	

Содержание программы первого года обучения

1. Вводное занятие.

Теория – 1 час.

Знакомство с группой. Ознакомление учащихся с программой 1-го года обучения объединения «Юнармейцы», приемами и формами работы. Первичный инструктаж по ОТ, ПБ, ГО, ЧС. Вводный инструктаж по правилам поведения во время занятий.

2. Военно-историческая подготовка.

Теория – 10 час.

Военные формирования в Древней Руси. Княжеское войско в период раздробленности Руси. Роль ополчения в Смутное время. Военные реформы Петра I. Российская военная школа – явление мировой педагогики. Навигационные, артиллерийские и инженерные школы. Возникновение кадетских корпусов.

Дни воинской славы. Символы ратной славы и воинской доблести.

Занятия «Войсковые звания», «Воинские сигналы управления строем», «Государственные награды РФ»;

Ратная история России и Советского Союза, история их вооруженных сил.

Практика – 20 час.

Викторины, кроссворды.

Сравнение изображений военного обмундирования русской, советской и современной российской армии. Работа с источниками – альбомы, книги, Интернет. Подготовка мини-докладов. Тест «Погоны военнослужащих», «Корабельные звания».

Подготовка юнармейцев к конкурсу «Военная теория».

Подготовка юнармейцев к конкурсу «И снова ратной славы дата...».

3. Основы медико-санитарной подготовки.

Теория – 6 час.

Понятие о ранах и их осложнениях. Виды кровотечений и их характеристика. Причины ожогов и их степень тяжести, понятие об ожоговой болезни.

Шок. Причины возникновения шока. Признаки и степень тяжести травматического шока.

Практика – 14 час.

Первая медицинская помощь при ранениях и кровотечениях. Материалы, используемые для наложения жгута. Методика наложения жгута. Способы остановки венозных и капиллярных кровотечений. Виды повязок. Основные типы бинтовых повязок. Перевязочный материал. Тест «Первая медицинская помощь при ранениях и кровотечениях».

Подготовка детей к конкурсу «Медико-санитарная подготовка».

4. Основы военной службы.

Теория – 12 час.

Приемы стрельбы и способы стрельбы из пневматического оружия.

Техника выполнения выстрела. Инструктаж по технике безопасности при обращении с пневматической винтовкой.

Практика – 44 час.

Тренировка в изготовке к стрельбе.

Тренировка в стрельбе с упора. Тренировка в стрельбе лежа.

Подготовка юнармейцев к конкурсу «Меткий стрелок».

Одиночная строевая подготовка: строевая стойка, повороты на месте, движение строевым шагом, обозначение шага на месте, начало движения и остановка.

Строй. Управление строем. Повороты на месте. Движение строевым и походным шагом. Повороты в движении.

Перестроение из одношереножного строя в двухшереножный и обратно.

Подготовка юнармейцев к конкурсу «Смотр строя и песни».

5. Основы безопасного дорожного движения.

Теория – 4 час.

Права, обязанности и ответственность участников дорожного движения. Правила движения пешеходов. Где и как переходить улицу и дорогу.

Регулируемый и нерегулируемый перекресток.

Правила движения велосипедиста.

Практика – 20 час.

Фигурное вождение велосипеда. Выполнение упражнений: «Змейка», «Слалом», «Качели». Тест «Правила движения велосипедистов».

Подготовка юнармейцев к конкурсу «Дорога без опасности».

6. Физическая подготовка.

Практика – 30 час.

Передвижение по пересеченной местности в пешем порядке (кроссовый бег, марш-броски).

Кросс:

Бег на короткие дистанции (спринт) 20-25 м.

Основные варианты низкого старта: обычный, растянутый, сближенный.

Стартовый разбег. Бег по дистанции. Финиширование.

Бег на средние дистанции (600-2000 м).

Бег на длинные дистанции (3000 м и более).

Бег по пересеченной местности (кросс). Методика обучения и техника кроссового бега.

Общеразвивающие упражнения:

Упражнения для мышц рук и плечевого пояса:

- упражнения без предметов, упражнения с отягощением (гантели, гири, штанга),
- упражнения в сопротивлении,
- с резиновыми амортизаторами.

Упражнения для мышц туловища и шеи:

- упражнения без предметов, с отягощением;

Упражнения для мышц ног:

- упражнения без предметов, в сопротивлении с отягощением.

Упражнения на развитие силовых способностей всех групп мышц.

Упражнения на развитие общей выносливости.

Подготовка учащихся к конкурсу по физической подготовке.

7. Техника пешеходного туризма.

Теория – 8 час.

Основы безопасности в природной среде. Должности в группе постоянные и временные.

Распределение обязанностей в группе.

Разработка маршрута, составление плана-графика движения. Маршрутный лист и маршрутная книжка. Путевой дневник.

Личное и групповое снаряжение.

Виды привалов в походе. Основные требования к выбору места привала и бивака. Правила установки палаток, размещение вещей в них. Предохранение палаток от намокания и проникновения насекомых. Правила поведения в палатке. Порядок свертывания лагеря.

Типы костров. Материалы, способы разжигания и добывания костра. Ознакомление с правилами противопожарной безопасности. Уход за одеждой и обувью в походе. Знакомство с играми в пути и на привале. Туристская песня.

Набор продуктов. Организация питания: расчет продуктов питания на одного человека. Меню. Питьевой режим на маршруте. Варианты организации питания в однодневном походе: на бутербродах и с приготовлением горячих блюд.

Виды топографических карт и основные сведения о них: масштаб, рамка. Условные знаки топографических карт. Спортивная карта, ее назначение, отличие от топографической карты. Условные знаки спортивной карты: населенные пункты, гидрография, дорожная сеть, сооружения, растительный покров. Изображения рельефа на топографической и спортивной картах.

Компас, его устройство, правила обращения. Способы ориентирования по компасу.

Приемы обхода препятствий.

Практика – 22 час.

Работа с краеведческой литературой. Подготовка докладов по географии и истории района путешествия при подготовке к походу.

Подгонка личного снаряжения к походу.

Игра «Собери рюкзак к походу». Упаковка и распределение между участниками группового снаряжения.

Организация бивака в полевых условиях (определение места, пригодного для привала и ночлега, развертывание лагеря, разжигание костра). Составление меню и списка продуктов для 1- дневного похода. Закупка, фасовка и упаковка продуктов. Приготовление пищи на костре

Обучение пользованию топором, пилой. Игры в пути и на привале. Разучивание и исполнение туристских песен.

Определение масштаба карты. Изучение форм рельефа на карте и на местности. Игра «Путешествие по карте».

Ориентирование по местным предметам. Определение азимута по карте. Определение азимута на ориентир.

Выполнение упражнений: «Переправа по горизонтальной верёвке», «Спуск», «Переправа по параллельным верёвкам».

Подготовка к конкурсу по туристской подготовке.

8. Гражданская оборона

Теория – 6 час.

Задачи медицинской службы Гражданской обороны.

Работа в очагах химического поражения и очагах сильнодействующих ядовитых веществ.

Физические и токсикологические свойства основных аварийно химически опасных веществ (АХОВ - хлор, аммиак), правила поведения на заражённой местности. Средства индивидуальной

защиты населения.

Практика – 10 час.

Выбор средства защиты и необходимый раствор в зависимости от вида АХОВ. Преодоление «заражённого» участка местности в зависимости от физических свойств химически опасных веществ.

Подготовка к конкурсу «Гражданская оборона».

1. Инсценировка (сценическая постановка) песни.

Теория – 1 час.

Выбор песни патриотического характера. История создания выбранной песни, её исполнителя.

Практика – 7 час.

Запись фонограммы, слов.

Инсценировка и сценическая постановка песни.

Подготовка юнармейцев к конкурсу «Юнармейская песня»

10. Заключительное занятие.

Подведение итогов 1-го года обучения. Задание на лето.

Содержание программы второго года обучения

1. Вводное занятие.

Теория – 1 час.

Знакомство с группой. Ознакомление учащихся с программой 2-го года обучения объединения «Юнармейцы», приемами и формами работы. Первичный инструктаж по ОТ, ПБ, ГО, ЧС. Повторный инструктаж по правилам поведения во время занятий.

2. Военно-историческая подготовка

Теория – 10 час.

Блок «Во славу Отечества»

Занятия «Великие полководцы России», «Уставы. Виды уставов».

Занятие «Дни воинской славы России».

Практика – 20 час.

Просмотр презентации «Уставы вооружённых сил РФ».

Подготовка юнармейцев к конкурсу «Военная теория». Выполнение тестов «Уставы вооруженных сил РФ», «Дни воинской славы Российской Федерации».

Подготовка юнармейцев к конкурсу «И снова ратной славы дата...».

3. Основы медико-санитарной подготовки

Теория – 6 час.

Правила и способы наложения повязок на голову, грудь, живот, верхние и нижние конечности.

Оказание пострадавшему первой медицинской помощи при ранении черепа и мозга, в грудную клетку и живот. Понятие о переломах костей и их признаки. Виды переломов и их осложнения.

Понятие о травматическом токсикозе и его признаки.

Практика – 14 час.

Наложение повязок на голову, грудь, живот, верхние и нижние конечности.

Оказание первой медицинской помощи при переломах верхних и нижних конечностей.

Оказание первой медицинской помощи при отравлениях.

Подготовка детей к конкурсу «Медико-санитарная подготовка».

4. Основы военной службы.

Теория – 10 час.

Назначение, устройство частей и механизмов автомата

Контрольный осмотр автомата и подготовка его к стрельбе.

Уход за автоматом, его хранения и сбережение

Инструктаж по технике безопасности при обращении с оружием.

Практика – 44

Неполная разборка-сборка АК-74.

Подготовка юнармейцев к конкурсу «Разборка-сборка АК-74»

Подготовка юнармейцев к конкурсу «Смотр строя и песни»

Одиночная строевая подготовка: строевая стойка, повороты на месте, движение строевым шагом, обозначение шага на месте, начало движения и остановка

Строй. Управление строем. Повороты на месте. Движение строевым и походным шагом. Повороты в движении.

Перестроение из одношереножного строя в двухшереножный и обратно.

5. Основы безопасного дорожного движения

Теория – 4 час.

Разбор заданий экзаменационных карт категории «А», «В».

Практика – 20 час.

Решение экзаменационного теста на компьютере.

Подготовка юнармейцев к конкурсу «Дорога без опасности»

Фигурное вождение велосипеда. Выполнение упражнений: «Восьмёрка», «Слалом», «Качели», «Желоб», «Перенос предмета»

6. Физическая подготовка.

Практика – 30 час.

Понятие о гигиене и санитарии. Гигиенические требования к форме занятий. Роль закаливания, питания и витаминизации в условиях Кольского Заполярья.

Значение общей и специальной физической подготовки. Ежедневная зарядка, физические упражнения на свежем воздухе и с отягощениями. Виды упражнений, подвижных спортивных игр.

Значение правильного дыхания при стрельбе.

Комплекс контрольных упражнений по тестированию уровня общей физической подготовки.

Разучивание и выполнение упражнений (для данной возрастной группы).

Общеразвивающие упражнения (ОРУ) для плечевого пояса, рук, мышц шеи, спины, туловища.

Общеразвивающие упражнения (ОРУ) для пояса нижних конечностей.

Упражнения на развитие силовых способностей всех групп мышц. Упражнения на развитие общей выносливости.

Упражнения для формирования правильной осанки. Упражнения с партнером в равновесии, в сопротивлении. Спортивные и подвижные игры. Отработка устойчивой позы тела при стрельбе из различных положений, статической выносливости, способности выключения и фиксации отдельных мышц и суставов. Дыхательные упражнения.

7. Техника пешеходного туризма.

Теория – 8 час.

Дисциплина в походе и на занятиях – основа безопасности.

Правила поведения при движении группы. Техника передвижения и преодоления естественных препятствий. Подъемы. Спуски. Виды склонов. Техника безопасности при подъемах и спусках.

Гигиенические требования в походе. Дикорастущие лекарственные растения, правила их сбора и применение. Ядовитые растения и грибы.

Медицинская аптечка. Ее комплектование, хранение, транспортировка. Перечень и назначение лекарственных препаратов. Личная аптечка туриста.

Профилактика заболеваний и травматизма. Способы оказания первой медицинской помощи при различных травмах (переломы, кровотечения), тепловом и солнечном ударе, ожогах, укусах насекомых. Правила переноски пострадавшего

Практика – 22 час.

Отработка техники преодоления естественных препятствий: склонов, подъемов. Выполнение упражнений: «Переправа по горизонтальному бревну», «Паутина», «Бабочка», «Преодоление заболоченного участка с помощью жердей».

Изучение дикорастущих лекарственных растений и ядовитых растений и грибов по изображениям в альбомах и книгах; нахождение их в природе.

Комплектование медицинской аптечки. Оказание первой доврачебной помощи условно пострадавшему: определение травмы, практическое оказание помощи. Отработка приемов переноски пострадавшего.

8. Гражданская оборона.

Теория – 6 час.

Основы ядерного, химического и бактериологического оружия. Правила пользования средствами защиты органов дыхания и кожи (противогаз).

Практика – 10 час.

Проверка и подгонка противогаза. Порядок надевания противогаза.

9. Инсценировка (сценическая постановка) песни

Теория – 1 час.

Выбор песни, патриотического характера. История создания выбранной песни, её исполнителя.

Практика – 7 час.

Запись фонограммы, слов.

Инсценировка и сценическая постановка песни.

Подготовка юнармейцев к конкурсу «Юнармейская песня»

9. Заключительное занятие.

Подведение итогов обучения по программе «Юнармейцы». Задание на лето.

Методическое обеспечение программы

Для освоения программы используются разнообразные приемы и методы обучения и воспитания.

Выбор осуществляется с учетом возможностей учащихся, их возрастных и психофизических особенностей:

- словесный (познавательный рассказ, рассказ в сочетании с показом устройства, беседа, мини-лекция, диалог педагога с учащимися, учащихся друг с другом);
- метод упражнения (упражнение, тренировка);
- наглядный, иллюстративно-демонстрационный (просмотр плакатов, карт, оборудования и снаряжения, знакомство с видами оружия, показ способов выполнения упражнений по стрельбе);
- репродуктивный (практическое повторение за педагогом приемов изготовления, стрельбы, сборки-разборки оружия и его технического обслуживания);
- эвристический (совместное обсуждение итогов выполнения заданий, повторение вслух главных правил техники безопасности);
- метод проблемного обучения (самостоятельный поиск индивидуальных особенностей пневматического оружия, настройка прицела, постоянный контроль над правильной изготовкой);
- игровой метод (викторина, кроссворд, спортивные и подвижные игры).

Активные формы познавательной деятельности, используемые на занятиях:

- встречи с ветеранами военных действий.
- подготовка и выступление с мини-докладами (география и история Заполярного края, история и традиции русской армии, подвиги бойцов, летчиков и моряков во время ВОВ, имена национальных героев, отличившихся в сражениях, присвоенные населённым пунктам, улицам и площадям, географическим объектам, воинским частям, кораблям и судам и др.).

Высокое качество стрелковой подготовки обеспечивается строгой методической последовательностью в обучении, правильной организацией занятий, систематическим проведением тренировок и стрельб.

При проведении внутригрупповых соревнований с учетом норматива времени вводится ограничение по выполнению серии выстрелов по времени:

1. на выполнение упражнения по круглой мишени на дистанции 10 метров – 90 секунд.
2. на выполнение упражнения по опрокидывающимся мишеням на дистанции 10 метров – 60 секунд.

Введение норматива времени, а также последовательное увеличение дистанции и смена вида мишеней вызывает у учащихся здоровый интерес к упражнению и спортивный азарт. Кроме того, это способствует постепенному улучшению результатов и выявляет лучших учащихся по способности контролировать свои действия при выполнении упражнения.

Жесткие требования соблюдения дисциплины и правил безопасности вплоть до немедленного и безвозвратного отстранения нарушителя от занятий за любой факт нарушения являются обязательным условием при проведении занятий по программе.

Допуск учащихся к практическим занятиям может быть произведен только после сдачи ими зачетов по всем темам раздела программы «Меры обеспечения безопасности при проведении стрельб».

Диагностика результативности образовательного процесса

Система оценки и фиксирования результатов

Диагностика и контроль обучения

В процессе обучения осуществляется контроль за уровнем знаний и умений учащихся.

Система мониторинга разработана по видам контроля /таблица 1/.

Предварительный - имеет диагностические задачи и осуществляется в начале учебного года.

Цель предварительного контроля – зафиксировать начальный уровень подготовки учащихся, имеющиеся знания, умения и навыки, связанные с предстоящей деятельностью.

Промежуточный – осуществляется в середине учебного года с целью оценки теоретических знаний и практических умений и навыков.

Итоговый – проводится в конце учебного года и предполагает оценку теоретических знаний и практических умений и навыков в форме участия в классификационных соревнованиях по стрельбе, а также контрольных нормативов по ОФП.

Таблица 1.

Виды контроля

Виды контроля	Содержание	Методы/формы контроля	Сроки контроля
Предварительный	Начальный уровень подготовки учащихся, имеющиеся знания, умения и навыки, связанные с предстоящей деятельностью.	Наблюдение, анкетирование, собеседование. Сдача контрольных нормативов по ОФП	Сентябрь
Промежуточный	Освоение учебного материала за полугодие	Зачеты по теоретическому материалу. Зачетные стрельбы.	Декабрь-январь
Итоговый	Освоение учебного материала	Зачеты по теоретическому материалу. Классификационные соревнования по стрельбе. Сдача контрольных нормативов по ОФП	Май

Предварительная диагностика

Наличие первоначальных умений и навыков учащихся, связанных с предстоящей деятельностью:
<ul style="list-style-type: none"> • заинтересованность в занятиях по военной подготовке, • выполнение контрольных нормативов по ОФП, • наличие навыков стрельбы из пневматической винтовки,

- знание видов стрелкового оружия,
- история развития стрелкового оружия,
- знакомство с литературой по истории ВОВ на Крайнем Севере,
- умение находить нужную информацию из разных источников,
- умение соблюдать последовательность в работе,
- умение доводить работу до конца.

Оценка уровней усвоения образовательных результатов

Уровни	Параметры	Показатели
Высокий 80-100%	Теоретические знания	Учащийся самостоятельно ориентируется в содержании пройденного учебного материала, принимает активное участие в ответах на вопросы, ответ полный, самостоятельный. Знает основы материаловедения, правил техники безопасности.
	Практические умения и навыки	В совершенстве владеет всеми умениями и навыками, предусмотренными программой. Все действия выполняет правильно, самостоятельно и без помощи педагога.
	Выполнение нормативов	Выполняет норматив по пулевой стрельбе «Меткий стрелок». Сдача контрольных нормативов по ОФП на высоком уровне.
Средний 79-50%	Теоретические знания	Почти полное усвоение учебного материала, принимает старательное участие в ответах на вопросы. Учащийся старателен, внимательно слушает, но ответы нуждаются в уточнении
	Практические умения и навыки	Учащийся умеет самостоятельно выбрать действия, определить их порядок. Учащийся при самостоятельной работе допускает ошибки и обращается за помощью к педагогу. Способен выполнить самоанализ результатов выполнения действий, составляющих умение в сопоставлении с целью деятельности, обращаясь к помощи педагога.
	Выполнение нормативов	Выполняет норматив по пулевой стрельбе «Юный стрелок». Сдача контрольных нормативов по ОФП на среднем уровне.
Низкий Ниже 50 %	Теоретические знания	Учащийся освоил базовые знания. Ориентируется в содержании материала по темам и дает определение понятиям с помощью педагога.
	Практические умения и навыки	Владеет начальными умениями и навыками, предусмотренными программой. Действия выполняет только с помощью или под наблюдением педагога. В работе допускает ошибки, может устранить их только с помощью педагога.
	Выполнение нормативов	Выполняет норматив по пулевой стрельбе «Начинающий стрелок». Сдача контрольных нормативов по ОФП на низком уровне

Сводная таблица результатов обучения по дополнительной общеобразовательной программе
«Юнармейцы»

Педагог д/о _____

Группа № _____

Год обучения _____

№	ФИ	Теоретические знания	Практические умения и навыки	Выполнение нормативов		Средний %
1.						
2.						
3.						
4.						
5.						
6.						
7.						
8.						
9.						
10.						
11.						
12.						
13.						
14.						
15.						

Материально-техническое оснащение педагогического процесса

Стрельба из пневматической винтовки проводится в помещении тира, такого, в котором длина галереи для стрельбы составляет 6 и более метров, есть основное освещение и подсветка на линии мишеней. Сейф для хранения оружия.

Спортивный зал для занятий по физической подготовке.

Оборудование для стрелковой подготовки

Для выполнения тренировочных упражнений требуется:

- пневматические винтовки ИЖ-38 – 5,
- многозарядные пневматические винтовки МР-512 - 5,
- специальные столы для стрельбы – 5,
- щиты для крепления мишеней – 5,
- стулья - 15 (пять для стрельбы и десять для ожидания),
- подстилки для стрельбы из положения лёжа (1,7м x 0,9 м) - 5,
- подставки для стрельбы из положения лёжа с упора - 5,
- подставки ростовые - 5,
- спортивные мишени №6 или №8 - 5,
- мишени бумажные (различные),
- установка с силуэтными падающими мишенями, для дуэльной стрельбы (стрельбы на скорость) -1 комплект,
- свинцовые пульки калибра 4,5мм,
- сумки для ручных гранат,
- учебные гранаты (РГД-5 и Ф-1),
- магазины к автоматам Калашникова,
- макет автомата Калашникова,
- принадлежности к автоматам Калашникова (шомпол, протирка, ершик, отвертка с выколоткой, пенал, масленка).

а также

- ОЗКа - 4,
- противогазы ГП-5 - 15,
- приборы радиационной разведки - 5,
- сумка медицинская - 2,
- форма полевая - 15,
- форма парадная - 15,
- тренажёры - 4,
- носилки медицинские - 2,
- респираторы - 30.

Оборудование для туристской подготовки

- Палатки туристские – комплект,
- тенты для палаток (нижние) - комплект,
- тенты для палаток (верхние) - комплект,
- колышки для палаток – комплект,

- стойки для палаток – комплект,
- компас жидкостный для ориентирования – комплект,
- аптечка медицинская в упаковке - комплект,
- топор в чехле - 1 шт.,
- таганок костровой – 2 шт.,
- рукавицы костровые (брезентовые) – комплект,
- посуда для приготовления пищи – комплект,
- термометр наружный – 2 шт.,
- термометр водный – 2 шт.,
- карты топографические учебные - комплект,
- условные знаки спортивных карт - комплект,
- условные знаки топографических карт - комплект,
- маршрутные документы - комплект,
- карты спортивные, планы местности, карты своей местности – комплект.

Перечень личного туристского снаряжения для учащегося

1. Рюкзак А-60 л,	7. штормовка и брюки,
2. спальный мешок,	8. головной убор,
3. туристские ботинки или обувь на твердой подошве,	9. свитер шерстяной,
4. обувь спортивная,	10. столовые принадлежности, фляга для воды,
5. сапоги резиновые,	11. блокнот и ручка,
6. спортивный тренировочный костюм,	12. мазь от кровососущих насекомых,
	13. коврик туристский.

Иллюстративно-демонстрационные материалы

Комплекты плакатов

Основы и правила стрельбы из стрелкового оружия.

ТТД, назначение, устройство и работа частей и механизмов: АК- 74, АКС -74; АКСУ- 74; АК - 74М; АК-47; АКМ-47; АКМС- 47; ПМ, Ярыгина, РПК- 74, ПК, ПКМ; ПКП «Печенег».

Приемы и правила метания ручных гранат.

Индивидуальные средства защиты.

Воинские звания и знаки различия.

По организации и несению внутренней службы.

По организации и несению гарнизонной и караульной служб.

По строевой подготовке.

По приемам рукопашного боя.

Оказание первой медицинской помощи.

Электронные учебные пособия (CD)

1. Дни воинской славы. Бородинское сражение, 1812г. (мультимедиа-рассказ).
2. Дни воинской славы. Освобождение Москвы силами народного ополчения по руководством Минина и Пожарского, 1612г. (мультимедиа-рассказ).
3. Дни воинской славы. Великая Отечественная война в 1941-1945г.г.(мультимедиа-рассказ).

Список литературы для педагога

1. Федеральный Закон от 29.12.2012г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Государственная программа «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации на 2016-2020 годы». Постановление Правительства Российской Федерации от 30 декабря 2015 г. N 1493.
3. Вайнштейн Л.М., Расс В.П. Меткий стрелок и юный стрелок. Методическое руководство по стрелковому спорту для внеклассной и внешкольной работы. - М.: издательство ДОСААФ, 1972.
4. Дворкин А.Д. Стрельба из пневматических винтовок. Методическое пособие по стрелковому спорту для внеклассной и внешкольной работы. - М., 2011.
5. Дворкин А.Д. Юный стрелок. Программа кружка. - М., 2011.
6. Жилина М.Я. Методика тренировки стрелка-спортсмена.- М., 1986.
7. Иткис М.А. Специальная подготовка стрелка-спортсмена. - М., 1982.
8. Киселев А.А. Родное Заполярье: Очерки истории Мурманской области (1917-1972г.г.). – Мурманск: кн. изд-во, 1974.
9. Министерство Обороны СССР. Наставления по стрелковому делу. - М.: Военное издательство, 1987.
10. Методические рекомендации по ведению военной подготовки в общеобразовательной школе. М., 1989.
11. Орешкина Т.А. Героико-патриотическое воспитание в школе: детские объединения, музеи, клубы, кружки, поисковая деятельность. - Волгоград: изд. «Учитель», 2007.
12. Основы медицинских знаний учащихся /под.ред. М.И.Гоголева. - М.: Просвещение, 2004.
13. Правила дорожного движения». Официальный текст с иллюстрациями. Административная и уголовная ответственность за нарушение ПДД. - М.: ООО «Атберг 98», 2006.
14. Программы для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ. Оборонно-спортивные кружки. – М.: Просвещение, 1976.
15. Радзиевский С.Э. Стрелковое оружие, первичные навыки обращения с ним. Образовательная рабочая программа занятий кружка для учащихся средней общеобразовательной школы. – М., 2005.
16. Сборник руководящих документов по пулевой стрельбе.- М.: ДОСААФ, 1989.
17. Сверчков А.Э. Основы стрелковой подготовки. Дополнительная общеобразовательная программа. – ГАОУМОДОД «МОЦДОД «Лапландия», 2014.
18. Устав внутренней службы Вооруженных Сил РФ.
19. Устав гарнизонной и караульной служб Вооруженных Сил РФ.
20. Дисциплинарный устав Вооруженных Сил РФ.
21. Строевой устав Вооруженных Сил РФ
22. Боевой устав Сухопутных войск РФ.
23. Ушаков И.Ф. Избранные произведения в 3-х т.: Историко-краеведческие исследования. - Мурманск: Кн. изд-во, 1997.

Список литературы для учащихся

1. Герасименко Д.А., Колкер И.И., Нехорошев Ф.А. Славен героями северный флот. – Мурманск: Кн. изд-во, 1982.

2. Дранишников В.В. История родного края. Учебное пособие для учащихся 5 класса школ Мурманской области. – Мурманск, 1995.
3. Дранишников В.В. Этих дней не смолкнет слава: Пособие для учащихся младшего и среднего возраста школ Мурманской области. – Мурманск, 1995.
4. Киселев А.А. Война в Заполярье: Учебное пособие для старших классов общеобразовательных школ, лицеев, гимназий. – Мурманск: Изд-во ОНМЦСО, 1995.
5. Киселев А.А., Тулин М.А. Улицы Мурманска. – Мурманск: Кн. изд-во, 1991.
6. Не просто имя – биография страны: Книга первая. - Мурманск: Кн. изд-во, 1987.
7. Орешета М.Г. Гвоздики на скалах. – Мурманск: Кн. изд-во, 1989.

Техника безопасности, основные команды и правила выполнения упражнений по стрельбе

Недопустимо пренебрежительное, легкомысленное обращение с пневматическим оружием. Это может привести к трагическим последствиям. Пули выбрасываются из ствола винтовок повышенного качества со скоростью до 170 м\с и летят на расстояние до 150 м. Поэтому необходимо строго соблюдать все меры безопасности, как и при стрельбе из огнестрельного оружия. Перед каждой стрельбой надо обязательно проводить наружный осмотр оружия и подтягивать крепежные винты.

Для проверки отсутствия пули в канале ствола необходимо открыть ствол и повернуть его вниз на угол около 30\ преодолев упругость боевой пружины, но не ставить боевой взвод поршня на шептало. Затем, удерживая ствол в повернутом на 30' положении, посмотреть на свет в канал ствола и убедиться, что пули нет. Медленно отпустить ствол и положить оружие на стол или поставить в пирамиду.

Техника безопасности при стрельбе в тире

Запрещается:

1. Брать в руки оружие без команды руководителя стрельбы.
2. Прицеливаться и направлять даже незаряженное оружие на людей, в стороны и в тыл.
3. Трогать спусковой крючок во время заряжания до прицеливания и после стрельбы.
4. Оставлять заряженное оружие без присмотра.
5. Выносить заряженное оружие с огневого рубежа.
6. Хранить оружие в заряженном состоянии
7. Шуметь и отвлекаться от стрельбы
8. Находиться на огневом рубеже посторонним.
9. Трогать чужое оружие.

Стрелок обязан:

1. Выполнять все команды руководителя стрельбы.
2. Держать даже незаряженное оружие **только стволом в направлении стрельбы, а при переходах - стволом вверх, удерживая его около мушки.**
3. Стрелять только после команды «СТАРТ» и до команды «СТОП».
4. О неисправностях оружия докладывать руководителю стрельбы.
5. Прекратить стрельбу при появлении в огневой зоне человека.
6. После стрельбы убедиться, что оружие разряжено.
7. Бережно относиться к оружию.

Правила выполнения стрельбы в пневматическом тире

Действия и команды руководителя стрельбы и дежурных по тире	Действия стреляющей смены
1. Руководитель стрельбы проверяет подготовку тира. Командует: «ОЧЕРЕДНАЯ СМЕНА, ЗАХОДИ». Дежурный у входа выпускает очередную смену. Секретарь записывает стрелков в протокол.	Стрелки очередной смены заходят в тир и становятся напротив указанного оружия на линии предварительного старта.
2. Объясняет упражнение и напоминает меры безопасности. Командует: «НА ОГНЕВОЙ РУБЕЖ ШАГОМ МАРШ!»	Подходят на огневой рубеж. Проверяют целостность контровки прицела краской или лейкопластырем.
3. Командует: «РАЗДАТЬ ПУЛИ». Раздатчик пуль выдает пули согласно упражнению.	Проверяют количество и качество пуль, заменяют дефектные .
4. Командует: «ПРИГОТОВИТЬСЯ». Проверяет изготовку к стрельбе и помогает устранять ошибки изготовления.	Изготавливаются к стрельбе согласно упражнению и устраняют ошибки.
5. Командует: «ЗАРЯЖАЙ». «СТАРТ». Все время следит за правильностью стрельбы и соблюдением мер безопасности при стрельбе. Устраняет ошибки стрелков.	Отстреливаются полученными пулями. Открывают ствол на 30° (но не ставят боевой взвод на шептало!), проверяют на свет отсутствие пули в канале ствола, осторожно кладут оружие в направлении стрельбы. При отказе оружия - докладывают руководителю стрельбы.
6. Командует: «СТОП» - при необходимости прервать стрельбу, «РАЗРЯДИТЬ ОРУЖИЕ» - если надо закончить стрельбу.	Прекращают стрельбу и, если будет команда, разряжают оружие и ждут последующих команд.
7. После окончания стрельбы всей смены и проверки открытия стволов всего оружия командует: «К МИШЕНЯМ ШАГОМ МАРШ!»	Подходят к своей мишени, не трогая ее, находят свои пробоины.
8. Проверяет мишени, объявляет результаты стрельбы, и секретарь записывает их.	При подходе руководителя стрельбы докладывают: «СТРЕЛОК ... (фамилия)». Выясняют ошибки.
9. Командует: «КРУГОМ, ИЗ ТИРА ШАГОМ МАРШ!». Дежурный у входа выпускает отстрелявшихся.	Поворачиваются и выходят из тира.

Условия выполнения упражнений

Индекс упражнения	Дистанция м	Положение для стрельбы	Количество выстрелов		Мишени			Время на стрельбу, мин.
			пробное	зачетное	№	Кол-во пробных	Кол-во зачетных	
«Начинающий стрелок»	5	Сидя или стоя с опорой на стол	3	5	6	1	1	неограниченно
«Юный стрелок»	10	С опорой на стол	6	20	8	2	4	30 мин
«Меткий стрелок»	10	Стоя	6	20	8	2	4	45 мин

Разрядные нормы по стрельбе пулевой

Пневматические винтовки, пули ДН или ДЦ, прицел открытый

Индекс упражнения	Положение для стрельбы	Дистанция м	Спортивные разряды			
			переходной	3-й	2-й	1-й
«Начинающий стрелок»	Сидя или стоя с опорой на стол (5 выстрелов)	5	40			
«Юный стрелок»	С опорой о стол (20 выстрелов)	10		130	150	170
«Меткий стрелок»	Стоя (20 выстрелов)	10		110	130	150

Контрольные нормативы по ОФП для учащихся 14 - 15 лет

Физические способности	Контрольные упражнения	Возраст лет	Уровень Мальчики		
			низкий	средний	высокий
Выносливость	6-ти минутный бег, м	14	1075	1200-1400	1525
		15	1125	1250-1450	1575
		16			
		17			
Скоростно-силовые	прыжок в длину с места, см	14	156	174-192	209
		15	165	182-210	227
		16			
		17			
Силовые	Подтягивание в висе, раз (М)	14	0	3-9	12
		15	2	5-9	12
		16			
		17			