

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«БРАЖЕНСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»
(МБОУ «Браженская СОШ»)

Согласовано
Протокол № 11
педагогического совета
от « 30» мая 2025 года

Утверждаю
Директор МБОУ
«Браженская СОШ»
Лебедева Л.И.

Приказ № 050 – ОДП
от «25» июня 2025 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

ЮНАРМИЯ

Направленность программы: физкультурно-спортивная
Уровень программы: стартовый
Возраст обучающихся: 12-18 лет
Срок реализации программы: 1 год (68 ч.)

Составитель программы:
педагог дополнительного образования
Ахметчин Алексей Владимирович

с. Бражное

2025

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная образовательная общеразвивающая программа обучения «Юнармия» имеет социально-гуманитарную направленность и способствует формированию у молодежи готовности и практической способности к выполнению гражданского долга и конституционных обязанностей по защите Отечества.

Программа направлена на:

- 1) участие в реализации основных задач государственной молодежной политики Российской Федерации;
- 2) всестороннее развитие и совершенствование личности детей и подростков, удовлетворение их индивидуальных потребностей в интеллектуальном, нравственном и физическом совершенствовании;
- 3) повышение в обществе авторитета и престижа военной службы;
- 4) сохранение и приумножение патриотических традиций.

Программа разработана на основании следующих нормативных документов:

- Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ (ред. от 28.12.2024) "Об образовании в Российской Федерации";
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 29.05.2015 г. № 996-р.;
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 (Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 г. № 678-р);
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам" (вступ. в силу с 01.03.2023);
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей» (ред. от 21.04.2023);
- Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 29.03.2016 г. № ВК-641/09 «Методические рекомендации по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей»;
- Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11.2015 г. № 09-3242 «О направлении методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы);
- Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 31.01.2022 № ДГ-245/06 "О направлении методических рекомендаций" (вместе с "Методическими рекомендациями по реализации дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий");

– Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 28.08.2015 г. № АК-2563/05 "О методических рекомендациях" (вместе с "Методическими рекомендациями по организации образовательной деятельности с использованием сетевых форм реализации образовательных программ");

– Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

Устав МБОУ «Браженская СОШ».

АКТУАЛЬНОСТЬ обусловлена рядом факторов: нацеленностью на развитие патриотизма, целевой ориентацией на подготовку обучающихся к службе в ВС РФ, формированием здорового образа жизни, необходимостью развития духовно-нравственных ценностей учащихся. 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.

Обоснование НОВИЗНЫ программы в том, что она учитывает специфику дополнительного образования и создает условия для военно-патриотического воспитания учащихся.

Программа рассчитана на один год обучения детей в возрасте от 12 до 18 лет. Количество обучаемых 10-20 человек. На занятия в объединении отводится 2 часа в неделю, т. е. 68 часов на учебный год. Режим занятий – 1 раз в неделю.

Отличительные особенности программы. В настоящее время, в связи с первоначальным этапом становления юнармейского движения, подобных дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ фактически не существует, поэтому данная программа в этом аспекте является уникальной.

Помимо этого, программа построена по технологии дифференцированного обучения в вопросах организации образовательной деятельности и отслеживании результатов реализации программы, разработанной по 3 уровням сложности, учитывая состояние здоровья и половозрастные особенности учащихся. Это позволяет учитывать индивидуальный темп развития и особенности восприятия детей, расширять поле их возможностей.

Программа может быть дополнена различными видами мероприятий и дисциплин согласно возрастным особенностям юнармейцев.

Основной формой организации образовательного процесса являются теоретические и практические занятия, комплексные тренировки, стрельбы и тактические учения. Основными методами здесь выступают показ и упражнение (тренировка).

Программа является разноуровневой.

Адресат программы

Данная программа рассчитана на детей в возрасте 12-18 лет. Состав группы 15 – 20 человек.

Срок реализации программы и объем учебных часов

Программа рассчитана на 1 год обучения, 68 часов по 2 часа в неделю для группы.

Занятия проводятся в очной форме.

Режим занятий

Занятия проводятся 1 раз в неделю по 2 учебных часа с перерывом между занятиями 10 минут. Длительность учебного часа для учащихся – 45 минут.

ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ

Цель: совершенствование системы военно-патриотического и нравственного воспитания подрастающего поколения и молодёжи, объединение подростков и молодёжи в единую неполитическую общественную организацию, пропагандирующую патриотизм и здоровый образ жизни, воспитание патриотов своего Отечества.

Задачи:

-воспитывать у молодежи высокую гражданско-социальную активность, патриотизм, приверженность идеям интернационализма, противодействия идеологии экстремизма;

-изучать истории страны и военно-исторического наследия Отечества, развитие краеведения, расширение знаний об истории и выдающихся людях «малой» Родины;

- развивать в молодежной среде ответственность, принципы коллективизма, систему нравственных установок личности на основе присущей российскому обществу системы ценностей;

- формировать положительную мотивацию у молодых людей к прохождению военной службы и подготовке юношей к службе в Вооруженных Силах Российской Федерации;

- укреплять физическую закалку и физическую выносливость;

- приобщать молодежь к военно-техническим знаниям и техническому творчеству;

Методы обучения:

- методы организации и осуществления учебно-познавательной деятельности: словесный (диалог, рассказ и др.); практический (упражнения, практические работы, решение задач); исследовательский; самостоятельной работы; работы под руководством преподавателя;

- методы стимулирования и мотивации: интереса к учению; долга и ответственности в учении;

- методы контроля и самоконтроля в обучении: фронтальная устная проверка, индивидуальный устный опрос, письменный контроль (контрольные и практические работы, тестирование, письменный зачет, тесты).

Ведущими методами обучения предмету являются: объяснительно-иллюстративный и репродуктивный, частично-поисковый, практический во внеурочной деятельности.

Для достижения целей учитель сам выбирает учебники, методическое сопровождение, технологии, способы и методы обучения, виды контроля, а также компьютерное обеспечение урока.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Учебно- тематический план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Военно-историческая подготовка	16	6	10	
1.1.	С чего начинается Родина? Ратная история России и Советского Союза, история их Вооруженных Сил.		2		Беседа
1.2.	Дни воинской славы России.		1		Викторина
1.3.	Профессия – Родину защищать.		1		
1.4.	Закон «О воинской обязанности и военной службе».		1		
1.5	Полководцы и народные герои Великой Отечественной войны.		1		
1.6.	Просмотр военного фильма			4	Беседа
1.7	Встреча с воинами-ветеранами. Герои.			4	
1.8	Войсковые звания			2	
1.9.	Государственные награды			2	Викторина
2	Огневая подготовка	16	4	12	
2.1	Вооружение и боевая техника РФ		1		
2.2.	Общее устройство и принцип работы стрелкового оружия. Приемы и правила стрельбы		1		Тест
2.3.	Производства стрельбы. Правила стрельбы из малокалиберной винтовки			2	
2.4.	Стрельба из пневматической винтовки			4	
2.5.	Военно-спортивная игра «Зарница»			6	Соревнование
3	Основы военно-технической и специальной подготовки	8	2	6	
3.1.	Ученые и конструкторы оружия Победы.		1		Тест
3.2.	Назначение и боевые свойства автомата Калашникова		1		
3.3.	Порядок полной и неполной разборки автомата			6	Контрольное задание
4	Строевая подготовка	12	2	10	
4.1.	Строевой устав РФ		2		Беседа
4.2.	Строевой шаг			1	
4.3.	Выполнение воинского приветствия			1	
4.4.	Развернутый строй отделения			2	
4.5.	Одиночная строевая подготовка			2	Выполнение норматива
4.6.	Строевая подготовка отделения			2	
4.7.	Смотр строевой подготовки			2	Контрольное задание

5	Топографическая и туристическая подготовка	4	1	3	
5.1.	Магнитный азимут. Топографическая карта. Условные знаки		1		
5.2.	Определение азимутов по карте.			1	Тест
5.3.	Разведение костра, установка палатки, вязка туристических узлов.			2	Контрольное задание
6	Прикладная физическая подготовка	6	0	6	
6.1.	Развитие общей выносливости		2		Опрос
6.2.	Тренировка в преодолении полосы препятствий по элементам			1	Выполнение нормативов
6.3.	Силовая подготовка			1	Выполнение нормативов
6.4.	Упражнения для развития силы мышц			1	
6.5.	Элементы рукопашного боя			1	Контрольное задание
7	Медицинская подготовка	2	2	0	
7.1.	Оказание первой медицинской помощи.		1		Тест
7.2.	Транспортировка раненых		1		Контрольное задание
	Средства индивидуальной защиты	4	0	4	
8.1.	Радиационная, химическая, биологическая защита		1		
8.2.	Игра «Школа выживания»			3	Соревнование. Выполнение нормативов
Итого часов		68	19	49	

СОДЕРЖАНИЕ

Раздел 1. Военно-историческая подготовка (16 часов)

Теория (6 часов). С чего начинается Родина? Ратная история России и Советского Союза, история их Вооруженных Сил. Дни воинской славы России. Профессия – Родину защищать. Закон «О воинской обязанности и военной службе». Полководцы и народные герои Великой Отечественной войны.

Практика (10 часов). Просмотр кинофильма «Брестская крепость». Встреча с воинами-ветеранами. Герои войны. Герои мирного времени. Дети-герои Великой Отечественной войны. Занятия «Войсковые звания». «Государственные награды РФ».

Раздел 2. Огневая подготовка (16 часов)

Теория (2 часа). Вооружение и боевая техника ВС РФ. Общее устройство и принцип работы стрелкового оружия. Приемы и правила стрельбы.

Практика (10 часов). Производства стрельбы. Правила стрельбы из малокалиберной винтовки. Подготовка и проведение военной спортивной игры «Зарница», «Орленок».

Раздел 3. Основы военно-технической и специальной подготовки (8 часа)

Теория (2 часа). Ученые и конструкторы оружия Победы. Назначение и боевые свойства автомата Калашникова.

Практика (6 часов). Порядок неполной разборки и сборки автомата Калашникова.

Раздел 4. Строевая подготовка (12 часов)

Теория (2 часа). Строевой Устав Вооруженных Сил РФ.

Практика (10 часов). Строевой шаг. Выполнение воинского приветствия. Развернутый строй отделения. Одиночная строевая подготовка.

Строевая подготовка отделения. Смотр строевой подготовки.

Раздел 5. Топографическая и туристическая подготовка (4 часа)

Теория (1 час). Магнитный азимут. Определение азимутов на местные предметы и движение по азимуту. Топографическая карта. Условные знаки.

Практика (3 часа). Определение азимутов по карте. Разведение костра и установка палатки, туристические узлы.

Раздел 6. Прикладная физическая подготовка. (6 часа)

Теория (2 часа). Упражнения для развития общей выносливости.

Практика (4 часа). Тренировка в преодолении полосы препятствий по элементам. Силовая подготовка. Упражнения для развития силы мышц. Элементы рукопашного боя.

Раздел 7. Медицинская подготовка (2 часа)

Теория (2 часа). Оказание первой медицинской помощи. Транспортировка «раненых»

Раздел 8. Средства индивидуальной защиты (4 часа)

Теория (1 час.) Радиационная, химическая, биологическая защита.

Практика (3 часа). Игра «Школа выживания».

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ

Результаты обучения представлены в Требованиях к уровню подготовки и задают систему итоговых результатов обучения, которых должны достигать все обучающиеся, оканчивающие среднее общее образование, и достижение которых является обязательным условием положительной аттестации обучающегося. Эти требования структурированы по трем компонентам: «знать/понимать», «уметь», «использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни». При этом последние два компонента представлены отдельно по каждому из разделов содержания.

Требования к уровню подготовки

В результате изучения программы «Юнармия» выпускники средней общеобразовательной школы должны овладеть знаниями и умениями, востребованными в повседневной жизни, позволяющими им адекватно воспринимать окружающий мир, подготовиться к службе в армии РФ.

Требования к уровню усвоения знаний:

Знать/понимать:

- историю создания Вооружённых сил РФ;
- основы российского законодательства об обороне государства, о воинской обязанности и военной службе граждан;
- состав и предназначение Вооружённых сил РФ;
- права и обязанности граждан по призыву на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывание в запасе;
- особенности прохождения военной службы по призыву, контракту;
- особенности альтернативной гражданской службы;
- боевые традиции Вооружённых сил;
- символы воинской чести.

Уметь:

- применять положения законов в практической деятельности;
- перечислять основные положения военной доктрины Российской Федерации;
- характеризовать основные особенности военной службы по призыву и контракту.

Использовать приобретённые знания и умения в повседневной жизни:

- готовиться к профессиональной деятельности военнослужащего;
- грамотно действовать в опасных ситуациях;
- соблюдать положения законов Российской Федерации.

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

№ п/п	Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий	Сроки проведения промежуточной итоговой аттестации
1	1 год	01.09.2025	30.05.2026	34	34	68	Очный	15 – 30 Мая 2026

УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Материально-техническое обеспечение:

Занятия проводятся в помещении – спортивном зале, которое соответствует всем санитарно-гигиеническим нормам (температура воздуха, проветриваемость, освещенность естественная и искусственная и т. д.), и позволяет проводить занятия со сменой деятельности, включая подвижные формы, организовывать открытые занятия.

В спортивном зале имеется 2 раздевалки с санитарными комнатами, помещения для хранения инвентаря и оборудования,

Организации полигона для практических занятий размещается на спортивном стадионе.

Оборудование.

Макеты автомата Калашникова

Пневматические винтовки

Туристическое снаряжение (обвязки, страховочные веревки, репшнур, карабины, палатки, компасы, топографические карты, медицинские носилки)

Спортивное оборудование (мячи набивные, гири, гантели, силовые тренажеры)

Противогазы

Костюм химической защиты

Кадровое обеспечение

Реализация программы и подготовка занятий осуществляется педагогом дополнительного образования в рамках его должностных обязанностей. Педагог осуществляет дополнительное образование учащихся в соответствии со своей программой. К реализации некоторых разделов программы могут быть привлечены работники школьного музея, учитель ОБЖ, сторонние специалисты – мастер по рукопашному бою, руководители ветеранских организаций.

ФОРМА АТТЕСТАЦИИ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Данная программа предусматривает сочетание разнообразных форм и видов контроля над процессом обучения. В «Юнармия» создана система постоянного научно обоснованного, диагностика - прогностического слежения за состоянием результативности обучения, воспитания, развития обучающихся. Для учащихся степень овладения предметом обучения проверяется и оценивается в процессе обучения (текущий контроль) и на контрольных занятиях.

Пакет оценочных материалов.

Комплексное силовое упражнение:

	Сколько раз необходимо выполнить на оценку		
	«3»	«4»	«5»
Девочки 12-13 лет	22	26	30
Мальчики 12-14 лет	40	44	48
Девушки 14-17 лет	26	30	34
Юноши 15-17 лет	44	48	52

Комбинированное силовое упражнение на перекладине:

	Сколько раз необходимо выполнить на оценку		
	«3»	«4»	«5»
Мальчики 12-14 лет	1	2	3
Юноши 15-17 лет	2	3	4

Упражнение на единой полосе препятствий (400 метров):

Время выполнения	Оценка
2мин. 40сек.	«3»
2мин. 30сек.	«4»
2мин. 25сек.	«5»

Преодоление единой полосы препятствий в составе подразделения

Количество до 7 человек		Количество до 10 человек	
Время выполнения	Оценка	Время выполнения	Оценка
5мин. 05сек.	«3»	5мин. 30сек.	«3»
4мин. 40сек.	«4»	5мин. 05сек.	«4»
3мин. 55сек.	«5»	4мин. 40сек.	«5»

Бег с преодолением полосы препятствий в составе подразделения

До 10 человек		До 20 человек	
1100 метров			
5мин. 25сек.	«3»	6мин. 05сек.	«3»
5мин. 10сек.	«4»	5мин. 50сек.	«4»
5мин. 00сек.	«5»	5мин. 40сек.	«5»
3100 метров			
15мин. 10сек.	«3»	15мин. 50сек.	«3»
14мин. 40сек.	«4»	15мин. 20сек.	«4»
14мин. 20сек.	«5»	15мин. 00сек.	«5»

Контрольные испытания с целью определения уровня гибкости

Контрольные испытания	Качество выполнения	оценка
Наклон вперед, ноги врозь на полу, голова поднята, спина прямая	1. Грудь и живот касаются пола, голова поднята, ноги прямые, носки оттянуты. 2. Наклон вперед прямой спиной на $\frac{3}{4}$ (78) 3. Наклон вперед прямой спиной до	Отлично Хорошо Удовлетворительно Плохо

	половины (45) 4. Наклон вперед согнутой спиной менее 45	
Мост гимнастический	1. Ноги прямые, плечи перпендикулярно к полу 2. Слегка согнутые ноги, плечи незначительно отклонены от вертикали 3. Согнутые ноги, плечи под углом 45 4. Сильно согнутые ноги, плечи под углом 30	Отлично Хорошо Удовлетворительно Плохо
Шпагат	1. Ноги полностью касаются пола, руки в стороны 2. Ноги до колен касаются пола, руки в стороны 3. Ноги лодыжками касаются пола, руки в стороны	Отлично Хорошо Удовлетворительно

Разборка и сборка автомата Калашникова на скорость на оценку

Разборка		
Старшая группа	15 сек.	Отлично
	18 сек.	Хорошо
	21 сек.	Удовлетворительно
Младшая группа	18 сек.	Отлично
	21 сек.	Хорошо
	24 сек.	Удовлетворительно
Сборка		
Старшая группа	27 сек.	Отлично
	30 сек.	Хорошо
	33 сек.	Удовлетворительно
Младшая группа	30 сек.	Отлично
	33 сек.	Хорошо
	36 сек.	Удовлетворительно

– (а у д и о з а п и с и ,

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Для педагогов

1. Брюнин А.И. Учебно-наглядное пособие (сборник учебно-тренировочных и контрольно-проверочных карт) по огневой подготовке МУДОд «Центр внешкольной работы «Подросток». 2004г.
2. Брюнин А.И. Методическое пособие по военной топографии. 2009г.
3. Брюнин А.И. Методическое пособие по воздушно-десантной подготовке. 2009г.
4. Луйк В.Э. Практическое пособие по реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Юнармеец» (военно-патриотическое воспитание).
5. Ненахов Ю.Ю. Воздушно-десантные войска во второй мировой войне (Энциклопедия военного искусства). - М.: Литература, 1998. – 480 с.
6. Организация вооружения и тактика действия иностранных армий. учебное пособие. – М.: Воениздат, 1997.
7. Основы рукопашного боя. – М.: Воениздат, 1992.- 226
8. Португальский. Первые и впервые. Военная история Отечества. – М.:ООО «Издательский дом «Перспектив-АП», 2005.-288.
9. Условные знаки топографических карт (справочник). – М.: Военно-топографическое управление генерального штаба, 1966.
10. Учебник сержанта ВДВ. – М.: МО РФ, ВДВ, 2007. – 592с.
11. Шубина Т.Г. Маршалы и адмиралы (Энциклопедия военного искусства). - Мн.: Литература, 1997. – 608 с.
12. Воинские уставы.

Для обучающихся и родителей

1. Брюнин А.И. Учебно-наглядное пособие (сборник учебно-тренировочных и контрольно-проверочных карт) по огневой подготовке МУДОд «Центр внешкольной работы «Подросток». 2004г
2. Гордиенко А.Н. Войны второй половины XX века (Энциклопедия военного искусства). - Мн.: Литература, 1998. – 544 с.
3. Гордиенко А.Н. Командиры второй мировой войны (Энциклопедия военного искусства). - Мн.: Литература, 1998. – 544 с
4. Наставление по физической подготовке в ВС и ВМФ (НФП – 2001).- М.: Воениздат, 2001.
5. Соколов Н. Военная символика (Энциклопедия военного искусства). В.- Мн.: Литература, 1997. – 544 с.
6. Условные знаки топографических карт (справочник). – М.: Военно-топографическое управление генерального штаба, 1966.