«УТВЕРЖДЕНО»

Директор МБВСОУ

Центра образования

г. Ставрополя

им. Героя России В. Духина

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Л.М. Логвиненко

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

**«Юнармейский отряд «Наследники Духина»**

НАПРАВЛЕННОСТЬ: СОЦИАЛЬНО-ГУМАНИТАРНАЯ

Уровень: ознакомительный

Возраст обучающихся: 13 - 18 лет

Срок реализации: 1 год

г. Ставрополь, 2024

СОДЕРЖАНИЕ

1. Пояснительная записка

2. Учебный (тематический) план

3. Содержание учебного (тематического) плана

4. Организационно-педагогические условия реализации программы

5. Список литературы

6. Приложение № 1.

Перечень показателей и критериев для оценивания результатов выполнения программы

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Юный армеец» социально-гуманитарной направленности ориентирована на учащихся кадетских классов, с целью расширения знаний и приобретение практических навыков и умений, необходимых будущему защитнику Отечества.

Защитнику Отечества необходимо, прежде всего, быть здоровым и уметь сохранить здоровье свое и окружающих в различных ситуациях при возникновении угрозы жизни. Это предполагает наличие хорошей физической формы и владение приемами, которые помогут отразить нападение. Кроме того, защитнику необходимы такие качества, как ответственность, трудолюбие, обдуманность поведения, терпение, настойчивость в достижении цели, уважение к людям, бережное отношение к окружающей среде. Поэтому данная программа содержит следующие основные разделы:

1. Огневая подготовка,

2. Строевая подготовка,

3. Физическая подготовка,

4. Основы медицинских знаний,

5. Служба Отечеству.

Физическая подготовка обеспечивает физическое развитие, которое способствует становлению и сохранению здоровья, успешному решению задач повседневной жизни, трудовой и оборонной деятельности.

Строевая подготовка является одним из основных предметов обучения воспитания военнослужащих. Она организуется на основе Строевого устава Российской армии. Занятия строевой подготовкой в дальнейшем существенно облегчат начальный период военной службы. Строевая подготовка закаляет волю обучающихся, способствует соблюдению воинского порядка и укреплению служебной дисциплины.

Регулярные занятия строевой подготовкой благотворно влияют на общее физическое развитие обучающихся, способствуют хорошей координации движений. На занятиях по строевой подготовке ребятам прививается аккуратность, дисциплинированность и внимательность. Вырабатывается умение выполнять одиночные строевые приемы и действия в составе подразделения.

Огневая подготовка дает возможность получить знания по основам стрельбы, формирует интерес и развивает навыки участия в военно-прикладных видах спорта.

Основы медицинских знаний знакомит со способами оказания первой медицинской помощи в чрезвычайных ситуациях и воспитывает стремление к здоровому образу жизни.

Воспитанию патриотизма, уважения к историческому и культурному прошлому России и Вооруженных Сил способствуют занятия из раздела «Служба Отечеству».

Актуальность данной программы состоит в том, что она позволяет подготовить обучающихся к осознанному профессиональному самоопределению по отношению к военной службе и военной профессии.

Целью программы является создание условий для формирования практических умений и навыков, духовных, физических и морально - психологических качеств, необходимых для выполнения обязанностей военнослужащего по вооруженной защите Российской Федерации.

В ходе достижения целей программы решаются следующие задачи:

I. Обучающие:

− обучить основам теории стрельбы;

− ознакомить с материальной частью современного стрелкового и спортивного оружия, историей создания и развития стрелкового оружия России; мерами безопасности при обращении с оружием и боеприпасами во время учебных стрельб и соревнований;

− обучить базовым понятиям строевой подготовки, умению выполнять строевые приемы без оружия и проходить торжественным строем с песней;

− обучить приемам начального комплекса рукопашного боя;

− ознакомить с основами медицинских знаний и обучить умению оказывать первую медицинскую помощь;

− ознакомить с историей Вооруженных сил России, символами воинской чести, законами о воинской обязанности.

II. Развивающие:

− улучшать физическую подготовку обучающихся;

− формировать интерес к регулярным занятиям военно-прикладными видами спорта;

− формировать у обучающихся целеустремлённость, терпеливость, настойчивость, самоотверженность, коллективизм.

− развивать внимание, усидчивость, глазомер, память, внимательность;

− развивать аккуратность, ловкость и выносливость;

− развивать способность наблюдать, анализировать, делать выводы;

− развивать волевые качества, дисциплинированность, стрессовую устойчивость.

III. Воспитывающие:

− воспитывать уважительное отношение к старшим по званию, заботливое отношение к младшим по возрасту, чувство товарищества и взаимопомощи;

− воспитывать уважение к Вооружённым Силам России и их истории; уважение к Российскому оружию и его истории.

− формирование морально-психологических и физических качеств гражданина, необходимых для прохождения военной службы и обучения в военных учебных заведениях.

Режим занятий.

Программа рассчитана на 1 год. Возраст обучающихся, участвующих в реализации программы: 13-18 лет. Занятия проводятся 2раза по 1 часу в неделю. Количество часов в год - 68.

Форма проведения занятий - групповая. Наполняемость учебной группы 15 -20 человек.

Теоретические занятия включают в себя просмотр наглядных пособий, видеоматериалов по изучаемой теме. Формы проведения теоретических занятий - беседа, семинар.

Практические занятия – это учебно-тренировочные занятия, которые проводятся в специально оборудованных помещениях.

Формы аттестации.

В целях оценки и контроля результатов обучения в течение года проводятся:

• проверка выполнения нормативов по ОФП;

• проверка выполнения нормативов по стрельбе из пневматической винтовки;

• соревнования на личное первенство среди воспитанников объединения;

• общешкольные соревнования по стрельбе из пневматического оружия.

Ожидаемые результаты.

По окончании обучения по программе обучающиеся **будут знать:**

− основы стрельбы из различных видов оружия, технику безопасности при обращении с оружием и боеприпасами во время учебных стрельб и соревнований.

− основные положения строевого устава, элементы строя, элементы утреннего осмотра;

− обязанности кадет перед построением и в строю, порядок подачи команд, порядок выполнения воинского приветствия без оружия; − порядок проведения строевого смотра;

− порядок ритуала возложения венков к мемориалу памяти;

− приемы самозащиты и базовую технику рукопашного боя;

− приемы оказания первой медицинской помощи при травматизме, отравлениях, ожогах, обморожениях;

− приемы для выживания на местности;

− историю и традиции Вооруженных сил России.

**будут уметь:**

− правильно занять позицию на стрелковом рубеже и производить стрельбу из винтовки;

− правильно подавать предварительные и исполнительные команды строевой подготовки, быстро и чётко выполнять строевые приёмы при отработке навыков в одиночной подготовке и в составе взвода;

− преодолевать полосу препятствий и выполнять начальный комплекс рукопашного боя;

− оказать первую медицинскую при травматизме, отравлениях, ожогах, обморожениях;

− проявлять культуру взаимодействия, терпимости и толерантности в достижении общих целей при совместной деятельности.

Перечень показателей и критериев для оценивания результатов выполнения программы представлен в Приложении № 1.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Учебный (тематический) план

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Название раздела, темы | Количество часов | | | Формы аттестации |
| Всего | Теория | Практика |
| 1 | Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. | 1 | 1 | 0 |  |
|  | **Огневая подготовка** |  |  |  |  |
| 2 | Меры безопасности при стрельбе | 3 | 1 | 2 | тест |
| 3 | Теоретические основы стрельбы | 3 | 1 | 2 |  |
| 4 | Материальная часть оружия | 3 | 1 | 2 | тест |
| 5 | Изготовка к стрельбе из пневматических винтовок | 4 | 1 | 3 |  |
| 6 | Совершенствование техники и навыков стрельбы из пневматической винтовки | 4 | 1 | 5 | соревнования |
|  | **Строевая подготовка** |  |  |  |  |
| 7 | Строи и управление ими. | 3 | 1 | 2 |  |
| 8 | Обязанности военнослужащих перед построением и в строю | 3 | 1 | 2 |  |
| 9 | Строевые приемы и движение без оружия | 6 | 2 | 4 |  |
| 10 | Строевой смотр | 6 | 2 | 4 | смотр |
|  | **Физическая подготовка** |  |  |  |  |
| 11 | Гимнастика и легкая атлетика | 3 | 1 | 2 |  |
| 12 | Преодоление препятствий | 3 | 1 | 2 |  |
| 13 | Рукопашный бой | 3 | 1 | 2 |  |
| 14 | Комплексные занятия | 3 | 1 | 2 | соревнования |
|  | **Основы медицинских знаний** |  |  |  |  |
| 15 | Здоровье и здоровый образ жизни | 1 | 1 | 0 |  |
| 16 | Первая медицинская помощь | 3 | 1 | 2 |  |
| 17 | Выживание на местности | 3 | 1 | 2 | практический зачет |
| 18 | Служба Отечеству | 3 | 1 | 2 |  |
| 19 | История Вооруженных сил России | 3 | 1 | 2 |  |
| 20 | Правовые основы военной службы | 3 | 1 | 2 |  |
| 21 | Современные ВС России | 3 | 1 | 2 | Брейн-ринг «К защите Родины готов!» |
| 22 | Итоговое занятие | 1 | 0 | 1 |  |
|  | Итого | 68 | 23 | 45 |  |

Содержание учебного (тематического) плана

Вводное занятие Теория: Содержание программы, правила её реализации. Ожидаемые результаты по окончании обучения. Инструктаж по технике безопасности.

Раздел 1. Огневая подготовка

1.1. Меры безопасности при стрельбе Теория: Техника безопасности при обращении с оружием и боеприпасами. Практика: Техника безопасности при заряжании, наводке и выстреле.

1.2. Теоретические основы стрельбы Теория: История и виды российского стрелкового оружия. Явление выстрела. Образование траектории. Прямой выстрел. Начальная скорость пули. Отдача оружия. Пробивное и убойное действие пули. Прикрытое, поражаемое и мёртвое пространство. Способы определения расстояния до цели. Элементы наводки. Выбор цели и точки прицеливания при стрельбе по неподвижным целям.

1.3. Материальная часть оружия Теория: Назначение, общее устройство, принцип действия и технические характеристики пневматической винтовки. Техническое обслуживание, ремонт, чистка и смазка винтовки. Хранение винтовки. Замена основных частей и механизмов винтовки. Практика: Возможные неисправности, задержки при стрельбе и их устранение. Чистка, смазка и хранение винтовки. Настройка пневматических винтовок. Выверка открытого прицела. Заряжание винтовки. Изучение докладов о получении боеприпасов, готовности к стрельбе и о завершении стрельбы.

1.4. Изготовка к стрельбе из пневматических винтовок Теория: Заряжание винтовки. Изучение докладов о получении боеприпасов, готовности к стрельбе и о завершении стрельбы. Практика: Заряжание, изготовка к стрельбе из положения «сидя за столом с опорой на локоть». Доклады о получении боеприпасов. Прицеливание. Производство выстрела. Доклад о завершении стрельбы. Заряжание, изготовка, прицеливание, производство выстрела из положения «стоя» без опоры. Доклады. Изготовка к стрельбе из положения «с колена» и лёжа с опорой и без опоры. Прицеливание. Производство выстрела. Доклады.

1.5. Совершенствование техники и навыков стрельбы из пневматической винтовки Практик: Тренировка в стрельбе по мишени «П» на расстоянии 5 метров из положения «сидя за столом с опорой на локоть». Совершенствование техники и навыков стрельбы. Тренировка в стрельбе из пневматической винтовки по мишени «П» на расстояние 5 метров из положения «стоя» и «с колена» с опорой и без опоры. Тренировка в стрельбе из пневматической винтовки по мишени «П» на расстояние 5 и 10 метров из положения «лёжа» с опорой и без опоры. Подготовка к соревнованиям по стрельбе из пневматической винтовки.

Раздел 2. Строевая подготовка

2.1 Строи и управление ими Практика: Строй, шеренга, фланг, фронт, тыльная сторона строя, интервал, ширина строя, глубина строя, колонна. Одношереножный и двухшереножный строй, колонна, развернутый строй, походный строй, направляющий, замыкающий. Управление строем. Команды.

2.2. Обязанности военнослужащих перед построением и в строю Практика: Проверка исправности оружия, заправка обмундирования, место в строю, передача показаний и команд.

2.3 Строевые приемы и движение без оружия Практика: Строй, команды и обязанности солдата перед построением и в строю. Выполнение команд «Становись», «Равняйсь», «Смирно», «Вольно», «Заправиться», «Отставить», «Головне уборы - снять (надеть)». Строевая стойка. Повороты на месте. Строевой шаг. Повороты в 10 движении. Выполнение воинского приветствия. Выход военнослужащего из строя, подход к начальнику и отход от него.

2.4. Строевой смотр Практика: Встреча начальника. Вынос Боевого Знамени. Разучивание строевой песни в составе подразделения. Прохождение торжественным маршем и с песней.

Раздел 3. Физическая подготовка

3.1. Гимнастика и легкая атлетика Практика: Разучивание и тренировка в выполнении гимнастических упражнений. Разучивание и тренировка в выполнении упражнений: бег на 100 м, челночный бег, бег на 1 км, бег на 3 км.

3.2. Преодоление препятствий Практика: Разучивание приёмов действий при выполнении общего контрольного упражнения на единой полосе препятствий. Техника преодоления отдельных препятствий: лабиринт, ров шириной 2.5 м, разрушенный мост, разрушенная лестница, забор. Проверка выполнения норматива по преодолению препятствий.

3.3. Рукопашный бой Практика: Изготовка к бою (без оружия и с оружием). Передвижение в боевой стойке. Приемы самостраховки (при падении вперед, назад, на бок, кувырки). Комплексная тренировка, действия по вводным сигналам и командам. Разучивание и тренировка, действия по вводным сигналам и командам. Разучивание и тренировка выполнения начального комплекса приемов рукопашного боя. Проверка выполнения начального комплекса рукопашного боя.

3.4. Комплексные занятия Практика: Тренировка в преодолении препятствий общего контрольного упражнения. Комплексная тренировка. Раздел

4. Основы медицинских знаний

4.1. Здоровье и здоровый образ жизни Теория: Показатели здоровья. Личная гигиена. Профилактика заболеваний, здоровый образ жизни.

4.2. Первая медицинская помощь Теория: Начальные основы медицинских знаний: характеристика состояний, требующих оказания первой медицинской помощи. Практика: Первая медицинская помощь при травматизме. Первая медицинская помощь при отравлениях, тепловых, солнечных ударах, ожогах, обморожениях.

4.3. Выживание на местности Теория: Выживание на местности в различных географических и климатических условиях: обустройство бивака, разведение костров, добывание и обеззараживание воды и пищи, съедобные и лекарственные растения, следопытство. Практика: Выживание на местности в различных географических и климатических условиях: обустройство бивака, разведение костров, добывание и обеззараживание воды и пищи, следопытство. Раздел

5. Служба Отечеству

5.1. История Вооруженных сил России Теория: От эпохи дружин до эпохи высокопрофессиональной армии. История и традиции Вооруженных сил и силовых структур России, символы воинской чести.

5.2. Правовые основы военной службы. Теория: Общие положения о воинской обязанности, законы РФ о воинской обязанности и военной службе. Воинские уставы.

5.3. Современные ВС России Теория: Назначение, состав, принципы строительства, виды, боевые возможности ВС России на современном этапе. Честь и достоинство российского офицера. Воинский этикет.

Итоговое занятие Теория: Подведение итогов за год.

ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Материально-технические условия реализации программы

Для обучения по данной программе необходимо иметь в наличии: оборудованное помещение для тира, пневматические винтовки, пульки для пневматических винтовок, мишени, макет автомата, наглядные пособия. Теоретические занятия проходят в кабинете, оснащенным мультимедийное оборудованием.

Для практических занятий необходимы специально оборудованные помещения: для огневой подготовки - тир, в котором есть пулеулавливатели, прицельный станок; для строевой подготовки – строевой плац или спортивный зал; для общей физической подготовки - спортивный зал, спортивный инвентарь, полоса препятствий.

Оборудование по разделу программы «Огневая подготовка»:

• макеты автоматов;

• винтовки;

• мишенные установки;

• мишени;

• пулеулавливатели.

Оборудование по разделу программы «Физическая подготовка»:

• борцовский ковер;

• гимнастические маты;

• подкидной мостик;

• боксерские мешки;

• защитное снаряжение для рукопашного боя;

• учебные видеофильмы.

Оборудование по разделу программы «Основы медицинских знаний»:

• наглядные пособия;

• учебные фильмы;

• войсковой прибор химической разведки;

• аптечка первой помощи;

• электронный тренажер «Гоша».

Методическое обеспечение программы

В процессе обучения используются наглядные пособия:

- комплект «Строевая подготовка»;

- комплект «Вооруженные Силы на страже Родины». Используются методы объяснения, показа и личный пример, а также упражнения и тренировки.

Личный пример преподавателя (военного руководителя) в сочетании с высокой методической подготовкой, постоянная требовательность к учащимся в точном выполнении приёмов приводит к успешной подготовке обучающихся.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Список литературы, рекомендуемый детям

1. Детская энциклопедия. Помоги себе и другим или безопасность в ЧС.

2. Серых В.Д. Воинские ритуалы: Для детей среднего возраста 9-14. 2-е изд., перераб. и доп.– М.: Воениздат, 1986.– 255 с. ил.

Список литературы, используемый при написании программы

1. Апакидзе В.В., Дуков Р.Г. Методика строевой подготовки. М., 1988 г.

2. Базарный Ф.Д. Основы выживаемости. Методическое пособие. - М., 1995.

3. Вельмякин В.Н. Боевое самбо и рукопашный бой для спецвойск. - Рязань, 1993.

4. Верхошанский В.Я. Общефизическая подготовка. Методические рекомендации. - М.: ГЦОЛИФК, 1982.

5. Военная история России. Учебник для ВУЗов. - М.: Воениздат, 1993.

6. Вырщиков А.Н., Кусмарцев М. Б. Уроки служения Отечеству в пространстве патриотически-ориентированного образования : кн. для учителя : учебно-метод. пособие – Волгоград: Авторское перо, 2005. – 270 с.

7. Жук А.Б. Винтовки и автоматы. Военное издательство, - 2007 г.

8. Журнал «Военные знания» № 2, 2008г.

9. Керсновский А.А., ред. Кодзова С. З. История русской армии. Абрис/ОЛМА, 2018 г. — 360 с.

10. Мазыкина Н.В., Горкина Н.В. Растим патриотов. Методическое пособие по патриотическому воспитанию. УЦ «Перспектива», Москва, 2011 г.

11. Методические рекомендации инструктору армейского рукопашного боя. Под редакцией П.М. Лаговского. – М., 1995

12. Наставление по стрелковому делу. Основы стрельбы из стрелкового оружия. Издание второе, испр. и доп. М.: Военное Издательство Министерства Обороны СССР, 1970. — 176 с.

13. Общевоинские Уставы ВС РФ, Новосибирск, «Норматика», 2013.

14. Положение о порядке прохождения службы в УИС ФСИН РФ.

15. Программы для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ. Оборонно-спортивные кружки. М.: Просвещение, 1987

16. Стрелковый спорт. Правила соревнований. М., 1977.

17. Строевой устав Вооруженных Сил Российской Федерации, введенный в действие приказом МО РФ № 600 от 15.12.1993.

18. Учебное пособие «Огневая подготовка», ООО «Армпресс», М., 2006.

19. Юрьев А. Спортивная стрельба. М., 1967.

Интернет-ресурсы Пулевая стрельба. Сайт стрелкового союза России. [Электронный ресурс] http://shooting-russia.ru/static/?bullet (Дата обращения: 27.08.2018). Правила по пулевой и стендовой стрельбе на 2017-2020 г.г. [Электронный ресурс] http://shooting-russia.ru/news/?4455. (Дата обращения: 27.08.2018).