

**УТВЕРЖДАЮ**  
Директор МБОУ «Хибинская гимназия»  
\_\_\_\_\_ **Л.А. Новикова**

Приказ от 1 сентября 2022 года №18

**М.П.**

# **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

## **ПО КУРСУ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Всероссийское Военно-Патриотическое Общественное Движение (ВВПОД)

«Юнармия».

г. Кировск,  
2022 год

## СОДЕРЖАНИЕ

1.1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.....	2
1.2. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ .....	<b>Ошибка! Залка не определена.</b>
1.3. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ .....	5,6,7,8
1.3.1 Учебный план 1 модуля «Спорт»	
1.3.2. Содержание учебного плана 1 модуля «Спорт»	
1.4. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ.....	7
II. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ.....	7
2.1 Календарный учебный график Приложение 1	8-10
2.2. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ.....	9
2.3. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ/КОНТРОЛЯ .....	10
2.4. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ.....	
2.5. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ.....	
СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ .....	
Для педагога .....	
Для детей и родителей.....	
Интернет-ресурсы.....	
.....	
.....	

## I КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ

### ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

#### Норматика

Актуальность и педагогическая целесообразность программы заключаются в том, что занятие со школьниками позволяет успешно реализовать целый ряд воспитательных, развивающих и познавательных целей и задач. Воспитание патриота невозможно без познания родной земли, начиная от окрестностей родного города и заканчивая далекими уголками Родины.

Возраст детей, участвующих в реализации данной образовательной программы: программа дополнительного образования предназначена для детей 10-16 лет.

Срок освоения программы - 1 год –34 часа.

1 модуль «Спорт» - 34 часа.

Адресат программы: группа формируется из учащихся одной параллели или смежных классов. Для зачисления в объединение специальных знаний и подготовки не требуется, зачисляются все желающие, не имеющие медицинских противопоказаний.

#### 1.2

Цель: развитие у молодежи гражданственности, патриотизма как важнейших духовно-нравственных и социальных ценностей, формирование у неё профессионально значимых качеств, умений и готовности к их активному проявлению в различных сферах жизни общества, особенно в процессе военной и других, связанных с ней, видов государственной службы, верности конституционному и воинскому долгу в условиях мирного и военного времени, высокой ответственности и дисциплинированности. Гражданско-патриотическое и военно-спортивное воспитание учащихся.

Задачи:

1. Воспитание долга перед Родиной, отстаивание её чести и достоинства, свободы и независимости, защита Отечества.
2. Допризывная подготовка молодежи к дальнейшему прохождению воинской службы в рядах Российской армии. Формирование гражданственности, патриотизма.
3. Повышение престижа военной службы.
4. Пропаганда здорового образа жизни, популяризация прикладных видов спорта.

**Образовательные:**

- углубление знаний по истории и географии Российской Федерации;
- приобретение знаний о военной истории Отечества;
- формирование профессионально значимых качеств и умений, верности конституционному и военному долгу.

**Развивающие:**

- формирование потребности воспитанников в постоянном пополнении своих знаний, в укреплении своего здоровья;
- подготовка подрастающего поколения к военной службе;
- формирование навыков самообслуживания;
- формирование потребности к самообразованию, самоопределению, самореализации и выработке адекватной самооценки;
- развитие памяти, логического мышления.

**Воспитательные:**

- воспитание морально-волевых качеств личности;
- воспитание уважения к Российской армии;
- воспитание сознательной дисциплины и культуры поведения;
- воспитание ответственности за порученное дело;
- формирование чувств взаимоуважения и взаимопонимания и взаимоподдержки, чувства коллективизма;
- формирование устойчиво-позитивного отношения к окружающему миру;
- воспитание у подростков готовности к защите Отечества, действиям в экстремальных ситуациях;
- воспитание у подростков способности к лидерству, способности в критической ситуации взять на себя всю полноту ответственности за себя и всех членов коллектива.

**Направления работы:**

*Духовно-нравственное* – осознание личностью высших ценностей, идеалов и ориентиров, социально-значимых процессов и явлений реальной жизни, способность руководствоваться ими в практической деятельности и поведении. Оно включает: развитие высокой культуры и образованности. Осознание идеи, во имя которой проявляется готовность к достойному служению Отечеству, формирование высоконравственных норм поведения, качеств воинской чести, ответственности и коллективизма.

*Историческое* – познание наших корней, осознание неповторимости Отечества, его судьбы, неразрывности с ней, гордости за сопричастность к деяниям предков и современников. Оно включает: изучение военной истории Отечества, малой родины, героического прошлого различных поколений, боровшихся за независимость и самостоятельность страны.

*Политико-правовое* – формирование глубокого понимания конституционного и воинского долга, осознание положений Военной присяги, воинских уставов, требований командиров, начальников, старших должностных лиц.

*Патриотическое* – воспитание важнейших духовно-нравственных и культурно-исторических ценностей, отражающих специфику формирования и развития нашего общества и государства, национального самосознания, образа жизни, миропонимания и судьбы россиян. Оно включает: беззаветную любовь и преданность своему отечеству, гордость за принадлежность к великому народу, к его свершениям, испытаниям и проблемам, почитание национальных святынь и символов, готовность к достойному и самоотверженному служению обществу и государству.

Профессионально-деятельное – формирование добросовестного и ответственного отношения к труду, связанному со служением Отечеству. Стремления к активному проявлению профессионально-трудовых качеств в интересах успешного выполнения служебных обязанностей и поставленных задач.

Психологическое социально-общественное – формирование у подрастающего поколения высокой психологической устойчивости, готовности к выполнению сложных и ответственных задач в любых условиях обстановки, способности преодолевать тяготы и лишения военной и других видов государственной службы, важнейших психологических качеств, необходимых для успешной жизни и деятельности в коллективе подразделения, части.

### 1.3. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

#### 1.3 Учебный план 1 модуля «Спорт»

№	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Тема 3.1. История развития огнестрельного оружия. История вооружения. Понятие о стрельбе и выстреле	1	1	-	
2.	Автомат Калашникова (АК-74). Назначение, ТТХ и общее устройство автомата. Правила безопасности при обращении с оружием. Неполная разборка и сборка автомата Калашникова.	5	1	4	
3.	Правила выполнения стрельбы. Основы устройства оружия и боеприпасов. Прицеливание. Меры безопасности. Правила выполнения стрельбы. Заряжание и разряжание магазина.	3	1	2	
4.	Комплекс ГТО в общеобразовательной организации 3-я ступень Возрастная группа 11 — 12 лет (5—6 классы), 13 — 15 лет (7—9 классы). Техника выполнения бега на 30, 60 метров, как научиться быстро бегать. Метание мяча 150 г на дальность.	2	1	1	Сдача нормативов
5.	Смешанное передвижение на 1,5 и 2 км. Бег на выносливость проводится по беговой дорожке стадиона, зала или любой ровной местности.	2	-	2	Сдача нормативов
6.	Техника выполнения физического упражнения ОФП Подтягивание из виса на высокой перекладине (мальчики). Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу (мальчики). Отжимания: сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу (кол-во раз) (девочки). Наклон вперед из положения стоя.	3	1	2	Сдача нормативов

№	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
7.	ОФП Челночный бег 3x10м (секунд). Прыжок в длину с разбега (см) или прыжок в длину с места (см).	2		2	Сдача нормативов
8.	Отработка четкости и быстроты построения отделения, в две шеренги, одну шеренгу, в колонну по два, по три. Отработка строевых элементов. Отработка элементов строевого шага.	3	1	2	
9.	Закрытые и открытые переломы, признаки, первая помощь. Виды кровотечения, их признаки и характеристика. Приёмы остановки кровотечения. Способы иммобилизации и транспортировки при переломах: использование повязки, шины.	2	1	1	
10.	Первая доврачебная помощь при ранениях: повязка на плечевой сустав, грудь; повязка на голову, глаз, пращевидная повязка; повязка на таз, коленный сустав, голеностоп.	1	1		
11.	Признаки отморожения. Степени отморожения. Порядок оказания первой помощи при отморожениях.	1	1		
12.	Повороты на месте в составе отделения. Отработка элементов строевого шага по разделениям и в целом. Проведение тренировки движения строевым шагом.	2		2	
13.	Степени ожогов. Запрещающие действия при оказании первой помощи пострадавшим. Химический ожог: кислотами, щелочами, перекисью водорода. Первая помощь.	1	1		
14.	Военно-патриотические мероприятия, конкурсы, и соревнования.	6		6	
	<b>Всего</b>	<b>34</b>	<b>10</b>	<b>24</b>	

### 1.3.1. Содержание учебного плана 1 модуля «Спорт»

**Тема 1:** История развития огнестрельного оружия. История вооружения. Понятие о стрельбе и выстреле.

**Теория.** История развития огнестрельного оружия. История вооружения. Понятие о стрельбе и выстреле. Появление пистолетов и револьверов. Начало бурного развития пистолетов и револьверов. 19 век. Появление унитарных патронов. Дальнейшее развитие револьверов. Появление и развитие автоматических пистолетов. Современные образцы револьверов и пистолетов. Магазиновые винтовки. Общая характеристика. Беседа, просмотр фильмов

**Практика**

*Тема 2:* Автомат Калашникова (АК-74).

*Теория* Назначение, ТТХ и общее устройство автомата. Правила безопасности при обращении с оружием.

*Практика* Последовательность неполной разборки и сборки АК-74. Подготовка автомата и патронов к стрельбе, возможные задержки и неисправности при стрельбе и способы их устранения. Снаряжение магазина патронами и зарядание автомата. Ведение огня из автомата с места по неподвижным целям. Снаряжение магазина патронами и укладывание его в сумку. Подготовка упора. Изготовка к стрельбе лежа с упора. Принятие положения для стрельбы и зарядание автомата. Производство стрельбы (установка прицела и переводчика, прицеливание, спуск и удержание автомата при стрельбе). Прекращение стрельбы, разряжание автомата после стрельбы, выполнение приемов стрельбы из автомата лежа с упора. Метание ручных осколочных гранат в цель. Метание гранаты с места, в движении и из-за укрытия.

*Тема 3:* Правила выполнения стрельбы

*Теория* Основы устройства оружия и боеприпасов. Прицеливание. Меры безопасности. Правила выполнения стрельбы.

*Практика* Правила выполнения стрельбы. Зарядание и разряжание магазина.

*Тема 4:* Техника выполнения бега на 30, 60 метров

*Теория* Положение о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО). Комплекс ГТО в общеобразовательной организации 3-я ступень Возрастная группа 11 — 12 лет (5—6 классы).

*Практика* Техника выполнения бега на 30, 60 метров, как научиться быстро бегать. Метание мяча 150 г на дальность.

*Тема 5:* выполнение нормативов

*Теория*

*Практика* Бег на выносливость Смешанное передвижение на 1,5 и 2 км. Бег на выносливость.

*Тема 6:* выполнение нормативов

*Теория*

*Практика* Подтягивание из виса на высокой перекладине (мальчики). Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу (мальчики).

Отжимания: сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу (кол-во раз) (девочки). Наклон вперед из положения стоя.

*Тема 7:* выполнение нормативов

*Теория*

*Практика* Челночный бег 3х10м (секунд). Прыжок в длину с разбега (см) или прыжок в длину с места (см).

*Тема 8:* Отработка строевых элементов.

*Теория* Беседа,

*Практика* Повороты на месте в составе отделения.

*Тема 9:* Закрытые и открытые переломы, признаки, первая помощь. Виды кровотечений.

*Теория* Закрытые и открытые переломы, признаки, первая помощь.

*Практика* Принципы иммобилизации и транспортировки при переломах.

*Тема 10:* Первая доврачебная помощь при ранениях

*Теория* Первая доврачебная помощь при ранениях.

*Практика:* повязка на плечевой сустав, грудь; повязка на голову, глаз, пращевидная повязка; повязка на таз, коленный сустав, голеностоп.

*Тема 11: Признаки отморожения*

*Теория* . Степени отморожения. Порядок оказания первой помощи при отморожениях.

*Практика*

*Тема 12: Строевая подготовка*

Повороты на месте в составе отделения.

*Практика* Отработка элементов строевого шага по разделениям и в целом. Проведение тренировки движения строевым шагом.

*Тема 13: Степени ожогов*

*Теория* Запрещающие действия при оказании первой помощи пострадавшим. Химический ожог: кислотами, щелочами, перекисью водорода. Первая помощь.

*Практика*

*Тема 14: Военно-патриотические мероприятия, конкурсы, и соревнования*

*Теория*

*Практика* Участие в военно-патриотических мероприятиях, конкурсах, и соревнованиях.

#### 1.4 ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

## II. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Календарный учебный

Календарный учебный график

№ п/п	Месяц	Форма занятия	Тема занятия	Кол-во часов	Форма контроля
1 модуль «Спорт»					
1.		<i>Теория.</i>	<i>Тема 1:</i> . История развития огнестрельного оружия. Понятие о стрельбе и выстреле. История вооружения. Появление пистолетов и револьверов. Начало бурного развития пистолетов и револьверов. 19 век. Появление унитарных патронов. Дальнейшее развитие револьверов. Появление и развитие автоматических пистолетов. Современные образцы револьверов и пистолетов. Магазиновые винтовки. Общая характеристика. Беседа, просмотр фильмов	1	

2.		<p><i>Теория</i> Тема 2: Автомат Калашникова (АК-74). <i>Теория</i> Назначение, ТТХ и общее устройство автомата. Правила безопасности при обращении с оружием.</p> <p><i>Практика</i> <i>Практика</i> Последовательность неполной разборки и сборки АК-74. Подготовка автомата и патронов к стрельбе, возможные задержки и неисправности при стрельбе и способы их устранения. Снаряжение магазина патронами и зарядание автомата. Ведение огня из автомата с места по неподвижным целям. Снаряжение магазина патронами и укладывание его в сумку. Подготовка упора. Изготовка к стрельбе лежа с упора. Принятие положения для стрельбы и зарядание автомата. Производство стрельбы (установка прицела и переводчика, прицеливание, спуск и удержание автомата при стрельбе). Прекращение стрельбы, разряжание автомата после стрельбы, выполнение приемов стрельбы из автомата лежа с упора. Метание ручных осколочных гранат в цель. Метание гранаты с места, в движении и из-за укрытия.</p>	<p>5 Теория 1</p> <p><i>Практика</i> 4</p>	13.09. по 11.10.22
3.		<p><i>Теория</i> Тема 3: Правила выполнения стрельбы <i>Теория</i> Основы устройства оружия и боеприпасов. Прицеливание. Меры безопасности. Правила выполнения стрельбы.</p> <p><i>Практика</i> <i>Практика</i> Правила выполнения стрельбы. Зарядание и разряжание магазина.</p>	1	18.10
4.		<p><i>Теория</i> Тема 4: Техника выполнения бега на 30, 60 метров <i>Теория</i> Положение о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО). Комплекс ГТО в общеобразовательной организации 3-я ступень Возрастная группа 11 — 12 лет (5—6 классы).</p> <p><i>Практика</i> <i>Практика</i> Техника выполнения бега на 30, 60 метров, как научиться быстро бегать. Метание мяча 150 г на дальность.</p>	2	25.10 08.11
5.		<p>Тема 5: выполнение нормативов <i>Теория</i></p> <p><i>Практика</i> <i>Практика</i> Бег на выносливость Смешанное передвижение на 1,5 и 2 км. Бег на выносливость.</p>	2	15.11 22.11



6.	<i>Теория Практика</i>	<i>Тема 6: выполнение нормативов Теория Практика</i> Подтягивание из виса на высокой перекладине (мальчики). Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу (мальчики). Отжимания: сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу (кол-во раз) (девочки). Наклон вперед из положения стоя.	3	29.11 6.12 13.12
7.	<i>Практика</i>	<i>Тема 7: выполнение нормативов Теория Практика</i> Челночный бег 3х10м (секунд). Прыжок в длину с разбега (см) или прыжок в длину с места (см).	2	20.12 27.12
8.	<i>Теория Практика</i>	<i>Тема 8: Отработка строевых элементов. Теория</i> Беседа, <i>Практика</i> Повороты на месте в составе отделения.	3	
9.	<i>Теория Практика</i>	<i>Тема 9: Закрытые и открытые переломы, признаки, первая помощь. Виды кровотечений. Теория</i> Закрытые и открытые переломы, признаки, первая помощь. <i>Практика</i> Принципы иммобилизации и транспортировки при переломах.	2	
10.	<i>Теория</i>	<i>Тема 10: Первая доврачебная помощь при ранениях Теория</i> Первая доврачебная помощь при ранениях. <i>Практика:</i> повязка на плечевой сустав, грудь; повязка на голову, глаз, пращевидная повязка; повязка на таз, коленный сустав, голеностоп.	1	
11.	<i>Теория</i>	<i>Тема 11: Признаки отморожения Теория</i> . Степени отморожения. Порядок оказания первой помощи при отморожениях. <i>Практика</i>	1	
12.	<i>Практика</i>	<i>Тема 12: Строевая подготовка Практика</i> Отработка элементов строевого шага по подразделениям и в целом. Проведение тренировки движения строевым шагом. Повороты на месте в составе отделения.	2	

13.		<i>Теория</i>	<i>Тема 13: Степени ожогов Теория</i> Запрещающие действия при оказании первой помощи пострадавшим. Химический ожог: кислотами, щелочами, перекисью водорода. Первая помощь.	1	
14.		<i>Практика</i>	<i>Тема 14: Военно-патриотические мероприятия, конкурсы, и соревнования Теория Практика</i> Участие в военно-патриотических мероприятиях, конкурсах, и соревнованиях.	4	

## 2.2. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

1 модуль

## 2.3. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ/КОНТРОЛЯ

## 2.4. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

1 модуль

## 2.5. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

1 модуль

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

*Для педагога*

*Для детей и родителей*

*Интернет-ресурсы.*









