

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
«Андомская средняя общеобразовательная школа»

РАССМОТРЕНО
Методическим советом школы.
Протокол № 1 от 28.08.2023

Внесены изменения.
Протокол № 1 от 28.08.2024

УТВЕРЖДАЮ
Директор _____ Н.Н. Мартынова
Приказ № 125 от 31.08.2023
Приказ № 132 от 29.08.2024



Рабочая программа курса внеурочной деятельности

«Я - юнармеец»

Для 5 – 8 классов

Составитель:

**Симакина Татьяна Викторовна,
советник директора по воспитанию.**

2024 год

Пояснительная записка

При составлении данной программы внеурочной деятельности использованы следующие нормативно-правовые документы:

- Федеральный закон от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный закон от 19.05.1995 г. № 82-ФЗ «Об общественных объединениях»
- Постановление Главного государственного врача РФ от 29.12.2010г. №189 «Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10....» р. «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях»;
- Приказ МОиН РФ от 06.10.2009г №373 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» (с изменениями и дополнениями);
- Приказ МОиН РФ от 17 декабря 2010 года №1897 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного стандарта основного общего образования»(с изменениями и дополнениями);
- Григорьев Д.В., Степанов П.В. Внеурочная деятельность школьников. Методический конструктор – М., 2010.

Актуальность программы курса внеурочной деятельности «Юнармия» заключается в необходимости реализации основной цели ВВПОД «Юнармия» - развитие и поддержка инициативы в освоении истории отечественного воинского искусства, вооружения и воинских традиций, освоения воинских профессий, подготовки обучающихся к службе в рядах вооруженных сил.

Цели курса: 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

Для реализации поставленных целей курс решает следующие **задачи:**

1. реализация государственной молодёжной политики Российской Федерации;
2. воспитание чувства патриотизма, приверженности идеям интернационализма, дружбы и войскового товарищества, противодействия идеологии экстремизма;

3. воспитание уважения к Вооружённым Силам России, формирование положительной мотивации к прохождению военной службы, всесторонняя подготовка к исполнению воинского долга;
4. изучение истории страны и военно-исторического наследия Отечества, развитие краеведения;
5. пропаганда здорового образа жизни, укрепление физической закалки и выносливости и повышение физической подготовленности;
6. приобщение к военно-техническим знаниям и техническому творчеству;
7. получение теоретических и практических навыков для защиты Отечества;
8. совершенствование ценностно-ориентированных качеств личности, обеспечение условий для самовыражения обучающихся, их творческой активности;
9. содействие развитию активной гражданской позиции подростков.

В основе программы курса внеурочной деятельности «Юнармия» лежат ценностные ориентиры, достижение которых определяется воспитательными результатами. Программа курса обеспечивает достижение воспитательных результатов первого, второго и третьего уровней.

Результаты освоения курса внеурочной деятельности.

Личностные результаты:

- умение оценивать поступки людей, жизненные ситуации с точки зрения общепринятых норм и ценностей; оценивать конкретные поступки как хорошие или плохие;
- умение выражать свои эмоции;
- умение понимать эмоции других людей, сочувствовать, сопереживать.
- установка на здоровый образ жизни;
- ориентация в нравственном содержании и смысле как собственных поступков, так и поступков окружающих людей в игровой деятельности;

Метапредметные результаты:

- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;
- умение ориентироваться в понятиях «здоровый образ жизни», характеризовать значение занятий по оздоровлению, влиянию спорта на занятия и самочувствие;
- умение характеризовать роль и значение занятий с оздоровительной направленностью в режиме труда и отдыха;

- умение планировать и корректировать физическую нагрузку в зависимости от индивидуальных особенностей, состояния здоровья, физического развития, физической подготовленности;
- умение осуществлять поиск информации о здоровом образе жизни.
- умение планировать учебное сотрудничество с учителем и одноклассниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия;
- умение ставить вопросы — инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации;
- умение разрешать конфликты — выявление, идентификация проблемы, поиск и оценка альтернативных способов разрешения конфликта, принятие решения и его реализация;
- умение управлять поведением партнёра — контроль, коррекция, оценка его действий;
- умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; владение монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка, современных средств коммуникации.
- формирование навыков позитивного коммуникативного общения.

Содержание курса внеурочной деятельности

с указанием форм организации и видов деятельности.

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Формы организации	Основные виды внеурочной деятельности
1	Правила выполнения самостоятельных занятий ОФП. Предупреждение травматизма. Подбор заданий для самостоятельных занятий. Гигиена и закаливание. Упражнения и игры на развитие быстроты и выносливости. Упражнения и игры на развитие скоростно-силовых качеств. Упражнения и игры на развитие ловкости и силы. Командные игры.	5	Беседа, показ презентаций, выполнение физических упражнений, игра.	Познакомить с правилами выполнения упражнений, мерами предупреждения травматизма, с упражнениями и играми на развитие различных силовых качеств личности.
2	Обязанности командиров отрядов в организации и управлении строем. Строевая выучка. Построение в одну, в две шеренги по звеньям. Сигналы управления строем. Движение строем, поворот в движении, размыкание и	6	Беседа, просмотр видеороликов, выполнение строевых команд.	Познакомить с обязанностями командира при управлении строем, правилами выполнения строевых команд на месте и в движении.

	смыкание строя. Исполнение песни в строю, отдавание воинской чести во время движения отряда. Выход из строя и поход к начальнику, возврат в строй.			
3	Ориентирование на местности без карты. Определение направления на стороны горизонта. Движение по азимуту. Составление схемы местности и нанесение цели на схему. Чтение топографических знаков. Изображение местных предметов и рельефа. Измерение расстояния различными способами. Организация движения по азимуту.	6	Беседа, практическое занятие.	Знать способы ориентирования на местности без карты. Научиться двигаться по азимуту, составлять схемы местности, читать топографические знаки, изображать местные предметы и рельеф.
4	Личная и общественная гигиена. Первая помощь при травмах и несчастных случаях. Понятие раны. Виды ран. Кровотечения. Виды и признаки, способы временной остановки кровотечения. Перевязочный материал. Повязки: основные виды, правила. Ушибы, растяжения связок и первая помощь при них. Закрытые и открытые переломы костей, их признаки. Первая помощь при переломах. Понятие о шинах. Правила переноса пострадавших на руках, на носилках, с помощью подручных средств. Понятие об ожогах и обморожениях, первая помощь при них. Первая помощь при тепловом и солнечном ударах, поражение электрическим током. Первая помощь утопающему, способы искусственного дыхания. Первая помощь при инфекционных заболеваниях, меры их предупреждения. Пищевые отравления, первая помощь при них. Профилактика травматизма. Основные правила техники безопасности.	10	Беседа, показ презентации, практическое занятие.	Владеть основами личной и общественной гигиены, уметь оказывать первую помощь пострадавшим при различных несчастных случаях.

	Лекарственные травы, их значение, назначение. Основные виды растений родного края, их использование. Умение собирать лекарственные травы.			
5	Стрельба из пневматической винтовки из положения: лежа, стоя, с колена. Основы и правила стрельбы. Скоростная стрельба.	3	Беседа, инструктаж, практическое занятие.	Познакомить с основа и правилами стрельбы из пневматической винтовки, отработать навык поражения цели из различных положений.
6	Ориентирование в туристическом походе. Разведение костра. Работа с палаткой. Способы преодоления препятствий во время маршрута.	4	Беседа, инструктаж, практическое занятие.	Овладеть навыками ориентирования в походе, разведения костра, сборки палатки, преодоления препятствий во время маршрута.

Тематическое планирование.

№ п/п	Тема	Количество часов
	Общая физическая подготовка	5
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.	1
	Строевая подготовка	6
6	Обязанности командиров отрядов в организации и управлении строем.	1
7	Строевая выучка. Построение в одну, в две шеренги по звеньям.	1
8	Сигналы управления строем.	1
9	Движение строем, поворот в движении, размыкание и смыкание строя.	1
10	Исполнение песни в строю, отдавание воинской чести во время движения отряда.	1
11	Выход из строя и поход к начальнику, возврат в строй.	1
	Юнармейцы - разведчики	6
12	Ориентирование на местности без карты. Определение направления на стороны горизонта.	1
13	Движение по азимуту.	1
14	Составление схемы местности и нанесение цели на схему.	1
15	Чтение топографических знаков. Изображение местных предметов	1

	и рельефа.	
16	Измерение расстояния различными способами.	1
17	Организация движения по азимуту.	1
	Юнармейцы - санитары	10
18	Личная и общественная гигиена. Первая помощь при травмах и несчастных случаях.	1
19	Понятие раны. Виды ран. Кровотечения. Виды и признаки, способы временной остановки кровотечения.	1
20	Перевязочный материал. Повязки: основные виды, правила.	1
21	Ушибы, растяжения связок и первая помощь при них. Закрытые и открытые переломы костей, их признаки. Первая помощь при переломах.	1
22	Понятие о шинах. Правила переноса пострадавших на руках, на носилках, с помощью подручных средств.	1
23	Понятие об ожогах и обморожениях, первая помощь при них.	1
24	Первая помощь при тепловом и солнечном ударах, поражение электрическим током. Первая помощь утопающему, способы искусственного дыхания.	1
25	Первая помощь при инфекционных заболеваниях, меры их предупреждения. Пищевые отравления, первая помощь при них.	1
26	Профилактика травматизма. Основные правила техники безопасности.	1
27	Лекарственные травы, их значение, назначение. Основные виды растений родного края, их использование. Умение собирать лекарственные травы.	1
	Огневая подготовка	3
28	Стрельба из пневматической винтовки из положения: лежа, стоя, с колена.	1
29	Основы и правила стрельбы.	1
30	Скоростная стрельба.	1
	Основы туристической техники	4
31	Ориентирование в туристическом походе.	1
32	Разведение костра.	1
33	Работа с палаткой.	1
34	Способы преодоления препятствий во время маршрута.	1

Приложение №1

Календарно-тематическое планирование.

№ п/п	Тема	Количество часов	Дата проведения
	Общая физическая подготовка	5	
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.	1	
	Строевая подготовка	6	
6	Обязанности командиров отрядов в организации и управлении строем.	1	
7	Строевая выучка. Построение в одну, в две шеренги по звеньям.	1	
8	Сигналы управления строем.	1	
9	Движение строем, поворот в движении, размыкание и смыкание строя.	1	
10	Исполнение песни в строю, отдавание воинской чести во время движения отряда.	1	
11	Выход из строя и поход к начальнику, возврат в строй.	1	
	Юнармейцы - разведчики	6	
12	Ориентирование на местности без карты. Определение направления на стороны горизонта.	1	
13	Движение по азимуту.	1	
14	Составление схемы местности и нанесение цели на схему.	1	
15	Чтение топографических знаков. Изображение местных предметов и рельефа.	1	
16	Измерение расстояния различными способами.	1	
17	Организация движения по азимуту.	1	
	Юнармейцы - санитары	10	
18	Личная и общественная гигиена. Первая помощь при травмах и несчастных случаях.	1	
19	Понятие раны. Виды ран. Кровотечения. Виды и признаки, способы временной остановки кровотечения.	1	
20	Перевязочный материал. Повязки: основные виды, правила.	1	
21	Ушибы, растяжения связок и первая помощь при них. Закрытые и открытые переломы костей, их признаки. Первая помощь при переломах.	1	
22	Понятие о шинах. Правила переноса пострадавших на руках, на носилках, с помощью подручных средств.	1	
23	Понятие об ожогах и обморожениях, первая помощь при них.	1	
24	Первая помощь при тепловом и солнечном ударах, поражение электрическим током. Первая помощь утопающему, способы искусственного дыхания.	1	
25	Первая помощь при инфекционных заболеваниях, меры их предупреждения. Пищевые отравления, первая помощь при них.	1	
26	Профилактика травматизма. Основные правила	1	

	техники безопасности.		
27	Лекарственные травы, их значение, назначение. Основные виды растений родного края, их использование. Умение собирать лекарственные травы.	1	
	Огневая подготовка	3	
28	Стрельба из пневматической винтовки из положения: лежа, стоя, с колена.	1	
29	Основы и правила стрельбы.	1	
30	Скоростная стрельба.	1	
	Основы туристической техники	4	
31	Ориентирование в туристическом походе.	1	
32	Разведение костра.	1	
33	Работа с палаткой.	1	
34	Способы преодоления препятствий во время маршрута.	1	