

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
«Школа № 6»  
Камышловкого городского округа

**ПРИНЯТО**

педагогическим советом  
протокол № 1 от 26.08.2025

**УТВЕРЖДЕНО**

Приказом директора  
№ 75-од от 27.08.2025

**Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа  
физкультурно-спортивной направленности  
«Юнармия»**

Возраст: 13-14 лет

Срок реализации: 1 год

## **Пояснительная записка**

Всероссийское детско-юношеское военно-патриотическое общественное движение «Юнармия» создано по инициативе министра обороны России Сергея Шойгу.

Цель движения – совершенствование системы военно-патриотического воспитания молодежи, возрождение у молодого поколения интереса к истории России, ее героям, выдающимся гражданам.

Программа внеурочной деятельности «Юнармия» по своему содержательному наполнению ориентируется на укрепление здоровья и воспитание гражданственности и патриотизма обучающихся, целью которой является: формирование всесторонне развитой личности средствами юнармии; создание условий для самореализации, социальной адаптации, оздоровления, профессионального самоопределения личности; привлечение большого числа учащихся к занятиям юнармией; формирование высоких нравственных ориентиров, воспитание патриотизма, способности к становлению нового мышления и любви к Отчизне; углубление и расширение образовательного кругозора подростков, обобщение, повторение и систематизирование знаний школьников по основным общеобразовательным предметам. В соответствии с целями данной программы можно сформулировать задачи, направленные на достижение личностных, предметных и метапредметных результатов.

**В области образования:** расширение и углубление знаний учащихся, дополняющих школьную программу; приобретение специальных знаний по вопросам подготовки юнармейца, самозащиты, доврачебной медицинской помощи; развитие умений и навыков по сборке и разборке автомата; обеспечение самозащиты и навыков приемов рукопашного боя; знакомство военной историей России; ранняя профессиональная ориентация; выявление наиболее талантливых и способных детей.

**В области воспитания:** содействие гармоничному развитию личности; совершенствование духовных и физических потребностей учащихся; формирование жизненных и волевых качеств; выработка организаторских навыков, умения жить в коллективе; воспитание подростков в духе патриотизма, товарищества и любви к родному краю; отвлечение подростков от негативного влияния улицы.

**В области физической подготовки:** физическое совершенствование школьников – развитие силы, выносливости, координации движений в соответствии с их возрастными и физическими возможностями; участие в соревнованиях, марш – бросках; выполнение испытаний ГТО IV – V ступеней.

Гибкость содержания и структуры программы обусловлена:

- возможностью её использования при различных уровнях оснащения материально-технической спортивной базы учреждения; - возможностью использования как программы в целом, так и отдельных ее модулей;

- возможностью её использования в иных форматах (внеурочная деятельность, физкультурно-спортивный кружок в системе дополнительного образования, в рамках школьных каникул, спортивно-массовые мероприятия пр.).

### **Цель:**

Совершенствование системы патриотического воспитания учеников в школе, что способствует формированию высокого патриотического сознания.

### **Основные задачи:**

1. Воспитание патриотизма и подготовка молодежи к военной службе.
2. Пропаганда героических традиций Русской армии.

3. Ориентация на выбор воинской специальности, рода войск, профессии офицера, силовых структур, спасателя, пожарного, социального работника.

4. Формирование качеств, необходимых при действиях в чрезвычайных ситуациях и экстремальных условиях.

5. Проведение мероприятий по оздоровлению учащихся.

Программа рассчитана на 68 часов, 2 часа в неделю.

Возраст детей, участвующих в реализации данной программы 13 - 14 лет. Занятия проводятся, как со всей группой, так и по подгруппам, индивидуально. Для организации занятий необходимо специально оборудованное помещение (спортивный зал) или спортивная площадка. Во время каникул образовательная деятельность может видоизменяться (проведение соревнований по подвижным и спортивным играм, турниров, малых спортивных олимпиад).

Освоение программы заканчивается проведением соревнований и конкурсов, проведением игры «Зарница», соревнованием по стрельбе из пневматического оружия.

**Основные методы, используемые для реализации программы кружка:**

1. Словесные (рассказ, беседа, лекция с элементами беседы);  
2. Наглядные (демонстрация плакатов, учебных видео роликов, электронных презентаций, материальной базы);

3. Эвристические (саморазвитие учащихся, активная познавательная деятельность);

4. Практические (строевая подготовка, огневая подготовка, медицинская подготовка, туристическая подготовка, физическая подготовка).

**Основные формы деятельности кружка по данной программе:**

- обучение,
- применение знаний на практике через практические занятия,
- соревнования,
- игры,
- практическая работа по проведению пропаганды пожарной безопасности через конкурсы, викторины, шоу-программы.

## **Планируемые результаты изучения курса**

### **Личностные результаты обучения:**

- формирование понимания ценности здорового и безопасного образа жизни;
- усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества; воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;
  - формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений с учётом устойчивых познавательных интересов;
  - формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практике, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;
  - формирование готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания;
  - освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;
  - развитие правового мышления и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
  - формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности.

### **Предметные результаты обучения:**

- формирование современной культуры безопасности жизнедеятельности на основе понимания необходимости защиты личности, общества и государства посредством осознания значимости безопасного поведения, формирование убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни;
  - понимание личной и общественной значимости современной Армии;
  - понимание роли государства и действующего законодательства в обеспечении национальной безопасности и защиты населения от экстремизма и терроризма;
  - понимание необходимости подготовки граждан к военной службе;
  - формирование установки на здоровый образ жизни, формирование антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции;
  - выполнять основные действия, связанные с будущим прохождением воинской службы (строевые приемы, воинское приветствие, неполная разборка и сборка автомата Калашникова, стрельба из автомата и т.д.);
  - умение оказать первую помощь пострадавшим;

### **Метапредметные результаты обучения:**

*Регулятивные УУД:*

- умение самостоятельно планировать пути достижения целей защищённости, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;

- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами курса, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий ,корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;

- умение оценивать правильность выполнения учебной задачи в области туристической подготовки , собственные возможности её решения;

- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;

Познавательные УУД:

- умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы;

- умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;

- освоение приёмов действий строевую, огневую, медицинскую подготовку в том числе оказание первой помощи пострадавшим.

*Коммуникативные УУД:*

- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;

- формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий;

- формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли.

## Содержание программы

### **1. Уставы ВС РФ.**

Общие положения уставов. Экскурсия в/ч.

### **2. Огневая подготовка.**

Правила ТБ при обращении с оружием и б/п, при производстве стрельбы и метании гранат. Основы стрельбы. Внутренняя и внешняя баллистика. Формула тысячных. Назначение и боевые свойства АК-74. Назначение, устройство частей и механизмов АК-74. Неполная разборка и сборка АК-74. Отработка нормативов. Метание ручных гранат. Приемы стрельбы из автомата. Изготовка к стрельбе лежа. Производство стрельбы. Прекращение стрельбы. Стрельба из пневматической винтовки. Выполнение нормативов ГТО.

### **3. Строевая подготовка.**

Общие положения строевого устава ВС РФ. Обязанности перед построением в строю. Строевые приемы движения без оружия. Выполнение воинского приветствия, выход и возвращение в строй. Подход к начальнику и отход от него. Строи отделения, взвода в пешем порядке. Способы и приемы передвижения в бою в пешем порядке.

### **4. Физическая подготовка.**

Разучивание комплексов вольных упражнений №1, №2. Разучивание комплексов РБ-Н, РБ-1. Тренировки, выполнение нормативов комплекса ГТО.

### **5. Туристическая подготовка.**

Топографическая подготовка. Туристическое снаряжение. Медико - санитарная подготовка.

### **6. История ВОВ.**

Поисковая работа Методы поисковой работы. Технические средства поиска. Основные битвы ВОВ. География войны. История войны в лицах. Герои и их подвиги. Боевые части и соединения Урала в период ВОВ.

**Тематическое планирование дополнительной образовательной программы  
«Юнармия»**

<b>№ п/п</b>	<b>Раздел, тема</b>	<b>Кол-во часов</b>
1	Вводное занятие	1
<b>Уставы ВС РФ (4 ч)</b>		
2	Общие положения уставов.	1
3-5	Экскурсия в/ч.	3
<b>Огневая подготовка (14 ч)</b>		
6	Правила ТБ при обращении с оружием и б/п, при производстве стрельбы и метании гранат.	1
7	Основы стрельбы. Внутренняя и внешняя баллистика. Формула тысячных.	1
8	Назначение и боевые свойства АК-74.	1
9	Назначение, устройство частей и механизмов АК-74.	1
10-13	Неполная разборка и сборка АК-74. Отработка нормативов.	4
14	Метание ручных гранат.	1
15	Приемы стрельбы из автомата. Изготовка к стрельбе лежа. Производство стрельбы. Прекращение стрельбы.	1
16-19	Стрельба из пневматической винтовки. Выполнение нормативов ГТО.	4
<b>Строевая подготовка (15 ч)</b>		
20	Общие положения строевого устава ВС РФ. Обязанности перед построением в строю.	1
21-28	Строевые приемы движения без оружия.	8
29-30	Выполнение воинского приветствия, выход и возвращение в строй. Подход к начальнику и отход от него.	2
31-32	Строй отделения, взвода в пешем порядке.	2
33-34	Способы и приемы передвижения в бою в пешем порядке.	2
<b>Физическая подготовка (8 ч)</b>		
35-36	Разучивание комплексов вольных упражнений №1, №2	2
37-42	Тренировки, выполнение нормативов комплекса ГТО.	6
<b>Туристическая подготовка (8 ч)</b>		
43-46	Топографическая подготовка.	4
47-48	Туристическое снаряжение.	2
49-50	Медико-санитарная подготовка.	2
<b>История ВОВ. Поисковая работа (18 ч)</b>		
51-52	Методы поисковой работы. Технические средства поиска.	2
53-58	Основные битвы ВОВ. География войны.	6
59-64	История войны в лицах. Герои и их подвиги.	6
65-68	Боевые части и соединения Урала в период ВОВ.	4

### **Литература для педагога**

1. Журнал «Вестник Молодежной политики», №11, 2005 год.
2. Перов А.П., Воробьев М.С. «Организация и содержание работы оборонно-спортивного лагеря для молодёжи», Учебно-методическое пособие, Тюмень УЦ «Аванпост» 2000 год.
3. А.Т Смирнов, В.А. Васнев «Основы военной службы», Учебное пособие, М. «Дрофа» 2004 год.
4. Безопасность жизнедеятельности: Сборник нормативных документов по подготовке учащихся молодежи в области защиты от чрезвычайных ситуаций. М., АСТ, 1998 год.
5. На службе Отечеству. Об истории Российского государства и его вооруженных силах, традициях, морально-психологических и правовых основах военной службы: Книга для чтения по общественно-государственной подготовке солдат (матросов), сержантов (старшин) ВС РФ/ Под ред. В.А Золотарёва, В.В. Марушенко. 3-е изд. М.: Русь-РКБ, 1999.
6. Наставление по стрелковому делу. М.: Воениздат, 1985.
7. Наставление по физической подготовке. М.: Воениздат, 1987.
8. Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации. М.: Воениздат, 2004.
9. В.С. Кузнецов, Г.А. Колодницкий «Прикладная физическая подготовка. 10-11 классы» Москва «Владос- пресс»2003 г.
10. Журнал ОБЖ: Основы безопасности жизни. 1998 – 2001. №1 – 12.

### **Литература для детей.**

1. Ю.К. Сорокин «Атлетическая подготовка допризывника», М. «Советский спорт»,1990г.
2. Основы медицинских знаний учащихся: Учебник для средних учебных заведений / Под ред. М.Н. Гоголева. М. «Просвещение», 1991.
3. Смирнов А.Т., Васне В.А., Мишин Б.И. Основы безопасности жизнедеятельности 11 класс: Учебник. М. Просвещение, 2002.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 471092413905542759889334510250069883863198699202

Владелец Захарова Наталья Николаевна

Действителен с 12.01.2026 по 12.01.2027