

Принято:
на педагогическом совете
от 28.08.2024г.
Протокол № 1

УТВЕРЖДЕНО
Директор МОУ СОШ
№9

И.В.Данилов
28.08.2024 г.



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

«Юнармейский отряд»

10-11 классы

2024 - 2025 учебный год

Составил: Никитин А.А.

Возраст учащихся: 8-17 лет
Срок реализации: 1 год

г. Каменка, 2024 г.

Пояснительная записка

Мы учимся Россию защищать

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Военно-прикладное дело в юнармейских и кадетских классах»

- по содержанию является *социально-гуманитарной*,
- по уровню освоения – *ознакомительной*,
- по форме организации - *очной, групповой*,

Программа разработана в соответствии с действующими нормативно-правовыми документами:

- Федеральный Закон РФ от 29.12.2012 г. № 273 «Об образовании в РФ»;
- Федеральный Закон от 31 июля 2020 года № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»;

• Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 9 ноября 2018г. № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

• "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи", утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20».

• Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года»;

• Национальный проект «Образование» (утвержден Президиумом Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 24.12.2018 г. № 16);

• Целевая модель развития региональной системы дополнительного образования детей (приказ Министерства просвещения РФ от 3 сентября 2019 г. № 467).

Актуальность программы обусловлена тем, что в настоящее время в результате реформирования современного российского общества образовался социокультурный кризис ценностей и социальных норм, в частности, в вопросах воспитания патриотических чувств. Он коснулся всех слоев населения, но особенно остро - детей. От того, как подрастающее поколение будет относиться к своей Родине и своему Отечеству, будет зависеть благополучие и процветание российского государства. Кроме того, геополитическая обстановка в мире продолжает обостряться. Открываются новые очаги напряженности, блок НАТО приближается к границам России.

Поэтому решение проблемы воспитания патриотизма и гражданственности приобретает государственное значение. В том числе и военно-патриотическое воспитание.

В эпоху реформ армии, с переходом на год военной службы, качественная подготовка призывника является актуальной, особо для боевых частей, которые первыми выполняют задачи в зонах боевых конфликтов. Данная программа построена с учетом интересов детей среднего и старшего школьного возраста, обучающихся в юнармейских кадетских классах школы и имеет военно-патриотическую направленность.

Среди множества задач, решаемых в процессе обучения и воспитания школьников выделим три очень важных, на наш взгляд, задачи.

1. Формирование всесторонне развитой личности учеников, направление их правильный и здоровый путь развития.

В современных условиях, когда на неокрепшую личность ребёнка обрушивается буквально вал негативного воздействия, беспощадно ломающий так мало защищённого молодого человека, грубо толкающий его на нездоровый путь развития, тупиковый путь бесперспективный,- очень важно помочь ребёнку не сбиться с правильного пути, выбрать правильное направление в жизни; поддержать ребёнка в этом выборе, помочь ему уверенно зашагать в верном направлении. А это, прежде всего, путь, ведущий к формированию здоровой, положительно направленной личности человека; путь, ведущий к раскрытию всех дарований и талантов, способностей человека, их реализации, а не к прожиганию жизни, не тем более к медленному самоубийству через призрачные удовольствия, так щедро навязываемые молодым людям современными СМИ.

2. Юнармейские и кадетские классы – специфические образовательные единицы, своеобразная образовательно-воспитательная система, имеющая наряду с другими отличительными особенностями и такую очень важную особенность как добровольное поступление в класс на конкурсной основе.

Не использовать это при выстраивании образовательно-воспитательного процесса было бы совершенно неправильно. Интерес, энтузиазм, целеустремлённость ребят необходимо учитывать и при достижении конкретных прикладных результатов и в воспитательных целях. Накладывая на процесс учебных занятий воспитательную доминанту, руководитель имеет возможность, ненавязчиво, но неуклонно вести ребят в направлении всестороннего развития, духовного обогащения и формирования положительной направленности личности, воспитывать из ребят патриотов, добрых отзывчивых людей, достойных граждан России.

3. В современных условиях допризывная военная подготовка молодёжи является недостаточной, особенно для тех ребят, которые живо интересуются военно-прикладными дисциплинами. Образовательная система просто обязана обеспечить реализацию этого интереса в своих рамках, в особенности в условиях вариативности обучения в старших классах школы.

Программа является комплексной, носит интегрированный характер, состоит из нескольких тесно взаимосвязанных курсов. Реализация всех курсов программы позволяет добиться формирования всесторонне развитой и гармоничной личности воспитанника.

Программа предусматривает тесное сотрудничество юнармейцев класса с другими военно-патриотическими объединениями Пензенской области. Это реализуется, прежде всего, в рамках деятельности пензенского регионального отделения Юнармии.

пензенской Региональной ассоциации вневоинской подготовки (РАВП) «Гвард Вымпел».

Объём и сроки реализации программы:

Программа рассчитана на 1 год обучения с общим количеством часов – 144 для 9 класса и 180 – для 10 класса.

Предполагает теоретические и практические занятия с учащимися по различным видам военно-прикладного дела.

Особое внимание уделено духовно-нравственному развитию личности молодого человека. В программе закрепляются навыки практическими делами: заботливое отношение к ветеранам, охраной исторических и военных памятников, несение вахты Памяти, активным участием в военно-патриотических мероприятиях в масштабах города, района, области и во Всероссийских масштабах.

Физическое здоровье является приоритетной ценностью воспитания молодежи.

Программа предусматривает кроме теоретических занятий, постоянные практические тренировки: регулярное посещение различных спортивных секций (баскетбол, легкая атлетика, плавание, стрельба, футбол, хоккей), участие в спортивных соревнованиях, которые имеют в школе массовый характер, участие в военных спортивных играх, в военных сборах.

Результатами освоения данной программы и военно-патриотической работы молодежи является воспитание патриотов Отечества.

Особенности организации образовательного процесса

Уровень обучения: ознакомительный (1 год обучения)

Практическое знакомство с основами строевой подготовки, общественной и государственной подготовки, огневой подготовкой, начальной туристической подготовкой, общефизической подготовкой и способами оказания первой помощи. Применяются теоретические, практические, игровые и соревновательные формы занятий. Реализуются принципы наглядности, системности и последовательности доступности обучения.

Разделы:

1. Общественно-государственная подготовка - «Себе честь - Родине Слава».
2. Строевая подготовка – умение выполнять строевые приёмы, взаимодействовать в строю, правильно носить форменную одежду и гордиться ей.
3. Огневая подготовка – выработка навыков прицельной стрельбы.
4. Общефизическая, специальная физическая подготовка – система развивающих физических упражнений и способов преодоления искусственных препятствий.

Цель программы воспитание гражданина и патриота своей Родины, способного отстаивать её интересы.

Задачи:

- способствовать формированию личности, способной принимать решения в ситуациях морального выбора и нести ответственность за эти решения перед собой и референтной группой;
- профилактика асоциального поведения детей и подростков;
- глубоко осознанная профессиональная ориентация ребят;

- познакомить с историей создания и традициями юнармейского и кадетского движения, Вооруженных Сил РФ, основными воинскими нормативно-правовыми актами;
- комплексное развитие у них устойчивых навыков здорового образа жизни и физическое совершенствование.
- обучить учащихся практическим навыкам строевой подготовки;
- научить подготавливать оружие к стрельбе, выполнять приемы и правила
- всесторонняя подготовка выпускников кадетского класса к поступлению в высшие военно-учебные и другие образовательные учреждения страны.

Ожидаемые результаты освоения программы:

Предметные:

Теория (учащийся будет знать): историю развития юнармейского движения в России, Пензенской области, Каменском районе, в МОУ СОШ №9 г. Каменки; государственные символы Российской Федерации; героев, прославивших Пензенскую область; основные вехи военной истории России; виды Вооруженных сил и рода войск; основы оказания первой помощи; правила безопасного поведения вне населенных пунктов; понятия «военная топография», стороны горизонта, топографические знаки; правила безопасности при обращении с оружием и боеприпасами; основы и правила стрельбы, материальную часть автомата Калашникова; основы выполнения приёмов строевой подготовки; нормы воинского этикета; основы ведения здорового образа жизни.

Практика (учащийся будет уметь): действовать в соответствии с этическими нормами поведения; уметь работать в группе сверстников; безопасно обращаться со стрелковым оружием; выполнять неполную сборку и разборку автомата Калашникова; стрелять из пневматической винтовки и газобаллонного пистолета; выполнять элементы строевой подготовки; передвигаться по дорогам и тропам в составе группы; преодолевать несложные естественные препятствия; оформлять боевые листки; читать стенную газету; грамотно размещать посты в социальных сетях; исполнять патриотические песни;

Метапредметные:

- *Познавательные:* учащийся будет уметь проявлять самостоятельность в решении познавательных задач.

- *Регулятивные:* учащийся будет уметь планировать, контролировать, корректировать учебные действия, осуществлять самоконтроль и самооценку.

- *Коммуникативные:* учащийся будет уметь проявлять самостоятельность в решении коммуникативных задач, участвовать в решении социальных вопросов детского патриотического движения, принимать в жизни ответственные решения.

- *Личностные:* будут сформированы моральные нормы и ценности, характеризующие личность юнармейца, кадета: мотивация к обучению, верность кадетским заповедям, юнармейским традициям, чувство ответственности за себя и других, личностное осознание понятия «Честь имею!», готовность служению Отечеству.

Заказчик программы: Администрация МОУ СОШ №9 г. Каменки Каменского района Пензенской области.

Разработчик программы: классный руководитель юнармейского класса МОУ СОШ №9 им. Кирилла и Мефодия г. Каменки, подполковник запаса Никитин А.А.

Принципы программы.

Приоритет продуктивности и надежности обучения обязывает педагога осуществлять выбор форм и методов обучения в соответствии с его целями и стремлением совершенствовать их в интересах гарантийного достижения целей.

Принцип преемственности, последовательности и систематичности обучения обусловлен объективно существующими этапами познания, взаимосвязью чувственного и логического, рационального и иррационального, сознательного и бессознательного.

Принцип демократичности предполагает, прежде всего, высокую степень доверия педагога к воспитанникам. При освоении программного материала принимаются во внимание буквально все инициативы и новации, исходящие от ребят. Если предложения оказываются неуместными, надо тактично и доступно объяснить это ребятам. Хотя принцип демократичности предполагает, что любые новации при адаптации к данным условиям приемлемы.

Принцип приоритета практики. Юнармейство и кадетство - это в значительной большей степени практика, чем теория. Научить ребят строевой выправке, результативной стрельбе из пневматической винтовки, добиться достижения высоких спортивных показателей и т.д. - это, прежде всего, кропотливые систематические тренировки. Поэтому практическая направленность этой программы имеет приоритетное значение.

Принцип систематичности соблюдается при решении любой задачи, рассчитанной на длительную перспективу. Опора на ранее приобретённые знания и умения, закрепление уже приобретённых навыков, доведение их до автоматизма - краеугольные камни продвижения вперёд по нелёгкой дороге постижения нового. Этот принцип надёжно проверен практикой и является неотъемлемой частью методики реализации данной программы.

Принцип воспитания и всестороннего развития. Программа не ставит своей задачей только лишь цели достижения высоких технических результатов. Воспитание подростков - главная задача нашего объединения. Развитие личности ребёнка, подготовка его к полноценной взрослой жизни, формирование у ребят высоких гражданственных чувств - одна из главных задач Юнармии.

Принцип партнерства. Данный принцип предполагает тесные партнерские связи с многими военно-патриотическими, досуговыми и культурными учреждениями Каменки и Пензенской области, с воинскими частями. Для этого осуществляются систематические связи с соответствующими организациями, организуется обмен положительным опытом работы, проводятся соревнования, совместные праздники, встречи и другие мероприятия.

Учебный план

№ п/п	Разделы	Количество часов
1	Строевая подготовка	36
2	Стрелковая подготовка	36
3	Общефизическая, специальная физическая подготовка	18
4	«Себе честь - Родине Слава»	18
	Итого:	108

Содержание программы.

Раздел «Строевая подготовка».

Задачи курса:

- выработка строевой выправки, подтянутости и выносливости;
- умение правильно и быстро выполнять команды, строевые приёмы;
- формирование психологической готовности к овладению военной специальностями.

Строевая подготовка - тот самый элемент воинского обихода, который сразу и очень значительно отличает военнослужащего от человека гражданского. Именно в форме, строевая выправка и строевая выучка зачастую привлекают молодых людей к военному делу. Учитывая, что занятия строевой подготовкой не требуют какого-либо сложного и дорогостоящего оборудования, но очень востребованы немалой частью молодежи, - разумно уделить этой учебной дисциплине соответствующее количество времени в системе военно-прикладного дела.

Юнармейцы обязаны хорошо знать изучаемую тематику в теории, уметь в личной последовательности и правильно выполнять все изучаемые строевые приёмы одиночной подготовки и в составе строя. Уровень строевой подготовленности кадет должен быть несколько не ниже подготовки солдат в армии после прохождения ими Курса молодого солдата.

Учебный курс включает:

I. Теоретическая подготовка:

- уставы Вооружённых сил, Строевой устав;
- Строевой устав о строевой подготовке;
- обязанности военнослужащих перед построением и в строю;
- основные положения приказа Министра обороны о правилах ношения формы одежды в армии.

II. Практическая подготовка:

- обучение первичным навыкам индивидуальной строевой подготовки и навыков строевой подготовки в составе отделения и взвода;
- совершенствование индивидуальной строевой подготовки кадет;

—подготовка к совместным строевым мероприятиям с другими формированиями военно-прикладной направленности

Ожидаемые результаты и способы определения их результативности.

По итогам занятий в течение первого года обучающиеся:

знают:

- основные положения Строевого устава Вооружённых сил РФ;
- порядок выполнения основных элементов строевых приёмов;

умеют:

- выполнять основные строевые приёмы индивидуальной строевой подготовки;
- выполнять основные элементы движения в строю.

Формы выявления и фиксации результатов:

- ежемесячный контроль индивидуальной строевой подготовки юнармейцев;
- участие в различных военно-патриотических мероприятиях с демонстрацией строевой выправки и подготовленности;
- участие в вахте памяти в честь Дня Победы.

Учебно-тематический план

№ п/п	Тема занятий	Количество часов		
		Теория	Практика	Всего
1	Введение.	1	-	1
2	Одиночная строевая подготовка.	1	9	10
3	Строй отделений и взвода.	1	9	10
4	Воинское приветствие.	1	4	5
	Всего:	4	32	36

Содержание

Тема. Введение. Строевой устав.

Теория. Знакомство с целями курса «Строевая подготовка». Строевой Устав Вооружённых Сил Российской Федерации. История Строевого устава. Роль и место строевой подготовки в жизнедеятельности Вооружённых Сил. Обязанности военнослужащих

Контроль. Устный зачёт

Тема. Строевые приёмы

Теория. Понятие «Строевая подготовка». Строй и его элементы. Обязанности военнослужащих перед построением и в строю.

Практика. Выполнение строевых приёмов: строевая стойка, движение без оружия, выход из строя и возвращение в строй. Повороты на месте. Движение строевым шагом

Выполнение поворотов в движении. Подход к начальнику и отход от него. Размыкание и смыкание строя. Перестроения отделений и взводов.

Контроль. Строевой смотр.

Тема. Военная форма одежды.

Теория. Военная форма одежды. Правила ношения военной формы одежды.

Практика Составление памятки ухода за военной формы одежды.

Контроль. Тестирование

Тема. Воинское приветствие

Теория. Воинское приветствие. Виды воинского приветствия.

Практика. Воинское приветствие без оружия на месте и в движении. Воинское приветствие в строю на месте и в движении. Выход из строя и возвращение в строй. Порядок подхода из строя к начальнику и отхода от него.

Контроль. Зачёт

Тема. Строи отделений и взвода.

Теория. Понятие «строй». Строй отделения. Строй взвода. Развёрнутый строй. Походный строй.

Практика. Построение отделения и взвода: развёрнутый строй, походный строй. Размыкание и смыкание строя. Выполнение перестроения отделений и взводов.

Контроль. Смотровой смотр.

Раздел «Стрелковая подготовка»

Задачи:

- подготовка подрастающего поколения к службе в Вооруженных силах;
 - формирование первичных знаний по истории создания и развития различных видов стрелкового оружия, его современных типах, устройстве и технических характеристиках;
 - привитие навыков безопасного обращения с оружием, правильного ухода и хранения;
 - развитие способностей детей к выполнению первичных приёмов стрельбы.
- достижение результативности в выполнении упражнения по стрельбе из пневматической винтовки.

Учебный курс включает:

1. Изучение и практическое освоение следующих основополагающих элементов стрельбы:

- изготовка;
- прицеливание;
- дыхание;
- спуск курка.

2. Освоение техники стрельбы из положений стоя с упором и стоя без упора.

3. Совершенствование техники стрельбы из пневматического оружия.

Учебно-тематический план.

№ п/п	Тема занятий	Количество часов		
		Теория	Практика	Всего
1	Вводное занятие: Нормативная база об использовании оружия на территории РФ	1	-	1
2	Правила безопасного обращения с оружием	1	1	2
3	Материальная часть оружия и основы стрельбы	1	-	1
4	Основы техники стрельбы	1	23	24
5	Общая физическая подготовка	1	4	5
6	Соревнования	1	2	3
7	Итого:	6	30	36

Теория. Закон РФ «Об оружии» от 13 ноября 1996 года с последующими изменениями и дополнениями.

Тема. Правила безопасного обращения с оружием.

Теория. Правила поведения во время стрельбы, обращения с оружием, соревнования. Правила поведения в тирах и на стрельбищах при проведении стрельб. Сигналы команды, подаваемые при проведении стрельб, и их выполнение. Инструкции по обеспечению мер безопасности при проведении стрельб в тирах и на стрельбищах.

Практика. Составление инструкций по обеспечению мер безопасности при проведении стрельб в тирах и на стрельбищах. Разбор ситуаций при нарушении правил техники безопасности при обращении с оружием.

Тема. Материальная часть оружия и основы стрельбы

Теория. Назначение и боевые свойства пневматического оружия. Общее устройство винтовки МР - 512, ИЖ - 38. Материальная часть оружия. Наименование, назначение, основные технические характеристики.

Назначение и взаимодействие частей винтовки. Уход, сбережение. Понятие выстрела. Явления, связанные с выстрелом. Рассеивание выстрелов. Определение точки попадания (СТП).

оде
рж
ан
ие

Т
Норм
вая
об
испо
вани
оруж
на
терр
ии Р

Практика. Назначение и взаимодействие частей винтовки. Уход, сбережение. Определение средней точки попадания. Расчёт поправок.

Контроль. Тестирование

Тема. Основы техники стрельбы

Теория. Основы теории стрельбы. Общие понятия о внутренней и внешней баллистике. Явление выстрела. Основные элементы техники выполнения выстрела: изготовление, прицеливание, спуск курка, дыхание. Характерные ошибки, допускаемые стрелком при нажатии на спусковой крючок и их устранение. Отдача оружия, образование угла выстрела, его зависимость от изготовления стрелка. Элементы траектории полёта пули. Силы, действующие на пулю при полете. Рассеивание, кучность, меткость. Причины, влияющие на кучность и меткость стрельбы. Определение средней точки попадания на мишень. Определение ведущего глаза. Поза стрелка. Режим дыхания при стрельбе. Отличительные свойства стрельбы из положений «лежа», «стоя».

Практика. Правила и способы прицеливания, заряжания оружия и производства выстрела. «Холостная» стрельба. Устранение ошибок, возникающих при стрельбе из пневматических винтовок. Упражнения по стрельбе из пневматической винтовки. Кучность, результат. Стрельба с корректировкой. Освоение стрельбы из положений «стоя», «лежа».

Контроль. Итоговые зачеты по стрельбе из пневматических винтовок.

Тема. Соревнования.

Теория. Виды соревнований, правила поведения во время проведения соревнований.

Практика. Участие в подготовительных и контрольных соревнованиях.

Контроль. Результаты соревнований

Тема. Физическая подготовка спортсмена.

Практика. Выполнение контрольных нормативов по физической подготовке.

Контроль. Индивидуальная сдача зачетов

Ожидаемые результаты и способы определения их результативности.

По итогам занятий в течение года юнармейцы

знают:

- требования техники безопасности при организации и проведении стрельбы из пневматической винтовки и других видов стрелкового оружия;
- основные положения физической и психологической подготовки стрелков;
- устройство и принцип действия пневматической винтовки;
- основы теории производства выстрела, основные элементы производства выстрела;

умеют:

- правильно выполнять все элементы выстрела;
- стрелять из пневматической винтовки из положений «стоя с упора» и «стоя без упора»;
- правильно распределять при выстреле внимание, осуществлять дыхание, нажимать на спусковой крючок.

Формы выявления и фиксации результатов:

- Еженедельный контроль результативности стрельбы каждого воспитанника;
- участие в школьных соревнованиях по стрельбе из пневматической винтовки;
- контрольные срезы результативности стрельбы из различных положений.

Раздел «Себе честь - Родине слава»

Задачи курса:

- приобщение воспитанников и кадет к национальной истории и духовной культуре через изучение истории юнармейского и кадетского движения;
- создание условий для формирования личности юнармейцев через приобщение к духовным ценностям и традициям народа;
- поддержание и развитие традиций юнармейского движения через изучение руководящих документов и лучших практик этого движения;
- создание условий для воспитания личности юнармейца на примере жизнедеятельности выдающихся участников юнармейского движения;
- воспитание чувства гордости за принадлежность к «юнармейскому братству».

Учебно-тематический план

№ п/п	Тема занятий	Количество часов		
		Теория	Практика	Всего
1	Введение	1	-	1
2	Юнармия России, кадетство в России: история и современность.	3	-	3
3	Законодательство РФ, Общевоинские уставы о службе в Вооружённых Силах РФ.	2	-	2
4	Вооружённые Силы РФ: история, традиции, современность.	3	-	3
5	Военные праздники, парады, смотры, слёты.	1	5	6
6	Тактика действий военнослужащих в современном бою.	1	1	2
7	Итоговое занятие	1	-	1

Итого:	12	6	18
--------	----	---	----

Содержание.

Тема. Введение.

Теория. Цели и задачи курса «Себе честь - Родине слава».

Тема. Юнармия России, кадетство в России: история и современность.

Теория. Знакомство с понятиями «Юнармейцы», «Кадеты», «Честь», «Родина», «Долг», «Совесть». Возникновение юнармейского движения в России. История развёртывания Юнармии в нашей стране. Появление юнармейской формы. Юнармейская символика. Юнармейская знамена. Знаменитые военные - государственные деятели – руководители юнармейского движения. Зарождение и развитие кадетского движения в России.

Практика. Создание презентаций, докладов. Работа со справочной литературой.

Контроль. Устный зачёт.

Тема. Законодательство РФ, общевоинские уставы о службе в Вооружённых Силах РФ.

Теория. Основными положениями Конституции РФ, Закона РФ «О воинской обязанности и военной службе». Общевоинские уставы. Военные аспекты международного права.

Контроль. Тестирование.

Тема. Вооружённые Силы РФ: история, традиции, современность.

Теория. Военная организация древних славян. Дружина киевских князей. Борьба Киевской Руси с кочевниками. Военная организация Древнерусского государства в время монголо-татарского ига и её функционирование в этот период. Великие полководцы - Александр Невский, Дмитрий Донской. От княжеских дружин к стрелецкому войску Минин и Пожарский. Северная война. Военные преобразования Петра I. Рождение российского военного флота. Развитие военного дела во времена Екатерины II. Румянцев П.А., Суворов А.В., Ушаков Ф.Ф.. Отечественная война 1812 года. Крымская война. Русско-турецкая война 1877-1878г.г. Военная реформа Александра II. Русско-японская война 1904-1905г.г. Россия в Первой мировой войне. Брусиловский прорыв. Создание Красной армии. Трагедия гражданской войны. Великая Отечественная война.

Практика. Подготовка презентаций, докладов. Работа с энциклопедическими источниками. Встреча с участниками Великой Отечественной войны.

Контроль. Тестирование. Диспут.

Тема. Военные праздники, парады, смотры

Теория. Внешний вид. Воинский этикет. Требования к внешнему виду, поведению при выполнении поручений. Торжественные мероприятия. Особенности подготовки.

Практика. Подготовка к мероприятиям различного вида.

Контроль. Показательные выступления. Праздники «Посвящение в кадеты», «Посвящение в юнармейцы», «Кадетский бал».

Тема. Тактика действий военнослужащих в современном бою.

Теория. Понятие «стратегия», «оперативное искусство», «тактика». Тактика подготовки. Особенности современного боя. Значение инициативы воина. Маневр – важнейшее условие выполнения боевой задачи. Подготовка к действиям в разрыве. Наблюдение. Действия в поиске, в засаде. Особенности передвижения войск подразделений и отдельных военнослужащих в боевой обстановке. Действия в наступлении: в пешем порядке, ночью. Оборона. Устройство сооружений и маскировка: окопы, траншеи, землянки и другие объекты. Уход за оружием и боевой техникой, поддержание их в исправном состоянии. Использование рельефа местности и ее особенностей в боевой обстановке. Основы военной топографии. Военно-медицинская подготовка.

Практика. Работа с компасом. Определение сторон горизонта по солнцу, по Полюс Звезде и луне, по признакам местных предметов. Работа с картой. Оказания первой доврачебной помощи.

Контроль. Выполнение творческого задания. Решение ситуаций, угрожающих жизни и здоровью. Соревнования по «Тропа разведчика», военно-патриотическая игра «Зарница». Ролевые игры.

Ожидаемые результаты и способы определения их результативности.

По итогам занятий в течение года юнармейцы

знают:

- основные военные события истории России, историю юнармейского движения;
- основы воинского этикета и этики;
- основы военного законодательства и воинских уставов Вооружённых сил РФ;
- базовую информацию по системе высшего военного образования в стране;
- основы современной тактики сухопутных подразделений Вооружённых сил Российской Федерации;

умеют:

- правильно вести себя в обществе в соответствии с требованиями воинского этикета;
- подготовить и провести мероприятия представительного типа для юнармейских коллективов;
- правильно маскироваться на местности, владеют основами разведдела.

Формы выявления и фиксации результатов:

- ежедневный контроль поведения кадет в обществе;
- постоянное участие в общественно-политических и культурно-просветительских мероприятиях;
- зачёты по тактической и другим видам войсковой подготовки;
- участие в различных военно-прикладных соревнованиях.

Раздел Общефизическая, специальная физическая подготовка

Задачи курса:

Общефизическая, специальная физическая подготовка направлена на физическое совершенствование юнармейцев и кадет, формирование привычки к здоровому образу жизни.

Общефизическая, специальная физическая подготовка проводится по трём вариантам:

- общеразвивающие упражнения;
- ускоренное передвижение;
- комплексная тренировка.

Могут проводиться спортивные игры, при наличии соответствующих условий и соблюдении мер безопасности.

В содержание занятий включаются ранее изученные упражнения. Они организуются в виде подготовительной, основной и заключительной частей.

Кадетам и юнармейцам необходимо знать, что в зависимости от погодных условий при физической подготовке применяется соответствующая форма одежды.

Форма одежды на занятиях устанавливается офицером-наставником кадетского или юнармейского класса.

Содержание вариантов общефизической и специальной физической подготовки

Вариант	Подготовительная часть (5 мин.)	Основная часть (30 мин.)	Заключительная часть (5 мин.)
Общеразвивающие упражнения	Ходьба, бег, общеразвивающие упражнения для мышц рук, ног и туловища в движении.	Общеразвивающие упражнения для мышц рук, туловища, ног, упражнения вдвоём, специальные упражнения, бег на 500—1000 м	Медленный бег, ходьба с выполнением упражнений на расслабление мышц.
Ускоренное передвижение	Ходьба, бег, общеразвивающие упражнения для мышц рук, ног и туловища в движении.	Специальные прыжково-беговые упражнения, скоростные пробежки отрезков 50 — 100 м., челночный бег. Ускоренное передвижение до 2 км или бег до 1 км.	Медленный бег, ходьба с выполнением упражнений на расслабление мышц.

Комплексы Тренировки.	Ходьба, бег, общеразвивающие упражнения для мышц рук, ног и туловища в движении.	Специальные беговые упражнения и ускорения до 100 м. Упражнения на гимнастических снарядах. Преодоление отдельных участков полосы препятствий и выполнение приёмов рукопашного боя. Бег на 1-2 км.	Медленный бег, ходьба с выполнением упражнений на расслабление мышц
--------------------------	--	---	---

Примерный конспект проведения занятий по общефизической и специальной физической подготовке

**Первый вариант
"Общеразвивающие упражнения"**

Содержание	Время	Организационно-методические указания
Подготовительная часть (5 мин.)		
Упражнения в ходьбе 1. Рывки руками. 2. Наклоны влево, вправо, вперед и назад. 3. Выпады Упражнения в беге. Бег: — с захлёстыванием голени; — с высоким подниманием бедра; — приставными шагами;	1 мин. 3 мин. 1 мин.	Выполнять с максимальной амплитудой без резких движений 5 — 7 повторений 5 — 7 повторений 7 — 10 повторений Выполнять в медленном темпе. До 20 повторений
Основная часть (30 мин.)		

<p>Общеразвивающие упражнения</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Рывки руками 2. Наклоны 3. Приседания на одной и двух ногах 4. Вращения 5. Прыжки 6. Комплексные упражнения и т.д. <p>Упражнения вдвоём</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Приседания с партнёром на плечах. 2. Наклоны и приседания с захватом друг друга под локти. <p>Бег на 500—1000 м</p>	14 мин.	<p>Выполнять без больших пауз между ними, до 15 повторений каждое. Амплитуда максимальная. Занимающиеся находятся в разомкнутом строю.</p> <p>Выполняется в медленном темпе.</p>
	6 мин.	
	10 мин.	
Заключительная часть (5 мин.)		
<p>Бег в медленном темпе</p> <p>Упражнения для восстановления дыхания и расслабления мышц</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Счёт 1-2. Руки вверх, вдох Счёт 3-4. Руки вниз, выдох 2. Упражнения для встряхивания мышц и т.д. 	3 мин.	<p>Выполнять для восстановления дыхания (до его относительного замедления)</p> <p>Привести организм в относительно спокойное состояние</p> <p>Упражнения повторять по 5—7 раз в медленном темпе.</p>
	2 мин.	

Внимание! В следующих вариантах подготовительная и заключительная части — как в первом варианте.

Второй вариант «Ускоренное передвижение»

Основная часть (30 мин.)		
<p>Специальные прыжково-беговые упражнения</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Бег с захлёстыванием голени 2. Бег с высоким подниманием бедра 3. Бег с прыжками (поочередно отталкиваясь как можно сильнее 	10 мин.	<p>Выполнять потоком по 2-3 человека, дистанция до 3 м, возвращаться в исходное положение справа и слева от выполняющих упражнение медленным бегом.</p> <p>Темп средний.</p> <p>Упражнения выполнять</p>

<p>ногами) 4. Бег с высокого старта 50—100 м и т.д.</p> <p>Ускоренное передвижение до 3 км или бег 2 км.</p>	<p>20 мин</p>	<p>на отрезке 30 м Бег 50 - 100 м выполнить 2-3 раза, в максимальном темпе</p> <p>Выполнять в темпе, близком к среднему, без остановок, каждый км за 5-5,5 мин. или чередуя ходьбу с бегом: бег 600-1000 м через 200-300 м ходьбы в среднем темпе (два-три раза)</p>
--	---------------	--

Третий вариант «Комплексная тренировка»

(Проводить подбор упражнений в зависимости от подготовки занимающихся)

Основная часть (30 мин.)		
<p>Специальные беговые упражнения, старты и ускорения до 100 м</p> <p>1. Бег различными способами (с захлёстыванием голени и т.д.)</p> <p>2. Бег с высокого старта по сигналу (эстафета и т.п.)</p> <p>Упражнения на гимнастических снарядах и тренажёрах.</p>	<p>5 мин</p>	<p>Выполнять в медленном и среднем темпе, до 15 повторений. Занимающиеся двигаются по кругу</p> <p>Выполнять потоком по 2-3 человека (двигаются одни за другим непрерывно), по 2-3 раза, в максимальном темпе</p>
<p>1. Подтягивание на перекладине</p> <p>Сгибание-разгибание рук в упоре на брусьях и др</p>	<p>5 мин</p>	<p>Выполнять, соблюдая условия помощи и страховки. 2-3 подхода по 50% от максимального количества раз, возможных в этом упражнении.</p>
<p>Преодоление несложных препятствий</p> <p>1. Ров (прыжком)</p> <p>2. Лабиринт</p> <p>3. Стену в пролом и через неё или</p> <p>Выполнение приёмов рукопашного боя (простейшие удары руками и ногами и защита от них и др.)</p>	<p>5 мин</p>	<p>Выполнять потоком соответственно количества направлений на полосе препятствий, в медленном и среднем темпе.</p> <p>Выполнять в различных комбинациях в среднем темпе.</p> <p>Преодолеть отрезок 1,5-2,5 км за 8-10 мин. или чередовать с ходьбой (200—300 м) через 600-1000 м. бега.</p>

Бег на 1,5-2,5 км	15 мин	
-------------------	--------	--

Условия реализации программы.

Организационно-методические:

- связь с методическими центрами области, района и города;
- постоянное взаимодействие с юнармейскими и кадетскими формированиями области по возможности и на российском уровне, с целью обмена накопленным и используемым методическим опытом;
- взаимодействие с военнослужащими г. Пензы, с другими воинскими формированиями области и Поволжского региона.
- использование методических материалов Начальника штаба Пензенского отдела Юнармии Старшева В.Л.

Материально-технические:

- специальный юнармейский и кадетский классы - оформленные соответствующим образом помещения для проведения теоретических занятий в соответствии с программой;
- оборудованный тир для стрельбы из пневматических винтовок и пистолетов;
- плац для проведения занятий по строевой подготовке;
- спортзал и спортивный городок для проведения физической зарядки и других занятий по физической и специальной подготовке;
- юнармейская и кадетская форма для каждого воспитанника;
- пневматические винтовки и пистолеты и патроны к ним;
- учебные пособия;

Учебно-методическая литература:

1. Военная педагогика. М. Военное издательство. 1998
2. Сборник методических материалов по военно-патриотическому воспитанию молодежи. Выпуск 1. Управление по вопросам демографии, семьи и молодежной политике Пензенской области, Региональная ассоциация вневойсковой подготовки «Гвардия». 2007
3. Сборник методических материалов Министерства образования Пензенской области «Растим патриотов. Кадетское движение». Пенза. 2008

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 726890861408610707646499642787991539916156533190

Владелец Данилов Игорь Викторович

Действителен с 08.02.2024 по 07.02.2025