

Муниципальное бюджетное учреждение
дополнительного образования
«Центр внешкольной работы»
Лаишевского муниципального района
Республики Татарстан

Принято на заседании педагогического совета
Протокол от «27» 08 2018 г. № 1

Введена приказом
от «07» 09 2018 г. № 41

Директор МБУ ДО «ЦВР»

М. И. Шагина



Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности
«Юнармеец»
Возраст обучающихся: 12-18 лет
Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:
Шаймухаметов Радик Раузитович,
педагог дополнительного образования

г. Лаишево, 2018.

Оглавление

1. Пояснительная записка	3
2. Учебный план.....	5
3. Содержание учебного плана.....	6
4. Методическое, дидактическое и материально-техническое обеспечение реализации программы.....	7
5. Список рекомендуемой литературы.....	7
6. Приложение – Календарно-тематический план.....	8

1. Пояснительная записка

Программа разработана согласно следующих нормативно-правовых документов:

- Федеральный закон об образовании в Российской Федерации от 29 декабря 2012 года N 273-ФЗ;
- Приказ МО и Н РФ от 29.08.2013 г. № 1008 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам»;
- Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.4.3172-14;
- Положение о разработке дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программа реализуемых в МБУ ДО «Центр внешкольной работы» Лаишевского муниципального района Республики Татарстан.

Актуальность - подготовка юношей к службе в вооруженных силах России. Так как служба в вооруженных силах России с 2008 года составляет 1 год, то объединение «Юнармеец» по подготовке учащихся к службе в армии является более чем актуальным. Эта работа решает проблемы первоначальной подготовки призывников и адаптации их в воинском коллективе.

Программа «Юнармеец» позволяет готовить будущих призывников к службе в армии. В программе предусмотрены теоретические разделы (история вооруженных сил) физическая подготовка, огневая подготовка, защита от ОМП.

Программа дает возможность учащимся получить глубокие теоретические знания и закрепление практикой с выездом учащихся объединения на учебно-полевые сборы.

Цель программы:

- сформировать правильное представление о роли государства в области обороны, о Вооружённых силах и других силовых структурах РФ, о воинской службе, и жизни, быте военнослужащих, их правах и обязанностях, готовность осознано выполнить свой священный долг по защите отечества с оружием в руках.

Образовательная цель: формирование гармонически развитой, здоровой в физическом, морально-нравственном отношении личности обучающегося, имеющего активную жизненную позицию и развитое патриотическое осознание ответственности за судьбу отечества.

Развивающая цель: сформировать у обучающихся средствами дополнительного образования творческую продуктивность мышления, самостоятельность и нестандартность принимаемых решений

Воспитывающая цель: сформировать волевою сферу обучающихся, завершить психологическую подготовку к службе в Вооружённых силах Р.Ф.

Задачи программы:

- дать начальные знания по основами обороны государства, познакомит со структурой Вооружённых сил;
- назначение видов и родов войск, их вооружением и боевыми возможностями;

- дать представление о требованиях, предъявляемых к будущему военнослужащему, о порядке призыва и прохождения службы, научить выполнять обязанности солдата, дневального, часового, командира отделения.
- научить действовать в строю;
- научить стрелять из пневматического оружия, метать гранаты в цель;
- научить действовать в бою, в разведке, на марше, в дозоре, в наступлении, в обороне.

Сроки и этапы реализации программы

Данная программа рассчитана на учащихся 12-18 лет.

Срок реализации программы - 1 год:

1 год обучения – 144 часа (2 раза в неделю по 2 часа).

Организация занятий, формы и методы работы

Каждое занятие состоит из следующих частей:

1. Общее построение, на котором делаются объявления, сообщения и объявляется тема занятий.
2. Строевые тренировки по закреплению изученных строевых приёмов.
3. Изучение нового материала (теория и практика).
4. Общефизическая разминка.
5. Выработка умений и навыков в составе групп, работающих по групповой системе (переходя с одного рабочего места на другое).
6. Подведение итогов. При проведении занятий максимально используется Принцип наглядности, с этой целью применяются: видеофильмы, плакаты, учебное оружие и снаряжение, макеты вооружения, личный показ преподавателя.

Ожидаемый результат

Должны знать: - возможные аварийные ситуации в жилище;

- правила поведения на природе;
- основные мероприятия ГО по защите населения от последствий Ч.С;
- техническое состояние пневматического оружия;
- правила поведения на огневом рубеже;
- устройство автомата Калашникова;
- общевоинские уставы;
- историю Вооружённых сил Р.Ф;

Уметь: - пользоваться первичными средствами пожаротушения;

- оказывать первую медицинскую помощь при кровотечениях, растяжениях, при тепловом и солнечном ударах;
- стрелять из пневматической винтовки, пистолета;
- разбирать и собирать автомат Калашникова;
- одевать ОЗКа, противогаз ГП-5, респиратор;
- применять приёмы рукопашного боя;
- различать воинские звания.

Формы подведения итогов

Участие в районных, республиканских военно-патриотических мероприятиях, соревнованиях, конкурсах.

2. Учебный план

№	Название темы	Общее кол-во часов	В т. ч.		Формы аттестации/ контроля
			теория	практика	
1	Введение (комплектование группы)	1	1	-	зачет
2	Огневая подготовка	19	11	8	зачет
3	Чрезвычайные ситуации	25	13	12	зачет
4	История Вооружённых сил	20	10	10	зачет
5	Прикладная физическая подготовка	30	15	15	зачет
6	Строевая подготовка	36	12	24	зачет
7	Подготовка к районным соревнованиям, состязаниям, играм	13	-	13	зачет
	Итого часов	144	62	82	

3. Содержание учебного плана

1. Введение - 1 ч.

Комплектование групп.

2. Огневая подготовка - 19 ч.

Пневматическое оружие, его устройство, технические данные. Правила пользования. Уход. Правила поведения и ТБ при стрельбе из пневматического оружия. Правила прицеливания и удержание. Пристрелка винтовки и выбор мишени. Номера мишеней и расстояние до них. Корректировка стрельбы. Стрельба стоя. Основы стрельбы, лёжа с жёсткого упора. Стрельба с положения, стоя на колене Основы стрельбы, лёжа с упором через локоть, предплечье. Чистка и смазка оружия, стрельба из пневматического оружия правила использования и ТБ при стрельбе. Стрельба из пневматического оружия стоя.

3. Чрезвычайные ситуации - 25 ч.

Ч.С в природе. Землетрясения. Способы защиты. Оползень, сели, обвалы, наводнения. Способы защиты. Ч.С Техногенного характера. Аварии на объектах народного хозяйства. Химические опасные объекты в вашем городе. Аварии с выбросом радиоактивных веществ.

Правила пожарной безопасности. Цели и задачи ЮДПД. Противопожарный режим в школе, в доме, квартире. Первичные средства пожаротушения. Правила дорожного движения. Движения пешеходов, на велосипеде и мопеде. Основы медицинских знаний. Наложение повязок на палец, кисть, локоть, колено.

4. История В.С. - 20 ч.

Зарождение и становление ВС русского государства. Первые русские солдаты, офицеры, женщины офицеры. Одни из первых уставных документов на Руси и появление первых воинских званий. Первые советские военно-учебные заведения. Первые уставы советских ВС. Первые герои советского Союза. Первая в ВОВ наступательная операция Советской армии. Партизанское движение в период ВОВ от Дениса Давыдова до Михаила Дробова. История Родос войск, спец. Войск и тыла. Подвиги солдат СА в Афганистане. Подвиги солдат и офицеров РА в горных точках. Предшественники войск специального назначения. Спец. группа развед. управление Генштаба. Спец. группы ОМЕБОН (ОСНАЗ) Морская пехота (развед. роты) ВДВ (развед. роты) ВВ (подразделение сил спецназ)

5. Прикладная физическая подготовка - 30 ч.

Упражнение на перекладине. Упражнение на брусках. Разучивание и тренировка в выполнении подготовительных приёмов Рукопашного Боя, самострахование подготовка к бою, передвижение и выполнение подготовительных приёмов в комплексе, совершенствование приёмов, задней подножки. Связывание приёмов защиты от ударов рукой, ногой, освобождение от захватов противника. Совершенствование приёмов самострахования. Разучивание приёмов, задняя подножка, связывание противника. Разучивание и тренировка в выполнении приёмов защиты от ударов ножом сверху, снизу, сбоку, прямо. Обезоруживание противника, комплексные тренировки совершенствования приёмов. Медитация и акробатика.

6. Строевая подготовка - 36 ч.

Строй и управление ими. Обязанности солдата перед построением и в строю. Обязанности командиров перед построением и в строю. Строевая стойка и повороты на месте. Движение строевым шагом. Повороты в движении, строевая стойка. Повороты на месте, построение из одной шеренги в две и обратно. Практические. Строевой шаг. Повороты в движении. Отдания воинского приветствия на месте. Отдания воинского приветствия на месте и в движении. Ответ на приветствие в движении. Выход из строя, подход к начальнику. Возвращение в строй, совершенствование строевых приёмов. Развёрнутый строй. Походный строй. Построение отделения в развёрнутый строй. Перестроение отделения из развёрнутого в походный и обратно. Разминание и сминание строя. Отдание воинского приветствия с строем на месте, в движении. Строй взвода. Развёрнутый строй, походный. Совершенствование в отдаании воинского приветствия в строю, на месте и в движении.

7. Подготовка к районным соревнованиям, состязаниям, играм - 13 ч.

4. Методическое, дидактическое и материально-техническое обеспечение реализации программы

Материально-техническая база объединения позволяет проводить занятия, но её необходимо пополнять – камуфлированной формой, макетами АКМ, винтовками пневматическими.

Материально–техническая база:

видеофильмы: «Оружие Калашникова», « Ракетные войска стратегического назначения», « Мины ВС РФ», « Вооружение Российской армии»;

комплекты плакатов: «Строевая подготовка», «Тактическая подготовка», «Проведение аварийно - спасательных работ в зоне бедствий», «Гражданская оборона»; пневматические винтовки; противогаз ГП – 5, сапёрные лопаты; полоса препятствий, спортивный городок, строевая площадка, спортивный зал.

5. Список рекомендуемой литературы

1.А.Д.Дворкин «Стрельба из пневматических винтовок», Москва, «ДОСААФ СССР», 1986

2.А.И. Аверин, И.Ф. Выдрин «Начальная военная подготовка», Москва «Просвещение», 1984

3.М.Я. Жилина «Методика тренировки стрелка-спортсмена» Москва, «ДОСААФ СССР», 1986

**Календарный учебный график
на 2018-2019 уч.год**

№ п/п	Название темы	Кол-во часов	Дата проведения занятия	Форма занятия	Форма контроля
1	Введение	2	05.09		
Огневая подготовка					
2	Пневматическое оружие, его устройство, технические данные. Правила пользования.	2	07.09	Лекция	Зачёт
3	Правила пользования. Ухо/и Правила поведения и ТБ при стрельбе из пневмат. оружия	2	12.09	Практика	тест
4	Правила прицеливания и удержание. Пристрелка винтовки и выбор мишени.	2	14.09	Практика	тест
5	Номера мишеней и расстояние до них. Корректировка стрельбы. Стрельба стоя	2	19.09	Практика	Зачёт
6	Основы стрельбы лёжа с жёсткого упора. Стрельба с положения стоя на колене	2	21.09	Практика	тест
7	Основы стрельбы лёжа с упором через локоть, предплечье	2	26.09	Практика	Зачёт соревнования.
8	Чистка и смазка оружия стрельба, правила использования и ТБ при стрельбе	2	28.09	Лекция	Зачёт и соревнования
9	Стрельба из пн. оружия стоя.	2	03.10	Практика	Зачёт и соревнования
10	Стрельба из пн. оружия из положения лёжа. Чистка и смазка оружия	2	05.10	Практика	соревнования
11	Соревнование по стрельбе из пн. оружия (личное первенство)	2	10.10	Соревнование	Зачёт и Зачёт и соревнования
Чрезвычайные ситуации					
12	Ч.С в природе. Землетрясения. Способы защиты	2	12.10	Лекция	Собеседование
13	Оползень, сели, обвалы, наводнения. Способы защиты	2	17.10	Лекция	викторина
14	Ч.С. Техногенного характера. Аварии на объектах народного хоз-ва	2	19.10	Лекция, практика	тест
15	Хим. Опасные объекты в вашем городе. Аварии с выбросом радиоактивных вещ-в	2	24.10	Лекция, практика	тест
16	Способы защиты	2	26.10	Диспут, практика	Зачёт
17	Правила пожарной безопасности БОГ1Д. Цели и задачи ЮД11.Д	2	31.10	Проект, практика	тест

18	Противопожарный режим в школе, в доме, квартире. Первичные средства пожаротушения.	2	02.11	Лекция, практика	Собеседование викторина
19	Правила дорожного движения. Движения пешеходов, на велосипеде, на мопеде.	2	07.11	Лекция, практика	тест
20	Дорожные знаки	2	09.11	Лекция, практика	Зачёт
21	Дорожные знаки	2	14.11	Лекция, практика	Зачёт
22	Основы медицинских знаний. [Наложение повязок на палец, кисть, локоть, колено.	2	16.11	Лекция, практика	Собеседование
23	Наложение повязок на голову, живот, остановка кровотечения жгутом	2	21.11	Практика	викторина
24	Искусственное дыхание. Эвакуации пострадавших	2	23.11	Практика	тест
25	Способы безносилочного переноса пострадавших	2	28.11	Практика	Зачёт
История вооруженных сил					
26	Зарождение и становление ВС русского государства. Первые русские солдаты, офицеры, женщины офицеры	2	30.11	Лекция, практика	Зачёт
27	Одни из первых уставных документов на Руси и появление первых воинских званий	2	05.12	Лекция, практика	Собеседование
28	Первые советские военно-учебные заведения. Первые уставы советских ВС	2	07.12	Лекция, практика	викторина
29	Первые герои сов. Союза. Первая в ВОВ поступательная операция Советской армии	2	12.12	Лекция, практика	Зачёт
30	Партизанское движение в период ВОВ от Дениса Давыдова до Михаила Дробова	2	14.12	Лекция, практика	Зачёт
31	История Родос войск, спец. войск и тыла. Подвиги солдат Советской армии в Афганистане	2	19.12	Лекция, практика	тест
32	Подвиги солдат и офицеров Российской армии в гор. точках. Предшественники войск спец. назначения	2	21.12	Лекция, практика	Собеседование викторина
33	Спец. группы развед. управление Генштаба. Спец. группы ОМЕБОН (ОСНАЗ)	2	26.12	Лекция, практика	тест
34	Мор. пехота (развед. роты) ВДВ (развед.	2	28.12	Лекция,	тест

	роты)			практика	
Прикладная физическая подготовка					
35	Упражнения на брусьях. Разучивание и тренировка в выполнении подготовительных приемов рукопашного боя.	2	09.01	Практика	Собеседование
36	Самострахование подготовка к бою.	2	11.01	Практика	зачет
37	Передвижение и выполнение подготовительных приёмов в комплексе	2	16.01	Практика	Собеседование
38	Совершенствование приёмов «задней подножки»	2	18.01	Практика	Собеседование
39	Связывание приёмов защиты от ударов рукой, ногой.	2	23.01	Практика	Собеседование
40	Освобождение от захватов противника.	2	25.01	Практика	зачет
41	Совершенствование приёмов самострахования.	2	06.02	Практика	Собеседование
42	Разучивание приёмов «задняя подножка», связывание противника. Разучивание и	2	08.02	Практика	зачет
43	Разучивание и тренировка в выполнении приёмов защиты от ударов ножом сверху, снизу, сбоку, прямо.	2	13.03	Практика	Собеседование
44	Обезоруживание противника	2	15.02	Практика	Собеседование
45	Тренировки в совершенствовании приёмов.	2	20.02	Практика	зачет
46	Медитация и акробатика	2	22.02	Практика	Собеседование
47	Разучивание приёмов защиты от ударов ногой	2	27.02	Практика	Собеседование
48	Комплексные тренировки в совершенствовании изученных приёмов	2	01.03	Практика	зачет
49	Комплексные тренировки в совершенствовании изученных приёмов	2	06.03	Практика	
Строевая подготовка					
50	Строй и управление ими. Обязанности солдата перед построением и в строю	2	13.03	Лекция, практика	Собеседование
51	Обязанности командиров перед построением и в строю. Строевая стойка и повороты на месте	2	15.03	Практика	зачет
52	Движение строевым шагом. Повороты в движении, строевая стойка	2	20.03	Лекция, практика	Собеседование
53	Движение строевым шагом. Повороты в движении, строевая стойка	2	22.03	Практика	Собеседование
54	Повороты на месте, построение из одной шеренги в две и обратно	2	27.03	Лекция, практика	Собеседование
55	Практические. Строевой шаг. Повороты в движении.	2	29.03	Практика	зачет

56	Отдания воинского приветствия на месте и в движении. Ответ на приветствие в движении. Выход из строя, подход к начальнику.	2	03.04	Лекция, практика	Собеседование
57	Возвращение в строй, совершенствование строевых приёмов.	2	05.04	Лекция, практика	Собеседование
58	Развёрнутый строй. Походный строй. Построение отделения в развёрнутый строй	2	10.04	Практика	Собеседование
59	Перестроение отделения из развёрнутого в походный и обратно. Разминание и сминание строя	2	12.04	Лекция, практика	Собеседование
60	Отдание воинского приветствия с строем на месте, в движении. Строи взвода. Развёрнутый строй, походный	2	17.04	Лекция, практика	зачет
61	Совершенствование в отдании воинского приветствия в строем, на месте и в движении	2	19.04	Практика	
Подготовка к районным соревнованиям, состязаниям, играм					
62	Подготовка к районным соревнованиям, состязаниям, играм.	2	24.04	Практика	Собеседование
63	Подготовка к районным соревнованиям, состязаниям, играм.	2	26.04	Практика	Собеседование
64	Подготовка к районным соревнованиям, состязаниям, играм.	2	03.05	Практика	Собеседование
65	Подготовка к районным соревнованиям, состязаниям, играм.	2	08.05	Практика	Собеседование
66	Подготовка к районным соревнованиям, состязаниям, играм.	2	10.05	Практика	Собеседование
67	Подготовка к районным соревнованиям, состязаниям, играм.	2	15.05	Практика	Собеседование
68	Подготовка к районным соревнованиям, состязаниям, играм.	2	17.05	Практика	Собеседование
69	Подготовка к районным соревнованиям, состязаниям, играм.	2	22.05	Практика	Собеседование
70	Подготовка к районным соревнованиям, состязаниям, играм.	2	24.05	Практика	Собеседование
71	Подготовка к районным соревнованиям, состязаниям, играм.	2	29.05	Практика	Собеседование
72	Итоговое занятие	2	31.05	практика	
	Итого часов	144			