

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
дополнительного образования «Дом детского творчества»
Вурнарского района Чувашской Республики

Принята на заседании педагогического
совета от 30.08.2022 г.
Протокол № 1



Утверждаю:
Директор МБОУ ДО «Дом детского
творчества»

В.И.Малов

Приказ №45 от 31.08.2022 г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
социально-педагогической направленности
«Юнармеец»

Возраст обучающихся: 11-15 лет

Срок реализации: 4 года

Автор- составитель:
Тикинева Надежда Владимировна,
педагог дополнительного образования

п.Вурнары, 2022

1. Пояснительная записка.

В современном мире ясно прослеживается изменение ценностных ориентаций, отношение к службе в Вооруженных Силах. В подростковой среде авторитет Российской Армии очень низок. Особенно эта ситуация усилилась после вооруженных конфликтов на Северном Кавказе, в Приднестровье, Украине. Психологически подростки не подготовлены к экстремальным ситуациям, у них изменилась шкала ценностей, а ведь известно, что человек без жизненных идеалов бесполезен для общества. Программа «Юнармеец» имеет социально-педагогическую направленность.

Эта дополнительная образовательная программа направлена на улучшение подготовки подростков к военной службе, прежде всего надо перестроить сознание призывника, вызвать интерес, стремление и положительное отношение к ней. Без патриотического воспитания молодежи у страны нет благополучного будущего.

Для улучшения подготовки подростков к военной службе, поднятия престижа Российской Армии составлена программа «Юнармеец».

Новизна и актуальность данной программы заключается в том, что она направлена на дальнейшее формирование патриотического сознания подростков и является одной из основ их духовно-нравственного развития.

Работа по данной программе проводится в соответствии с требованиями государственной программы «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации» утверждённая постановлением правительства Российской Федерации от 11 июля 2005 г. №422, федерального закона «О воинской обязанности и военной службе», федерального закона «О Днях воинской славы (победных днях) России», Общевоинских уставов Вооруженных Сил Российской Федерации. Программа «Юнармеец», прежде всего, перестраивает сознание подростка, формируя у него необходимые установки на предстоящую службу.

Военно-патриотическое воспитание программы направлено на формирование у молодежи духовно-нравственных принципов и гражданской ответственности, любви и преданности своему Отечеству, готовности к достойному и самоотверженному служению обществу и государству.

Физкультурно-оздоровительная работа программы направлена на развитие и совершенствование у молодёжи физических качеств – выносливости, силы, быстроты и ловкости. Обучающиеся овладевают навыками преодоления различных препятствий, стрельбы из пневматического оружия.

Основная цель программы – совершенствование гражданского и патриотического воспитания подростков и повышение престижа службы в Российских Вооруженных Силах

Для достижения этой цели необходимо решить следующие **задачи**:

- Воспитание готовности к достойному и самоотверженному служению обществу и государству, к выполнению обязанностей по защите Отечества;
- Укрепление здоровья, военно-патриотическое воспитание молодёжи, комплексная подготовка юношей к службе в Вооруженных силах России;
- Развитие физических, духовных и нравственных качеств личности, формирование здорового образа жизни;
- Профессиональная ориентация подростков;
- Закрепление навыков полученных в процессе обучения в общеобразовательных учреждениях.

Для достижения поставленных задач в ходе занятий выдается теоретический материал (рассказ, объяснение, показ), для обучения, закрепления и проверки усвоения пройденного материала проводятся практические занятия и прием тестов физической подготовленности.

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.

Предметные:

Обучающиеся научатся:

- использовать элементарные теоретические знания по истории техники и вооружения;
- применять основы строевой подготовки и дисциплины строя;
- отличать истинные намерения своего государства и западных держав от того, что предлагают современные СМИ;
- владеть приёмами исследовательской деятельности, навыками поиска необходимой информации;
- использовать полученные знания и навыки по подготовке и проведению мероприятий военно-патриотической направленности.

Обучающиеся получат возможность научиться:

- правильно применять и использовать приемы владения стрелковым оружием;
- владеть навыками управления строя;
- готовить и проводить военно-патриотические мероприятия для разных целевых аудиторий;
- участвовать в соревнованиях и смотрах-конкурсах по военно-патриотической тематике разного уровня;
- готовить исследовательские работы по истории создания и применения вооружения и военной технике для участия в конференциях и конкурсах.

Содержание разделов программы.

Вводное занятие: **«Основы знаний «Юнармейца»** - обучающиеся знакомятся с коллективом, с деятельностью кружка «Юнармеец» с правилами техники безопасности на занятиях по физической, стрелковой, строевой подготовке.

В разделе **«Физическая подготовка»** с обучающимися проводятся занятия, в процессе которых поводится физическая подготовка направленные на развитие физических качеств: сила, быстрота, ловкость, скоростная и силовая выносливость. С использованием различных средств и методов физического воспитания.

В разделе **«Огневая подготовка»** с обучающимися проводятся занятия, в процессе которых обучающиеся знакомятся с материальной частью автомата Калашникова, Назначением, боевыми свойствами, общим устройством и принципом работы автомата. Выполняют неполную разборку и сборку АКМ-74. Знакомятся с правилами прицеливания и стрельбы из пневматической винтовки.

Выполняют стрельбу по мишеням.

В разделе **«Строевая подготовка»** обучающиеся знакомятся и изучают на практике строевые приёмы на месте и в движении и с оружием (автоматом АКМ-74) согласно Строевому уставу Вооруженных Сил Российской Федерации.

В разделе **«Исторические и боевые традиции Отечества»** обучающиеся знакомятся с Государственной и военной символикой, Днями воинской славы России, Символами воинской чести, основными битвами ВОВ, городами – героями ВОВ, Вооруженными Силами Российской Федерации, историей, символами и геральдикой.

В разделе **«Основы безопасности жизнедеятельности»** обучающиеся знакомятся с правилами безопасного поведения у водоемов, при пожаре, в природных экстремальных ситуациях; с ЧС аварийного характера в жилище и на транспорте, криминального характера. Опасными природными факторами и защитой от их влияния. Способами подачи сигналов бедствия, способами разведения огня и приготовления пищи, ориентированием и поиском маршрута движения на местности, преодолением рельефных и водных препятствий. Обучающиеся изучают современные средства поражения, мероприятия ГО по защите населения: средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожи, приборы радиационной и химической разведки. На практике отрабатывают навыки одевания и пребывания в противогазе и костюме химической защиты.

В разделе **«Медицинская подготовка»** обучающиеся знакомятся и изучают на практике правила оказания первой медицинской помощи в природных условиях (ссадины, порезы, укусы животных; вывихи переломы, обморожения; первая помощь утопающему). Первая помощь при ранениях и травмах (виды ран, помощь, повязка на голову и грудь), первая помощь при переломах конечностей. Первая помощь при несчастном случае: остановка кровотечений, повязки на живот, и промежность, верхние и нижние конечности.

В разделе **«Туристическая подготовка»** обучающиеся знакомятся и изучают сведения о соревнованиях по туристскому многоборью. Нормативы по туризму. Правила соревнований по туристскому многоборью. Виды соревнований. Тур техника. Этапы тур техники. Система штрафов. КТМ. Этапы. ПСР. Ралли, короткая дистанция. Документация соревнований. Итоговое занятие. Тест по правилам соревнований и системе штрафов. 10 основных узлов. Способы вязки, применение узлов. Знание видов веревки. Терминология при работе с веревкой. Уход за веревкой и карабинами. Обвязка. Страховочная система. Полиспаст. Петля само страховки. Вязка усов.

Беседка. Работа с карабинами с муфтой и «автоматом». Типы карабинов и их применение. Страховочная и сопровождающая веревки. Их применение и назначение. Работа с сопровождающей веревкой при переправе через реку, через каньон, вброд, по тонкому льду. Переправа первого участника. Переправа груза. Опорные петли. Страховка первого участника при подъеме и спуске. Траверс крутого склона: страховка и сопровождение. Само страховка. Движение по перилам: вброд, по бревну через реку, овраг и по тонкому льду. Этапы тур техники. Навесная переправа. Переправа по параллельным перилам. Установка и снятие палатки. Маятник. Подъем, спуск по склону. Переноска пострадавшего. Кочки. Мышеловка.

В разделе «**Ориентирование на местности**» Характеристика спортивного ориентирования, как вида спорта и, как вида отдыха. Краткий исторический обзор развития спортивного ориентирования у нас в стране и за рубежом. Виды соревнований в ориентирование. Снаряжение для занятий спортивным ориентированием и его особенности для лета и зимы. Обувь, одежда, компас, средства отметки. Основы картографии. Легенды контрольных пунктов. Условные знаки спортивных карт. Чтение спортивной карты. Правила соревнований по спортивному ориентированию.

В разделе «**Участие в военно-спортивной игре «Зарница» и «Орленок»**» закрепляем все полученные знания и навыки и подводим итоги учебного года.

Срок реализации программы 4 года, в состав группы входят юноши и девушки в возрасте 12 - 16 лет, количество обучающихся в группе 15 – 25 человек, набор детей в группу – свободный, продолжительность занятий – 2ч. по 45 минут, 3 раза в неделю.

Наполняемость детей по годам обучения.

1 год	2 год	3 год	4 год
15-25 чел.	15-25 чел.	15-25 чел.	15-25 чел.

Нормативная нагрузка программы по годам обучения.

1 год	2 год	3 год	4 год
216 пед. час.	216 пед. час.	216 пед. час.	216 пед. час.
6 ч. в неделю	6 ч. в неделю	6 ч. в неделю	6 ч. в неделю

Формы проведения занятий.

- лекции;
- работа с литературой и регламентирующими документами;
- работа со спортивными картами;
- демонстрация фото-видео материала;
- тренинг;
- групповые теоретические и практические занятия по расписанию;
- занятия по индивидуальным планам и выполнение домашних заданий;
- участие в спортивных соревнованиях;
- учебно-тренировочные сборы, походы, экскурсии;
- проведение восстановительно-профилактических мероприятий;

- просмотр учебных кинофильмов;
- инструкторская и судейская практика;
- путешествия и туристско-спортивные мероприятия.

Формы организации.

- Групповые занятия по расписанию.
- Практические занятия в звеньях.
- Индивидуальные занятия для подготовки к соревнованиям

Методы организации учебного процесса.

- «Погружение» в спортивную среду.
- Информационный – сообщение готовой информации.
- Продуктивный – предусматривающий постановку проблемы.
- Репродуктивный – предусматривающий использование в работе системы заданий.

- Исследовательский – побуждающий учащихся обращаться к первоисточнику, к добыванию и обобщению информации своими силами, предполагающий активизацию деятельности собственного интеллекта.

- Сравнительного анализа – направлен на познавательные, мыслительные усилия учащихся на рассмотрение и сопоставление отдельных сторон, свойств, составных частей тех предметов, объектов и явлений..

Ожидаемые результаты по годам обучения.

Учащиеся 1 года обучения должны:

- повысить уровень общей физической подготовки;
- сформировать мотивацию к занятиям спортом ;
- знать основы техники спортивного ориентирования и туризма, кроссового бега, участвовать в соревнованиях;
- сформировать мотивацию к занятиям патриотического воспитания;

Учащиеся 2 года обучения должны:

- повысить уровень общей физической подготовки;
- сформировать мотивацию к устойчивым занятиям патриотического воспитания;
- расширить знания технического арсенала, освоить новые приёмы и способы ориентирования;
- развить образное восприятие местности, устойчивость внимания, способность к произвольной его концентрации на самом процессе ориентирования, зрительную и логическую память;
- участвовать в соревнованиях;
- выполнить 2-3 юношеский разряд и нормативы по бегу и ОФП, определённые для детей этого возраста.

Учащиеся 3 года обучения должны:

- повысить уровень общей физической подготовки;
- овладеть навыками патриотического воспитания;
- продолжить развитие образного восприятия местности, устойчивости внимания, способности к произвольной его концентрации ориентирования, зрительной и логической памяти;
- участвовать в соревнованиях ;

- выполнить 1 юношеский разряд по бегу и ОФП, определённые для детей этого возраста.

Учащиеся 4 года обучения должны:

- повысить уровень общей физической подготовки;
- овладеть навыками самостоятельного анализа соревновательной деятельности;
- совершенствовать технику кроссового бега и бега на лыжах;
- овладеть вариантами техники бега применительно к разным типам и условиям местности;
- определить будущую специализацию;
- участвовать в соревнованиях ;
- выполнить 1 – 2 разряд по бегу и ОФП, определённого возраста.

Форма подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы является: участие в районной военно-спортивной игре «Зарница» и «Орленок».

Тематическое планирование для 1 года обучения.

№ п\п	Название разделов и тем	Количество часов		
		Общее	Теория	Практика
1.	Раздел 1. Основы знаний «Юнармейца».	2		
2.	Тема1. Знакомство с деятельностью кружка «Юнармеец». Техника безопасности на занятиях по физической, стрелковой, строевой подготовке.		2	-
3.	Раздел 2. Физическая подготовка.	52		
4.	Тема1. Определение уровня физических качеств: сила, скоростная сила, выносливость, ловкость, силовая выносливость посредством сдачи тестов физической подготовленности.		2	2
5.	Тема2. Изучение техники движений со снарядами и на тренажерах, оценка величины отягощения.		1	3
6.	Тема3. Круговая тренировка общефизической направленности.		-	11
7.	Тема4. Круговая тренировка на развитие силы.		-	11
8.	Тема5. Круговая тренировка на развитие скоростной выносливости.		-	11
9.	Тема6. Круговая тренировка повышенной интенсивности.		-	11
10.	Раздел 3. Огневая подготовка.	32		
11.	Тема1. Материальная часть автомата Калашникова. Назначение, боевые свойства, общее устройство и принцип работы		2	-

	автомата.			
12.	Тема2. Последовательность неполной разборка и сборки АКМ-74. Меры безопасности при обращении с автоматом и патронами.		2	13
13.	Тема3. Знакомство с правилами прицеливания и стрельбы из пневматической винтовки.		2	13
14.	Раздел 4. Строевая подготовка.	50		
15.	Тема1. Строевая стойка. Повороты на месте.		1	9
16.	Тема2. Строевой шаг.		1	9
17.	Тема3. Повороты на право -на лево в движении.		1	9
18.	Тема4. Поворот кругом в движении.		1	9
19.	Тема5. Строевые приемы в движении в отделении.		1	9
20.	Раздел 5. Исторические и боевые традиции Отечества.	20		
21.	Тема1. Государственная и военная символика.		2	
22.	Тема2. Дни воинской славы России.		2	
23.	Тема3. Основные битвы ВОВ, города – герои ВОВ.		2	
24.	Тема4. Символы воинской чести.		2	4
25.	Тема5. Вооруженные Силы Российской Федерации.		2	
26.	Тема6. История, символы и геральдика ЧР и РФ.		2	4
27.	Раздел 6. Основы безопасности жизнедеятельности.	10		
28.	Тема1. Безопасность и защита человека в ЧС		3	2
29.	Тема2. ЧС локального характера в природе и безопасность.		2	1
30.	Тема3. Гражданская оборона.		1	1
31.	Раздел 7. Медицинская подготовка	10		
32.	Тема1. Первая медицинская помощь при различных видах травм.		4	6
33.	Раздел 8.Туристическая подготовка	30		
34.	Тема 1. Спортивный туризм.		1	4
35.	Тема 2. Узлы. Работа с веревкой		1	7
36.	Тема 3. Страховка и сопровождение		1	5
37.	Тема 4. Дистанция по тур технике (отработка техники этапов, прохождение этапов).		1	10
38.	Раздел 9. Ориентирование на местности	10		
39.	Тема 1. Обзор состояния и развития ориентирования в России и за рубежом.		1	

40.	Тема 2. Основы техники и тактики спортивного ориентирования		1	4
41.	Тема3. Правила соревнований по спортивному ориентированию. Соревнования на 4 часа.			4
	Итого:	216	44	172

Календарно – тематический план.

№ п\п	Название разделов и тем	Количество часов		
		Обще е	Теория	Практика
	Раздел 1. Основы знаний «Юнармейца».	2		
Занятие 1-2	Тема1. Знакомство с деятельностью кружка «Юнармеец». Техника безопасности на занятиях по физической, стрелковой, строевой подготовке.		2	-
	Раздел 2. Физическая подготовка.	52		
Занятие 3-6	Тема1. Определение уровня физических качеств: сила, скоростная сила, выносливость, ловкость, силовая выносливость посредством сдачи тестов физической подготовленности.		2	2
Занятие 7-10	Тема2. Изучение техники движений со снарядами и на тренажерах, оценка величины отягощения.		1	3
Занятие 11-21	Тема3. Круговая тренировка общефизической направленности.		-	11
Занятие 22-32	Тема4. Круговая тренировка на развитие силы.		-	11
Занятие 33-43	Тема5. Круговая тренировка на развитие скоростной выносливости.		-	11
Занятие 44-54	Тема6. Круговая тренировка повышенной интенсивности.		-	11
	Раздел 3. Огневая подготовка.	32		
Занятие 55-56	Тема1. Материальная часть автомата Калашникова. Назначение, боевые свойства, общее устройство и принцип работы автомата.		2	-
Занятие 57-71	Тема2. Последовательность неполной разборки и сборки АКМ-74. Меры безопасности при обращении с автоматом и патронами.		2	13
Занятие 72-86	Тема3. Знакомство с правилами прицеливания и стрельбы из		2	13

	пневматической винтовки.			
	Раздел 4. Строевая подготовка.	50		
Занятие 87-96	Тема1. Строевая стойка. Повороты на месте.		1	9
Занятие 97-106	Тема2. Строевой шаг.		1	9
Занятие 107-116	Тема3. Повороты на право -на лево в движении.		1	9
Занятие 117-126	Тема4. Поворот кругом в движении.		1	9
Занятие 127-136	Тема5. Строевые приемы в движении в отделении.		1	9
	Раздел 5. Исторические и боевые традиции Отечества.	20		
Занятие 137-138	Тема1. Государственная и военная символика.		2	
Занятие 139-140	Тема2. Дни воинской славы России.		2	
Занятие 141-142	Тема3. Основные битвы ВОВ, города – герои ВОВ.		2	
Занятие 143-148	Тема4. Символы воинской чести.		2	4
Занятие 149-150	Тема5. Вооруженные Силы Российской Федерации.		2	
Занятие 151-156	Тема6. История, символы и геральдика ЧР и РФ.		2	4
	Раздел 6. Основы безопасности жизнедеятельности.	10		
Занятие 157-161	Тема1. Безопасность и защита человека в ЧС		3	2
Занятие 162-164	Тема2. ЧС локального характера в природе и безопасность.		2	1
Занятие 165-166	Тема3. Гражданская оборона.		1	1
	Раздел 7. Медицинская подготовка	10		
Занятие 167-176	Тема1. Первая медицинская помощь при различных видах травм.		4	6
	Раздел 8. Туристическая подготовка	30		
Занятие 177-181	Тема 1. Спортивный туризм.		1	4
Занятие 182-189.	Тема 2. Узлы. Работа с веревкой		1	7
Занятие 190-195	Тема 3. Страховка и сопровождение		1	5
Занятие 196-206	Тема 4. Дистанция по тур технике (отработка техники этапов, прохождение		1	10

	этапов).			
	Раздел 9. Ориентирование на местности	10		
Занятие 207	Тема 1. Обзор состояния и развития ориентирования в России и за рубежом.		1	
Занятие 208-212	Тема 2. Основы техники и тактики спортивного ориентирования		1	4
Занятие 213-216	Тема 3. Правила соревнований по спортивному ориентированию. Соревнования на 4 часа.			4
	Итого:	216	44	172

Тематическое планирование для 2 года обучения.

№ п/п	Название разделов и тем	Количество часов		
		Общее	Теория	Практика
1.	Раздел 1. Основы знаний «Юнармейца».	2		
2.	Тема 1. Знакомство с деятельностью кружка «Юнармеец». Техника безопасности на занятиях по физической, стрелковой, строевой подготовке.		2	-
3.	Раздел 2. Физическая подготовка.	52		
4.	Тема 1. Определение уровня физических качеств: сила, скоростная сила, выносливость, ловкость, силовая выносливость посредством сдачи тестов физической подготовленности.		2	2
5.	Тема 2. Изучение техники движений со снарядами и на тренажерах, оценка величины отягощения.		1	3
6.	Тема 3. Круговая тренировка общефизической направленности.		-	11
7.	Тема 4. Круговая тренировка на развитие силы.		-	11
8.	Тема 5. Круговая тренировка на развитие скоростной выносливости.		-	11
9.	Тема 6. Круговая тренировка повышенной интенсивности.		-	11
10.	Раздел 3. Огневая подготовка.	32		
11.	Тема 1. Материальная часть автомата Калашникова. Назначение, боевые свойства, общее устройство и принцип работы автомата.		2	-
12.	Тема 2. Последовательность неполной разборки и сборки АКМ-74. Меры безопасности при обращении с автоматом и		2	13

	патронами.			
13.	Тема3. Знакомство с правилами прицеливания и стрельбы из пневматической винтовки.		2	13
14.	Раздел 4. Строевая подготовка.	50		
15.	Тема1. Строевая стойка. Повороты на месте.		1	9
16.	Тема2. Строевой шаг.		1	9
17.	Тема3. Повороты на право -на лево в движении.		1	9
18.	Тема4. Поворот кругом в движении.		1	9
19.	Тема5. Строевые приемы в движении в отделении.		1	9
20.	Раздел 5. Исторические и боевые традиции Отечества.	20		
21.	Тема1. Государственная и военная символика.		2	
22.	Тема2. Дни воинской славы России.		2	
23.	Тема3. Основные битвы ВОВ, города – герои ВОВ.		2	
24.	Тема4. Символы воинской чести.		2	4
25.	Тема5. Вооруженные Силы Российской Федерации.		2	
26.	Тема6. История, символы и геральдика ЧР и РФ.		2	4
27.	Раздел 6. Основы безопасности жизнедеятельности.	10		
28.	Тема1. Безопасность и защита человека в ЧС		3	2
29.	Тема2. ЧС локального характера в природе и безопасность.		2	1
30.	Тема3. Гражданская оборона.		1	1
31.	Раздел 7. Медицинская подготовка	10		
32.	Тема1. Первая медицинская помощь при различных видах травм.		4	6
33.	Раздел 8.Туристическая подготовка	30		
34.	Тема 1. Спортивный туризм.		1	4
35.	Тема 2. Узлы. Работа с веревкой		1	7
36.	Тема 3. Страховка и сопровождение		1	5
37.	Тема 4. Дистанция по тур технике (отработка техники этапов, прохождение этапов).		1	10
38.	Раздел 9. Ориентирование на местности	10		
39.	Тема 1. Обзор состояния и развития ориентирования в России и за рубежом.		1	
40.	Тема 2. Основы техники и тактики спортивного ориентирования		1	4
41.	Тема3. Правила соревнований по спортивному ориентированию. Соревнования			4

	на 4 часа.			
	Итого:	216	44	172

Календарно – тематический план.

№ п\п	Название разделов и тем	Количество часов		
		Обще е	Теория	Практика
	Раздел 1. Основы знаний «Юнармейца».	2		
Занятие 1-2	Тема1. Знакомство с деятельностью кружка «Юнармеец». Техника безопасности на занятиях по физической, стрелковой, строевой подготовке.		2	-
	Раздел 2. Физическая подготовка.	52		
Занятие 3-6	Тема1. Определение уровня физических качеств: сила, скоростная сила, выносливость, ловкость, силовая выносливость посредством сдачи тестов физической подготовленности.		2	2
Занятие 7-10	Тема2. Изучение техники движений со снарядами и на тренажерах, оценка величины отягощения.		1	3
Занятие 11-21	Тема3. Круговая тренировка общефизической направленности.		-	11
Занятие 22-32	Тема4. Круговая тренировка на развитие силы.		-	11
Занятие 33-43	Тема5. Круговая тренировка на развитие скоростной выносливости.		-	11
Занятие 44-54	Тема6. Круговая тренировка повышенной интенсивности.		-	11
	Раздел 3. Огневая подготовка.	32		
Занятие 55-56	Тема1. Материальная часть автомата Калашникова. Назначение, боевые свойства, общее устройство и принцип работы автомата.		2	-
Занятие 57-71	Тема2. Последовательность неполной разборки и сборки АКМ-74. Меры безопасности при обращении с автоматом и патронами.		2	13
Занятие 72-86	Тема3. Знакомство с правилами прицеливания и стрельбы из пневматической винтовки.		2	13
	Раздел 4. Строевая подготовка.	50		
Занятие 87-96	Тема1. Строевая стойка. Повороты на месте.		1	9

Занятие 97-106	Тема2. Строевой шаг.		1	9
Занятие 107-116	Тема3. Повороты на право -на лево в движении.		1	9
Занятие 117-126	Тема4. Поворот кругом в движении.		1	9
Занятие 127-136	Тема5. Строевые приемы в движении в отделении.		1	9
	Раздел 5. Исторические и боевые традиции Отечества.	20		
Занятие 137-138	Тема1. Государственная и военная символика.		2	
Занятие 139-140	Тема2. Дни воинской славы России.		2	
Занятие 141-142	Тема3. Основные битвы ВОВ, города – герои ВОВ.		2	
Занятие 143-148	Тема4. Символы воинской чести.		2	4
Занятие 149-150	Тема5. Вооруженные Силы Российской Федерации.		2	
Занятие 151-156	Тема6. История, символы и геральдика ЧР и РФ.		2	4
	Раздел 6. Основы безопасности жизнедеятельности.	10		
Занятие 157-161	Тема1. Безопасность и защита человека в ЧС		3	2
Занятие 162-164	Тема2. ЧС локального характера в природе и безопасность.		2	1
Занятие 165-166	Тема3. Гражданская оборона.		1	1
	Раздел 7. Медицинская подготовка	10		
Занятие 167-176	Тема1. Первая медицинская помощь при различных видах травм.		4	6
	Раздел 8.Туристическая подготовка	30		
Занятие 177-181	Тема 1. Спортивный туризм.		1	4
Занятие 182-189.	Тема 2. Узлы. Работа с веревкой		1	7
Занятие 190-195	Тема 3. Страховка и сопровождение		1	5
Занятие 196-206	Тема 4. Дистанция по тур технике (отработка техники этапов, прохождение этапов).		1	10
	Раздел 9. Ориентирование на местности	10		
Занятие	Тема 1. Обзор состояния и развития		1	

207	ориентирования в России и за рубежом.			
Занятие 208-212	Тема 2. Основы техники и тактики спортивного ориентирования		1	4
Занятие 213-216	Тема3. Правила соревнований по спортивному ориентированию. Соревнования на 4 часа.			4
	Итого:	216	44	172

Тематическое планирование для 3 года обучения.

№ п/п	Название разделов и тем	Количество часов		
		Общее	Теория	Практика
1.	Раздел 1. Основы знаний «Юнармейца».	2		
2.	Тема1. Знакомство с деятельностью кружка «Юнармеец». Техника безопасности на занятиях по физической, стрелковой, строевой подготовке.		2	-
3.	Раздел 2. Физическая подготовка.	52		
4.	Тема1. Определение уровня физических качеств: сила, скоростная сила, выносливость, ловкость, силовая выносливость посредством сдачи тестов физической подготовленности.		2	2
5.	Тема2. Изучение техники движений со снарядами и на тренажерах, оценка величины отягощения.		1	3
6.	Тема3. Круговая тренировка общефизической направленности.		-	11
7.	Тема4. Круговая тренировка на развитие силы.		-	11
8.	Тема5. Круговая тренировка на развитие скоростной выносливости.		-	11
9.	Тема6. Круговая тренировка повышенной интенсивности.		-	11
10.	Раздел 3. Огневая подготовка.	32		
11.	Тема1. Материальная часть автомата Калашникова. Назначение, боевые свойства, общее устройство и принцип работы автомата.		2	-
12.	Тема2. Последовательность неполной разборки и сборки АКМ-74. Меры безопасности при обращении с автоматом и патронами.		2	13
13.	Тема3. Знакомство с правилами прицеливания и стрельбы из пневматической винтовки.		2	13
14.	Раздел 4. Строевая подготовка.	50		

15.	Тема1. Строевая стойка. Повороты на месте.		1	9
16.	Тема2. Строевой шаг.		1	9
17.	Тема3. Повороты на право -на лево в движении.		1	9
18.	Тема4. Поворот кругом в движении.		1	9
19.	Тема5. Строевые приемы в движении в отделении.		1	9
20.	Раздел 5. Исторические и боевые традиции Отечества.	20		
21.	Тема1. Государственная и военная символика.		2	
22.	Тема2. Дни воинской славы России.		2	
23.	Тема3. Основные битвы ВОВ, города – герои ВОВ.		2	
24.	Тема4. Символы воинской чести.		2	4
25.	Тема5. Вооруженные Силы Российской Федерации.		2	
26.	Тема6. История, символы и геральдика ЧР и РФ.		2	4
27.	Раздел 6. Основы безопасности жизнедеятельности.	10		
28.	Тема1. Безопасность и защита человека в ЧС		3	2
29.	Тема2. ЧС локального характера в природе и безопасность.		2	1
30.	Тема3. Гражданская оборона.		1	1
31.	Раздел 7. Медицинская подготовка	10		
32.	Тема1. Первая медицинская помощь при различных видах травм.		4	6
33.	Раздел 8.Туристическая подготовка	30		
34.	Тема 1. Спортивный туризм.		1	4
35.	Тема 2. Узлы. Работа с веревкой		1	7
36.	Тема 3. Страховка и сопровождение		1	5
37.	Тема 4. Дистанция по тур технике (отработка техники этапов, прохождение этапов).		1	10
38.	Раздел 9. Ориентирование на местности	10		
39.	Тема 1. Обзор состояния и развития ориентирования в России и за рубежом.		1	
40.	Тема 2. Основы техники и тактики спортивного ориентирования		1	4
41.	Тема3. Правила соревнований по спортивному ориентированию. Соревнования на 4 часа.			4
	Итого:	216	44	172

Календарно – тематический план.

№ п\п	Название разделов и тем	Количество часов		
		Обще е	Теория	Практика
	Раздел 1. Основы знаний «Юнармейца».	2		
Занятие 1-2	Тема1. Знакомство с деятельностью кружка «Юнармеец». Техника безопасности на занятиях по физической, стрелковой, строевой подготовке.		2	-
	Раздел 2. Физическая подготовка.	52		
Занятие 3-6	Тема1. Определение уровня физических качеств: сила, скоростная сила, выносливость, ловкость, силовая выносливость посредством сдачи тестов физической подготовленности.		2	2
Занятие 7-10	Тема2. Изучение техники движений со снарядами и на тренажерах, оценка величины отягощения.		1	3
Занятие 11-21	Тема3. Круговая тренировка общефизической направленности.		-	11
Занятие 22-32	Тема4. Круговая тренировка на развитие силы.		-	11
Занятие 33-43	Тема5. Круговая тренировка на развитие скоростной выносливости.		-	11
Занятие 44-54	Тема6. Круговая тренировка повышенной интенсивности.		-	11
	Раздел 3. Огневая подготовка.	32		
Занятие 55-56	Тема1. Материальная часть автомата Калашникова. Назначение, боевые свойства, общее устройство и принцип работы автомата.		2	-
Занятие 57-71	Тема2. Последовательность неполной разборка и сборки АКМ-74. Меры безопасности при обращении с автоматом и патронами.		2	13
Занятие 72-86	Тема3. Знакомство с правилами прицеливания и стрельбы из пневматической винтовки.		2	13
	Раздел 4. Строевая подготовка.	50		
Занятие 87-96	Тема1. Строевая стойка. Повороты на месте.		1	9
Занятие 97-106	Тема2. Строевой шаг.		1	9
Занятие 107-116	Тема3. Повороты на право -на лево в движении.		1	9

Занятие 117-126	Тема4. Поворот кругом в движении.		1	9
Занятие 127-136	Тема5. Строевые приемы в движении в отделении.		1	9
	Раздел 5. Исторические и боевые традиции Отечества.	20		
Занятие 137-138	Тема1. Государственная и военная символика.		2	
Занятие 139-140	Тема2. Дни воинской славы России.		2	
Занятие 141-142	Тема3. Основные битвы ВОВ, города – герои ВОВ.		2	
Занятие 143-148	Тема4. Символы воинской чести.		2	4
Занятие 149-150	Тема5. Вооруженные Силы Российской Федерации.		2	
Занятие 151-156	Тема6. История, символы и геральдика ЧР и РФ.		2	4
	Раздел 6. Основы безопасности жизнедеятельности.	10		
Занятие 157-161	Тема1. Безопасность и защита человека в ЧС		3	2
Занятие 162-164	Тема2. ЧС локального характера в природе и безопасность.		2	1
Занятие 165-166	Тема3. Гражданская оборона.		1	1
	Раздел 7. Медицинская подготовка	10		
Занятие 167-176	Тема1. Первая медицинская помощь при различных видах травм.		4	6
	Раздел 8. Туристическая подготовка	30		
Занятие 177-181	Тема 1. Спортивный туризм.		1	4
Занятие 182-189.	Тема 2. Узлы. Работа с веревкой		1	7
Занятие 190-195	Тема 3. Страховка и сопровождение		1	5
Занятие 196-206	Тема 4. Дистанция по тур технике (отработка техники этапов, прохождение этапов).		1	10
	Раздел 9. Ориентирование на местности	10		
Занятие 207	Тема 1. Обзор состояния и развития ориентирования в России и за рубежом.		1	
Занятие 208-212	Тема 2. Основы техники и тактики спортивного ориентирования		1	4
Занятие	Тема3. Правила соревнований по			4

213-216	спортивному ориентированию. Соревнования на 4 часа.			
	Итого:	216	44	172

Тематическое планирование для 4 года обучения.

№ п\п	Название разделов и тем	Количество часов		
		Общее	Теория	Практика
1.	Раздел 1. Основы знаний «Юнармейца».	2		
2.	Тема1. Знакомство с деятельностью кружка «Юнармеец». Техника безопасности на занятиях по физической, стрелковой, строевой подготовке.		2	-
3.	Раздел 2. Физическая подготовка.	52		
4.	Тема1. Определение уровня физических качеств: сила, скоростная сила, выносливость, ловкость, силовая выносливость посредством сдачи тестов физической подготовленности.		2	2
5.	Тема2. Изучение техники движений со снарядами и на тренажерах, оценка величины отягощения.		1	3
6.	Тема3. Круговая тренировка общефизической направленности.		-	11
7.	Тема4. Круговая тренировка на развитие силы.		-	11
8.	Тема5. Круговая тренировка на развитие скоростной выносливости.		-	11
9.	Тема6. Круговая тренировка повышенной интенсивности.		-	11
10.	Раздел 3. Огневая подготовка.	32		
11.	Тема1. Материальная часть автомата Калашникова. Назначение, боевые свойства, общее устройство и принцип работы автомата.		2	-
12.	Тема2. Последовательность неполной разборки и сборки АКМ-74. Меры безопасности при обращении с автоматом и патронами.		2	13
13.	Тема3. Знакомство с правилами прицеливания и стрельбы из пневматической винтовки.		2	13
14.	Раздел 4. Строевая подготовка.	50		
15.	Тема1. Строевая стойка. Повороты на месте.		1	9
16.	Тема2. Строевой шаг.		1	9
17.	Тема3. Повороты на право -на лево в		1	9

	движении.			
18.	Тема4. Поворот кругом в движении.		1	9
19.	Тема5. Строевые приемы в движении в отделении.		1	9
20.	Раздел 5. Исторические и боевые традиции Отечества.	20		
21.	Тема1. Государственная и военная символика.		2	
22.	Тема2. Дни воинской славы России.		2	
23.	Тема3. Основные битвы ВОВ, города – герои ВОВ.		2	
24.	Тема4. Символы воинской чести.		2	4
25.	Тема5. Вооруженные Силы Российской Федерации.		2	
26.	Тема6. История, символы и геральдика ЧР и РФ.		2	4
27.	Раздел 6. Основы безопасности жизнедеятельности.	10		
28.	Тема1. Безопасность и защита человека в ЧС		3	2
29.	Тема2. ЧС локального характера в природе и безопасность.		2	1
30.	Тема3. Гражданская оборона.		1	1
31.	Раздел 7. Медицинская подготовка	10		
32.	Тема1. Первая медицинская помощь при различных видах травм.		4	6
33.	Раздел 8.Туристическая подготовка	30		
34.	Тема 1. Спортивный туризм.		1	4
35.	Тема 2. Узлы. Работа с веревкой		1	7
36.	Тема 3. Страховка и сопровождение		1	5
37.	Тема 4. Дистанция по тур технике (отработка техники этапов, прохождение этапов).		1	10
38.	Раздел 9. Ориентирование на местности	10		
39.	Тема 1. Обзор состояния и развития ориентирования в России и за рубежом.		1	
40.	Тема 2. Основы техники и тактики спортивного ориентирования		1	4
41.	Тема3. Правила соревнований по спортивному ориентированию. Соревнования на 4 часа.			4
	Итого:	216	44	172

Календарно – тематический план.

№ п\п	Название разделов и тем	Количество часов		
		Обще е	Теория	Практика
	Раздел 1. Основы знаний «Юнармейца».	2		
Занятие 1-2	Тема1. Знакомство с деятельностью кружка «Юнармеец». Техника безопасности на занятиях по физической, стрелковой, строевой подготовке.		2	-
	Раздел 2. Физическая подготовка.	52		
Занятие 3-6	Тема1. Определение уровня физических качеств: сила, скоростная сила, выносливость, ловкость, силовая выносливость посредством сдачи тестов физической подготовленности.		2	2
Занятие 7-10	Тема2. Изучение техники движений со снарядами и на тренажерах, оценка величины отягощения.		1	3
Занятие 11-21	Тема3. Круговая тренировка общефизической направленности.		-	11
Занятие 22-32	Тема4. Круговая тренировка на развитие силы.		-	11
Занятие 33-43	Тема5. Круговая тренировка на развитие скоростной выносливости.		-	11
Занятие 44-54	Тема6. Круговая тренировка повышенной интенсивности.		-	11
	Раздел 3. Огневая подготовка.	32		
Занятие 55-56	Тема1. Материальная часть автомата Калашникова. Назначение, боевые свойства, общее устройство и принцип работы автомата.		2	-
Занятие 57-71	Тема2. Последовательность неполной разборка и сборки АКМ-74. Меры безопасности при обращении с автоматом и патронами.		2	13
Занятие 72-86	Тема3. Знакомство с правилами прицеливания и стрельбы из пневматической винтовки.		2	13
	Раздел 4. Строевая подготовка.	50		
Занятие 87-96	Тема1. Строевая стойка. Повороты на месте.		1	9
Занятие 97-106	Тема2. Строевой шаг.		1	9
Занятие 107-116	Тема3. Повороты на право -на лево в движении.		1	9

Занятие 117-126	Тема4. Поворот кругом в движении.		1	9
Занятие 127-136	Тема5. Строевые приемы в движении в отделении.		1	9
	Раздел 5. Исторические и боевые традиции Отечества.	20		
Занятие 137-138	Тема1. Государственная и военная символика.		2	
Занятие 139-140	Тема2. Дни воинской славы России.		2	
Занятие 141-142	Тема3. Основные битвы ВОВ, города – герои ВОВ.		2	
Занятие 143-148	Тема4. Символы воинской чести.		2	4
Занятие 149-150	Тема5. Вооруженные Силы Российской Федерации.		2	
Занятие 151-156	Тема6. История, символы и геральдика ЧР и РФ.		2	4
	Раздел 6. Основы безопасности жизнедеятельности.	10		
Занятие 157-161	Тема1. Безопасность и защита человека в ЧС		3	2
Занятие 162-164	Тема2. ЧС локального характера в природе и безопасность.		2	1
Занятие 165-166	Тема3. Гражданская оборона.		1	1
	Раздел 7. Медицинская подготовка	10		
Занятие 167-176	Тема1. Первая медицинская помощь при различных видах травм.		4	6
	Раздел 8. Туристическая подготовка	30		
Занятие 177-181	Тема 1. Спортивный туризм.		1	4
Занятие 182-189.	Тема 2. Узлы. Работа с веревкой		1	7
Занятие 190-195	Тема 3. Страховка и сопровождение		1	5
Занятие 196-206	Тема 4. Дистанция по тур технике (отработка техники этапов, прохождение этапов).		1	10
	Раздел 9. Ориентирование на местности	10		
Занятие 207	Тема 1. Обзор состояния и развития ориентирования в России и за рубежом.		1	
Занятие 208-212	Тема 2. Основы техники и тактики спортивного ориентирования		1	4
Занятие	Тема3. Правила соревнований по			4

213-216	спортивному ориентированию. Соревнования на 4 часа.			
	Итого:	216	44	172

Методическое обеспечение.

В ходе занятий применяются методы: объяснительный, наглядный, объяснительно-иллюстративный, практический. В ходе практических занятий обучающиеся выполняют практические задания по пройденным темам, сначала под наблюдением преподавателя, а затем самостоятельно. После выполнения задания производится разбор ошибок.

Для реализации данной программы требуется учебные макеты автомата Калашникова, пневматические винтовки, туристическое снаряжение (обвязки, страховочные верёвки, репшнур, карабины, палатки разных конструкций, компасы, топографические карты, медицинские носилки, лыжное снаряжение, спортзал, плакаты по ориентированию и технике преодоления препятствий), спортивный инвентарь: мячи набивные, баскетбольные, волейбольные, гири, гантели, штанга, силовые тренажеры, противогазы, костюм химической защиты, приборы ДП – 5В и ВПХР (войсковой прибор химической разведки).

Дидактические материалы.

1. Учебные плакаты:

- Автомат Калашникова;
- Поисково-спасательные работы;
- Транспортировка пострадавшего;
- Первая медицинская помощь;
- Укладка рюкзака;
- Спортивная карта;
- Ориентирование в походе;
- Топографические условные знаки.

2. Условные знаки топографических карт и карт для спортивного ориентирования.

3. Образцы туристического снаряжения (личного и группового).

Литература для педагога.

1. Журнал «Вестник Молодежной политики», №11, 2005 год.
2. Перов А.П., Воробьев М.С. «Организация и содержание работы оборонно-спортивного лагеря для молодёжи», Учебно-методическое пособие, Тюмень УЦ «Аванпост» 2000 год.
3. А.Т Смирнов, В.А. Васнев «Основы военной службы», Учебное пособие, М. «Дрофа» 2004 год.
4. Безопасность жизнедеятельности: Сборник нормативных документов по подготовке учащихся молодежи в области защиты от чрезвычайных ситуаций. М., АСТ, 1998 год.
5. На службе Отечеству. Об истории Российского государства и его вооруженных силах, традициях, морально-психологических и правовых основах военной службы: Книга для чтения по общественно-государственной

- подготовке солдат (матросов), сержантов (старшин) ВС РФ/ Под ред. В.А. Золотарёва, В.В. Марущенко. 3-е изд. М.: Русь-РКБ, 1999.
6. Наставление по стрелковому делу. М.: Воениздат, 1985.
 7. Наставление по физической подготовке. М.: Воениздат, 1987.
 8. Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации. М.: Воениздат, 2004.
 9. В.С. Кузнецов, Г.А. Колодницкий «Прикладная физическая подготовка. 10-11 классы» Москва «Владос пресс»2003 г.
 10. Ю.В. Козлова, В.В. Ярошенко «Туристический клуб школьников» Пособие для учителя. Москва Творческий центр «Сфера» 2004 г.
 11. Журнал ОБЖ: Основы безопасности жизни. 1998 – 2001. №1 – 12.

Литература для детей.

1. Ю.К. Сорокин «Атлетическая подготовка допризывника», М. «Советский спорт»1990г.
2. Основы медицинских знаний учащихся: Учебник для средних учебных заведений / Под ред. М.Н. Гоголева. М. Просвещение 1991.
3. Смирнов А.Т., Васне В.А., Мишин Б.И. Основы безопасности жизнедеятельности. 11 класс: Учебник. М. Просвещение, 2002.
4. Куприн А.М. «Занимательная картография» Книга для учащихся 6-8 классов средней школы. М. 1989г.
5. Фесенко Б.И. «Книга молодого ориентировщика» М. 1997г.