

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Департамент образования Вологодской области

Управление образования Белозерского района

МОУ «Средняя школа № 1 им. Героя Советского Союза М.И. Кукушкина»

РАССМОТРЕНО

Педсовет

№ 1

от 29.08.2024

СОГЛАСОВАНО

Руководитель МС



Купшорева М.Г.

№ 1

от 28.08.2024

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА

ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

«ЮНАРМЕЕЦ»

Социально-гуманитарная направленность

Возраст обучающихся: 11-17 лет

Срок реализации: 1 год

Пояснительная записка

Работа дополнительного образования строится на основе
правовой документации:

Федеральный закон Российской Федерации № 273-ФЗ от 19.06.2012 г. «Об образовании в Российской Федерации».

Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2021 г. «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»

Концепция развития дополнительного образования (утверждена Распоряжением Правительства Российской Федерации от 14 марта 2022 г.).

СанПиН 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к условиям организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и подростков в организациях воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и подростков" (Утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации № 28 от 28 сентября 2020 г.)

СанПиН 2.4.4.3172-14 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей" (Утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 1 июля 2014 г., с изменениями от 27.10.2020 г.)

Постановления Правительства № 626 от 15.06.2021 г.

Постановления Правительства Российской Федерации от 15.06.2021 г. № 626

политики Российской Федерации;

2) всестороннее развитие и совершенствование личности, удовлетворение их индивидуальных потребностей в интеллектуальном, физическом совершенствовании;

3) повышение в обществе авторитета и престижа военной службы;

4) сохранение и приумножение патриотических традиций.

Новизна программы заключается в том, что программа реализуется на системно-деятельностном подходе военно-патриотического воспитания в рамках Всероссийского детско-юношеского военно-патриотического объединения «ЮНАРМИЯ».

Педагогическая целесообразность программы заключается в том, что она ориентирована на подготовку будущих защитников Отечества. В процессе реализации формируются личностные качества, знания, умения и навыки, необходимые для службы в Вооруженных Силах Российской Федерации, способствующие развитию подростка, укреплению его физического здоровья, формированию самоопределению молодежи, их адаптации к жизни в обществе.

Практическая значимость программы заключается в возможности реализации межпредметных связей. Программа «ЮНАРМИЯ» самым эффективным образом подкрепляет умения, полученные на уроках географии, истории, физики, биологии, технологии и физической культуры.

Актуальность данной программы: развитие патриотизма и готовности к службе на подготовку обучающихся к службе в ВС РФ; формирование патриотических

- воспитание у молодежи высокой гражданско-социальной ответственности, патриотизма, приверженности идеям интернационализма, осуждения идеологии экстремизма;

- изучение истории страны и военно-исторического наследия, развитие краеведения, расширение знаний об истории и культуре «малой» Родины;

- развитие в молодежной среде ответственности, приверженности системе нравственных установок личности на основе патриотизма, обществу системы ценностей;

- формирование положительной мотивации у молодежи к прохождению военной службы и подготовке юношей к службе в Вооруженных Силах Российской Федерации;

- изучение истории Вооруженных Сил РФ и Устава Вооруженных Сил РФ;

- изучение дней воинской славы и памятных дат России;

- ознакомление с видами оружия массового поражения, подготовка к профессиональной деятельности и военной службе;

- укрепление физической закалки и физической выносливости;

- активное приобщение молодежи к военно-техническому творчеству;

- обучение основным элементам строевой подготовки;

- освоение знаний, приобретение умений и навыков выживания в экстремальных условиях;

- обучение основным элементам строевой подготовки;

- гармоничное развитие волевых и морально-этических качеств;

Воспитательные:

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

Режим работы: 3 раза в неделю.

Количественный состав группы: 8 человек.

Категория обучающихся

Обучение по Программе ведется в юнармейских группах (включая старшую возрастную), которые комплектуются из обуча-

Планируемые результаты

Программа позволяет добиваться следующих образовательной программы:

В личностном направлении:

- ответственность за принятые решения, самовоспитание и самонавыков;

- умение работать в группе, выполнять общие задачи, быть мнению, позиции, проявление доброжелательных о умение слушать и слышать другого, проявление окружающим.

В метапредметном направлении:

- умение работать в группе и приобретение практичес морально-этических и психологических принципов общ
- теоретическое и практическое освоение умений и знан военной подготовки, общественно-государственной п подготовки.

В предметном направлении:

- изучение истории страны и военно-исторического насл
 - изучение истории Вооруженных Сил РФ и Устава ВС;
 - изучение дней воинской славы и памятных дат России;
 - ознакомление с видами оружия массового поражения
- подготовка к профессиональной деятельности и воинской
- укрепление физической закалки и физической выносли

- использовать навыки начальной военной подготовки в различных ситуациях.

Учебно-тематическое планирование

№

п/п	Тема	Количество часов
	Раздел 1. Историко - патриотическое воспитание	
	побоище, 1242 год	12
	Куликовская битва (1380 год)	13
	Военные площади в городе Москве в ознаменование двадцать четвертой Октябрьской социалистической революции (7 ноября 1941 года)	14
	Полтавское сражение (1709 год)	15
	Победы в Отечественной войне 1812 года	16
	Битва при Гангуте (1714 год)	17
	Взятие турецкой крепости Измаил (1790 год)	18
	Победа русской эскадры у мыса Тендра (1790 год)	19
	Бородинское сражение (1812 год)	20
	Победа русской эскадры под командованием П.С. Нахимова над турецкой эскадрой у мыса Синоп (1853 год)	21
	23 февраля - День защитника Отечества	1
	Победа советских войск против немецко-фашистских войск в битве под Москвой (1941 год)	12
	Сталинградская битва (1942-1943 год)	13
	Курская битва (1943 год)	14
	Освобождение Ленинграда от фашистской блокады (1944 год)	15
	Победа советского народа в Великой Отечественной войне 1941-1945 годов	16
	7 ноября - День народного единства	1
	Раздел 2. Гражданская оборона	
	Гражданская оборона. Сигналы ГО. «Действия по сигналам ГО»	1
	Средства индивидуальной защиты органов дыхания	2
	Средства индивидуальной защиты органов зрения	3
	Средства индивидуальной защиты органов слуха	4
	Средства индивидуальной защиты органов вкуса	5
	Средства индивидуальной защиты органов обоняния	6
	Средства индивидуальной защиты органов чувств	7
	Средства индивидуальной защиты органов дыхания	8
	Средства индивидуальной защиты органов зрения	9
	Средства индивидуальной защиты органов слуха	10
	Средства индивидуальной защиты органов вкуса	11
	Средства индивидуальной защиты органов обоняния	12
	Средства индивидуальной защиты органов чувств	13
	Средства индивидуальной защиты органов дыхания	14
	Средства индивидуальной защиты органов зрения	15
	Средства индивидуальной защиты органов слуха	16
	Средства индивидуальной защиты органов вкуса	17
	Средства индивидуальной защиты органов обоняния	18
	Средства индивидуальной защиты органов чувств	19
	Средства индивидуальной защиты органов дыхания	20
	Средства индивидуальной защиты органов зрения	21
	Средства индивидуальной защиты органов слуха	22
	Средства индивидуальной защиты органов вкуса	23
	Средства индивидуальной защиты органов обоняния	24
	Средства индивидуальной защиты органов чувств	25
	Средства индивидуальной защиты органов дыхания	26
	Средства индивидуальной защиты органов зрения	27
	Средства индивидуальной защиты органов слуха	28
	Средства индивидуальной защиты органов вкуса	29
	Средства индивидуальной защиты органов обоняния	30
	Средства индивидуальной защиты органов чувств	31
	Средства индивидуальной защиты органов дыхания	32
	Средства индивидуальной защиты органов зрения	33
	Средства индивидуальной защиты органов слуха	34
	Средства индивидуальной защиты органов вкуса	35
	Средства индивидуальной защиты органов обоняния	36
	Средства индивидуальной защиты органов чувств	37
	Средства индивидуальной защиты органов дыхания	38
	Средства индивидуальной защиты органов зрения	39
	Средства индивидуальной защиты органов слуха	40
	Средства индивидуальной защиты органов вкуса	41
	Средства индивидуальной защиты органов обоняния	42
	Средства индивидуальной защиты органов чувств	43
	Средства индивидуальной защиты органов дыхания	44
	Средства индивидуальной защиты органов зрения	45
	Средства индивидуальной защиты органов слуха	46
	Средства индивидуальной защиты органов вкуса	47
	Средства индивидуальной защиты органов обоняния	48
	Средства индивидуальной защиты органов чувств	49
	Средства индивидуальной защиты органов дыхания	50
	Средства индивидуальной защиты органов зрения	51
	Средства индивидуальной защиты органов слуха	52
	Средства индивидуальной защиты органов вкуса	53
	Средства индивидуальной защиты органов обоняния	54
	Средства индивидуальной защиты органов чувств	55
	Средства индивидуальной защиты органов дыхания	56
	Средства индивидуальной защиты органов зрения	57
	Средства индивидуальной защиты органов слуха	58
	Средства индивидуальной защиты органов вкуса	59
	Средства индивидуальной защиты органов обоняния	60
	Средства индивидуальной защиты органов чувств	61
	Средства индивидуальной защиты органов дыхания	62
	Средства индивидуальной защиты органов зрения	63
	Средства индивидуальной защиты органов слуха	64
	Средства индивидуальной защиты органов вкуса	65
	Средства индивидуальной защиты органов обоняния	66
	Средства индивидуальной защиты органов чувств	67
	Средства индивидуальной защиты органов дыхания	68
	Средства индивидуальной защиты органов зрения	69
	Средства индивидуальной защиты органов слуха	70
	Средства индивидуальной защиты органов вкуса	71
	Средства индивидуальной защиты органов обоняния	72
	Средства индивидуальной защиты органов чувств	73
	Средства индивидуальной защиты органов дыхания	74
	Средства индивидуальной защиты органов зрения	75
	Средства индивидуальной защиты органов слуха	76
	Средства индивидуальной защиты органов вкуса	77
	Средства индивидуальной защиты органов обоняния	78
	Средства индивидуальной защиты органов чувств	79
	Средства индивидуальной защиты органов дыхания	80
	Средства индивидуальной защиты органов зрения	81
	Средства индивидуальной защиты органов слуха	82
	Средства индивидуальной защиты органов вкуса	83
	Средства индивидуальной защиты органов обоняния	84
	Средства индивидуальной защиты органов чувств	85
	Средства индивидуальной защиты органов дыхания	86
	Средства индивидуальной защиты органов зрения	87
	Средства индивидуальной защиты органов слуха	88
	Средства индивидуальной защиты органов вкуса	89
	Средства индивидуальной защиты органов обоняния	90
	Средства индивидуальной защиты органов чувств	91
	Средства индивидуальной защиты органов дыхания	92
	Средства индивидуальной защиты органов зрения	93
	Средства индивидуальной защиты органов слуха	94
	Средства индивидуальной защиты органов вкуса	95
	Средства индивидуальной защиты органов обоняния	96
	Средства индивидуальной защиты органов чувств	97
	Средства индивидуальной защиты органов дыхания	98
	Средства индивидуальной защиты органов зрения	99
	Средства индивидуальной защиты органов слуха	100

(практическое занятие).18Травматический шок (лекция).19О
занятия).110Электротравма (лекция).111Отморожение (практ
занятия).112Утопление (практические занятия).113Первая по
травматических повреждениях, термических
поражениях и несчастных случаях (познавательная игра).114О
отравления (практические занятия).115Отравления алкоголем
(семинар).116Отравление угарным газом, фосфорорганическим
соединениями, уксусной кислотой (семинар).117Отравления ме
лекарствами, ртутью (семинар).118Первая помощь при отравле
(проектная деятельность).119Инфекционные заболевания (ле
инфекции (семинар).421Инфекции дыхательных путей (семинар)
инфекции (семинар).123Контактно-бытовые инфекции (семинар)
при инфекционных заболеваниях

(проектная деятельность).125Гипертонический криз (л

Инсульт. (практическое занятие)2

Раздел 5. Общая физическая подготовка курсантов
юнармейца (34 ч.) 1Вводное занятие. Инструкция по технике б
тестирование.12Общая физическая подготовка (теория и прак
осанка (теория и практика)24Игрогимнастика (теория и практик
(теория и практика)26Ритмическая гимнастика (теория и прак
физическая подготовка (теория и практика)12 ИТОГ

Содержание программы

Раздел 1. Историко-патриотический.

- 7 ноября - День проведения военного парада на Красной площади в Москве в ознаменование двадцать четвертой годовщины победы в социалистической революции (1941 год);
- 7 июля - День победы русского флота над турецким флотом в Чесменском сражении (1770 год);
- 10 июля - День победы русской армии под командованием Петра Первого над шведами в Полтавском сражении (1709 год);
- 9 августа - День первой в российской истории победы русского флота под командованием Петра Первого над шведами у мыса Гангут (1714 год);
- 24 декабря - День взятия турецкой крепости Измаил русскими войсками под командованием А.В. Суворова (1790 год);
- 11 сентября - День победы русской эскадры под командованием Ушакова над турецкой эскадрой у мыса Тендра (1790 год);
- 8 сентября - День Бородинского сражения русской армии под командованием М.И. Кутузова с французской армией (1812 год);
- 1 декабря - День победы русской эскадры под командованием Нахимова над турецкой эскадрой у мыса Синоп (1853 год);
- 23 февраля - День защитника Отечества;
- 5 декабря - День начала контрнаступления советских войск против немецко-фашистских войск в битве под Москвой (1941 год);
- 2 февраля - День разгрома советскими войсками немецко-фашистских войск в Сталинградской битве (1943 год);
- 23 августа - День разгрома советскими войсками немецко-фашистских войск в Курской битве (1943 год);
- 27 января - День полного освобождения Ленинграда от фашистской блокады (1944 год);
- 9 мая - День Победы советского народа в Великой Отечественной войне 1941 - 1945 годов (1945 год);
- 4 ноября - День народного единства.

Практика: выполнение тестовых заданий на знание материала.
Форма проведения занятий – практико-ориентированный диалог.

Раздел 2. Гражданская оборона.

Теория: Правила соблюдения ТБ на юнармейских занятиях юнармейца. Безопасность и защита человека в ЧС природного характера. Автономное существование человека в условиях п

Практика: Отработка полученных знаний на практике.

Раздел 4. Основы первой медицинской помощи.

Теория. Общие принципы первой помощи. Первая помощь при повреждениях. Первая помощь при термических поражениях. Первая помощь при отравлениях. Первая помощь при инфекционных заболеваниях. Первая помощь при внезапных заболеваниях.

Практика. Практическая работа на закрепление полученных знаний.

Форма проведения занятий - практико-ориентированные семинары и лекции.

Раздел 5. Общая физическая подготовка юнармейца.

Тема: Вводное занятие. Инструкция по технике безопасности при тестировании.

Теория. Знакомство. Правила техники и безопасности на занятиях по тестированию.

Практика. Игровые упражнения на общую физическую подготовку.

Тема: Общая физическая подготовка

Теория. Знакомство с терминологией, видами физической подготовки; изучение технических правил выполнения упражнений гимнастики; изучение технических правил выполнения упражнений

Практика. Практическая отработка различных видов упражнений

Тема 4: Правильная осанка

Практика:

– *Строевые упражнения.* Построения в шеренгу и в колонны. Повороты направо, налево. Строевые приемы «Становые» в образно-двигательных действиях. Перестроение из одной шеренги в две, три шеренги по ориентирам. Размыкание по ориентирам одной колонны в две, три колонны по выбранным водящим.

– *Общеразвивающие упражнения (ОРУ).* Комбинированные упражнения в стойках. Присед. Различные движения ногами в упоре стоя и лежа. Присев. Комбинированные упражнения в седах и положениях «турецки». Прыжки на двух ногах.

– *Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и гимнастические.* Дыхательные упражнения на осанку в седе и седе «по-турецки».

Тема: Фитнес-аэробика

Теория. Общие требования к осанке в занятиях фитнес-аэробикой.

Музыкальное сопровождение в фитнес-аэробике. Темп и ритм (формирование умений слышать музыку и выполнять движения).

Практика. Базовые шаги в аэробике, формирование навыков в выполнении основных (базовых) шагов и их разновидности, используемые в аэробике (формирование умений и навыков движений ног в сочетании с работой рук).

Построение комбинаций классической аэробики, использо-

Практика:

Классическая аэробика: выполнение базовых шагов (элементов) сменой лидирующей ноги, движения руками, простейшие комплексы из базовых шагов (элементов) под музыкальное и без музыкальное сочетание маршевых и синкопированных элементов (которые по два), сочетание маршевых и лифтовых элементов, комплексное развитие выносливости, гибкости, координации движений, силы

Степ - аэробика: выполнение базовых шагов (элементов) сменой лидирующей ноги, движения руками, простейшие комплексы из базовых шагов (элементов) под музыкальное и без музыкальное сочетание маршевых и синкопированных элементов (которые по два), сочетание маршевых и лифтовых элементов, комплексное воспитание общей выносливости, координации движений, силы

Функциональная тренировка (тренинг): упражнения и комплексы на развитие верхних и нижних конечностей, упражнения и комплексы на развитие выносливости, воспитание общей выносливости, координации движений

Материально-техническое обеспечение

1. Ноутбук, проектор, колонки
2. Методические разработки по темам программы
3. Рекомендации по проведению практических работ
4. Наглядные пособия
5. Видеофильмы