

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение «Лицей №8»

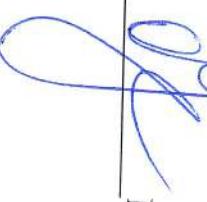
г. Назарово Красноярского края

662200 Красноярский край, г. Назарово, ул. Карла Маркса, 46А  
тел.: 8(39155)7-00-60, 7-10-04, 7-01-31, 7-00-16, 7-04-10; факс: 8(39155)7-00-60

E-mail: school8nazarovo@gmail.com

**СОГЛАСОВАНО**

Заместитель директора по ВР

  
Кукишева О.А.

**УТВЕРЖДЕНО**  
Директор

Юшков Г.В.

Приказ № 196 от 30.08.2022 г.  


**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

**Клуб «ЮНАРМИЯ»**

Направленность программы: физкультурно-спортивная

Уровень программы: общекультурный

Возраст обучающихся 12-17 лет

**2022/2023 учебный год**

Разработчик программы:  
учитель физической культуры  
первой квалификационной категории  
Сорокин Николай Васильевич

**Назарово 2022**

## **Пояснительная записка**

Модифицированная программа дополнительного образования «Патриотическое воспитание молодежи» является логическим продолжением курса ОБЖ «основы военной службы», и разработана в соответствии с государственной программой «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации на основе информационно-методических материалов НИПК и ПРО».

Любому обществу нужны здоровые, мужественные, смелые, инициативные, дисциплинированные, грамотные люди, которые были бы готовы работать, учиться на его благо и в случае необходимости встать на защиту.

Сегодня молодежь, призванная в ряды Вооруженных Сил, большей частью приходит в войска неподготовленной, многие не знакомы с основами воинской службы, не выполняют нормативов по физической подготовке, слабо развиты в физическом плане.

Рассмотрим несколько причин:

Это результат реформирования начальной военной подготовки в ОБЖ. Сегодня курс ОБЖ предполагает изучение предмета в каждом классе по 34 часа, однако на практике оказывается лишь 17 часов в год, кроме 10-11 классах.

Низкая оснащенность материальной базы кабинета ОБЖ.

Проблема №1 сегодня в армии неуставные взаимоотношения, так называемая «ледовщина». По этой причине многие молодые люди, которым предстоит идти в армию, под различными предлогами стараются избежать призыва всего на 1 год. Во многих случаях, эти причины необоснованы, источниками их являются незнание истинных вещей, «мифы», рассказываемые об армии, незнание своих прав и обязанностей, неумение адаптироваться в армейском коллективе. Поэтому немаловажная задача патриотического воспитания, привить будущему воину необходимые навыки самообслуживания, умение действовать в коллективе, выполнять поставленные задачи , находить верное решение в сложных ситуациях.

В настоящее время, в нашей стране, возрождается система военно-патриотического воспитания детей и подростков, в которой помимо традиционных задач подготовки подрастающего поколения к военной службе, появилась необходимость ориентировать ребят на выбор профессии Зашитника Отечества. На этих занятиях подростки приобретают нравственные, морально-психологические и физические качества, а также специальные, профессиональные знания и умения, необходимые будущему защитнику Отечества, гражданину, патриоту. Воспитанники в течение учебного года занимаются по данной программе, периодически сдаают зачеты по изучаемым дисциплинам, что позволяет контролировать уровень обученности, практических навыков и физического развития детей.

В таких условиях ребята чувствуют ответственность друг за друга, за выполнение поставленных им задач, по другому воспринимаются слова: «Друг», «Армейское братство», «Воинское товарищество». Крылатое выражение А.В. Суворова: «Сам погибай, а товарища выручай!» становится понятно каждому.

### **Основная цель:**

Формирование нравственно-ориентированной личности, способной к саморазвитию.

**Для достижения этой цели решаются следующие задачи:**

Осуществление нравственного воспитания, на основе изучения Конституции Российской Федерации, гражданского-правового и уголовно-правового законодательства РФ, исторических традиций русской армии, и русской традиционной культуры. Встречи с ветеранами, участие в «Вахте памяти», организации и несение почетного караула в дни воинской славы у памятника, профилактика социально негативных проявлений среди детей.

Привитие навыков общения, развитие у детей чувства товарищества и взаимопомощи.  
Физическое развитие детей с учетом психофизиологических особенностей возраста: общефизическая подготовка, развитие координации движений, действие в сложных ситуациях, самозашита и способы выживания в экстремальных ситуациях, изучение и отработка туристических навыков;

Подготовка юношей к службе в Вооруженных силах, изучение вооружения Российской Армии, раздела «Основы военной службы».

**Ожидаемые результаты реализации программы:**

улучшение состояния здоровья детей и молодежи;  
повышение нравственного потенциала, развитие гражданственности и патриотизма;  
развитие и сохранение системы патриотического воспитания;  
увеличение числа детей охваченных организованными формами отдыха и занятости;  
активизация деятельности детей, снижение уровня преступности в детской и молодежной среде;

**Срок реализации программы**

Срок реализации данной программы – 2 года.

**Возраст обучающихся, на которых рассчитана программа:**

Программа рассчитана на детей в возрасте 11-17 лет, занятия проводятся с учётом возрастных и психологических особенностей и проводятся совместно с мальчиками и девочками.

**Формы патриотического воспитания**

## **Участие в районных спартакиадах допризывной молодежи**

**Участие в акциях милосердии**

**Участие в вахте «Памяти»**

**Участие в мероприятиях, проводимых  
Отделом молодежной политики.**

**Организация и участие в школьных военно-спортивных мероприятиях (Турслет, игра Зарница и т.д.)**

**Участие в мероприятиях, проводимых другими военно-патриотическими структурами**

**Походы, полевые выходы для проверки полученных знаний и умений.**

**Профильные военно-патриотические смены.**

**Система измерения результатов обучения и воспитания курсантов:**

Результативность работы военно-патриотического клуба можно измерить следующими показателями:

достижения ребят на соревнованиях, военно-полевых сборах, во время полевых выходов и походов, выполнение ими нормативов по военно-прикладным видам спорта, участие в массовых досуговых и спортивных мероприятиях, степенью их активности, инициативности и творчества, повышение уровня нравственно-психологической культуры;

развитие внутрличностной готовности к активному творчеству, самореализации;

устойчивая мотивация к занятиям в школе и клубе, углубленному изучению предметов;

подчинение дисциплинарным требованиям и высокий уровень культуры поведения;

устойчивая формированность ценностной ориентации, неподвластной обстоятельствам изменяющейся жизни.

**Прогнозируемые результаты по годам обучения**

обучения предполагаются следующие результаты:

устойчивая мотивация к занятиям в школе;

интерес к истории русской армии, флота, военного дела;

понятие о чувстве долга, ответственности перед Родиной;

уважение к родителям, членам семьи, младшим и старшим по возрасту;

подчинение дисциплинарным требованиям;  
хорошее здоровье, физическая сила;

получение начальных умений и навыков по военно-спортивным и военно-прикладным предметам.

#### **Данная программа состоит из разделов:**

##### **1. Правоведение.**

Основные статьи Конституции Российской Федерации, определяющие права и обязанности гражданина РФ.  
Гражданское право (Гражданский и Административный кодексы РФ) – права и обязанности гражданина, понятие о правонарушении, ответственность за совершение правонарушений.

Уголовное право (Уголовный кодекс РФ) – основные понятия о преступлениях, уголовная ответственность за совершение преступлений.

##### **2. Символы воинской чести, боевые традиции. Уставы ВС РФ.**

Боевое знамя. Ритуалы Вооружённых Сил: - приведение к присяге, вручение оружия. Дни воинской славы России. Несение вахты памяти.

Государственные символы России, история возникновения, геральдика.  
Экскурсии. Посещение воинской части. Ознакомление с размещением, бытом военнослужащих, проходящих военную службу по призыву и контракту.

##### **3. Физическая подготовка.**

Развития общей выносливости, развитие силы мыши, упражнения, отягощённые весом собственного тела, развитие ловкости, упражнения на вестибулярную устойчивость, полоса препятствий, акробатические упражнения, развитие быстроты, гибкости, приёмы самозаштиты, рукопашный бой.

##### **4. Огневая подготовка. (Вооружение и боевая техника)**

Назначение и боевые свойства, материальная часть автомата Калашникова, неполная разборка и сборка автомата. Устройство патрона.  
Снаряжение магазина патронами. Основы и правила стрельбы. Стрельба из пневматического оружия. Устройство и применение ручных осколочных гранат РГД-5, Ф-1, приемы и правила метания ручных осколочных гранат.

Виды и устройство мин. Виды боевой техники: артиллерийская техника, бронетанковая техника, реактивная артиллерия, авиационная техника, корабли и суда Военно-Морского Флота.

##### **5. Строевая подготовка.**

Отработка строевых приемов и движений без оружия и с оружием. Отработка правил воинского приветствия без оружия на месте и в движении. Стойкой отделения. Стой ввода. Выполнение воинского приветствия в строю на месте и в движении. Прохождение торжественным маршем и с песней.

##### **6. Туристическая подготовка**

Туристическое снаряжение: Личное снаряжение туриста. Групповое снаряжение. Рюкзак. Что надо взять с собой в дорогу. Палатка.  
Устройство палаток. Устройство бивака. Виды костров. Приготовление пищи. Вязка узлов. Страховка. Ориентирование в движении по азимутам. Работа с компасом.

##### **7. Тактическая подготовка.**

Основные виды боя. Действия солдата в бою, обязанности солдата в бою, передвижения солдата в бою. Команды, подаваемые на передвижение в бою, и порядок их выполнения. Выбор места для стрельбы, самоокапывания и маскировки.

#### **8. ГО и ЧС.**

Средства индивидуальной защиты: ГП-5, ОЗК.

Изучение устройства приборов: ДП-5А, ДП-22В, ВПХР. Порядок использования приборов.

Практическое выполнение нормативов №1, №2.

#### **9.Медицинская подготовка.**

Аптечка: состав и хранение. Оказание первой медицинской помощи при простудах, порезах, кровотечениях, ушибах, переломах, потертастях, ожогах, отравлениях. Правила транспортировки пострадавшего.

#### **Итог:**

Учебный год планируется заканчивать трехдневными комбинированными военно-полевыми сборами для проверки полученных знаний, навыков, физической и психологической подготовки.

## Тематическое планирование

№/П	Количество часов	Дата проведения	Тема урока	Type урока
1	1		Организационное занятие Беседа: чем будем заниматься на наших занятиях? Требования к правилам и дисциплине. Форма одежды и проведение занятий. Техника безопасности.	Вводный урок
2	1		Статьи Конституции Российской Федерации, определяющие права и обязанности гражданина РФ;	Урок закрепления новых знаний и способов деятельности
3	1		Административный кодекс РФ – понятие о правонарушении, ответственность за совершение правонарушений	Урок закрепления новых знаний и способов деятельности
4	1		Уголовное право (Уголовный кодекс РФ) – основные понятия о преступлениях	Урок обобщения и систематизации знаний и способов деятельности
5	1		<b>Символы воинской чести, боевые традиции 7 ч.</b> Уставы ВС РФ	Урок проверки и оценки знаний и способов деятельности учащихся
6	1		История создания и развития Вооруженных сил России.	Урок коррекции знаний и способов деятельности
7	1		Состав Вооруженных Сил России. Боевое знамя воинской части	Урок проверки и оценки знаний и

			способов деятельности учащихся
8	1	Символ воинской чести, доблести и славы. Ордена – почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе	Урок изучения и первичного закрепления новых знаний и способов деятельности
9	1	Ритуалы Вооруженных сил Российской Федерации	Урок закрепления новых знаний и способов деятельности
10	1	Дни воинской славы России. Уставы Вооруженных сил РФ.	Урок закрепления новых знаний и способов деятельности
11	1	Боевое знамя воинской части – символ воинской чести, доблести и славы.	Урок комплексного применения знаний и способов деятельности
		<b>Физическая подготовка. 8ч</b>	
12	1	Значение физической подготовки, меры безопасности	Урок комплексного применения знаний и способов деятельности
13	1	Комплекс утренней физической гимнастики, вольных упражнений	Урок комплексного применения знаний и способов деятельности
14	1	Комплекс утренней физической гимнастики, вольных упражнений	Урок закрепления новых знаний и способов деятельности
15	1	Бег 100 метров, прыжки в длину с места.	Урок закрепления новых знаний и способов деятельности
16	1	Лазание по канату, упражнения на шведской стенке и перекладине	Урок комплексного применения знаний и способов деятельности
17	1	Спортивные игры, развивающие силу, ловкость, выносливость	Урок комплексного применения знаний и способов деятельности
18	1	Спортивные игры, развивающие силу, ловкость, выносливость	Урок закрепления новых знаний и способов деятельности
19	1	Основы рукопашного боя.	Урок изучения и первичного закрепления новых знаний и способов

			деятельности
		<b>Огневая подготовка. Вооружение и боевая техника 5ч</b>	
20	1	Назначение и боевые свойства, материальная часть автомата	Урок комплексного применения знаний и способов деятельности
21	1	Основы и правила стрельбы.	Урок комплексного применения знаний и способов деятельности
22	1	Некоторые виды стрелкового вооружения Российской Армии	Урок закрепления новых знаний и способов деятельности
23	1	Неполная разборка и сборка автомата АК-74	Урок проверки и оценки знаний и способов деятельности учащихся
24	1	Неполная разборка и сборка автомата АК-74	Урок коррекции знаний и способов деятельности
		<b>Строевая подготовка. 10ч</b>	
25	1	Отработка строевых приемов и движений без оружия	Урок закрепления новых знаний и способов деятельности
26	1	Отработка строевых приемов и движений без оружия	Урок закрепления новых знаний и способов деятельности
27	1	Отработка правил воинского приветствия без оружия на месте и в движении.	Урок проверки и оценки знаний и способов деятельности учащихся
28	1	Отработка правил воинского приветствия без оружия на месте и в движении.	Урок коррекции знаний и способов деятельности
29	1	Строй отделения. Строй взвода. Выполнение воинского приветствия в строю на месте и в движении.	Урок открытия новых знаний
30	1	Строй отделения. Строй взвода. Выполнение воинского приветствия в строю на	Урок изучения и первичного закрепления новых знаний и способов

		месте и в движении.	деятельности
31	1	Прохождение торжественным маршем с песней	Урок закрепления новых знаний и способов деятельности
32	1	Прохождение торжественным маршем с песней	Урок комплексного применения знаний и способов деятельности
33	1	Отработка правил воинского приветствия без оружия на месте и в движении.	Урок обобщения и систематизации знаний и способов деятельности
34	1	Отработка строевых приемов и движений без оружия	Урок закрепления новых знаний и способов деятельности
		<b>Туристическая подготовка. 6ч</b>	
35	1	Туристическое снаряжение: Рюкзак. Личное снаряжение туриста.	Урок комплексного применения знаний и способов деятельности
36	1	Групповое снаряжение. Что надо взять с собой в дорогу	урок проверки и оценки знаний и способов деятельности
37	1	Палатка. Устройство палаток	Урок комплексного применения знаний и способов деятельности
38	1	Виды костров.	Урок комплексного применения знаний и способов деятельности
39	1	Приготовление пищи.	Урок проверки и оценки знаний и способов деятельности учащихся
40	1	Основные приемы страховки.	Урок коррекции знаний и способов деятельности
41	1	Правила прохождения технических этапов полосы препятствия	Урок проверки и оценки знаний и способов деятельности учащихся
		<b>Тактическая подготовка. 3ч</b>	

42	1	Основные виды боя.	Урок открытия новых знаний
43	1	Обязанности солдата в бою	Урок изучения и первичного закрепления новых знаний и способов деятельности
44	1	Действия солдата в бою. Передвижения солдата в бою <b>ГО и ЧС. ЗЧ</b>	Урок закрепления новых знаний и способов деятельности
45	1	Средства индивидуальной защиты: ГП-5, ОЗК.	Урок обобщения и систематизации знаний и способов деятельности
46	1	Выполнение норматива №1, одевание противогаза на время.	Урок закрепления новых знаний и способов деятельности
47	1	Выполнение норматива №2, одевание общевойскового защитного комплекта на время <b>Медицинская подготовка. 4ч</b>	Урок закрепления новых знаний и способов деятельности
48	1	Аптечка: состав и хранение.	Урок комплексного применения знаний и способов деятельности
49	1	Оказание первой медицинской помощи при порезах, кровотечениях, ушибах, переломах.	Урок комплексного применения знаний и способов деятельности
50	1	Оказание первой медицинской помощи при порезах, кровотечениях, ушибах, переломах	Урок комплексного применения знаний и способов деятельности
51	1	Правила транспортировки пострадавшего.	Урок закрепления новых знаний и способов деятельности
		<b>Строевая подготовка 5ч</b>	

52	1	Строй отделения. Строй взвода. Выполнение воинского приветствия.	Урок закрепления новых знаний и способов деятельности
53	1	Отработка строевых приемов и движений без оружия.	Урок закрепления новых знаний и способов деятельности
54	1	Отработка строевых приемов и движений без оружия.	Урок закрепления новых знаний и способов деятельности
55	1	Строй отделения. Строй взвода. Выполнение воинского приветствия	Урок комплексного применения знаний и способов деятельности
56	1	Отработка строевых приемов	Урок комплексного применения знаний и способов деятельности
57	1	<b>Неполная разборка и сборка АКМ-74 7ч</b>  Виды стрелкового вооружения Российской Армии	Урок обобщения и систематизации знаний и способов деятельности
58	1	Неполная разборка и сборка автомата АК-74	Урок комплексного применения знаний и способов деятельности
59	1	Неполная разборка и сборка автомата АК-74	Урок комплексного применения знаний и способов деятельности
60	1	Неполная разборка и сборка автомата АК-74	Урок комплексного применения знаний и способов деятельности
61	1	Неполная разборка и сборка автомата АК-74	Урок комплексного применения знаний и способов деятельности
62	1	Неполная разборка и сборка автомата АК-74	Урок комплексного применения знаний и способов деятельности
63	1	Неполная разборка и сборка автомата АК-74	Урок комплексного применения знаний и способов деятельности
64	1	<b>Физическая подготовка 16ч</b>	Урок закрепления новых знаний и способов деятельности
		Прыжки в длину с разбега	Урок закрепления новых знаний и способов деятельности

			способов деятельности
65	1	Игры с прыжками, с использованием скакалки	Урок комплексного применения знаний и способов деятельности
66	1	Группировка, перекаты в группировке	Урок комплексного применения знаний и способов деятельности
67	1	Группировка на животе и из упора стоя на коленях	Урок комплексного применения знаний и способов деятельности
68	1	Упражнения в висе стоя и лёжа	Урок комплексного применения знаний и способов деятельности
69	1	Упражнения в висе спиной к гимнастической стенке, поднимание согнутых и прямых ног	Урок комплексного применения знаний и способов деятельности
70	1	Лазанье по гимнастической стенке с одновременным перехватом рук и перестановкой ног	Урок комплексного применения знаний и способов деятельности
71	1	Отжимание, равновесие на гимнастическом бревне, лазанье по канату	Урок комплексного применения знаний и способов деятельности
72	1	Подпрыгивание, скакалка	Урок комплексного применения знаний и способов деятельности
73	1	Спортивные игры	Урок комплексного применения знаний и способов деятельности
74	1	Эстафеты с мячами	Урок комплексного применения знаний и способов деятельности
75	1	Спортивные игры	Урок комплексного применения знаний и способов деятельности
76	1	Спортивные игры	Урок комплексного применения знаний и способов деятельности
77	1	Спортивные игры	Урок комплексного применения знаний и способов деятельности

78	1	Спортивные игры	Урок комплексного применения знаний и способов деятельности
79	1	Спортивные игры	Урок комплексного применения знаний и способов деятельности
<b>Строевая подготовка бч</b>			
80	1	Отработка строевых приемов	Урок комплексного применения знаний и способов деятельности
81	1	Отработка строевых приемов и движений без оружия.	Урок комплексного применения знаний и способов деятельности
82	1	Строй отделения. Строй взвода. Выполнение воинского приветствия	Урок комплексного применения знаний и способов деятельности
83	1	Строй отделения. Строй взвода. Выполнение воинского приветствия	Урок комплексного применения знаний и способов деятельности
84	1	Отработка строевых приемов	Урок комплексного применения знаний и способов деятельности
85	1	Отработка строевых приемов	Урок комплексного применения знаний и способов деятельности
<b>Неполная разборка и сборка АКМ-74 4ч</b>			
86	1	Неполная разборка и сборка автомата АК-74	Урок комплексного применения знаний и способов деятельности
87	1	Неполная разборка и сборка автомата АК-74	Урок комплексного применения знаний и способов деятельности
88	1	Неполная разборка и сборка автомата АК-74	Урок комплексного применения знаний и способов деятельности
89		Неполная разборка и сборка автомата АК-74	Урок комплексного применения знаний

				и способов деятельности
<b>Медицинская подготовка. 3ч</b>				
90	1		Аптечка: состав и хранение.	Урок закрепления новых знаний и способов деятельности
91	1		Оказание первой медицинской помощи при порезах, кровотечениях, ушибах, переломах	Урок закрепления новых знаний и способов деятельности
92	1		Правила транспортировки пострадавшего	Урок закрепления новых знаний и способов деятельности
<b>Туристическая подготовка. 3ч</b>				
93	1		Туристическое снаряжение: Рюкзак. Личное снаряжение туриста	Урок закрепления новых знаний и способов деятельности
94	1		Правила прохождения технических этапов полосы препятствия	Урок закрепления новых знаний и способов деятельности
95	1		Правила прохождения технических этапов полосы препятствия	Урок закрепления новых знаний и способов деятельности
<b>Физическая подготовка 19ч</b>				
96	1		Упражнения на перекладине.	Урок комплексного применения знаний и способов деятельности
97	1		Кросс 1500м.	Урок комплексного применения знаний и способов деятельности
98	1		Прыжки через препятствия на точность приземления	Урок комплексного применения знаний и способов деятельности
99	1		Бег с преодолением препятствий на местности	Урок комплексного применения знаний и способов деятельности
100	1		Футбол: двусторонняя игра	Урок комплексного применения знаний и способов деятельности
101	1		Общеразвивающие упражнения без предметов и с предметами	Урок комплексного применения знаний и способов деятельности

102	1	Подведение итогов	<i>Урок комплексного применения знаний и способов деятельности</i>
-----	---	-------------------	--

**Список литературы:**

- Сборник информационно-методических материалов Администрации Новосибирской области «Информационно-методическое обеспечение деятельности военно-патриотических клубов Новосибирской области»
- Составители: С.В. Бородин, Д.Н. Семенов, О.Н. Шаблов. Издательство НИПК и ПРО – Новосибирск, 2005 г.
- А.Т. Смирнов, М.П. Фролов – учебное пособие по ОБЖ 5-11 классы, издательство Астрель-Аст, 2007 г.
- На службе отечеству, книга для чтения по общественно-государственной подготовке солдат (матросов), сержантов (старшин) ВС. РФ. В 2-х частях – «Об истории Российской государства и армии» Новосибирск, 1997 г.
- Учебное пособие А. Т. Смирнов, В.А. Васнев, Основы военной службы, Дрофа, Москва – 2004 г.
- Учебное пособие, «Обеспечение жизнедеятельности в экстремальных ситуациях», школа выживания, «Ампресс», Москва-2002 г.
- А.М. Куприн «С картой и компасом» - Москва, ДОСААФ, 1981.
- «Азбука психологической безопасности», Н. Нарильян, Издательство «Русский журнал» - Москва 2000 г.
- И.С. Юньев «Краеведение и туризм» - Москва, Знание – 1974 г.
- «Самозашита и оборона», изд. Современный литератор, Минск – 2001 г.
- А.М. Катуков «Военно-патриотическое воспитание учащихся на занятиях по военной подготовке» Москва, Просвещение – 1988 г.
- М.Ф. Шабето. «Боевое самбо», изд. «Современное слово» Минск – 2000 г.
- Полный сборник кодексов Российской Федерации, Москва, АСТ- 2000 г.
- Опубликовано 06.11.16 в 11:06 в группе «УРОК.РФ: группа для участников конкурсов»