Ростовская область Куйбышевский район хутор Кринично - Лугский Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

Кринично-Лугская средняя общеобразовательная школа

 **« УТВЕРЖДАЮ»**

 Директор МБОУ Кринично-Лугской СОШ

 Приказ от 31.08.2021 года № 1

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Коломейцева Е.А.

 РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

 по дополнительному образованию «ЮНАРМИЯ»

 9 -11 класс

 среднего общего образования

 Количество часов – 34

 Учитель Ласавская Татьяна Викторовна

 Программа разработана на основе программы воспитательной работы в

 школе

**Содержание программы**

1. **Общая физическая подготовка.**
2. Правила выполнения самостоятельных занятий ОФП. Предупреждение травматизма. Подбор заданий для самостоятельных занятий. Гигиена и закаливание.
3. Упражнения и игры на развитие быстроты и выносливости.
4. Упражнения и игры на развитие скоростно-силовых качеств.
5. Упражнения и игры на развитие ловкости и силы.
6. Командные игры.

 **2.Строевая подготовка.**

1. Обязанности командиров отрядов в организации и управлении строем.
2. Строевая выучка. Построение в одну, в две шеренги по звеньям.
3. Сигналы управления строем.
4. Движение строем, поворот в движении, размыкание и смыкание строя.
5. Исполнение песни в строю, отдание воинской чести во время движения отряда.
6. Выход из строя и поход к начальнику, возврат в строй.
7. **Юнармейцы-разведчики.**
8. Ориентирование на местности без карты. Определение направления на стороны горизонта. Измерение расстояний.
9. Движение по азимуту.
10. Составление схемы местности и нанесение цели на схему.
11. Чтение топографических знаков. Изображение местных предметов и рельефа.
12. Измерение расстояния различными способами.
13. Организация движения по азимуту.
14. **Юнармейцы-санитары.**

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

 1.Личная и общественная гигиена.

 2.ПМП при травмах и несчастных случаях.

 3.Понятие раны. Виды ран.

 4.Кровотечения. Виды и признаки, способы временной остановки

 кровотечения.

 5.Перевязочный материал. Повязки: основные виды, правила.

 6.Ушибы, растяжения связок и ПМП при них. Закрытые и открытые

 переломы костей, их признаки. ПМП при переломах.

 7.Понятие о шинах. Правила переноса пострадавших на руках, на носилках,

 с помощью подручных средств.

 8.Понятие об ожогах и обморожения, ПМП при них. ПМП при тепловом и

 солнечном ударах, поражение электрическим током. Первая помощь

 утопающему, способы искусственного дыхания.

 9.ПМП при инфекционных заболеваниях, меры их предупреждения.

 Пищевые отравления, ПМП при них.

 10.Профилактика травматизма. Основные правила техники безопасности./100

 11 Лекарственные травы, их значение, назначение. Основные виды растений

 родного края, их использование. Умение собирать лекарственные травы.

1. **Огневая подготовка.**
2. Стрельба из пневматической винтовки из положения: лежа, стоя, с колена.
3. Неполная разборка и сборка автомата Калашникова.
4. Снаряжение магазина.
5. Основы и правила стрельбы.
6. Скоростная стрельба.
7. **Основы туристической техники.**
8. Ориентирование в туристическом походе.
9. Организация бивуачных работ.
10. Разведение костра.
11. Работа с палаткой.
12. Способы преодоления препятствий во время маршрута.

 **Количество часов.**

Программа рассчитана на 34 часа в год по 1 часу в неделю.

К программе прилагается календарно-тематическое планирование

**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

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.

**Новизна, актуальность, педагогическая целесообразность.**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.

**Цель программы:**

гражданско-патриотическое и военно-спортивное воспитание учащихся.

**Задачи:**

1. Воспитание учащихся в духе любви и преданности Отечеству, краю, городу, дому.
2. Воспитание качеств коллективизма, товарищества, взаимопомощи.
3. Формирование гражданственности, патриотизма.
4. Пропаганда здорового образа жизни.
5. Популяризация физической культуры и спорта        среди молодёжи, приобщение её к систематическим занятиям ФК и спорту.

**Отличительные особенности данной дополнительной образовательной программы:**в том, что она в полной мере позволяет подросткам освоить юнармейское дело, увлекает их гражданско – патриотическим воспитание.

 **ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ КРУЖКА «ЮНАРМИЯ»**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Тема занятия** | **Кол-во часов** |  **Дата проведения** |
|  |
|  1 | Развитие прыгучести: эстафеты с прыжками. Строевая подготовка: перестроение на места. Бег по пересечённой местности с заданиями. | 1 | 02.09 |
| 2 | Провести учёт по прыжкам в длину с места Совершенствование навыков метания.  | 1 | 09.09 |
| 3 | Совершенствование навыков метания. Провести бег на выносливость 4 минуты. Игры на местности. | 1 | 16.09  |
| 4 | Развитие координатных способностей: челночный бег 3\*10 метров, Игры на местности. Обучение перемещению по местности поточным способом. | 1 | 23.09 |
|  5 | Общая физическая подготовка. Обучение перемещению по местности поточным способом. Функционирование "командой". | 1 | 30.09 |
| 6 | Эстафета по кругу, передача эстафеты. Провести учёт силовых качеств: подтягивание. Подвижные игры с бегом. | 1 | 07.10 |
| 7 |  Учить метания мяча в цель. Совершенствование строевых приемов. Бивуак. Установка палатки. | 1 | 14.10 |
| 8 | Строевая подготовка. Развитие скоростной выносливости.Подвижные игры на местности. | 1 | 21.10 |
| 9 | Строевые приемы в движение: перестроение из колонны по одному в колонну по два. Развитие скоростных качеств. | 1 | 28.10 |
| 10 |  Строевая подготовка. Бег по пересеченной местности с заданиями. Развитие быстроты реакции. Бег с заданиями. | 1 | 11.11 |
| 11 |  Провести командную игру - эстафету с набивным мячом (1кг).Силовые упразднения на перекладине. | 1 | 18.11 |
| 12 |  Строевая подготовка. Перестроение в движении из колонны по 1 в колонну по 4 способом дробления и сведения. Эстафеты с преодолением вертикальных препятствий. Правила и техника разведения костра |  1 | 25.11 |
| 13 |  Строевая подготовка. Перестроение в движении из колонны по 1 в колонну по 4 способом дробления и сведения. Эстафеты с преодолением вертикальных препятствий. Силовые эстафеты. Круговая тренировка. | 1 | 02.12 |
| 14 | Строевая подготовка. Выполнение статистического усилия: вис на согнутых руках. Подвижные игры с элементами лазания, перелазания и с прыжками через препятствия. | 1 | 09.12 |
| 15 |  Общая физическая подготовка, толкание набивных мячей. Эстафеты на развитие основных двигательных качеств. Силовые упражнения. | 1 | 16.12 |
| 16 |  Развитие равновесия в эстафетах и играх. Знакомство с материальной частью автомата Калашникова. | 1 | 23.12 |
| 17 | Ознакомление с пневматической винтовкой. Техника безопасности. Развитие скоростной выносливости в беге с преодолением вертикальных препятствий. | 1 | 13.01 |
| 18 | Провести тестирование по подтягиванию и отжиманию. Провести тестирование по челночному бегу 3\*10 метров. Строевая подготовка. Правила и техника прицеливания. | 1 | 20.01 |
| 19 | Огневая подготовка. Правила и техника прицеливания. | 1 | 27.01 |
| 20 | Строи и управление ими. Строй. Строевой расчет. Шеренга. Одна, две шеренги.  | 1 | 03.02 |
| 21 | Шеренга. Одна, две шеренги. Линия машин. Строи взвода на машинах. Фланг. Левый, правый фланг. Строевые приемы в движении. Исполнение песни в движении в колонне по3. Подвижная игра смячом.. | 1 | 10.02 |
| 22 | Строевые приемы в движении. Исполнение песни в движении в колонне по3. Подвижная игра смячом..  | 1 | 17.02 |
| 23 | Обучение метанию мяча с разбега. Техника и правила выполнения метания. Эстафета по кругу.  | 1 | 24.03 |
| 24 | Бег по пересеченной местности. Безопасное поведение во время прохождения трассы. ОФП. Подвижная командная игра "Взятие крепости", развивающая основные двигательные качества . | 1 | 03.03 |
| 25 | Совершенствование прыжков в высоту. Силовые упражнения на рукоходе. Провести тестирование в беге , в течении 6 минут. ОФП.  | 1 | 17.03 |
| 26 | Фронт. Выполнение приемов«ложись» (к бою), «встать». Тыльная сторона строя. Интервал. Расстояние по фронту между военнослужащими (машинами, подразделениями и частями). | 1 | 24.03 |
| 27 | Интервал. Расстояние по фронту между военнослужащими (машинами, подразделениями и частями). | 1 | 07.04 |
| 28 | Дистанция. Расчет в глубину между военнослужащими и машинами. Ширина строя. Соблюдение ширины строя. Расстояние между флангами. | 1  | 14.04 |
| 29 |  Двух шереножный строй. Практические занятия в строю. Сомкнутый строй. Метание гранат в движении. Военнослужащий – защитник Отечества. Тактика использования гранаты Ф-1. | 1 | 21.04 |
| 30 | Честь и достоинство воина Вооруженных сил. Основные виды воинской деятельности и их особенностей. Учебно-боевая подготовка. Служебно -боевая деятельность. Правила оказания первой медицинской помощи. | 1 | 28.04 |
| 31 |  Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте. Первая медицинская помощь при ранениях. Остановка всех видов кровотечений. Правила наложения давящей повязки, жгута, жгута-закрутки. | 1 | 05.05 |
| 32 |  Снайперские винтовки. Пулеметы. Реактивная противотанковая граната РПГ-26. Автоматический гранатомет на станке АГС-17 «Пламя». Подствольные гранатометы. | 1 | 12.05 |
| 33 |  Учебно-боевая подготовка. Служебно -боевая деятельность. Правила оказания первой медицинской помощи. | 1 | 19.05 |
| 34 |  Задержки при стрельбе и способы их устранения. Уход за вооружением, его хранение и сбережение. Некоторые сведения по основам стрельбы из стрелкового оружия | 1 | 26.05 |
|  | **ИТОГО** | **34** |  |

Рассмотрена и рекомендована к

 Утверждению педагогическим советом

от 31.08.2021 Протокол № 1

Рассмотрено Согласовано Протокол заседания ШМО Заместитель директора

учителей предметников по учебной работе

от 30.08.2021 год № 1 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Лазарева А.В.

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Куценко Н.В. 31.08.2021