

**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
лицей № 5 города Ставрополя**

Рассмотрено:

на заседании МО  
Протокол № \_\_\_\_\_

от « \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2024г.

Согласовано:

Заместитель директора по ВР  
\_\_\_\_\_

От « \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2024г.

**Образовательная программа  
военно-спортивного клуба «Юнармеец».**

Срок реализации 1 год

Учебный год **2024-2025**

Количество часов по учебному плану: всего **153 часов год; в неделю 9 часов**

Рабочую программу составил преподаватель-организатор ОБЖ Ткачев Р.Д.



## Пояснительная записка.

В современном мире ясно прослеживается изменение ценностных ориентаций, отношение к службе в Вооруженных Силах. В подростковой среде авторитет Российской Армии очень низок. Особенно эта ситуация усилилась после вооруженных конфликтов на Северном Кавказе, в Приднестровье. 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.

Для улучшения подготовки подростков к военной службе, поднятия престижа Российской Армии составлена программа «Юнармеец».

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

Работа по данной программе проводится в соответствии с требованиями государственной программы «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации на 2006-2010 г.г.» утверждённая постановлением правительства Российской Федерации от 11 июля 2005 г. №422, федерального закона «О воинской обязанности и военной службе», федерального закона «О Днях воинской славы (победных днях) России», Общевоинских уставов Вооруженных Сил Российской Федерации. Программа «Юнармеец», прежде всего, перестраивает сознание подростка, формируя у него необходимые установки на предстоящую службу.

Военно-патриотическое воспитание программы направлено на формирование у молодежи духовно-нравственных принципов и гражданской ответственности, любви и преданности своему Отечеству, готовности к достойному и самоотверженному служению обществу и государству.

Физкультурно-оздоровительная работа программы направлена на развитие и совершенствование у молодёжи физических качеств – выносливости, силы, быстроты и ловкости. Обучающиеся овладевают навыками преодоления различных препятствий, стрельбы из пневматического оружия.

**Основная цель программы** – совершенствование гражданского и патриотического воспитания подростков и повышение престижа службы в Российских Вооруженных Силах

Для достижения этой цели необходимо решить следующие **задачи**:

- Воспитание готовности к достойному и самоотверженному служению обществу и государству, к выполнению обязанностей по защите Отечества;
- Укрепление здоровья, военно-патриотическое воспитание молодёжи, комплексная подготовка юношей к службе в Вооруженных силах России;
- Развитие физических, духовных и нравственных качеств личности, формирование здорового образа жизни;
- Профессиональная ориентация подростков;
- Закрепление навыков полученных в процессе обучения в общеобразовательных учреждениях.

Для достижения поставленных задач в ходе занятий выдается теоретический материал (рассказ, объяснение, показ), для обучения, закрепления и проверки усвоения пройденного материала проводятся практические занятия и прием тестов физической подготовленности.

**Программа состоит из 7 разделов:** основы знаний «Юнармейца», физическая подготовка, огневая подготовка, строевая подготовка, исторические и боевые традиции Отечества, основы безопасности жизнедеятельности, медицинская подготовка.

**Срок реализации программы** 1 год, в состав группы входят юноши в возрасте 13 - 15 лет, количество обучающихся в группе 12 – 15 человек, набор детей в группу – свободный, форма занятий – групповые и индивидуальные, продолжительность занятий – 3 по 90 минут.

При реализации данной программы основываюсь на базовые знания обучающихся, полученные на уроках ОБЖ и физической культуры. Реализация данной программы позволяет подготовить подростков к военной службе в соответствии с требованиями Федеральных законов «Об образовании» и «О воинской обязанности и военной службе».

### **Личностные результаты**

Контроль за ЗУН обучающихся осуществляется на практических занятиях в следующих формах: собеседование, выполнения контрольных упражнений.

По окончании курса данной программы, обучающиеся должны **знать**:

- Технику безопасности на занятиях по физической, стрелковой, строевой подготовке;
- Материальную часть автомата Калашникова;
- Назначение, боевые свойства, общее устройство и принцип работы автомата Калашникова;
- Специфику физической подготовки;
- Последовательность неполной разборки и сборки АКМ-74;
- Меры безопасности при обращении с автоматом и патронами;
- Правила прицеливания и стрельбы из пневматической винтовки;
- Государственную и военную символику;
- Дни воинской славы России;
- Структуру Вооруженных Сил Российской Федерации;
- Историю, символы и геральдику Ставропольского края;
- Символы воинской чести;

### **Метапредметные результаты**

- Правила оказания первой медицинской помощи при различных видах травм;
- Правила безопасного поведения у водоемов, при пожаре, в природных экстремальных ситуациях;
- Опасные природные факторы и защиту от их влияния;
- Современные средства поражения;
- Мероприятия ГО по защите населения;
- Средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожи;
- Приборы радиационной и химической разведки и правила пользования ими.

### **Предметные результаты**

Должны уметь выполнять;

- Выполнять неполную разборку и сборку АКМ-74;
- Правильно прицеливаться и прицельно вести стрельбу по мишени;
- Выполнять строевые приемы на месте и в движении по одному и в отдалении согласно Строевому уставу Вооруженных Сил Российской Федерации;
- Выполнять перевязку при различных видах травм, останавливать кровотечение различными способами, накладывать шины при различных переломах;

- Одевать противогаз и костюм химической защиты;
- Применять различные туристические узлы, в зависимости от ситуаций;
- Применять различные способы преодоления естественных препятствий в пешем и лыжном походах;
- Ориентироваться на местности с помощью карты и компаса.

Транспортировка пострадавшего;

- Первая медицинская помощь;
- Укладка рюкзака;
- Спортивная карта;
- Ориентирование в походе;
- Топографические условные знаки.

2. Условные знаки топографических карт и карт для спортивного ориентирования.

3. Образцы туристического снаряжения (личного и группового).

### Содержание разделов программы.

Вводное занятие: Основы знаний «Юнармейца» - обучающиеся знакомятся с коллективом, с деятельностью кружка «Юнармеец» с правилами техники безопасности на занятиях по физической, стрелковой, строевой подготовке.

В разделе «**Физическая подготовка**» с обучающимися проводятся занятия, в процессе которых поводится физическая подготовка направленные на развитие физических качеств: сила, быстрота, ловкость, скоростная и силовая выносливость. С использованием различных средств и методов физического воспитания.

В разделе «**Огневая подготовка**» с обучающимися проводятся занятия, в процессе которых обучающиеся знакомятся с материальной частью автомата Калашникова, Назначением, боевыми свойствами, общим устройством и принципом работы автомата. Выполняют неполную разборку и сборку АКМ-74. Знакомятся с правилами прицеливания и стрельбы из пневматической винтовки.

Выполняют стрельбу по мишеням.

В разделе «**Строевая подготовка**» обучающиеся знакомятся и изучают на практике строевые приёмы на месте и в движении и с оружием (автоматом АКМ-74) согласно Строевому уставу Вооруженных Сил Российской Федерации.

В разделе «**Исторические и боевые традиции Отечества**» обучающиеся знакомятся с Государственной и военной символикой, Днями воинской славы России, Символами воинской чести, основными битвами ВОВ, городами – героями ВОВ, Вооруженными Силами Российской Федерации, историей, символами и геральдикой Ставропольского края.

В разделе «**Основы безопасности жизнедеятельности**» обучающиеся знакомятся с правилами безопасного поведения у водоемов, при пожаре, в природных экстремальных ситуациях; с ЧС аварийного характера в жилище и на транспорте, криминального характера. Опасными природными факторами и защитой от их влияния. Способами подачи сигналов бедствия, способами разведения огня и приготовления пищи, ориентированием и поиском маршрута движения на местности, преодолением рельефных и водных препятствий. Обучающиеся изучают современные средства поражения, мероприятия ГО по защите населения: средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожи, приборы радиационной и химической разведки. На практике отрабатывают навыки одевания и пребывания в противогазе и костюме химической защиты.

В разделе «**Медицинская подготовка**» обучающиеся знакомятся и изучают на практике правила оказания первой медицинской помощи в природных условиях (ссадины, порезы, укусы животных; вывихи переломы, обморожения; первая помощь утопающему). Первая помощь при

ранениях и травмах (виды ран, помощь, повязка на голову и грудь), первая помощь при переломах конечностей. Первая помощь при несчастном случае: остановка кровотечений, повязки на живот, верхние и нижние конечности.

**Тематический план.**

№ п/п	Название разделов и тем	Количество часов		
		Общее	Теория	Практика
	<b>Раздел 1. Основы знаний «Юнармейца».</b>	<b>2</b>		
Занятие 1.	<b>Тема 1.</b> Знакомство с деятельностью кружка «Юнармеец». Техника безопасности на занятиях по физической, стрелковой, строевой подготовке.		2	-
	<b>Раздел 2. Физическая подготовка.</b>	<b>68</b>		
Занятие 2 – 3.	<b>Тема 1.</b> Определение уровня физических качеств: сила, скоростная сила, выносливость, ловкость, силовая выносливость посредством сдачи тестов физической подготовленности.		-	8
Занятие 4 – 6.	<b>Тема 2.</b> Изучение техники движений со снарядами и на тренажерах, оценка величины отягощения.		6	4
Занятие 7-12.	<b>Тема 3.</b> Круговая тренировка общефизической направленности.		-	12
Занятие 13 – 18.	<b>Тема 4.</b> Круговая тренировка на развитие силы.		-	12
Занятие 19-24 .	<b>Тема 5.</b> Круговая тренировка на развитие скоростной выносливости.		-	12
Занятие 25-30.	<b>Тема 6.</b> Круговая тренировка повышенной интенсивности.		-	14
	<b>Раздел 3. Огневая подготовка.</b>	<b>72</b>		
Занятие 31-32.	<b>Тема 1.</b> Материальная часть автомата Калашникова. Назначение, боевые свойства, общее устройство и принцип работы автомата.		8	-
Занятие 33-42.	<b>Тема 2.</b> Последовательность неполной разборки и сборки АКМ-74. Меры безопасности при обращении с автоматом и патронами.		8	24
Занятие 43-52.	<b>Тема 3.</b> Знакомство с правилами прицеливания и стрельбы из пневматической винтовки.		8	24
	<b>Раздел 4. Строевая подготовка.</b>	<b>88</b>		
Занятие 53-56.	<b>Тема 1.</b> Строевая стойка. Повороты на месте.		4	12
Занятие 57-60.	<b>Тема 2.</b> Строевой шаг.		4	12
Занятие	<b>Тема 3.</b> Повороты направо-налево в движении.		4	12

61-64.				
Занятие 65-69.	<b>Тема4.</b> Поворот кругом в движении.		4	12
Занятие 70-79.	<b>Тема5.</b> Строевые приемы в движении в отделении.		4	20
	<b>Раздел 5. Исторические и боевые традиции Отечества.</b>	<b>24</b>		
Занятие 80-81.	<b>Тема1.</b> Государственная и военная символика.		4	
Занятие 82-83.	<b>Тема2.</b> Дни воинской славы России.		4	
Занятие 84-85.	<b>Тема3.</b> Основные битвы ВОВ, города – герои ВОВ.		4	
Занятие 86-87.	<b>Тема4.</b> Символы воинской чести.		4	
Занятие 88-89.	<b>Тема5.</b> Вооруженные Силы Российской Федерации.		4	
Занятие 90-91.	<b>Тема6.</b> История, символы и геральдика Ставропольского края		4	
	<b>Раздел 6. Основы безопасности жизнедеятельности.</b>	<b>29</b>		
Занятие 92-94.	<b>Тема1.</b> Безопасность и защита человека в ЧС		5	2
Занятие 95-97.	<b>Тема2.</b> ЧС локального характера в природе и безопасность.		4	7
Занятие 98-100.	<b>Тема3.</b> Гражданская оборона.		2	6
	<b>Раздел 7. Медицинская подготовка</b>	<b>25</b>		
Занятие 101-108.	<b>Тема1.</b> Первая медицинская помощь при различных видах травм.		5	20
	<b>Итого:</b>	<b>306</b>	<b>93</b>	<b>213</b>