

СОГЛАСОВАНО:
заседание МО
протокол №1 от _____ 2023 г.

РАССМОТРЕНО:
заседание НМС
протокол № 1 от _____ 2023г.

УТВЕРЖДЕНО:
Директор МБОУ «Гимназия №1»
_____/Р.И. Шишкина/
Приказ № ____ от _____ 2023 г.

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Юнармия»
(детское объединение)

Уровень начального общего образования
Срок реализации: 1 год
(4 классы)

2023 г.

ПРЕДПОЛАГАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ.

- Укрепление физического и психологического здоровья детей
 - Воспитание качеств личности: уважение и любовь к Родине и ее истокам, традициям, символике
 - Воспитание гуманности, способности к сотрудничеству, трудолюбия, честность, самостоятельности
 - Воспитание у молодежи высокой гражданско-социальной активности, патриотизма, приверженности идеям интернационализма, противодействия идеологии экстремизма
 - Устойчивый интерес к изучению истории страны и военно-исторического наследия Отечества, расширение знаний об истории и выдающихся людях
 - Развитие в молодежной среде ответственности, принципов коллективизма, системы нравственных установок личности на основе присущей российскому обществу системы ценностей
 - Формирование положительной мотивации у молодых людей к прохождению военной службы и подготовке юношей к службе в Вооруженных Силах Российской Федерации
 - Активное приобщение молодежи к военно-техническим знаниям и техническому творчеству.
- Основные формы деятельности по данной программе: инструктажи, практические занятия.
Программа рассчитана на один год. На занятия в кружке отводится 2 часа в неделю.

Содержание учебного плана

Вводное занятие.

Задачи на новый учебный год. Меры безопасности при проведении различных занятий и мероприятий.

1. Основы военно-исторического образования.

История Вооружённых сил Российской Федерации. Государственные символы РФ. Флаг, герб и гимн РФ. Ордена и медали с XVIII в. до 1991 г. Ордена и медали РФ. Дни воинской славы России.

2. Строевая подготовка.

Строевые приемы и движения без оружия.

Строевая стойка. Выполнение команд: "Становись", "Равняйсь", "Смирно", "Вольно", "Заправиться", "Головные уборы снять", "Головные уборы надеть".

Строевая стойка. Повороты на месте. Перестроение из одной шеренги в две и обратно.

Строевой шаг.

Повороты в движении направо и налево.
Повороты кругом в движении.
Строевой шаг. Повороты на месте и в движении.
Выполнение воинского приветствия на месте и в движении.
Выход из строя, подход к начальнику и возвращение в строй.
Прохождение торжественным маршем. Прохождение с песней

3.Туристическая подготовка.

Ориентирование на местности без карты.

Сущность ориентирования, определение сторон горизонта по компасу, часам, солнцу, местным предметам.

Ориентирование на местности по карте

Назначение и краткая характеристика топокарт, топографические знаки. Порядок подготовки карты к работе.

4.Гражданская оборона.

Индивидуальные средства защиты.

Фильтрующие противогазы, назначение, устройство общевоинского противогаза. Особенности устройства противогазов ГП-5, ГП-7. Пользование поврежденным противогазом. Респираторы. Назначение, устройство и правила пользования респиратором Р-2. Противопыльная тканевая маска (ППТМ-1), ватно-марлевая повязка и пользование ею.

Отработка нормативов по надеванию индивидуальных средств защиты.

5.Основы медицинских знаний.

Понятие об ушибе, вывихе, растяжении связок и первая медицинская помощь. Понятие о переломах костей и их признаки. Виды переломов и их осложнения. Травматический шок и его профилактика. Способы оказания первой медицинской помощи при переломах костей: черепа, плечевого пояса, грудной клетки, верхних и нижних конечностей, позвоночника и костей таза. Понятие об острой сердечной недостаточности, инсульте. Способы определения остановки сердечной деятельности и прекращения дыхания. Способы искусственного дыхания сердца и непрямого массажа сердца.

6.Огневая подготовка.

История развития отечественного стрелкового оружия.

Меры безопасности при обращении с оружием и боеприпасами. Правила поведения в тире и на линии огня.

Назначение, устройство и взаимодействие частей и механизмов пневматической винтовки

Основы и правила стрельбы.

Явление выстрела и его периоды. Начальная скорость пули и ее влияние на стрельбу. Отдача оружия и угол вылета. Образование траектории. Прямой выстрел, прикрытое, поражаемое и мертвое пространства и их практическое значение. Меткость стрельбы. Выбор цели. Выбор прицела и точки прицеливания при стрельбе с места по неподвижным и появляющимся целям. Влияние на стрельбу угла полета цели, ветра и температуры воздуха. Корректирование стрельбы.

Техника стрельбы из пневматической винтовки.

Основные элементы техники выполнения выстрела из пневматической винтовки. Изготовка, прицеливание, дыхание, спуск курка. Техника стрельбы с упора и с руки, с опорой на стол или стойку (сидя, стоя).

Тренировка технике стрельбы без пуль. Тренировка в удержании винтовки, прицеливание, нажатие на спусковой крючок. Соблюдение режима дыхания.

Стрельба по квадрату 10x10 см. на листе белой бумаги.

Стрельба по мишени N 8 из положения, сидя за столом с опорой локтями о стол. Дистанция - 5 м.

Стрельба по мишени N 8 из положения, сидя за столом с опорой локтями о стол. Дистанция - 10 м.

Материальная часть автомата Калашникова.

Понятие об устройстве и работе автомата. Разборка и сборка автомата. Снаряжение магазина. Отработка нормативов по разборке – сборке АК – 74

7.Силовая подготовка.

Общеразвивающие упражнения - упражнения без предметов, с предметами, на снарядах, с партнером.

Челночный бег 10x10 м. Прыжки в высоту с разбега способом "перешагивания" и в длину с разбега способом "согнув ноги" на максимальный результат. Метание гранат с разбега на дальность (500-700 гр.). Метание гранаты в цель. Преодоление полосы препятствий. Спортивные игры.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Кол-во занятий	Тема	Примечание
		Вводное занятие	
1	1	Задачи на новый учебный год. Меры безопасности при проведении различных	

		занятий и мероприятий	
		Основы военно-исторического образования	
2-3	2	История Вооружённых сил Российской Федерации	
4	1	Государственные символы РФ. Флаг, герб и гимн РФ	
5	1	Ордена и медали с XVIII в. до 1991 г. Ордена и медали РФ	
6-7	2	Дни воинской славы России	
		Строевая подготовка	
8	1	Строевая стойка. Выполнение команд: "Становись", "Равняйся", "Смирно", "Вольно", "Заправиться", "Головные уборы снять", "Головные уборы надеть"	
9	1	Повороты на месте. Перестроение из одной шеренги в две и обратно	
10-11	2	Строевой шаг	
12-13	2	Строевой шаг. Повороты на месте и в движении	
14	1	Выход из строя, подход к начальнику и возвращение в строй	
15	1	Порядок подачи команд командиром отряда	
16-17	2	Прохождение торжественным маршем. Прохождение с песней	
18-23	6	Практическая отработка строевых приемов и движений	
		Туристическая подготовка	
24	1	Спортивный туризм	
25	1	Пеший поход	
26	1	Рюкзак туриста	
27-28	2	Ориентирование на местности без карты	
29-30	2	Ориентирование на местности по карте	
33-32	2	Добывание огня, разведение костра	
		Гражданская оборона	
33	1	Индивидуальные средства защиты	
34	1	Особенности устройства противогазов ГП-5, ГП-7	
35	1	Назначение, устройство и правила пользования респиратором Р-2	
36	1	Противопыльная тканевая маска (ППТМ-1), ватно-марлевая повязка и пользование	

		ею	
37-38	2	Отработка нормативов по надеванию индивидуальных средств защиты	
Основы медицинских знаний			
39	1	Понятие об ушибе, вывихе, растяжении связок и первая медицинская помощь	
40	1	Понятие о переломах костей и их признаки. Виды переломов и их осложнение	
41-42	2	Способы оказания первой медицинской помощи при переломах костей: черепа, плечевого пояса, грудной клетки, верхних и нижних конечностей, позвоночника и костей таза	
43	1	Понятие об острой сердечной недостаточности, инсульте. Способы определения остановки сердечной деятельности и прекращения дыхания	
44	1	Способы искусственного дыхания сердца и непрямого массажа сердца	
Огневая подготовка			
45	1	История развития отечественного стрелкового оружия	
46	1	Меры безопасности при обращении с оружием и боеприпасами. Правила поведения в тире и на линии огня	
47	1	Назначение, устройство и взаимодействие частей и механизмов пневматической винтовки	
48	1	Основы и правила стрельбы	
49	1	Техника стрельбы из пневматической винтовки	
50-53	4	Стрельба из пневматической винтовки по мишени	
54	1	Материальная часть автомата Калашникова	
55	1	Понятие об устройстве и работе автомата. Разборка и сборка автомата. Снаряжение магазина	
56-59	4	Отработка нормативов по разборке – сборке АК – 74	
Силовая подготовка			
60	1	Техника безопасности на занятиях. Занятие в спортивном зале (круговая тренировка).	
61-62	2	Общеразвивающие упражнения - упражнения без предметов, с предметами, на снарядах, с партнером	
63	1	Челночный бег 10х10 м. Прыжки в высоту с разбега способом "перешагивания" и в длину с разбега способом "согнув ноги" на максимальный результат	

64-65	2	Метание гранат с разбега на дальность (500-700 гр.). Метание гранаты в цель	
66	1	Преодоление полосы препятствий	
67	1	Спортивные игры	
68	1	Зачет.	

ИТОГО

68 часов