МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«КРУТОЯРСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»
КРАСНОЯРСКОГО КРАЯ УЖУРСКОГО РАЙОНА

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор школы _____Похабова И.И
Приказ № 1
От «25» августа 2023 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

Военно-патриотической направленности

«Школа юнармейца»

Автор-составитель:

Крюченко Сергей Владимирович,

учитель физической культуры

Похабова Ирина Ивановна

Подписано цифровой подписью: Похабова Ирина Ивановна
DN: 1.2.643.3.131.1.1=120C323433393030303937363830, 1.2.643.100.3=120B303431303038303732383 7, email=moukrut@mail.ru, c=RU, st=Красноярский край, l=г. Ужур, o=МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "КРУТОЯРСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА", givenName=Ирина Ивановна, sn=Похабова, cn=Похабова Ирина Ивановна
Дата: 2021.08.23 19:04:31 +07'00'

с. Крутояр, 2023

Пояснительная записка

Военно-патриотическое воспитание школьников включает в себя начальную военную, военно-техническую, морально-психологическую подготовку. В основе практики военно-патриотического воспитания должен лежать принцип единства всех его составных частей, что позволит наиболее полно сформировать качества: любовь к стране, дисциплинированность, мужество, волю, смелость, находчивость, силу, выносливость и ловкость. Школьники должны получить хорошие навыки по строевой, стрелковой, медико-санитарной подготовке, по основам тактической подготовки.

Навыки юнармейских специальностей школьники получают в течение учебного года. Свои умения и навыки проверяют и закрепляют в тактических военных и подвижных спортивных играх на местности, комбинированных эстафетах, смотрах, конкурсах, викторинах.

Ожидаемые результаты:

- Повышение уровня физической подготовки учащихся
- Повышение интереса к туризму и спорту
- Приобретение спортивных и туристических навыков
- Развитие чувств патриотизма, гражданственности, ответственности за судьбу России

Содержание курса

Общая физическая подготовка.

1.1 Правила выполнения самостоятельных занятий ОФП. Предупреждение травматизма. Подбор заданий для самостоятельных занятий. Гигиена и закаливание.
1.2 Упражнения и игры на развитие быстроты и выносливости.
1.3 Упражнения и игры на развитие скоростно-силовых качеств.
1.4 Упражнения и игры на развитие ловкости и силы.
1.5 Командные игры.

2.Строевая подготовка.

2.1 Обязанности командиров отрядов в организации и управлении строем.
2.2 Строевая выучка. Построение в одну, в две шеренги по звеньям.
2.3 Сигналы управления строем.
2.4 Движение строем, поворот в движении, размыкание и смыкание строя.
2.5 Исполнение песни в строю, отдание воинской чести во время движения отряда.
2.6 Выход из строя и поход к начальнику, возврат в строй.

3. Юнармейцы-разведчики.

3.1 Ориентирование на местности без карты. Определение направления на стороны горизонта. Измерение расстояний.

3.2 Движение по азимуту.

3.3 Составление схемы местности и нанесение цели на схему.

3.4 Чтение топографических знаков. Изображение местных предметов и рельефа.

3.5 Измерение расстояния различными способами.

3.6 Организация движения по азимуту.

4. Юнармейцы-санитары.

Главная задача - научить оказывать первую медицинскую помощь при разных ситуациях.

4.1 Личная и общественная гигиена.

4.2 ПМП при травмах и несчастных случаях.

4.3 Понятие раны. Виды ран.

4.4 Кровотечения. Виды и признаки, способы временной остановки кровотечения.

4.5 Перевязочный материал. Повязки: основные виды, правила.

4.6 Ушибы, растяжения связок и ПМП при них. Закрытые и открытые переломы костей, их признаки. ПМП при переломах.

4.7 Понятие о шинах. Правила переноса пострадавших на руках, на носилках, с помощью подручных средств.

4.8 Понятие об ожогах и обморожения, ПМП при них. ПМП при тепловом и солнечном ударах, поражение электрическим током. Первая помощь утопающему, способы искусственного дыхания.

4.9 ПМП при инфекционных заболеваниях, меры их предупреждения. Пищевые отравления, ПМП при них.

4.10 Профилактика травматизма. Основные правила техники безопасности.

4.11 Лекарственные травы, их значение, назначение. Основные виды растений родного края, их использование. Умение собирать лекарственные травы.

5. Огневая подготовка.

5.1 Стрельба из пневматической винтовки из положения: лежа, стоя, с колена.

5.2 Неполная разборка и сборка автомата Калашникова.

5.3 Снаряжение магазина.

5.4 Основы и правила стрельбы.

5.5 Скоростная стрельба.

6. Основы туристической техники.

6.1 Ориентирование в туристическом походе.

6.2 Организация бивуачных работ.

6.3 Разведение костра.

6.4 Работа с палаткой.

6.5 Способы преодоления препятствий во время маршрута.

Количество часов.

Программа рассчитана на 72 часа в год по 2часа в неделю. Занимаются обучающиеся в 3х группах по одной программе.

Формируются 3 возрастные группы:

1гр 2-5 класс – 2 часа в неделю

2гр 6-8 класс– 2 часа в неделю

3 гр 9-11 класс– 2 часа в неделю

Формы и виды деятельности:

Теоретические и практические занятия, соревнования, игры, конкурсы, по разным возрастным группам.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№	Тема занятия	Кол-во часов	Дата проведения	
			План	факт
1.	Развитие прыгучести: эстафеты с прыжками. Строевая подготовка: перестроение на места.	1		
2.	Прыжки в длину с места. Бег по пересечённой местности с заданиями.	1		
3.	Совершенствование навыков метания. Провести бег на выносливость 4 минуты.	1		
4.	Развитие координатных способностей: челночный бег 3*10 метров, Игры на местности.	3		
5.	Обучение перемещению по местности поточным способом. Функционирование "командой".	1		
6.	Эстафета по кругу, передача эстафеты. Общая физическая подготовка.	1		
7.	Тестирование: подтягивание. Подвижные игры с бегом.	1		
8.	Метания мяча в цель. Совершенствование строевых приемов.	1		

9.	Бивак. Установка палатки.	2		
10.	Строевая подготовка. Развитие скоростной выносливости. Подвижные игры на местности.	3		
11.	Строевые приемы в движение: перестроение из колонны по одному в колонну по два. Развитие скоростных качеств.	3		
12.	Строевая подготовка. Бег по пересеченной местности с заданиями.	3		
13.	Развитие быстроты реакции. Бег с заданиями.	1		
14.	Командная игра - эстафета с набивным мячом (1кг). Силовые упразднения на перекладине.	2		
15.	Правила и техника разведения костра.	2		
16.	Строевая подготовка. Перестроение в движении из колонны по 1 в колонну по 4 способом дробления и сведения. Эстафеты с преодолением вертикальных препятствий.	4		
17.	Силовые эстафеты. Круговая тренировка.	1		
18.	Подвижные игры с элементами лазания, перелазания и с прыжками через препятствия.	1		
19.	Строевая подготовка. Выполнение статистического усилия: вис на согнутых руках.	3		
20.	Общая физическая подготовка, толкание набивных мячей.	1		
21.	Эстафеты на развитие основных двигательных качеств. Силовые упражнения.	2		
22.	Развитие равновесия в эстафетах и играх.	2		

23.	Знакомство с материальной частью автомата Калашникова.	3		
24.	Правила и техника прицеливания.	2		
25.	Огневая подготовка.	2		
26.	Строевые приемы в движении. Исполнение песни в движении	5		
27.	Правила оказания первой медицинской помощи	3		
28.	Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте	3		
29.	Первая медицинская помощь при ранениях	3		
30.	Остановка всех видов кровотечений	3		
31.	Правила наложения давящей повязки, жгута, жгута-закрутки	3		
32.	Уход за вооружением, его хранение и сбережение	2		
33.	Основы стрельбы из стрелкового оружия	3		
34.	**ИТОГО**	**72**		

Итоговая аттестация проводится в виде конкурса «Лучший юнармеец»