

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя  
общеобразовательная школа с. Бошняково Углегорского городского округа  
Сахалинской области имени Дорошенкова Павла Ивановича

Рассмотрена  
на заседании методического совета  
с.Бошняково  
от 26.08.2024 г.  
Протокол № 3



**УТВЕРЖДАЮ**  
Директор МБОУ СОШ  
имени Дорошенкова П.И.  
М.А.Смоляр  
Приказ № 306-ОД от 26.08.2024г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
«Юнармия»**

Направленность: социально-гуманитарная  
Уровень усвоения: стартовый  
Адресат программы: дети 11 – 17 лет  
Срок реализации программы: 1 год

Бубенцов Дмитрий Александрович,  
педагог дополнительного  
образования

с. Бошняково  
2024

## СОДЕРЖАНИЕ

### **1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК**

|                                   |   |
|-----------------------------------|---|
| 1.1 ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА .....   | 3 |
| 1.2 ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ. .... | 4 |
| 1.3 УЧЕБНЫЙ ПЛАН .....            | 4 |
| 1.4 СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ .....    | 5 |
| 1.5 ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ .....  | 6 |

### **2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО – ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ**

|  |    |
|--|----|
| 2.1. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК .....  | 7  |
| 2.2 УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ..... | 8  |
| 2.3 ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ .....             | 9  |
| 2.4 ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ .....          | 10 |
| 2.5 СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ .....            | 13 |

## 1.Комплекс основных характеристик

### 1.1 Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа «ЮНАРМИЯ» имеет **социально – гуманитарную направленность** и призвана решать проблему патриотического воспитания, способствовать формированию у обучающихся общественно значимых ориентаций, готовности к военной службе.

Проблема патриотического воспитания подрастающего поколения всегда стояла в центре внимания педагогической науки, всего общества, так как любовь к Родине, стремление к её процветанию является основой могущества государства

Содержание данной программы воспитывает у подростков уважение и любовь к Родине, её героическому прошлому, к традициям Вооружённых Сил, способствует формированию знаний, умений и навыков, необходимых для подготовки будущих защитников Отечества, сохранению и укреплению здоровья, развитию социальной активности обучающихся, решению проблемы расширения образовательного пространства.

Всё это делает программу значимой и актуальной.

**Тип программы:** стартовая

**Адресат программы** Программа предназначена для учащихся 11 – 17 лет.

**Форма обучения:** очная

**Формы организации:** фронтальные (беседа, лекция, проверочная работа); групповые (олимпиады, фестивали, соревнования); индивидуальные (инструктаж, разбор ошибок).

**Формы контроля:**

Контроль по общей и специальной физической подготовке осуществляется по специальным нормативам для девушек и юношей.

Для определения эффективности образовательного процесса используются следующие способы отслеживания результатов:

-общеобразовательный аспект – наблюдение, опрос, тестирование и др.

-развивающий аспект – наблюдение, тестирование и др.

-воспитательный аспект – наблюдение.

### 1.2. Цель и задачи программы

**Цель программы** — способствовать патриотическому воспитанию обучающихся и ориентировать их на службу в армии и других силовых структурах РФ.

**Задачи программы:**

— дать подросткам основные теоретические знания по разделам: «Военная история», «Общевойсковые уставы Вооружённых Сил РФ», «Огневая (стрелковая) подготовка», «Военная топография», «Рукопашный бой» и др.

— привить практические навыки в избранной области деятельности в условиях максимально приближенных к реальным;

- развивать физические способности подростков;
- содействовать сохранению и укреплению здоровья воспитанников;
- способствовать воспитанию чувства патриотизма, коллективизма, морально-нравственных, волевых качеств обучающихся;
- развивать активность и самостоятельность, коммуникативные способности воспитанников;
- организовать разумный, созидательный досуг и отдых для обучающихся;
- создать условия необходимые для более быстрой адаптации к армейской среде;
- ориентировать участников объединения на выбор профессии, связанной с защитой Отечества;
- осуществлять взаимодействие с военно-патриотическими организациями, объединениями, образовательными учреждениями, занимающимися решением подобных задач.

Отличительной особенностью программы является достижение высокого результата в профессиональной подготовке обучающихся к армейской службе или подготовке к обучению в военных учебных заведениях.

Для реализации этой цели осуществляется:

- теоретическая, практическая и физическая подготовка обучающихся;
  - нравственно-патриотическое воспитание;
- сотрудничество «педагог – воспитанник — родители».

### 1.3. Учебный план

| № п/п | Раздел программы   | Количество часов |        |          |
|-------|--|------------------|--------|----------|
|       |  | всего            | теория | практика |
| 1     | Введение   | 2                | 2      |          |
| 2     | Общая и специальная физическая подготовка                            | 17               |        | 17       |
| 3     | Медицинская подготовка   | 6                |        | 6        |
| 4     | Выживание в экстремальных ситуациях                                  | 7                |        | 7        |
| 5     | Радиационная, химическая, биологическая защита и гражданская оборона | 2                |        | 2        |
| 6     | Итого  | 34               | 2      | 32       |

## 1.4. Содержание учебной программы

### *Раздел «Введение»*

1.1 Введение в курс «Юнармеец». Инструктаж по технике безопасности на занятиях объединения.

### **I. Блок «Спортивно-оздоровительный»**

#### *Раздел 1 «Общая и специальная физическая подготовка»*

1.1 Техника безопасности и охрана здоровья на занятиях ОФП

1.2 Гимнастические упражнения на перекладине, брусьях, лазание по канату, прыжки через спортивные снаряды.

1.3 Силовые упражнения без снарядов, со снарядами, на перекладине.

1.4 Легкоатлетические упражнения: челночный бег, бег на разные дистанции.

1.5 Самостраховка, элементы специальной акробатики (падения, кувырки, перекаты).

1.6. Прохождение марш-броска с различными вводными, полосы препятствий.

#### *Раздел 1 «Медицинская подготовка»*

1.1 Общие принципы оказания первой медицинской помощи. Понятие о десмургии. Виды ран, кровотечений, первая медицинская помощь.

1.2 Первая медицинская помощь при повреждении костей, суставов, мышц.

#### *Раздел 2 «Выживание в экстремальных ситуациях»*

2.1 Понятие о выживании. Экстремальные ситуации.

2.2 Факторы риска, факторы обеспечивающие выживание. Инструменты выживания, аварийный комплект.

2.3 Медицинское обеспечение при выживании.

2.4 Основные способы ориентирования. Приметы погоды и определение времени.

2.5 Добывание воды, огня в полевых условиях.

#### *Раздел 3 «Радиационная, химическая, биологическая защита и гражданская оборона»*

3.1 МЧС, его задачи. Знакомство с профессией спасателя.

3.2 Чрезвычайные ситуации. Сигналы оповещения при чрезвычайных ситуациях. Действия населения при сигналах оповещения.

3.3 Средства индивидуальной защиты, их использование. Знакомство с работой приборов радиационной, химической, биологической защиты (РХБЗ).

## 1.5. Планируемые результаты

### **Личностные:**

Осознанное ценностное отношение к национальным базовым ценностям, России, своему народу, своему краю, отечественному культурно-историческому наследию, государственной символике, законам РФ, русскому и родному языку, народным традициям, старшему поколению; сформированная гражданская компетенция. Понимание и осознание моральных норм и правил нравственного поведения, в том числе этических норм взаимоотношений в семье, между поколениями, носителями разных убеждений, представителями различных социальных групп. Положительный опыт взаимодействия со сверстниками, старшим поколением и младшими детьми в соответствии с общепринятыми нравственными нормами; сформированная коммуникативная компетенция.

Способность эмоционально реагировать на негативные проявления в детском обществе и обществе в целом, анализировать нравственную сторону своих поступков и поступков других

Людей Понимание и осознаний взаимной обусловленности физического, нравственного, психологического, психического и социально-психологического здоровья человека. Осознание негативных факторов, пагубно влияющих на здоровье. Умение делать осознанный выбор поступков, поведения, образа жизни, позволяющих сохранить и укрепить здоровье.

Представление об основных компонентах культуры здоровья и здорового образа жизни. Потребность заниматься физической культурой и спортом, вести активный образ жизни.

### **Метапредметные:**

#### **Регулятивные:**

умение ставить цель своей деятельности на основе имеющихся возможностей; умение оценивать свою деятельность, аргументируя при этом причины достижения или отсутствия планируемого результата (участие в соревнованиях и смотрах); формирование умения находить достаточные средства для решения своих учебных задач; демонстрация приёмов саморегуляции в процессе подготовки мероприятий разного уровня, участие в них, в том числе и в качестве конкурсанта.

#### **Познавательные:**

умение осознавать свое место в военно-патриотических акциях; навык делать выводы, устанавливать причинно-следственные связи на основе полученной информации о времени, эпохе при знакомстве с работами известных военных конструкторов и действий полководцев; анализ и принятие опыта разработки и реализации проекта исследования разной сложности; умение самостоятельно находить требуемую информацию, ориентироваться в информации, устанавливать взаимосвязи между событиями и явлениями; критическое оценивание содержания и форм современных внутригосударственных и международных событий; овладение культурой активного использования печатных изданий и интернет ресурсами.

#### **Коммуникативные:**

умение организовать сотрудничество и совместную деятельность с педагогом и сверстниками в отряде; приобретение навыков работы индивидуально и в коллективе для решения поставленной задачи; умение находить общее решение и разрешать конфликты; соблюдение норм публичного поведения и речи в процессе выступления.

## **2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО – ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ**

### **2.1. Календарный учебный график**

Календарный учебный график определяет количество учебных недель и количество учебных дней, даты начала и окончания учебных периодов/этапов (Приложение 3)

| Год обучения | Дата начала занятий | Дата окончания занятий | Количество учебных недель | Количество дней | Количество часов | Режим занятий          |
|--------------|---------------------|------------------------|---------------------------|-----------------|------------------|------------------------|
| 20204-2025   | 02.09.2024          | 28.05.2025             | 34                        | 170             | 68               | 1 раз в неделю (1 час) |

## 2.2 Условия реализации программы

### Кадровые условия реализации программы:

Реализацию программы в образовательной организации осуществляет педагог дополнительного образования, имеющий среднее профессиональное или высшее образование (в том числе по соответствующему направлению) и отвечающим квалификационным требованиям, указанным в квалификационных справочниках и профессиональном стандарте педагога дополнительного образования детей и взрослых (ФЗ № 273, ст.46)

## 2.3 Формы аттестации

Отслеживание результатов и эффективности освоения программы проводится в ходе входного, текущего (на каждом занятии) и итогового контроля.

Для оценки качества освоения программы применяются опросы, контрольные упражнения, нормативы, тесты, наблюдение, анкеты, а также результаты, показанные юнармейцами в военно-спортивных соревнованиях, смотрах, конкурсах.

Результаты сформированных компетенций и личностных качеств отслеживаются посредством анкетирования и наблюдения за поведением юнармейцев в различных ситуациях.

## 2.4 Оценочные материалы

1. Контрольные нормативы по физической культуре и начальной военной подготовке



| Наименование норматива                             | Условия выполнения норматива   | Единица измерения | Результат   |             |             |
|--|--|-------------------|-------------|-------------|-------------|
|  |  |                   | высокий     | средний     | низкий      |
| <b>Метание гранаты 700 гр.</b>                     | Выполняется с места или с разбега в коридор шириной 10 метров, выполняется гранатойФ – 1.  | м.                | <b>40</b>   | <b>35</b>   | <b>32</b>   |
| <b>Неполная разборка автомата</b>                  | Автомат на столе. обучаемый находится у оружия. По команде приступает к разборке   | сек.              | <b>13</b>   | <b>14</b>   | <b>17</b>   |
| <b>Сборка автомата Калашникова</b>                 | Сборка автомата Калашникова производится в обратной последовательности   | сек.              | <b>23</b>   | <b>25</b>   | <b>30</b>   |
| <b>Стрельба по неподвижным целям</b>               | Начальное упражнения из автомата. Стрельба ведется с места по неподвижным целям, лежа  | очки              | <b>25</b>   | <b>20</b>   | <b>15</b>   |
| <b>Надевание противогаза ГП - 5</b>                | Противогазы находятся в походном положении. Надевают по команде «ГАЗЫ». Каждая ошибка снижает оценку на один балл.                     | сек.              | <b>8</b>    | <b>9</b>    | <b>10</b>   |
| <b>Надевание противогаза на пораженного</b>        | Обучаемый в противогазе находится около пораженного со стороны головы. По команде, одевает противогаз на пораженного.                  | сек.              | <b>15</b>   | <b>16</b>   | <b>17</b>   |
| <b>Надевание респиратора Р – 1</b>                 | Респираторы находятся у обучаемых в походном положении. По команде «Респиратор надеть» – выполняют норматив.                           | сек.              | <b>8</b>    | <b>9</b>    | <b>10</b>   |
| <b>Надевание ОЗК «Плащ в рукава» и противогаза</b> | Средства защиты в походном положении. По команде «Плащ в рукава, чулки, перчатки надеть» «Газы» выполняют в последовательности команд. | мин. сек.         | <b>3,30</b> | <b>4,00</b> | <b>4,30</b> |

|   |  |      |    |    |    |
|---|--|------|----|----|----|
| <b>Надевание ОЗК в виде накидки и противогаза</b> | Средства защиты в походном положении. По команде «Химическая тревога» надевают противогаз, плащи в виде накидки. | сек. | 40 | 45 | 55 |
|---|--|------|----|----|----|

2. Для определения уровня развития скоростных возможностей, выносливости, силы, гибкости, уровня развития скоростно-силовых возможностей, координационных способностей, уровня овладения прикладными навыками могут использоваться также нормативы ВФСК ГТО для третьей ( 11-12 лет) и четвертой (13-15 лет).

3. В качестве оценочных материалов - критериев и показателей усвоения знаний и развития навыков могут использоваться методические рекомендации, условия проведения городских, областных военно-спортивных соревнований в соответствии с Положениями о проведении: Военно-спортивная игра юнармейцев Кемеровской области «Во славу Отечества», детско-юношеская военно-спортивная игра среди юнармейских отрядов «Юнармейцы вперед!» и другие.

## 2.5 Список литературы

1. Брюнин А.И. Учебно-наглядное пособие (сборник учебно-тренировочных и контрольно-проверочных карт) по огневой подготовке МУДО «Центр внешкольной работы «Подросток». 2018г.
2. Брюнин А.И. Методическое пособие по мониторингу зрительной и оперативной памяти юнармейцев. Оренбург – МАУДО «ЦВР «Подросток». 2018г.
3. Брюнин А.И. Методическое пособие по военной топографии. 2019г.
4. Брюнин А.И. Методическое пособие по воздушно-десантной подготовке. 2019г.
5. Военная топография. (Учебник для юнармейцев учебных подразделений). – М.: Военно-топографическое управление генерального штаба, 2016.
6. Гордиенко А.Н. Войны второй половины XX века (Энциклопедия военного искусства). - Мн .: Литература, 2018. – 544 с.
7. Гордиенко А.Н. Командиры второй мировой войны (Энциклопедия военного искусства). - Мн .: Литература, 2018. – 544 с
8. Зяблинцева М.А. Моментальные приемы запоминания. Мнемотехника разведчиков. Ростов н/Д: Феникс, 2016. -160с.
- 9, Луйк В.Э. Практическое пособие по реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Юнармеец» (военно-патриотическое воспитание).
10. Луйк С.С. Практическое пособие по реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Юнармеец», культурно-эстетический блок I часть.
11. Наставление по физической подготовке в ВС и ВМФ (НФП – 2001).- М.: Воениздат, 2011.
12. Ненахов Ю.Ю. Воздушно-десантные войска во второй мировой войне (Энциклопедия военного искусства). - М.: Литература, 2018. – 480 с.

13. Организация вооружения и тактика действия иностранных армий. учебное пособие. – М.: Воениздат, 2017.
14. Основы рукопашного боя. – М.: Воениздат, 2018.- 226
15. Петров В.В. Снайперы (Энциклопедия военного искусства). - Мн. : Литература, 2017. – 624 с.
16. Полезные советы воину. Учебное пособие.– М.: Воениздат, 2014.- 552с.
17. Подготовка войскового разведчика. Учебное пособие. – М.: Воениздат, 2014.
18. Подготовка разведчика системы ГРУ: учебное пособие.– М.: Прогресс, 2018.
19. Подготовка разведчика. – Мн.: Харвест, М.: АСТ, 2019. – 400с – (Настольная книга будущего командира).
20. Португальский. Первые и впервые. Военная история Отечества. – М.: ООО «Издательский дом «Перспектив-АП», 2017.-288.

### Список литературы для юнармейцев:

1. Военная топография. (Учебник для юнармейцев учебных подразделений). – М.: Военно-топографическое управление генерального штаба, 2016.
2. Кукушкин А.В. Воспоминания начальника разведки ВДВ. – Чита.: 2014. – 100с.
3. Мохунов Г.А. Герои Оренбуржья.- Оренбург.: Издательский центр ОГАУ, 2013. – 375.
4. Наставление по воздушно-десантной подготовке. Учебное пособие. – М.: Воениздат, 2017.
5. Организация вооружения и тактика действия иностранных армий. учебное пособие. – М.: Воениздат, 2017.
6. Основы рукопашного боя. – М.: Воениздат, 2017.- 226с.
7. Полезные советы воину. Учебное пособие.– М.: Воениздат, 2014.- 552с.

### Приложение 1.

#### Календарно – тематическое планирование

| №<br>п/п | №<br>урока<br>по<br>разделу. | Тематическое содержание | Кол-во<br>часов | Дата | Примечание |
|----------|------------------------------|-------------------------|-----------------|------|------------|
|          |                              |                         |                 |      |            |

|       |     |  |           |  |  |
|-------|-----|--|-----------|--|--|
|       |     | <b>Введение</b>  | <b>2</b>  |  |  |
| 1-2   | 1-2 | Введение в курс «Юнармеец». Инструктаж по технике безопасности на занятиях объединения.                | 2         |  |  |
|       |     | <b>«Общая и специальная физическая подготовка»</b>   | <b>17</b> |  |  |
| 3     | 1   | Техника безопасности и охрана здоровья на занятиях ОФП   | 3         |  |  |
| 4-5   | 2-3 | Гимнастические упражнения на перекладине, брусьях, лазание по канату, прыжки через спортивные снаряды. | 5         |  |  |
| 6-7   | 4-5 | Силовые упражнения без снарядов, со снарядами, на перекладине.   | 3         |  |  |
| 8-9   | 6-7 | Легкоатлетические упражнения: челночный бег, бег на разные дистанции.                                  | 3         |  |  |
| 10-11 | 8-9 | Самостраховка, элементы специальной акробатики (падения, кувырки, перекаты).                           | 2         |  |  |
| 19    | 17  | Прохождение марш-броска с различными вводными, полосы препятствий.                                     | 1         |  |  |
|       |     | <b>Медицинская подготовка</b>  | <b>6</b>  |  |  |
| 20-23 | 1-4 | Общие принципы оказания первой медицинской помощи. Понятие о десмургии                                 | 4         |  |  |
| 24-25 | 5-6 | Первая медицинская помощь при повреждении костей, суставов, мышц                                       | 2         |  |  |
|       |     | <b>Выживание в экстремальных ситуациях</b>   | <b>7</b>  |  |  |
| 26    | 1   | Понятие о выживании. Экстремальные ситуации.   | 1         |  |  |
| 27    | 2   | Факторы риска, факторы обеспечивающие выживание. Инструменты выживания                                 | 1         |  |  |
| 28    | 3   | Медицинское обеспечение при выживании.   | 1         |  |  |
| 29-30 | 4-5 | Основные способы ориентирования. Приметы   | 2         |  |  |

|       |     |  |          |  |  |
|-------|-----|--|----------|--|--|
|       |     | погоды и определение времени.  |          |  |  |
| 31-32 | 6-7 | Добывание воды, огня в полевых условиях.                                       | 2        |  |  |
|       |     | <b>Радиационная, химическая, биологическая защита и гражданская оборона</b>    | <b>2</b> |  |  |
| 33    | 1   | МЧС, его задачи. Знакомство с профессией спасателя.                            | 1        |  |  |
| 34    | 2   | Чрезвычайные ситуации. Сигналы оповещения при чрезвычайных ситуациях. Действия | 1        |  |  |

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 337396642673316130395918289135989875618693781204

Владелец Смоляр Марина Анатольевна

Действителен с 25.01.2024 по 24.01.2025