

Управление образования города Ростова-на-Дону  
муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
Советского района города Ростова-на-Дону «Дом детского творчества»  
(МБУ ДО ДДТ)

**ПРИНЯТО**

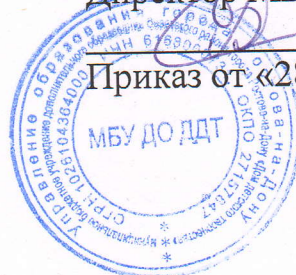
на заседании педагогического  
совета МБУ ДО ДДТ  
Протокол от «28» августа 2026 г.  
№ 04

**СОГЛАСОВАНО**

на заседании методического  
совета МБУ ДО ДДТ  
Протокол от «28» августа 2026г.  
№4

**УТВЕРЖДАЮ**

Директор МБУ ДО ДДТ  
Беленькая Е.В.  
Приказ от «28» августа 2026 г.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
СОЦИАЛЬНО-ГУМАНИТАРНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ  
«ЮНАРМИЯ. НВП»**

**Подвид программы:** модифицированная

**Уровень программы:** базовый

**Форма реализации программы:** очная

**Целевая группа (возраст):** от 7 до 17 лет

**Срок реализации:** 2 года, 216 часов в год

**Условия реализации программы:**

муниципальное задание

**Разработчик:** педагог дополнительного  
образования Масанин Юрий Григорьевич

Ростов-на-Дону  
2026 г.

## ОГЛАВЛЕНИЕ

|                                                                           |           |
|---------------------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>I. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ОБРАЗОВАНИЯ</b>                     | <b>3</b>  |
| 1.1. Пояснительная записка (основные характеристики программы)            | 3         |
| 1.2. Цель и задачи программы                                              | 10        |
| 1.3. Содержание программы                                                 | 10        |
| 1.3.1. Учебный план                                                       | 10        |
| 1.3.2. Содержание учебного плана                                          | 14        |
| 1.4. Планируемые результаты                                               | 30        |
| <b>II. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ</b>                 | <b>32</b> |
| II.1 Календарный учебный график                                           | 32        |
| II.2 Условия реализации программы                                         | 33        |
| II.3 Методическое обеспечение                                             | 34        |
| II.4 Формы аттестации                                                     | 37        |
| II.5 Диагностический инструментарий (оценочные материалы)                 | 38        |
| II.6 Рабочая программа воспитания. Календарный план воспитательной работы | 38        |
| <b>СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ</b>                                                  | <b>45</b> |
| <b>ПРИЛОЖЕНИЯ</b>                                                         | <b>50</b> |
| Приложение 1                                                              | 50        |

# **I. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ОБРАЗОВАНИЯ**

## **1.1 Пояснительная записка (основные характеристики программы)**

### **Нормативно-правовая база**

Дополнительная общеобразовательная программа «ЮНАРМИЯ (НВП)» для обучающихся от 7 -17 лет (далее – Программа) разработана с учётом требований и положений, изложенных в следующих документах:

1. Конституция Российской Федерации (принята всенародным голосованием 12.12.1993 с изменениями, одобренными в ходе общероссийского голосования 01.07.2020).

2. Федеральный закон Российской Федерации от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации».

3. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

4. Федеральный закон от 13.07.2020 № 189-ФЗ «О государственном (муниципальном) социальном заказе на оказание государственных (муниципальных) услуг в социальной сфере».

5. Федеральный проект «Успех каждого ребенка», утвержденный протоколом заседания проектного комитета по национальному проекту «Образование» от 07.12.2018 № 3.

6. Приоритетный проект «Доступное дополнительное образование для детей», утвержденный протоколом заседания президиума Совета при Президенте Российской Федерации от 30.11.2016 № 11.

7. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996-р «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года».

8. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р «Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года».

9. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей».

10. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации и Министерства просвещения Российской Федерации от 05.08.2020 № 882/391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ».

11. Приказ Министерства труда и социального развития Российской Федерации от 22.09.2021 № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».

12. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

13. Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 28.08.2015 № АК-2563/05 «О методических рекомендациях» направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по организации образовательной деятельности с использованием сетевых форм реализации образовательных программ»).

14. Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»).

15. Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 29.03.2016 № ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с Методическими рекомендациями 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).

16. Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 30.12.2022 № АБ-3924/06 «Создание современного инклюзивного образовательного пространства для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов на базе образовательных организаций, реализующих дополнительные общеобразовательные программы в субъектах Российской Федерации».

17. Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 29.09.2023 № АБ-3935/06 «О методических рекомендациях» (вместе с «Методическими рекомендациями по формированию механизмов обновления содержания, методов и технологий обучения в системе дополнительного образования детей, направленных на повышение качества дополнительного образования детей, в том числе включение компонентов, обеспечивающих формирование функциональной грамотности и компетентностей, связанных с эмоциональным, физическим, интеллектуальным, духовным развитием человека, значимых для вхождения Российской Федерации в число десяти ведущих стран мира по качеству общего образования, для реализации

приоритетных направлений научно-технологического и культурного развития страны»).

18. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 02.06.2026 № 19 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.2.4283-26 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (зарегистрирован 02.06.2026 № 886855).

19. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.368521 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».

20. Постановление Правительства Ростовской области от 08.12.2020 № 289 «О мероприятиях по формированию современных управленческих решений и организационно-экономических механизмов в системе дополнительного образования детей в Ростовской области в рамках федерального проекта «Успех каждого ребенка» национального проекта «Образование».

21. Приказ министерства общего и профессионального образования Ростовской области от 01.08.2023 № 718 «О проведении независимой оценки качества дополнительных общеразвивающих программ в Ростовской области».

22. Приказ министерства общего и профессионального образования Ростовской области от 03.08.2023 № 724 «Об утверждении Требований к условиям и порядку оказания государственной услуги в социальной сфере «Реализация дополнительных общеразвивающих программ» в Ростовской области.

23. Устав Всероссийского детско-юношеского военно-патриотического общественного движения «ЮНАРМИЯ» от 28.05.2016.

24. Положение о региональных отделениях, местных отделениях Всероссийского детско-юношеского военно-патриотического общественного движения «ЮНАРМИЯ», утвержденное решением Главного штаба ВВПОД «ЮНАРМИЯ», протокол № 4 от 26.01.2017.

25. Примерная рабочая программа воспитания для общеобразовательных организаций.

26. Основная образовательная программа основного общего образования общеобразовательной организации.

**Направленность программы:** социально-гуманитарная.

**Актуальность программы.**

Программа направлена на формирование у детей патриотизма, ценностного отношения к своей малой и большой Родине, которую нужно оберегать, посредством реализации программы военно-патриотического воспитания детей и молодёжи во внеурочной деятельности.

Актуальность программы заключается в повышении значимости военно-патриотического воспитания обучающихся через интегрированную деятельность по следующим взаимосвязанным направлениям: познавательная, туристско-краеведческая, спортивно-оздоровительная деятельность, что подтверждается словами президента Российской Федерации В.В. Путина: «У нас нет, и не может быть никакой другой объединяющей идеи, кроме патриотизма».

Всероссийское детско-юношеское военно-патриотическое общественное движение «ЮНАРМИЯ» созданная по инициативе Министерства обороны РФ в 2016 году как раз и отвечает этим целям. Поэтому в России, и в частности в Ростовской области, много действующих общеразвивающих программ для развития детей и подростков в рамках движения «ЮНАРМИЯ», что явилось основанием и вместе с тем новизной разработки данной Программы в МБУ ДО ДДТ, с учётом принципиальных и качественных изменений в образовании и развитии детей и подростков.

Процесс формирования готовности к защите Отечества у обучающихся строится с учётом имеющихся знаний, жизненного опыта, общих задач обучения и воспитания. Программа способствует освоению учебной информации личностно-значимого характера, опираясь на высокую эмоциональность, впечатлительность, восприимчивость, формированию у обучающихся чувства гордости за воинов Вооруженных Сил РФ, формированию желания в будущем встать в их ряды.

При разработке содержания программы учитывались:

- основные закономерностей развития теории военно-патриотического воспитания;
- интегративность в охвате многих сфер человеческой деятельности;
- направленность на формирование у обучающихся современного уровня культуры безопасности жизнедеятельности, снижения отрицательного влияния «человеческого фактора» на безопасность личности, общества и государства.

Отбор содержания программы проведён с учётом системного подхода, в соответствии с которым обучающиеся должны освоить содержание, значимое для формирования гуманистического мировоззрения, познавательной, нравственной культуры, ценностного отношения к своему здоровью и мотивационной установки на ведение здорового образа жизни, любви к своему краю и его истории.

В настоящее время происходит актуализация роли дополнительного образования детей в этой области, что обуславливает необходимость его совершенствования в связи с быстро развивающимися общественными потребностями, социальным заказом государства, системой образования через физическое развитие, укрепление здоровья населения и потребности личности в нравственном самосовершенствовании.

В соответствии с Федеральным законом от 29 декабря 2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», который дифференцирует содержание дополнительного образования, востребованность программ, вовлекающих детей в военно-патриотическую и оздоровительную деятельность, заключается в удовлетворении индивидуальных потребностей обучающихся в занятиях по начальной военной подготовке, выявлении, развитии и поддержке талантливых обучающихся, а также лиц, проявивших выдающиеся способности, содействии профессиональной ориентации на современные и перспективные профессии в сфере защиты государства.

#### **Отличительные особенности программы.**

Программа является модифицированной. Одним из характерных свойств, отличающих программу от других, это практико-личностно-ориентированный характер подачи образовательного материала. Программа опирается, в том числе и на прикладные виды спорта, такие как стрельба, ориентирование, гимнастика, легкая и тяжелая атлетика.

Преимущество данной программы выражено и в том, что познание происходит через творчество, игру, труд, проектную деятельность, проблемно-ситуативные задания, тренинги, анкетирование, решение практических задач и др. Полученные в ходе обучения знания пригодятся юнармейцу в повседневной жизни: быть компетентным, мобильным, с высокой культурой общения, готового к принятию решений, умеющего эффективно взаимодействовать с окружающим миром.

Реализация программы основывается и на тесной межпредметной интеграции с дисциплинами «История», «Основы безопасности жизнедеятельности», «Химия», «Физика», «Физическая культура», «Краеведение», «Медицина».

#### **Педагогическая целесообразность программы.**

Педагогическая целесообразность программы заключается в формировании у юнармейца позитивного отношения к самому себе, к окружающему социуму, к своему здоровью, что помогает формировать адекватную самооценку, избавляет от неуверенности в себе, способствует самоконтролю. В ходе реализации программы происходит воспитание нравственных и волевых качеств, развитие психических процессов. Программа способствует привитию таких качеств личности, как дисциплинированность,

доброжелательное отношение к товарищам, честность, отзывчивость, смелость, стремление к победе в состязаниях и соревнованиях.

**Адресат программы:** отряды юнармейцев формируются из обучающихся, в возрасте от 7 до 17 лет, без предъявления требований к уровню образования, на добровольной основе, без конкурсного отбора. Набор в отряды осуществляется в заявительном порядке.

**Краткая характеристика** психофизиологических особенностей обучающихся в соответствии с возрастом.

При разработке программы учитывались следующие особенности детей: возраст 7-17 лет: интенсивно развивается самосознание. Возрастает потребность в признании, осознании своих прав и обязанностей. Развиваются способности к самокритике и самодисциплине. Ребёнок начинает объективно сравнивать свои действия с действиями других. В личности ребёнка появляется волевой компонент. Увеличивается произвольность поведения: ребёнок способен понять и принять «надо», идущее против его «хочу». Изменяются отношения со сверстниками. С этого возраста дружба между детьми постепенно освобождается от влияния родителей. Дети оценивают друг друга уже по собственным критериям, с повышенной эмоциональностью. Характерно и то, что этом возрасте у детей слабо развита настойчивость, а при проявлении трудностей - снижение активности. Для них характерна внушаемость и необдуманное подражание.

В ходе занятий по тактико-психологической подготовке используют техники релаксации и управления стрессом, что помогает детям лучше справляться с напряжением и тревогой, возникающими в процессе обучения. Соревнования, различного рода тактические игры требуют от детей умения адекватной оценки ситуации, оперативного принятия решений и быстрого реагирования, что способствует развитию их когнитивных навыков и улучшению способности к анализу и прогнозированию. Участие в занятиях развивают лидерские качества и инициативу, помогая детям стать более уверенными в своих способностях и готовыми брать на себя ответственность в группе. Таким образом, тактико-психологическая подготовка юнармейцев в рамках дополнительной образовательной программы влияет на комплексное развитие детей, способствуя их физическому, психологическому и социальному благополучию. Это создаёт основу для гармоничного развития личности и подготовки к будущим достижениям в жизни.

В возрасте 11-15 лет активно развиваются мотивация, эмоциональная сфера, чувство ответственности. Мотивы к социальной активности постепенно перерастают в стойкие и осознанные интересы к занятиям по начальной военной подготовке. Эмоциональный фактор остаётся ведущим для приобщения к ним, но вместе с тем привычки, регламентирующие

систематичность занятий по предметам начальной военной подготовки и курсу выживания, уже могут быть достаточно устойчивыми. В этот период возникает необходимость развития у ребёнка чувства ответственности за результат деятельности группы, команды, своей семьи. Для подростков с доминированием деловых мотивов характерно стремление к достижению результата, чувство социальной ответственности, активная жизненная позиция в системе отношений в юнармейском отряде. Для тех, у кого доминируют лично-престижные мотивы, свойственно стремление к личному самоутверждению средствами военной подготовки и спорта, желание получить от окружающих положительные оценки.

У детей этого возраста высокими темпами улучшаются показатели физического развития: отдельные координационные способности, силовые и скоростно-силовые способности, умеренно увеличивается выносливость. Программа помогает подросткам развить уверенность в своих силах, что важно для формирования положительной самооценки. Это особенно актуально в возрасте 11-15 лет, когда складывается идентичность. Занятия учат подростков управлять эмоциями и справляться со стрессовыми ситуациями, что способствует повышению их устойчивости в учёбе. Все эти особенности используются для реализации адекватных педагогических подходов при подаче учебного материала по программе.

**Объем и срок освоения программы:** программа рассчитана на 2 года, объем программы 432 часа.

**Режим занятий:** 2 раза в неделю по 3 часа, занятия спаренные, продолжительность занятия 45 минут, перерыв не менее 10 минут.

**Особенности организации образовательного процесса:** нет.

**Сроки, объем и уровень реализации программы:** 216 часов в год.

**Форма обучения:** очная.

**Формы организации образовательного процесса:** групповые. В детское объединение принимаются все желающие, проявившие интерес к данному виду деятельности. Отряд формируются из обучающихся разных возрастов, наполняемость групп 10 обучающихся. Могут проводиться массовые мероприятия всем составом объединения.

**Формы проведения занятий:** теоретические занятия в форме бесед, игровых занятий, комбинированных занятий, дискуссий, тренингов, решения учебных ситуативных задач.

**Перечень форм подведения итогов:** анкетирование, педагогический мониторинг.

## 1.2. Цель и задачи программы

**Цель:** Формирование активной гражданской позиции, патриотизма у обучающихся посредством вовлечения их в деятельность по приобретению социально значимых знаний о военно-историческом наследии Отечества и престиже военной службы, формирование готовности к выполнению священного долга по защите Родины, следование идеям здорового образа жизни и воспитание любви к родному краю.

### **Задачи:**

- ~ воспитать готовность к защите Отечества, к действиям в экстремальных ситуациях;
- ~ расширить и углубить знания об истории, о многонациональной культуре и традициях России и родного края;
- ~ обучить начальным знаниям по основам военной службы;
- ~ систематизировать представления о требованиях, предъявляемых к будущему военнослужащему, о порядке призыва и прохождения военной службы;
- ~ познакомить со структурой Вооружённых сил, назначением видов и родов войск, их вооружением и боевыми возможностями;
- ~ обучить приёмам стрельбы из пневматического оружия, метания гранаты, боевого ножа;
- ~ сформировать умения действовать в строю, при передвижении, в ходе мероприятий территориальной обороны и в ходе боевых действий;
- ~ сформировать способность осмысливать события и явления действительности во взаимосвязи прошлого, настоящего и будущего;
- ~ сформировать потребность в ведении здорового образа жизни, двигательной активности посредством физического воспитания, физической подготовки, физического развития.

## 1.3. Содержание программы.

### 1.3.1. Учебный план

**Учебный план 1 года обучения (2 занятия в неделю по 3 часа)**

| №<br>п/п | Наименование разделов,<br>блоков, тем            | Всего<br>о<br>час | Количество<br>часов учебных<br>занятий |          | Формы<br>аттестации<br>/ контроля |
|----------|--------------------------------------------------|-------------------|----------------------------------------|----------|-----------------------------------|
|          |                                                  |                   | теория                                 | практика |                                   |
| 1.       | Исторические и боевые традиции Отечества (36 ч.) |                   |                                        |          |                                   |

|      |                                                                                                                                          |   |   |   |         |
|------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|---|---------|
| 1.1. | ВВПОД «ЮНАРМИЯ». Основные сведения. Цели и задачи движения                                                                               | 2 | 2 |   | текущий |
| 1.2. | Государственная и военная символика                                                                                                      | 5 | 2 | 3 | текущий |
| 1.3. | Основные битвы Великой Отечественной войны                                                                                               | 5 | 2 | 3 | текущий |
| 1.4. | Города - герои                                                                                                                           | 6 | 2 | 4 | текущий |
| 1.5. | Дети-герои Великой Отечественной войны                                                                                                   | 6 | 2 | 4 | текущий |
| 1.6. | Герои -Ростовчане :<br>Витя Черевичкин, Коля Кизим, Витя Проценко, Ваня Зятев, Коля Сидоренко, Игорь Нейгоф, Женя Репко, Эдик Жмайлов    | 6 | 2 | 4 | текущий |
| 1.7. | Герои–Ростовчане Евдокия Никулина, Степан Здоровцев, Иван Забегайло, Виктор Сулев, Василий Яковлев                                       | 6 | 2 | 4 | текущий |
| 2.   | <b>Основы выживания и поведения в автономии (41 ч.)</b>                                                                                  |   |   |   |         |
| 2.1. | Понятие о спортивной карте                                                                                                               | 5 | 2 | 3 | текущий |
| 2.2. | Условные знаки на спортивной карте                                                                                                       | 5 | 2 | 3 | текущий |
| 2.3. | Ориентирование по горизонту, азимуту. Работа с компасом                                                                                  | 6 | 2 | 4 | текущий |
| 2.4. | Ориентирование по местным предметам                                                                                                      | 5 | 2 | 3 | текущий |
| 2.5. | Действия в случае потери ориентировки                                                                                                    | 5 | 2 | 3 | текущий |
| 2.6. | Личное и групповое туристическое снаряжение. Рюкзаки. Привалы и ночлеги,. Питание в туристическом походе                                 | 5 | 1 | 4 | текущий |
| 2.7. | Вязание узлов: Туристические узлы «академический», «брамшкотовый».....                                                                   | 5 | 1 | 4 | текущий |
| 2.8. | Вязание узлов для страховки (незатягивающиеся петли): «простой проводник»                                                                | 5 | 1 | 4 | текущий |
| 3.   | <b>Строевая подготовка (52 ч.)</b>                                                                                                       |   |   |   |         |
| 3.1. | Строевая стойка. Повороты на месте                                                                                                       | 5 | 2 | 3 | текущий |
| 3.2. | Строевой и походный шаг: последовательность обучения движению строевым шагом, тренировка в движении руками, с обозначением шага на месте | 5 | 2 | 3 | текущий |

|      |                                                                                                                                                                             |   |   |   |         |
|------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|---|---------|
| 3.3. | Строевой и походный шаг: последовательность обучения движению строевым шагом на четыре счета                                                                                | 5 | 2 | 3 | текущий |
| 3.4. | Строевой и походный шаг: последовательность обучения движению строевым шагом, тренировка в движении строевым шагом на два счета, в замедленном темпе (50—60 шагов в минуту) | 5 | 2 | 3 | текущий |
| 3.5. | Строевой и походный шаг: последовательность обучения движению строевым шагом, тренировка в движении строевым шагом на два счета, в уставном темпе (110—120 шагов в минуту)  | 5 | 2 | 3 | текущий |
| 3.6. | Повороты в движении по разделениям на три счета                                                                                                                             | 5 | 2 | 3 | текущий |
| 3.7. | Повороты в движении в комплексе                                                                                                                                             | 5 | 2 | 3 | текущий |
| 3.8. | Выполнение воинского приветствия на месте по разделениям на два счета                                                                                                       | 5 | 2 | 3 | текущий |
| 3.9. | Выполнение воинского приветствия на месте в комплексе                                                                                                                       | 4 | 2 | 2 | текущий |
| 3.10 | Выход из строя и возвращение в строй по разделениям                                                                                                                         | 4 | 2 | 2 | текущий |
| 3.11 | Подход к начальнику и отход от него                                                                                                                                         | 4 | 2 | 2 | текущий |

|      |                                                                                                                                                                       |   |   |   |         |
|------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|---|---------|
| 4.   | <b>Физическая подготовка (20 ч.)</b>                                                                                                                                  |   |   |   |         |
| 4.1. | Определение уровня физических качеств: сила, скоростная сила, ловкость посредством сдачи тестов физической подготовленности (по одному часу в начале учебного года)   | 5 | 2 | 3 | текущий |
| 4.2. | Определение уровня физических качеств: выносливость, силовая выносливость посредством сдачи тестов физической подготовленности (по одному часу в конце учебного года) | 5 | 2 | 3 | текущий |
| 4.3. | Круговая тренировка на развитие силы                                                                                                                                  | 5 | 2 | 3 | текущий |
| 4.4. | Круговая тренировка на развитие скоростной выносливости                                                                                                               | 5 | 2 | 3 | текущий |
| 5.   | <b>РХБ защита (25 ч.)</b>                                                                                                                                             |   |   |   |         |
| 5.1. | Средства индивидуальной защиты органов дыхания                                                                                                                        | 5 | 2 | 3 | текущий |
| 5.2. | Порядок надевания средств индивидуальной защиты органов дыхания                                                                                                       | 5 | 2 | 3 | текущий |
| 5.3. | Назначение, комплектацию и порядок надевания общевойскового защитного комбинезона                                                                                     | 5 | 2 | 3 | текущий |
| 5.4. | Тренировки обучающихся по надеванию общевойскового защитного комбинезона                                                                                              | 5 | 2 | 3 | текущий |
| 5.5. | Приборы радиационной, химической разведки                                                                                                                             | 5 | 2 | 3 | текущий |
| 6.   | <b>Огневая подготовка (20 ч.)</b>                                                                                                                                     |   |   |   |         |
| 6.1. | История развития стрелкового оружия                                                                                                                                   | 5 | 2 | 3 | текущий |
| 6.2. | Назначение, боевые свойства, общее устройство и принцип работы автомата Калашникова                                                                                   | 5 | 2 | 3 | текущий |
| 6.3. | Последовательность неполной разборки и сборки после неполной разборки АК-74                                                                                           | 5 | 2 | 3 | текущий |
| 6.4. | Порядок снаряжения магазина АК                                                                                                                                        | 5 | 2 | 3 | текущий |

|      |                                                                                                      |     |    |     |          |
|------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|----|-----|----------|
| 7.   | <b>Оказание первой помощи (20 ч.)</b>                                                                |     |    |     |          |
| 7.1. | Основы оказания первой медицинской помощи                                                            | 5   | 2  | 3   | текущий  |
| 7.2. | Предназначение и порядок проведения искусственной вентиляции лёгких (ИВЛ)                            | 5   | 2  | 3   | текущий  |
| 7.3. | Непрямой массаж сердца                                                                               | 5   | 2  | 3   | текущий  |
| 7.4. | Правила медицинской помощи при переломах                                                             | 5   | 2  | 3   | текущий  |
| 8.   | <b>Итоговое занятие.</b> Показательное занятие для родителей обучающихся по программе «Юнармия НВП». | 2   |    | 2   | итоговый |
|      | Итого:                                                                                               | 216 | 83 | 133 |          |

### 1.3.2. Содержание учебного плана 1 года обучения:

#### **Исторические и боевые традиции Отечества. (36 часов)**

Тема 1.1. ВВПОД «ЮНАРМИЯ». Основные сведения. Цели и задачи движения (2 ч.). Знакомство с Всероссийским детско-юношеским военно-патриотическим общественным движением «ЮНАРМИЯ»: историей создания, уставом, эмблемой, флагом, гимном, клятвой юнармейцев, знаками различия, знаками отличия и иными геральдическими знаками юнармейцев, с формой одежды и её вариантами.

Тема 1.2. Государственная и военная символика (5 ч.). Государственные и воинские символы России — это неотъемлемые атрибуты государства и его армии. Довести Федеральные конституционные законы № 2-ФКЗ «О Государственном гербе Российской Федерации» и № 3-ФКЗ «О Государственном гимне Российской Федерации» от 25 декабря 2000 года.

Тема 1.3. Основные битвы Великой Отечественной войны (5 ч.). Московская битва (1941 - 1942 гг.). Рассмотреть операцию по взятию Москвы под кодовым названием «Тайфун». Сталинградская битва (1942 - 1943 гг.). Рассмотреть ведение оборонительных боев в городе Сталинград. Рассказать о подвигах воинов при обороне города. Курская битва (1943 г.). Рассмотреть военную операцию под кодовым названием «Цитадель». Белорусская операция (1944 г.). Рассказать об одной из крупнейших военных операций в истории. 11 12 Берлинская операция (1945 г.).

Тема 1.4. Города-герои (6 ч.). Довести до обучающихся отличие между званиями: «Город воинской славы» (45 городов) и «Город-герой» (13, из них 12 городов и Брестская крепость «крепость-герой»). Городами-героями являются: 1. Ленинград (Санкт-Петербург) 2. Сталинград (Волгоград) 3. Севастополь 4. Одесса

5. Москва 6. Киев 7. Керчь 8. Новороссийск 9. Минск 10. Тула 11. Мурманск 12. Смоленск 13. Брестской крепости было присвоено уникальное звание «крепость герой». Провести тест по знанию городов-героев: Какие города называют городами-героями? Какие города стали первыми городами-героями? Сколько городов-героев было в бывшем Советском Союзе? Сколько городов-героев находится на территории РФ?

Тема 1.5. Дети-герои Великой Отечественной войны (6 ч.). Рассказать о подвигах детей-героев в годы Великой Отечественной войны.

Тема 1.6. Дети герои - ростовчане: (6 ч.) Витя Черевичкин, Коля Кизим, Витя Проценко, Ваня Зятев, Коля Сидоренко, Игорь Нейгоф, Женя Репко, Эдик Жмайлов

Тема 1.7. Герои-ростовчане (6 ч.) Получившие звание Героя Советского Союза;

Евдокия Никулина, за сотни боевых ночных вылетов и десятки тысяч килограммов бомб, сброшенных на врага.

Степан Здоровцев, за управляя боевым самолётом, совершенный таран и уничтожение немецкого «юнкерса», после чего ещё смог удачно приземлиться.

Семён Гурвич, уничтожил 19 вражеских танков, 40 орудий, 95 автомашин, паровоз, 30 вагонов с грузом, 4 склада, несколько зенитных батарей, много живой силы противника.

Анатолий Гутман, командир взвода, под его командованием захватил плацдарм на правом берегу Днепра. Несмотря на ранение, он уничтожил 18 солдат противника.

Иван Забегайло, лётчик-истребитель, командовал 209-й истребительной авиационной дивизией. К марту 1943 года совершил 326 боевых вылетов, в 99 воздушных боях сбил лично 16 и в группе 6 самолётов противника.

Цезарь Куников, советский офицер, командир десантного отряда, захватившего плацдарм «Малая земля».

Виталий Слюнкин, 189-й гвардейский штурмовой авиационный полк под его командованием уничтожил 68 танков, 16 автоцистерн, 681 автомашин, 43 самоходных орудия, 18 тягачей, 8 складов с горючим, 274 миномётные батареи, 157 пулемётных гнёзд и около 10 тысяч вражеских солдат.

Виктор Сулев, к маю 1945 года командир звена бомбардировочного авиационного полка совершил 179 боевых вылетов, нанеся противнику значительный урон в живой силе и технике.

Василий Яковлев, его взвод одним из первых в полку форсировал Днепр в районе села Балыко-Щучинка (Киевская область), отличился в боях по захвату, удержанию и расширению плацдарма.

## **2. Основы выживания и поведения в автономии. (41 час)**

Тема 2.1. Понятие о спортивной карте (5 ч.). Определение понятия «спортивная карта». Общие требования к спортивной карте.

Тема 2.2. Условные знаки на спортивной карте (5 ч.). Условные знаки на спортивной карте. Требования к изображению компонентов ландшафта на спортивной карте.

Тема 2.3. Ориентирование по горизонту, азимуту. Работа с компасом. (6 ч.). Ориентирование по небесным светилам, по различным особенностям местных предметов. Работа с компасом.

Тема 2.4. Ориентирование по местным предметам (5ч.). Ориентирование по местным признакам. Важность изучения главных ориентиров (река, дорога, церковь, деревня).

Тема 2.5. Действия в случае потери ориентировки (5ч.). Действия в случае потери ориентировки, определение горизонта по небесным светилам и местным предметам.

Тема 2.6. Личное и групповое туристское снаряжение. Рюкзаки. Привалы и ночлеги. Питание в туристском походе (5 ч.). разновидности, Довести до обучаемых комплект личного снаряжения, который зависит от целей, продолжительности климатических условий. путешествия, Обязательный минимум, необходимый в походе. а также

Тема 2.7. Вязание узлов: туристические узлы «академический», «брамшкотовый» (5 ч.). 13 14 Довести до обучаемых случаи необходимости знания порядка вязания различных узлов, законспектировать данные и дать практику в их вязании. Тема

Тема 2.8. Вязание узлов для страховки (незатягивающиеся петли): «простой проводник» (5 ч). Довести до обучаемых случаи необходимости знания порядка вязания различных узлов, законспектировать данные и дать практику в их вязании.

## **3. Строевая подготовка. (52 часа)**

Тема 3.1. Строевая стойка (выполнение команд «СТАНОВИСЬ», «СМИРНО», «ВОЛЬНО», «ЗАПРАВИТЬСЯ»). Повороты на месте. (5 ч.). Разучить по разделениям и в целом порядок выполнения строевого приёма «Строевая стойка» и выполнение команд «СТАНОВИСЬ», «СМИРНО», «ВОЛЬНО», «ЗАПРАВИТЬСЯ»). Разучить по разделениям повороты на месте.

Тема 3.2. Строевой и походный шаг: последовательность обучения движению строевым шагом, тренировка в движении руками, с обозначением шага на месте (5 ч.). Довести до обучающихся порядок выполнения строевых приёмов, провести их разучивание по разделениям.

Тема 3.3. Строевой и походный шаг: последовательность обучения движению строевым шагом на четыре счета (5 ч.). Довести до обучающихся порядок выполнения строевых приёмов, провести их разучивание по разделениям.

Тема 3.4. Строевой и походный шаг: последовательность обучения движению строевым шагом, тренировка в движении строевым шагом на два счета, в замедленном темпе (50-60 шагов в минуту) (5 ч.). Довести до обучающихся порядок выполнения строевых приёмов, провести их разучивание по разделениям.

Тема 3.5. Строевой и походный шаг: последовательность обучения движению строевым шагом, тренировка в движении строевым шагом на два счета, в уставном темпе (110—120 шагов в минуту) (5 ч.). Довести до обучающихся порядок выполнения строевых приёмов, провести их разучивание по разделениям.

Тема 3.6. Повороты в движении по разделениям на три счета (5 ч.). Довести до обучающихся порядок выполнения строевых приёмов, провести их разучивание по разделениям.

Тема 3.7. Повороты в движении в комплексе (5 ч.). Тренировать обучающихся в выполнении строевых приёмов.

Тема 3.8. Выполнение воинского приветствия на месте по разделениям на два счета (5 ч.). Довести до обучающихся порядок выполнения строевых приёмов, провести их разучивание по разделениям.

Тема 3.9. Выполнение воинского приветствия на месте в комплексе (4 ч.). Тренировать обучающихся в выполнении строевых приёмов.

Тема 3.10. Выход из строя и возвращение в строй по разделениям (4 ч.). Довести до обучающихся порядок выполнения строевых приёмов, провести их разучивание по разделениям.

Тема 3.11. Подход к начальнику и отход от него (4ч). Тренировать обучающихся в выполнении строевых приёмов.

#### **4.Физическая подготовка. (20 часов)**

Тема 4.1. Определение уровня физических качеств: сила, скоростная сила, ловкость посредством сдачи тестов физической подготовленности (по одному часу в начале учебного года) (5 ч). Приём зачётов для проверки уровня физической подготовки, постановка задач на улучшение результатов: - отжимание от пола; - поднимание туловища из положения лежа на спине; - челночный бег. Выносливость

Тема 4.2. Определение уровня физических качеств: выносливость, силовая посредством сдачи тестов физической подготовленности (по одному часу в конце учебного года) (5 ч). Приём зачётов для проверки уровня физической подготовки,

постановка задач на улучшение результатов: отжимание от пола, поднимание туловища из положения лежа на спине, челночный бег.

Тема 4.3. Круговая тренировка на развитие силы (5 ч). Круговая тренировка. Задействование 2-3 группы мышц. Количество упражнений 2-3, количество повторений 3-4 предназначенных для одной группы мышц, с небольшим интервалом отдыха между подходами. Упражнения педагог подбирает исходя из возможностей материальной базы учебного заведения и физического развития обучающихся.

Тема 4.4. Круговая тренировка на развитие скоростной выносливости (5 ч). Вариант: 1. Прыжки на скамейку с последующим быстрым спрыгиванием. 2. Прыжки «кенгуру». 3. Из положения лежа на животе - руки вверх, прогнуться. 4. Из положения лежа на спине одновременно поднять ноги и туловище. 5. Сидя на скамейке, держась за неё руками, поднимать и опускать прямые ноги, пола не касаться. 6. Из положения стоя бросить набивной мяч (0,5 кг) вверх, присесть, встать и поймать мяч. 7. Отжимания от пола. 8. Из положения руки в стороны, набивной мяч (0,5 кг) в левой руке. Бросить мяч через голову в правую руку и наоборот. Из положения лежа на спине, руки с набивным мячом (0,5-1 кг) вытянуты вперёд, быстро поднимать и опускать руки в исходное положение. Упражнения подбирается исходя из возможностей материальной базы и физического развития обучающихся.

## **5. РХБ защита. (25 часов).**

Тема 5.1. Средства индивидуальной защиты органов дыхания (5 ч). Довести до обучающихся устройство и предназначение средств защиты органов дыхания (респираторы, противогазы, противопыльные тканевые маски и марлевые повязки), средства защиты кожного покрова (защитные костюмы, резиновые сапоги и др.), средства медицинской защиты (индивидуальная аптечка АИ-2, индивидуальный противохимический пакет, пакет перевязочный индивидуальный).

Тема 5.2. Порядок надевания средств индивидуальной защиты органов дыхания (5 ч). Тренировка обучающихся по надеванию противогаза ГП-7.

Тема 5.3. Средства индивидуальной защиты (5 ч). Изучение назначения, комплектации и порядка надевания общевойскового защитного комбинезона.

Тема 5.4. Порядок надевания общевойскового защитного комбинезона (5 ч). Тренировка по надеванию общевойскового защитного комбинезона.

Тема 5.5. Приборы радиационной, химической разведки (5 ч). Изучение назначения, классификации и общего устройство приборов радиационной и химической разведки: индикаторы радиоактивности ДП-63, ДП-63Н, рентгенометры ДП-2 и ДП-3, рентгенометры-радиометры ДП-5 и ДП-5-А.

## **6. Огневая подготовка. (20 часов)**

Тема 6.1. История развития стрелкового оружия (5 ч). Довести до обучающихся историю развития стрелкового оружия, более подробно обратить внимание на стрелковом оружии России.

Тема 6.2. Назначение, боевые свойства, общее устройство и принцип работы автомата Калашникова (5 ч). Довести до обучающихся назначение, боевые свойства, общее устройство и принцип работы автомата Калашникова.

Тема 6.3. Последовательность неполной разборки и сборки после неполной разборки АК-74 (5 ч). Довести до детей последовательность неполной разборка и сборки после неполной разборки автомата. Дать практику обучающимся в неполной разборке и сборки после неполной разборки автомата Калашникова.

Тема 6.4. Порядок снаряжения магазина АК (5 ч). Дать практику обучающимся в снаряжении магазина АК.

### **7. Оказание первой помощи. (20 часов)**

Тема 7.1. Основы оказания первой медицинской помощи (5 ч). Довести до обучающихся общую последовательность действий на месте происшествия. Оказывать первую помощь необходимо в соответствии с «Универсальным алгоритмом оказания первой помощи».

Тема 7.2. Основы оказания первой медицинской помощи (5 ч.). Довести до обучающихся предназначение и порядок проведения искусственной вентиляции лёгких (ИВЛ). Обучить обучающихся проведению ИВЛ.

Тема 7.3. Основы оказания первой медицинской помощи (5 ч). Обучить обучающихся делать непрямой массаж сердца.

Тема 7.4. Правила медицинской помощи при переломах (5 ч). Довести до обучающихся общую классификацию переломов. Проводится на основании степени разрыва (повреждения) кости. Прежде всего, различают полные и неполные переломы, а также открытые и закрытые, со смещением костных обломков и без него. Довести общие признаки, на основании которых у человека предварительно диагностируют перелом: - рука, нога, позвоночник или таз деформированы; - сильная боль в повреждённом месте; - положение конечности выглядит неестественным; - наблюдаются кровоизлияния и отёки.

**8.Итоговое занятие (2 часа)** Показательное занятие для родителей обучающихся по программе «Юнармия (НВП)».

**Учебный план 2 года обучения (2 занятия в неделю по 3 часа)**

| №<br>п/п   | Наименование разделов,<br>блоков, тем                       | Всего<br>час | Количество<br>часов учебных<br>занятий |          | Формы<br>аттестации<br>/ контроля |
|------------|-------------------------------------------------------------|--------------|----------------------------------------|----------|-----------------------------------|
|            |                                                             |              | Теория                                 | Практика |                                   |
| <b>1.</b>  | <b>Исторические и боевые традиции Отечества</b>             | <b>16</b>    |                                        |          |                                   |
| <b>1.1</b> | Общая история войн в России                                 | 2            | 2                                      |          | текущий                           |
| <b>1.2</b> | Россия: итоги первой мировой войны                          | 2            | 2                                      |          | текущий                           |
| <b>1.3</b> | Советский союз: итоги второй мировой войны                  | 2            | 2                                      |          | текущий                           |
| <b>1.4</b> | Россия: специальная военная операция на Украине             | 2            | 2                                      |          | текущий                           |
| <b>1.5</b> | Памятные даты военной истории, Дни воинской славы России    | 2            | 2                                      |          | текущий                           |
| <b>1.6</b> | Основные битва Советской армии: факты и мифы современности  | 2            | 2                                      |          | текущий                           |
| <b>1.7</b> | Освобождение г. Ростова-на-Дону: факты и мифы современности | 2            | 2                                      |          | текущий                           |
| <b>1.8</b> | Викторина по истории и боевым традициям Отечества           | 2            |                                        | 2        |                                   |
| <b>2</b>   | <b>Основы выживания и поведения в автономии</b>             | <b>17</b>    |                                        |          |                                   |
| <b>2.1</b> | Основополагающие принципы выживания человека в природе      | 2            | 2                                      |          | текущий                           |
| <b>2.2</b> | Основы медицинских знаний                                   | 2            | 2                                      |          | текущий                           |
| <b>2.3</b> | Основы здорового образа жизни                               | 2            | 2                                      |          | текущий                           |
| <b>2.4</b> | Безопасность при чрезвычайных                               |              |                                        |          | текущий                           |

|            |                                                                    |           |   |   |         |
|------------|--------------------------------------------------------------------|-----------|---|---|---------|
|            | ситуациях природного характера                                     | 2         | 2 |   |         |
| <b>2.5</b> | Безопасность при чрезвычайных ситуациях техногенного характера     | 2         | 2 |   | текущий |
| <b>2.6</b> | Безопасность в ходе боевых действий                                | 4         | 2 | 2 | текущий |
| <b>2.7</b> | Организация питания и отдыха в полевых условиях                    | 2         |   | 2 | текущий |
| <b>2.8</b> | Мастер-класс юнармейцев для родителей                              | 1         |   | 1 |         |
| <b>3.</b>  | <b>Строевая подготовка</b>                                         | <b>28</b> |   |   |         |
| <b>3.1</b> | Строи и управление ими                                             | 4         | 2 | 2 | текущий |
| <b>3.2</b> | Обязанности командира и юнармейцев перед построением и в строю     | 4         | 2 | 2 | текущий |
| <b>3.3</b> | Строевые приёмы в движении с оружием                               | 4         | 2 | 2 | текущий |
| <b>3.4</b> | Строй юнармейского отряда в пешем порядке                          | 4         | 2 | 2 | текущий |
| <b>3.5</b> | Способы и приёмы передвижения в бою                                | 4         | 2 | 2 | текущий |
| <b>3.6</b> | Положение Государственного флага РФ и юнармейского знамени в строю | 4         | 2 | 2 | текущий |
| <b>3.7</b> | Строевой смотр                                                     | 2         |   | 2 |         |
| <b>4</b>   | <b>Физическая подготовка</b>                                       | <b>18</b> |   |   |         |
| <b>4.1</b> | Положение о ГТО                                                    | 2         | 2 |   | текущий |
| <b>4.2</b> | Комплекс вольных упражнений №1                                     | 2         |   | 2 | текущий |
| <b>4.3</b> | Комплекс вольных упражнений № 2                                    | 2         |   | 2 | текущий |
| <b>4.4</b> | Комплекс вольных упражнений № 3                                    | 2         |   | 2 | текущий |
| <b>4.5</b> | Подтягивание, подъём силой                                         | 2         |   | 2 | текущий |
| <b>4.6</b> | Бег на короткие дистанции                                          | 2         |   | 2 | текущий |

|          |                                                                             |           |   |   |         |
|----------|-----------------------------------------------------------------------------|-----------|---|---|---------|
| 4.7      | Упражнения с тяжестями                                                      | 2         |   | 2 | текущий |
| 4.8      | Приёмы рукопашного боя                                                      | 2         |   | 2 | текущий |
| 4.9      | Проверка и оценка физической подготовленности юнармейцев                    | 2         |   | 2 | текущий |
| <b>5</b> | <b>РХБ защита</b>                                                           | <b>16</b> |   |   |         |
| 5.1      | Основы РХБЗ: Вооружение и средства индивидуальной и коллективной защиты     | 2         | 2 |   | текущий |
| 5.2      | Выполнение норматива по РХБЗ № 1. Надевание противогаза или респиратора     | 2         |   | 2 | текущий |
| 5.3      | Выполнение норматива по РХБЗ № 3А. Надевание ОЗК в виде плаща и противогаза | 2         |   | 2 | текущий |
| 5.4      | Выполнение норматива по РХБЗ № 3А. Надевание ОЗК в виде комбинезона         | 2         |   | 2 | текущий |
| 5.5      | Выполнение норматива № 10. Действия по вспышке ядерного взрыва              | 2         |   | 2 | текущий |
| 5.6      | Выполнение норматива № 11. Действия по сигналу «Радиационная опасность»     | 2         |   | 2 | текущий |
| 5.7      | Выполнение норматива № 12. Действия по сигналу «Химическая тревога»         | 2         |   | 2 | текущий |
| 5.8      | Комплексная тренировка по РХБЗ                                              | 2         |   | 2 | текущий |
| <b>6</b> | <b>Огневая подготовка</b>                                                   | <b>34</b> |   |   |         |
| 6.1      | Современные образцы стрелкового оружия в России и мире                      | 2         | 2 |   | текущий |
| 6.2      | Выполнение упражнения по стрельбе из ПМ на электронном тренажёре            | 2         |   | 2 | текущий |
| 6.3      | Выполнение упражнения по стрельбе из АК-74 на электронном                   | 2         |   | 2 | текущий |

|          |                                                                                               |           |   |   |         |
|----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|---|---|---------|
|          | тренажёре                                                                                     |           |   |   |         |
| 6.4      | Выполнение упражнения по стрельбе из пневматической винтовки на электронном тренажёре         | 2         |   | 2 | текущий |
| 6.5      | Практическое выполнение упражнения по стрельбе из пневматического ПМ                          | 2         |   | 2 | текущий |
| 6.6      | Практическое выполнение упражнения по стрельбе из пневматической винтовки                     | 6         |   | 6 | текущий |
| 6.7.     | Выполнение норматива по разборке, сборке АК-74                                                | 6         |   | 6 | текущий |
| 6.8      | Выполнение норматива по метанию ручных гранат Ф-1 и РГД                                       | 6         |   | 6 | текущий |
| 6.9      | Метание боевого ножа                                                                          | 6         |   | 6 | текущий |
| <b>7</b> | <b>Оказание первой помощи</b>                                                                 | <b>42</b> |   |   |         |
| 7.1      | Методика обучения навыкам оказания первой помощи с использованием отечественной робототехники | 1         | 1 |   | текущий |
| 7.2      | Оказание помощи при остановке кровотечения                                                    | 2         | 1 | 1 | текущий |
| 7.3      | Иммобилизация огнестрельных, осколочных переломов                                             | 2         | 1 | 1 | текущий |
| 7.4      | Оказание помощи при ранении в голову и шею                                                    | 2         | 1 | 1 | текущий |
| 7.5.     | Оказание помощи при проникающем ранении в грудь                                               | 2         | 1 | 1 | текущий |
| 7.6      | Оказание помощи при ранении в живот                                                           | 2         | 1 | 1 | текущий |
| 7.7      | Оказание помощи при термическом поражении                                                     | 2         | 1 | 1 | текущий |
| 7.8      | Безопасные приёмы транспортировки раненных                                                    | 1         |   | 1 | текущий |

|           |                                                                                                 |            |    |    |         |
|-----------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|----|----|---------|
| 7.9       | Комплексная тренировка по выполнению нормативов оказания первой помощи                          | 2          |    | 2  | текущий |
| <b>8.</b> | <b>Автодело</b>                                                                                 | <b>23</b>  |    |    |         |
| 8.1       | Изучение правил дорожного движения                                                              | 10         | 10 |    |         |
| 8.2       | Практическое управление автотранспортным средством с использованием отечественной робототехники | 13         |    | 13 |         |
| <b>9</b>  | <b>Пилотирование БПЛА</b>                                                                       | <b>22</b>  |    |    |         |
| 9.1       | Изучение устройства тренажёра-стимулятора квадрокоптерного типа                                 | 4          | 2  | 2  |         |
| 9.2       | Изучение программного обеспечения тренажёра-стимулятора                                         | 4          | 2  | 2  |         |
| 9.3       | Отработка практических навыков пилотирования БПЛА                                               | 14         |    | 14 |         |
|           | <b>ИТОГО</b>                                                                                    | <b>216</b> |    |    |         |

## Содержание учебного плана 2 года обучения

### 1. Исторические и боевые традиции Отечества (16 часов)

Тема 1.1 Общая история войн в России: Семилетняя война (1756-1763 годы), Отечественная война 1812-1815 года, Первая Мировая Война. (1914-1918 годы), Вторая Мировая Война (1939-1945 годы), Холодная война. (1946-1989 годы).

Тема 1.2 Россия: итоги первой мировой войны. Развал четырех империи: Российская, Австро-Венгерская, Османская, Германская. Значительные потери в людях. Война стала катализатором крупнейших революций, включая Февральскую буржуазную и Октябрьскую социалистическую 1917 года в России, а также Ноябрьскую 1918 года в Германии.

Тема 1.3 Советский союз: итоги второй мировой войны. Вторая мировая война - война двух мировых военно-политических коалиций, ставшая крупнейшим вооружённым конфликтом в истории человечества. В этой войне участвовали 62 государства из 74 существовавших на тот момент. Огромные людские потери (около 70 млн), колоссальные материальные затраты (4 трлн долларов), многочисленные разрушения (десятки тысяч городов). Усиление роли в мировой политике (одно из двух государств – новых

мировых лидеров). Серьёзное влияние на ряд освобождённых стран (Восточная Германия, Польша, Болгария, Чехословакия, Венгрия). Расширение территории. Совершенствование военного производства, армии. Начало холодной войны

Тема 1.4 Россия: специальная военная операция на Украине. Цели специальной военной операции включают демилитаризацию и денацификацию Украины. Демилитаризация подразумевает уничтожение военной инфраструктуры, которая может представлять угрозу для России. Денацификацию Украины - полный запрет на ее территории любых неонацистских движений на государственном уровне.

Тема 1.5 Памятные даты военной истории, Дни воинской славы России;

27 января - День полного освобождения Ленинграда от фашистской блокады (1944);

2 февраля - День разгрома советскими войсками немецко-фашистских войск в Сталинградской битве (1943);

23 февраля - День защитника Отечества;

18 апреля - День победы русских воинов князя Александра Невского над немецкими рыцарями на Чудском озере (Ледовое побоище, 1242);

9 мая - День Победы советского народа в Великой Отечественной войне (1945);

7 июля - День победы русского флота над турецким флотом в Чесменском сражении (1770);

10 июля - День победы русской армии под командованием Петра I над шведами в Полтавском сражении (1709);

9 августа - День первой в российской истории морской победы русского флота под командованием Петра Первого над шведами у мыса Гангут (1714);

9 августа - День окончания Ленинградской битвы под командованием Карельским фронтом Кирилла Мерецкова (1944);

23 августа - День разгрома советскими войсками немецко-фашистских войск в Курской битве (1943);

8 сентября - День Бородинского сражения русской армии под командованием М. И. Кутузова с французской армией (1812);

11 сентября - День победы русской эскадры под командованием Ф. Ф. Ушакова над турецким флотом у мыса Тендра (1790);

21 сентября - День победы русских полков в Куликовской битве (1380);

4 ноября - День народного единства (в честь освобождения Москвы от польских интервентов в 1612 году);

1 декабря - День победы русской эскадры под командованием П. С. Нахимова над турецкой эскадрой у мыса Синоп (1853);

5 декабря - День начала контрнаступления советских войск против немецко-фашистских войск в битве под Москвой (1941);

24 декабря - День взятия турецкой крепости Измаил русскими войсками под командованием А. В. Суворова (1790).

Тема 1.6 Основные битва Советской армии в ВОВ: факты и мифы современности.

Тема 1.7 Освобождение г. Ростова-на-Дону: факты и мифы современности.

Тема 1.8 Викторина по истории и боевым традициям Отечества.

## **2. Основы выживания и поведения в автономии (17 часов)**

Тема 2.1 Основополагающие принципы выживания человека в природе. Целесообразные действия, направленные на сохранение жизни, здоровья и работоспособности в условиях автономного существования. Преодоления психических стрессов, проявлении изобретательности и находчивости, в эффективном использовании аварийного снаряжения и подручных средств, в обеспечении потребностей организма в пище и воде.

Тема 2.2 Основы медицинских знаний. Наиболее важные аспекты строения человеческого организма, функционирования отдельных его органов и систем и применение этих знаний в повседневной жизни в целях соблюдения нормального режима труда и отдыха, необходимых санитарно-гигиенических правил для предупреждения заболеваний организма и умения оказывать само- и взаимопомощь при травмах, повреждениях и неотложных состояниях.

Тема 2.3 Основы здорового образа жизни. Свод проверенных и отобранных временем и практикой норм и правил жизнедеятельности, нацеленных на то, чтобы человек:

- умел высокоэффективно и экономично трудиться, рационально расходовать свои силы, знания и энергию в процессе своей профессиональной, общественно-полезной деятельности;
- владел знаниями, умениями и навыками восстановления и оздоровления организма после напряжённого труда;
- постоянно углублял свои нравственные убеждения, духовно обогащался, развивал и совершенствовал свои физические качества и способности;
- самостоятельно поддерживал и укреплял своё здоровье.

Тема 2.4 Безопасность при чрезвычайных ситуациях природного характера. Геологические, гидрологические, метеорологические, природные пожары, биологические, экологические.

Тема 2.5 Безопасность при чрезвычайных ситуациях техногенного характера. Радиационные, химические, пожарные, взрывные, гидродинамические, транспортные, коммунально-энергетические.

Тема 2.6 Безопасность в ходе боевых действий. В ходе мероприятий территориальной обороны, в районах боевых действий.

Тема 2.7 Организация питания и отдыха в полевых условиях. Соблюдение санитарных норм, использование специального оборудования и учёт особенностей местности.

Тема 2.8 Мастер-класс юнармейцев для родителей.

### **3. Строевая подготовка (28 часов)**

Тема 3.1 Строи и управление ими. Одношереножный и двухшереножный.

Тема 3.2 Обязанности командира и юнармейцев перед построением и в строю. Изучение обязанностей.

Тема 3.3 Строевые приёмы в движении с оружием. Отработка строевых приёмов.

Тема 3.4 Строй юнармейского отряда в пешем порядке. Отработка строевых приёмов.

Тема 3.5 Способы и приёмы передвижения в бою. Перебежки и переползание.

Тема 3.6 Положение Государственного флага РФ и юнармейского знамени в строю.

Тема 3.7 Строевой смотр. Контрольное занятие по вышеуказанной тематике.

### **4. Физическая подготовка (18 часов)**

Тема 4.1 Положение о ГТО. Изучение положения.

Тема 4.2 Комплекс вольных упражнений № 1. Тренировка в выполнении КВУ № 1.

Тема 4.3 Комплекс вольных упражнений № 2. Тренировка в выполнении КВУ № 2.

Тема 4.4 Комплекс вольных упражнений № 3. Тренировка в выполнении КВУ № 3.

Тема 4.5 Подтягивание, подъём силой. Тренировка в подтягивании на перекладине на количество раз.

Тема 4.6 Бег на короткие дистанции. Тренировка в беге с высокого (низкого) стартов на 100 м., челночный бег, эстафета.

Тема 4.7 Упражнения с тяжестями. Тренировки с гантелями, подъём гирь 10 и 16 кг. на количество раз, упражнения со штангой.

Тема 4.8 Приёмы рукопашного боя. Защита от нападения с ножом, пистолетом, захват и удержание нападающего.

Тема 4.9 Проверка и оценка физической подготовленности юнармейцев.

### **5. РХБ защита (16 часов).**

Тема 5.1 Основы РХБЗ: Вооружение и средства индивидуальной и коллективной защиты.

Тема 5.2 Выполнение норматива по РХБЗ № 1. Надевание противогаза или респиратора.

Тема 5.3 Выполнение норматива по РХБЗ № 3А. Надевание ОЗК в виде плаща и противогаза.

Тема 5.4 Выполнение норматива по РХБЗ № 3А. Надевание ОЗК в виде комбинезона.

Тема 5.5 Выполнение норматива № 10. Действия по вспышке ядерного взрыва.

Тема 5.6 Выполнение норматива № 11. Действия по сигналу «Радиационная опасность».

Тема 5.7 Выполнение норматива № 12. Действия по сигналу «Химическая тревога».

Тема 5.8 Комплексная тренировка по РХБЗ.

## **6. Огневая подготовка (34 часа)**

Тема 6.1. Современные образцы стрелкового оружия в России и мире. Довести до обучающихся историю развития стрелкового оружия, более подробно обратить внимание на стрелковом оружии России.

Тема 6.2. Выполнение упражнения по стрельбе из ПМ на электронном тренажёре. Обучение приёмам прицеливания и производства выстрела, корректировки стрельбы.

Тема 6.3 Выполнение упражнения по стрельбе из АК-74 на электронном тренажёре. Обучение приёмам прицеливания и производства выстрела, корректировки стрельбы.

Тема 6.4 Выполнение упражнения по стрельбе из пневматической винтовки на электронном тренажёре. Обучение приёмам прицеливания и производства выстрела, корректировки стрельбы.

Тема 6.5 Практическое выполнение упражнения по стрельбе из пневматического ПМ. Обучение приёмам прицеливания и производства выстрела, корректировки стрельбы.

Тема 6.6 Практическое выполнение упражнения по стрельбе из пневматической винтовки. Обучение приёмам прицеливания и производства выстрела, корректировки стрельбы.

Тема 6.7 Выполнение норматива по разборке, сборке АК-74. Довести последовательность неполной разборки и сборки после неполной разборки автомата. Дать практику обучающимся в неполной разборке и сборки после неполной разборки автомата Калашникова. Дать практику обучающимся в снаряжении магазина АК.

Тема 6.8 Выполнение норматива по метанию ручных гранат Ф-1 и РГД. Обучение метанию ручных гранат на точность и на дальность попадания в траншею противника.

Тема 6.9 Метание боевого ножа. Обучение практики метания боевого ножа по ростовой фигуре мишени на точность и дальность.

## **7. Оказание первой помощи (42 часа)**

Тема 7.1. Методика обучения навыкам оказания первой помощи с использованием отечественной робототехники. Изучение и освоение методики.

Тема 7.2 Оказание помощи при остановке кровотечения. Обучение выбору адекватного способа остановки кровотечения.

Тема 7.3 Иммобилизация огнестрельных, осколочных переломов. Обучение аутоиммобилизации медицинскими косынками.

Тема 7.4 Оказание помощи при ранении в голову и шею. Обучение вариантам раневого канала.

Тема 7.5 Оказание помощи при проникающем ранении в грудь. Непроницающее и проникающее ранения с использованием чистой повязки.

Тема 7.6 Оказание помощи при ранении в живот. Обучение практики оказания помощи раненому. Порядок первоочередной эвакуации.

Тема 7.7 Оказание помощи при термическом поражении. Обучение способам прекращения горения методом изолирования горящего обмундирования от окислителя.

Тема 7.8 Безопасные приёмы транспортировки раненных. Обучение приёмам при помощи медицинских носилок, волокуш и плащ-палаток, верёвок, строп и одним человеком на себе.

Тема 7.9 Комплексная тренировка по выполнению нормативов оказания первой помощи.

## **8. Автодело (23 часа)**

Тема 8.1 Изучение правил дорожного движения. Дорожные знаки: предупреждающие, приоритета, запрещающие, информационные, особого предписания, информационные.

Тема 8.2 Приобретение навыков практического управления автотранспортными средствами в разных ситуациях дорожного движения: в городской черте, на автодорожной трассе, в поле, в лесу, в горах, в условиях непогоды.

## **9. Пилотирование БПЛА (22 часа)**

Тема 9.1 Изучение устройства тренажёра-стимулятора квадрокоптерного типа. Устройство отображения индивидуального обучения, модуль приемника, пульт управления, ноутбук, очки, кабеля, антенны. (4 часа)

Тема 9.2 Изучение программного обеспечения. Модель виртуальной реальности, визуализация сцен и локаций, звуковые эффекты.

**Итоговое занятие (2 часа)** Показательное занятие для родителей юнармейцев, обучающихся по программе «Юнармия (НВП)».

## 1.4. Планируемые результаты

### **Личностные результаты:**

- ~ осознанное отношение к национальным базовым ценностям, России, своему народу, своему краю, отечественному культурно-историческому наследию, государственной символике, законам РФ, русскому и родному языку, народным традициям, старшему поколению;
- ~ понимание и осознание моральных норм и правил нравственного поведения, в том числе этических норм взаимоотношений в семье, между поколениями, носителями разных убеждений, представителями различных социальных групп;
- ~ положительный опыт взаимодействия со сверстниками, старшим поколением и младшими детьми в соответствии с общепринятыми нравственными нормами;
- ~ осознание влияния негативных факторов на здоровье каждого человека, группы людей, сообщества в целом;
- ~ освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;
- ~ потребность заниматься физической культурой и спортом, вести активный образ жизни.

### **Метапредметные результаты:**

Обучающиеся сформируют и разовьют умения.

#### ***Регулятивные:***

- ~ определять цель своей деятельности на основе имеющихся условий и планировать пути достижения;
- ~ адекватно оценивать свою деятельность, при необходимости вносить коррективы;
- ~ находить достаточные средства для решения учебных задач;

#### ***Познавательные:***

- ~ делать выводы, устанавливать причинно-следственные связи на основе полученной информации о времени, эпохе при знакомстве с работами известных военных конструкторов и действий полководцев;
- ~ организовывать проектно-исследовательскую деятельность;
- ~ находить самостоятельно требуемую информацию, ориентироваться в информации, устанавливать взаимосвязи между событиями и явлениями;
- ~ объяснять содержание и формы современных внутригосударственных и международных событий, выявлять причинно-следственные связи;
- ~ овладевать культурой активного использования печатных изданий и интернет ресурсами.

#### ***Коммуникативные:***

- ~ организовывать сотрудничество и совместную деятельность с педагогом и сверстниками в отряде;
- ~ работать индивидуально, в группе и в коллективе для решения поставленной задачи;
- ~ осуществлять поиск и оценку альтернативных способов разрешения конфликтов, договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности;
- ~ адекватно использовать личностный потенциал;
- ~ соблюдать нормы публичного поведения и речи в процессе выступления.

### **Предметные результаты:**

Обучающиеся научатся:

- ~ использовать элементарные теоретические знания по истории техники и вооружения;
- ~ использовать знания о назначении, организации и основных задачах, выполняемых Вооруженными Силами Российской Федерации, в построении маршрута получения профессионального образования;
- ~ оперироваться в основных понятиях в области обороны государства;
- ~ описывать порядок подготовки граждан к военной службе;
  - порядок призыва и поступления, прохождения военной службы по призыву, контракту и гражданской службы;
- ~ производить неполную и полную разборку стрелкового оружия, приведения его к бою, его чистку и смазку, снаряжать магазин патронами;
- ~ соблюдать правила и выполнять приёмы стрельбы из пневматического оружия;
- ~ правильно выполнять команды в строю и строевые приёмы;
- ~ описывать основные виды чрезвычайных ситуаций и их последствия;
- ~ характеризовать способы защиты от оружия массового поражения;
- ~ пользоваться индивидуальными средствами защиты;
  - применять первичные средства пожаротушения;
- ~ правильно действовать в чрезвычайных ситуациях;
- ~ знать основы выживания в условиях вынужденной автономии;
- ~ характеризовать порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим;
- ~ оказывать первую помощь пострадавшим;
- ~ характеризовать влияние физических упражнений на различные органы и системы организма;
- ~ определять уровень развития своих физических качеств;
  - совершенствовать свои психические процессы и качества, помогающие овладению высоким уровнем психологической устойчивости, технического и

тактического мастерства, коррекции отдельных недостатков психико-физиологической подготовленности;

- умение приобщаться к новому социальному опыту с использованием материалов по популяризации военного дела и здорового образа жизни.

**Юнармеец получит возможность научиться:**

~ приводить примеры применения различных типов вооружения и военной техники в войнах и конфликтах различных исторических периодов, проследивать их эволюцию;

~ описывать работу частей и механизмов стрелкового оружия при стрельбе;

~ выполнять нормативы неполной разборки и сборки автомата Калашникова;

~ описывать порядок работы с приборами радиационной и химической разведки и дозиметрического контроля;

~ выполнять нормативы надевания противогаза, респиратора и общевойскового защитного комплекта (ОЗК);

~ проектировать повышение уровня собственной физической подготовленности.

## **II. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ**

### **2.1. Календарный учебный график**

| Год обучения   | Количество учебных часов в году | Количество учебных недель | Количество часов в неделю | Дата начала и дата окончания занятий |
|----------------|---------------------------------|---------------------------|---------------------------|--------------------------------------|
| 1 год обучения | 216                             | 36                        | 6                         | с 01.09. по 31.05                    |
| 2 год обучения | 216                             | 36                        | 6                         | с 01.09. по 31.05                    |
| Итого          | 432                             | 72                        | 12                        |                                      |

В летний период детское объединение может:

- работать по культурно-досуговой программе (учебно-тематическому плану) на летний период, дополнительной общеразвивающей программе, краткосрочным дополнительным программам «Лето» и «Разноцветное лето»;

- организовывать работу в рамках профильной смены по направлению деятельности;

- обеспечивать компенсацию программного материала в случае потери учебного времени и др.

## **2.2 Условия реализации программы**

### **Учебно-методическое обеспечение**

**Методы обучения:** словесный, наглядный, познавательных игр, учебных дискуссий, проблемно-поисковый.

**Методы организации и проведения занятия:** фронтальный метод, посменный метод, круговой метод, индивидуальный метод, поточный метод.

### **Образовательные технологии:**

- ~ технология использования в обучении игровых методов: ролевых, деловых, и других видов обучающих игр;
- ~ обучение в сотрудничестве;
- ~ информационно-коммуникационные технологии;
- ~ здоровьесберегающие технологии.

### **Формы занятий**

Традиционные формы организации деятельности учащихся в рамках реализации программы: лекция, беседа, семинар, игра, дискуссия, тренировка, практическая работа, самостоятельная работа.

### **Нетрадиционные формы организации учебной деятельности:**

- ~ самостоятельная подготовка;
- ~ показательное занятие;
- ~ инструктаж (инструктивное занятие);
- ~ тактическое (тактико-специальное) занятие;
- ~ инструкторско-методическое занятие;
- ~ полевая поездка, полевой выход.

### **Материально-техническое обеспечение**

#### **Оборудование и приборы**

1. Комплект видеофильмов по тематике обучения.
2. Комплект слайдов по темам обучения.
3. Комплект плакатов «Оказание первой медицинской помощи».
4. Винтовка пневматическая МР-512.
5. Макет автомата Калашников для разборки-сборки, магазин АК с патронами.
6. Мишени.
7. Фильтрующие противогазы ГП-7, ОЗК, ватно-марлевые повязки.
8. Карты для ориентирования.

9. Компас.
10. Курвиметр.
11. Аптечка первой медицинской помощи, шины, робот-тренажер «Гоша».
12. Маты гимнастические.
13. Нестандартное гимнастическое оборудование.
14. Секундомер.
15. Скамейки гимнастические.
16. Фишки разметочные.
17. Персональный компьютер.
18. Мультимедийный проектор, настенный экран.
19. Веревки.

**Кадровое обеспечение.** Программу может преподавать педагог дополнительного образования, отвечающий профессиональному стандарту «Педагог дополнительного образования детей и взрослых», утвержденному приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22 сентября 2021 г. N 652н. и квалификационным требованиям, указанным в квалификационных справочниках, и (или) профессиональным стандартам (ФЗ №273 ст.46, ч.1).

Помещение для обучения: учебный кабинет, оснащенный доступом в Интернет.

### **2.3. Методическое обеспечение**

При подготовке к занятиям и для самообразования используются материалы:

- Методическая папка «В помощь педагогу НВП»;
- Видео-материалы по дисциплинам НВП ;
- Электронный учебно-методический материал по тематике предметов;
- Методические пособия программ состязаний: Юнармейские марши, юный и меткий стрелок.

#### **Принципы работы:**

Принцип взаимодействия: позитивных и результативных взаимоотношений обучающихся, педагога.

Принцип целостности, структурированности, упорядоченности, непрерывности образовательного процесса.

Принцип активности, открытости и доступности информационной образовательной среды для участников образовательного процесса.

Принцип личностно-ориентированного подхода к каждому ребенку.

Принцип объективности.

Принцип сознательности, самореализации, саморазвития обучающихся.

Принцип взаимосвязи обучения и воспитания.

### **Методы работы:**

**Дифференцированное обучение.** Педагог излагает новый материал всем обучающимся одинаково, а для практической деятельности предлагает работу разного уровня сложности (в зависимости от возраста, способностей, уровня подготовки каждого обучающегося).

**Проблемное обучение.** Применяя этот метод, педагог не даёт детям готовых знаний и умений, а ставит перед ними проблему (лучше всего реальную и максимально связанную с повседневной жизнью детей). Учебная деятельность строится как поиск решения этой проблемы, в ходе чего дети сами получают необходимые теоретические знания и практические умения и навыки.

**Проектная деятельность.** В ходе реализации проекта, обучающиеся сами формируют и находят необходимые теоретические обоснования, выполняют практическую работу, подводят итоги и защищают проект.

**Развитие тактического мышления** через разработку и составление тактических вариантов и творческих заданий, моделирование игры соперника, просмотры кинофильмов, видеозаписей, анализ проведённой тренировочной работы, составление индивидуальных и командных планов, заданий по тактическим действиям.

**Воспитание морально-волевых качеств** личности обучающегося и эмоциональной устойчивости через личный пример педагога, разъяснение, убеждение, побуждение к деятельности, поощрение, поручение, обсуждение.

**Макетное моделирование действий.** Например, в тактической подготовке разыгрывают различные тактические варианты возможных действий в предстоящих соревнованиях на макете реального игрового поля, на котором цветными фишками представлены игроки своей и чужой команды.

### **Педагогические технологии.**

**Технология поэтапного формирования умственных действий.**

**Технология развивающего обучения,** элементы технологии развития креативного мышления.

**Игровые технологии.** Делают учебный процесс более интересным и увлекательным, что повышает мотивацию к занятиям.

**Проблемное обучение.** Стимулирует самостоятельную деятельность, развивает творческое мышление и способность решать проблемы.

**Личностно-ориентированное обучение.** Направлено на развитие личности ребенка, его индивидуальных качеств и потенциала.

**Кейс-метод.** Помогает развить навыки анализа и решения проблемных ситуаций, которые могут возникнуть в ходе занятий.

**Психологические технологии.** Позволяют юнармейцам повысить стрессоустойчивость, концентрацию внимания, мотивацию к достижениям. На занятиях используются **методы активного обучения**: беседа с заранее запланированными ошибками (беседа-провокация), беседа с разбором конкретных ситуаций, мозговой штурм, игры.

**Рекомендации по проведению практических, контрольных, показательных занятий и соревнований.**

Рекомендации по подготовке к первым показательным, контрольным занятиям и соревнованиям с положительной эмоциональной окраской. Исключение метода «естественного отбора» для дальнейшего продолжения обучения юнармейца.

Обязательный инструктаж по правилам, технике безопасности, трудностях, с которыми можно столкнуться, необходимом оборудовании и экипировке для участия.

Проведение интенсивной разминки, как общей, так и индивидуальной, обучение приемам саморегуляции в случае возникновения неблагоприятных психических состояний увеличивать количество резких движений.

Выполнение дыхательных упражнений. Медленное глубокое дыхание или техника брюшного дыхания.

Идеомоторная тренировка - визуализации возможных действий, применение методик релаксации.

Концентрация внимания. Позволяет обучающемуся сфокусироваться на задаче и избежать отвлекающих факторов. Он может использовать методы концентрации внимания на какой-то точке, чтобы сосредоточить свое внимание на задаче. Это может включать в себя проведение специальных тренировок на развитие психологических навыков, обсуждение стратегии и тактики ведения занятий и соревнований, а также постоянный мониторинг и корректировку психологического состояния.

Занятия с психологом с использованием различных инструментов, разбора психологических состояний с использованием психологических методик, таких как позитивное мышление, анализа ошибок, извлечения уроков из своих неудач с целью улучшения своей подготовки к будущим занятиям и соревнованиям.

Поддержка окружающих, чтобы ощущать свою значимость и чувствовать себя уверенно в ходе контрольных занятий и соревнований со стороны педагога, друзей и семьи.

Мотивация. Установка на цель и способов к ее достижению. Рефлексия и самооценка.

Самоконтроль. Контроль за своими эмоциями и отвлекающими мыслями и оставаться сфокусированным на задаче.

Техника контроля эмоций и стрессоустойчивости является ключевой психологической методикой в системе подготовки юнармейцев. Она помогает юнармейцу управлять своими эмоциями и стрессом во время занятий и соревнований, повышает его психологическую устойчивость.

Основные этапы техники контроля эмоций и стрессоустойчивости:

- осознание эмоций. Обучающийся должен осознавать свои эмоции и уметь определить, какие эмоции помогают ему достигать лучших результатов, а какие мешают.

- управление эмоциями. Методы: переоценка ситуации, принятие эмоций или замена отрицательных мыслей на позитивные.

- приобретение навыка стрессоустойчивости. Методы: расслабление, концентрация внимания, позитивное мышление и наработка практики эмоционального регулирования.

**Дидактический материал.** Картотека подвижных игр и эстафет: игры на совершенствование навыков бега, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве, метаний на дальность и точность, умений в ловле, бросках «Салки» «Пятнашки», «Невод», «Метко в цель», «Подвижная цель», «Эстафета с бегом», «Эстафета с прыжками», «Перестрелка».

## **2.4 Формы аттестации**

**Формы подведения итогов реализации программы:** педагогический мониторинг, анкетирование, проводится в конце года обучения.

**Формы проведения текущего контроля:** педагогическое наблюдение, проводится в течение года.

## **2.5 Диагностический инструментарий (оценочные материалы)**

Оценка образовательных результатов обучающихся по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Юнармия. НВП» носит вариативный характер. Инструменты оценки достижений детей способствуют росту их самооценки и познавательных интересов в дополнительном образовании.

Итоговый мониторинг проводится с целью установления соответствия результатов освоения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы заявленным целям и планируемым результатам обучения.

В программе используются следующие методы отслеживания результативности: педагогическое наблюдение, педагогическая диагностика, педагогический анализ.

По результатам диагностики составляются аналитические справки. Для подведения итогов работы по программе используются конкурсы, открытые занятия (Приложение 1).

## **2.6. Рабочая программа воспитания Календарный план воспитательной работы**

**Цель воспитательного процесса: формирование всесторонне развитой, гармоничной личности** посредством накопления суммы знаний, умений и навыков, формирования набора качеств, требуемых для ориентации на здоровый образ жизни, жизнедеятельности и продолжения образования.

### **Задачи воспитательного процесса:**

- удовлетворение индивидуальных потребностей обучающихся в физическом развитии и занятиях физической культурой и спортом;
- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни;
- духовно-нравственное, гражданско-патриотическое, военно -патриотическое, трудовое воспитание обучающихся;
- создание и обеспечение необходимых условий для личностного развития, профессионального самоопределения и творческого труда обучающихся;
- социализация и адаптация обучающихся в жизни общества;
- формирование общей культуры обучающихся;
- поддержка детских инициатив, направленных на социально значимый результат;
- реализация потенциала тренеров-преподавателей в воспитании обучающихся, укрепление коллективных ценностей в педагогическом сообществе.

### **Приоритетные направления воспитания:**

- **гражданское и патриотическое воспитание:** формирование у детей целостного мировоззрения, российской идентичности, уважения к семье, обществу, государству;
- **физическое развитие и культура здоровья:** формирование элементарных представлений в области физической культуры, здоровья и безопасного образа жизни;

- **духовно-нравственное воспитание:** развитие в детской среде ответственности и выбора, принципов коллективизма и солидарности, духа милосердия и сострадания, привычки заботиться о детях и взрослых, испытывающих жизненные трудности;

- **трудовое воспитание и профессиональное самоопределение:** создание условий для развития способностей детей в сферах образования, науки, культуры и спорта.

### **Формы воспитательных мероприятий**

Тематические классные часы: проведение занятий на определенные темы (например, патриотизм, экология, дружба). Можно использовать интерактивные элементы, дискуссии, вопросы и ответы.

Групповые и командные игры: ролевые, деловые и психологические игры, командные соревнования и квесты, развивающие навыки взаимодействия и сотрудничества.

Экскурсии и выездные мероприятия: посещение музеев, выставок, памятников культуры, взаимодействие с природой на экскурсиях.

Круглые столы и конференции: обсуждение актуальных проблем, выработка совместных решений, приглашение специалистов, экспертов для обмена мнениями.

Волонтерские акции: участие в благотворительных мероприятиях, помощь в социальных проектах, организация мероприятий по защите окружающей среды.

Творческие мастер-классы: занятия детским прикладным творчеством, творческие проекты.

Спортивные соревнования: проведение спортивных турниров и фестивалей, разнообразные спортивные и подвижные игры, направленные на развитие командного духа.

### **Технологии проведения воспитательных мероприятий:**

- интерактивные технологии: использование методов активного обучения, работа в малых группах, мозговые штурмы, применение презентаций, видеоматериалов;

- игровые технологии: ролевые игры, деловые игры, симуляции различных жизненных ситуаций, игры на командообразование и развитие лидерских качеств; проектная деятельность;

- организация коллективных проектов на социальные, экологические или культурные темы, поиск и реализация идей, создание презентаций и отчетов по результатам проектов.

### **Методы воспитательного взаимодействия:**

Словесные методы

Объяснение: передача информации, разъяснение норм и правил поведения, объяснение значимости определённых действий или моральных выборов.

Беседа: прямое общение с детьми, обсуждение различных тем, ответ на вопросы, создание диалога.

Диспуты и обсуждения: стимулирование аналитического мышления и критического отношения к информации через обсуждение спорных вопросов и проблем.

Наглядные методы: показ моделей поведения, норм, ценностей через примеры и образцы.

Иллюстрация: использование фотографий, рисунков, кинофильмов, презентаций, чтобы сделать информацию более доступной и понятной

Практические методы: использование ролевых, настольных или спортивных игр для формирования коммуникационных навыков и командного духа. Проектная деятельность: совместная работа над проектами, которые предполагают исследование, создание чего-то нового и применение знаний на практике.

Творческие занятия: Рисование, музыка, театрализованные представления, которые помогают детям выразить свои чувства и мысли.

Эмоциональные методы: личный пример подражания: педагог выступает ролевой моделью, показывая желаемое поведение и ценности.

Создание положительной атмосферы: формирование доверительной, дружелюбной и поддерживающей обстановки для обеспечения открытости детей.

Патриотическое воспитание: использование историй, праздников и культурных мероприятий для формирования чувства гордости и принадлежности к своей стране и культуре.

Социальные методы: групповая работа: объединение детей в группы для достижения общих целей, что развивает навыки сотрудничества и взаимопомощи.

Психологические методы: обучение детей управлению своими эмоциями, развитием навыков самоконтроля и стрессоустойчивости. - Индивидуальная работа с детьми для развития их потенциала, поддержки их стремлений и целей.

Социальные сети и форумы: создание онлайн-сообществ для обмена опытом и поддержания общения между участниками.

### **Работа с родителями.**

Целью взаимодействия с родителями является: установление заинтересованного диалога и сотрудничества, перерастающего в активную помощь, направленную на обеспечение главной функции воспитательной системы – развитость, целостность личности обучающегося.

Одна из задач деятельности педагога – установление партнерских отношений с родителями ради успешности конкретного ребёнка, как залог успешности воспитания.

Основным направлением работы с семьёй являются: родительские собрания, включение родителей в различные виды деятельности.

#### **Тематика проведения родительских собраний:**

- организационное родительское собрание: знакомство с объединением, его традициями, местом занятий, требования и правила посещения объединения;
- здоровый образ жизни – гигиена учебной деятельности: питание, профилактика заболеваний, режим дня, сон и отдых;
- адаптация к спортивному режиму жизни. Роль семьи в воспитании здорового ребёнка;

Направления взаимодействия педагога с родителями: сопровождение детей на мероприятия (соревнования, праздники).

#### **Планируемые результаты**

- укрепление физического, психологического и духовного здоровья обучающихся;
- повышение социальной активности и заинтересованности обучающихся;
- формирование мотивов положительной социализации личности, повышения самооценки, адаптация в обществе в целом;
- нормализация и регуляция взаимоотношений педагогов и обучающихся, обучающихся со сверстниками;
- профилактика асоциального поведения;
- социально-ориентированное, адекватное поведение в образовательном учреждении, социуме;
- популяризация здорового образа жизни.

### **Календарный план воспитательной работы**

| <b>№ п/п</b> | <b>Название мероприятия, события</b>                         | <b>Цель</b>             | <b>Краткое содержание</b>          | <b>Форма проведения</b> | <b>Сроки проведения</b> | <b>Ответственные</b> |
|--------------|--------------------------------------------------------------|-------------------------|------------------------------------|-------------------------|-------------------------|----------------------|
| 1            | Месячник безопасности дорожного движения<br>«Внимание, дети» | Безопасность юнармейцев | Изучение правил дорожного движения | Практическое занятие    | сентябрь                | педагог              |

|   |                                                                                                                       |                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                     |            |          |         |
|---|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|----------|---------|
| 2 | Беседа<br>«Составление<br>индивидуально-<br>го режима дня»                                                            | Обучение<br>планированию<br>своего<br>личное<br>время,<br>опираясь<br>на<br>собственный<br>режим дня | Формирование<br>знаний о режиме<br>дня, привитие<br>навыков<br>умения планировать<br>свой день, понятие об<br>ответственном<br>отношении к<br>своему здоровью.<br>Составление<br>личного режима дня | Беседа     | сентябрь | педагог |
| 3 | Видеопросмотр<br>«Акция памяти<br>жертв Беслана»                                                                      | Нравствен-<br>ность и<br>патриотизм                                                                  | Участие в<br>проведения дня<br>солидарности в<br>борьбе с<br>терроризмом                                                                                                                            | Обсуждение | сентябрь | педагог |
| 4 | Культурно-<br>просветительско<br>е<br>путешествие по<br>местам города,<br>посвящённое<br>Дню<br>г.Ростова-на-<br>Дону | Воспитание<br>уважения к<br>своему<br>городу,<br>любви к<br>Родине<br>и гордости за<br>неё           | Видео-экскурсия<br>«Ростов-город,<br>Ростов-Дон»                                                                                                                                                    | Поход      | сентябрь | педагог |
| 5 | Беседа «Роль<br>двигательной<br>активности»                                                                           | Формирован<br>ие понятия о<br>важности<br>физической<br>активности<br>для<br>укрепления<br>здоровья  | Формы двигательной<br>активности,<br>основные средства<br>развития<br>двигательных<br>навыков, утренняя<br>гимнастика                                                                               | Беседа     | октябрь  | педагог |
| 6 | Тематический<br>утренник «Гордо<br>реет флаг<br>Российский»                                                           | Воспитание<br>любви к<br>своей<br>Родине,<br>чувства<br>гордости за<br>свою страну                   | Торжественная часть,<br>мини-<br>концерт, эстафеты                                                                                                                                                  | Утренник   | ноябрь   | педагог |

|    |                                                                                |                                                                                    |                                                                                                                                 |                      |         |                             |
|----|--------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|---------|-----------------------------|
| 7  | Беседа<br>«Внешний вид и культура человека. Гигиенические требования к одежде» | Изучение адаптационные и резервные возможности человека в аспектах занятий спортом | Выбор одежды по фактуре и качеству ткани. Гигиенические требования к одежде                                                     | Беседа               | ноябрь  | педагог                     |
| 8  | Конкурс по выпуску Боевого листка, посвященного Дню народного единства         | Закрепить полученные навыки. Воспитание чувства гордости за свою страну            | Оформление боевого листка                                                                                                       | Практическое занятие | ноябрь  | педагог                     |
| 9  | Практикум «Резервные и адаптивные возможности организма»                       | Воспитание воли, спортивного характера                                             | Комплекс общеразвивающих упражнений, физкультминуток, гимнастик для развития физической активности, викторины, загадки, ребусы. | Беседа               | ноябрь  | педагог                     |
| 10 | Акция «Примите наши поздравления»                                              | Воспитание любви и уважения к своей матери                                         | Торжественная часть, мини-концерт, эстафеты                                                                                     | Показные занятия     | ноябрь  | педагог                     |
| 11 | Видеосюжет Ко Дню неизвестного солдата                                         | Воспитание патриотического долга и памяти                                          | Видеопросмотр материала                                                                                                         | Беседа               | декабрь | педагог                     |
| 12 | Оформление помещений к празднику «Новый год у ворот»                           | Общекультурное воспитание                                                          | Елка, украшения, мишура                                                                                                         | Практическое занятие | декабрь | педагог, родительский актив |
| 13 | Праздничная программа «Новый год»                                              | Общекультурное воспитание                                                          | Торжественная часть, концерт                                                                                                    | Зимний балл-маскарад | декабрь | педагог                     |

|    |                                                                            |                                                                                                     |                                       |                              |         |         |
|----|----------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|------------------------------|---------|---------|
| 14 | Конкурс отцов «Мой папа – защитник» посвященный Дню защитника Отечества    | Воспитание уважения к защитникам Отечества, гордости за свою семью                                  | Показные занятия                      | Игровая программа            | февраль | педагог |
| 15 | Акция «Покорми птиц зимой»                                                 | Общекультурное воспитание                                                                           | Изготовление кормушек                 | Практическое занятие         | февраль | педагог |
| 16 | Соревнования «А ну ка, девочки», посвященные международному у женскому Дню | Формирование эстетического вкуса, творческого потенциала, культурного отношения к себе и окружающим | Шуточные эстафеты, мини-концерт       | Спортивно-игровая эстафета   | март    | педагог |
| 17 | Конкурс «Мы наследники Победы»                                             | Общекультурное                                                                                      | Военизированная эстафета              | Практические состязания      | март    | педагог |
| 18 | Соревнования «Победные старты».                                            | Воспитывать патриотизм, любовь к Отечеству.                                                         | Соревнования по стрельбе              | Спортивное соревнование      | апрель  | педагог |
| 19 | Встреча «Жизнь в спорте», посвященный Дню спорта                           | Формирование устойчивого интереса к занятиям физкультурой и спортом                                 | Встреча со спортсменами нашего города | Встреча с интересными людьми | апрель  | педагог |

|    |                                                              |                                                                                                                                            |                                                                    |                           |     |                |
|----|--------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|---------------------------|-----|----------------|
| 20 | Спортивный досуг патриотической направленности «День России» | Расширить представления детей о государственных праздниках, воспитать любовь и гордость к своей стране, уважение к традициям народа и края | Эстафеты: «Флаг России», «Дружба крепкая», «Преодолей препятствия» | Спортивный досуг          | май | педагог        |
| 21 | Патриотическая акция                                         | Военно-патриотическое воспитание                                                                                                           | Праздничный концерт                                                | Мастер-класс с родителями | май | <b>педагог</b> |

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

### Нормативная база

1. Конституция Российской Федерации (принята всенародным голосованием 12.12.1993 с изменениями, одобренными в ходе общероссийского голосования 01.07.2020).
2. Федеральный закон Российской Федерации от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребёнка в Российской Федерации».
3. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
4. Федеральный закон от 13.07.2020 № 189-ФЗ «О государственном (муниципальном) социальном заказе на оказание государственных (муниципальных) услуг в социальной сфере».
5. Федеральный проект «Успех каждого ребёнка», утверждённый протоколом заседания проектного комитета по национальному проекту «Образование» от 07.12.2018 № 3.
6. Приоритетный проект «Доступное дополнительное образование для детей», утверждённый протоколом заседания президиума Совета при Президенте Российской Федерации от 30.11.2016 № 11.
7. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996-р «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года». 8. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р «Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года».

9. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей».
10. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации и Министерства просвещения Российской Федерации от 05.08.2020 № 882/391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ».
11. Приказ Министерства труда и социального развития Российской Федерации от 22.09.2021 № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».
12. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
13. Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 28.08.2015 № АК-2563/05 «О методических рекомендациях» направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по организации образовательной деятельности с использованием сетевых форм реализации образовательных программ»).
14. Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»).
15. Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 29.03.2016 № ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с Методическими рекомендациями по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учётом их особых образовательных потребностей).
16. Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 30.12.2022 № АБ-3924/06 «Создание современного инклюзивного образовательного пространства для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов на базе образовательных организаций, реализующих дополнительные общеобразовательные программы в субъектах Российской Федерации».
17. Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 29.09.2023 № АБ-3935/06 «О методических рекомендациях» (вместе с «Методическими рекомендациями по формированию механизмов обновления содержания, методов и технологий обучения в системе дополнительного образования детей, направленных на повышение качества дополнительного образования детей, в том

числе включение компонентов, обеспечивающих формирование функциональной грамотности и компетентностей, связанных с эмоциональным, физическим, интеллектуальным, духовным развитием человека, значимых для вхождения Российской Федерации в число десяти ведущих стран мира по качеству общего образования, для реализации приоритетных направлений научно-технологического и культурного развития страны»).

18. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648.20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи».
19. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685.21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».
20. Постановление Правительства Ростовской области от 08.12.2020 № 289 «О мероприятиях по формированию современных управленческих решений и организационно-экономических механизмов в системе дополнительного образования детей в Ростовской области в рамках федерального проекта «Успех каждого ребёнка» национального проекта «Образование».
21. Приказ министерства общего и профессионального образования Ростовской области от 01.08.2023 № 718 «О проведении независимой оценки качества дополнительных общеразвивающих программ в Ростовской области».
22. Приказ министерства общего и профессионального образования Ростовской области от 03.08.2023 № 724 «Об утверждении Требований к условиям и порядку оказания государственной услуги в социальной сфере «Реализация дополнительных общеразвивающих программ» в Ростовской области.

### **Литература для педагога**

1. Дополнительное образование детей. Психолого-педагогическое сопровождение: учебник для СПО / Л. В. Байбородова [и др.] ; отв. ред. Л.В. Байбородова. — 2-е изд., испр. и доп. — М.: Издательство Юрайт, 2019.—363 с.
2. Психология физической культуры и спорта: учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина [и др.]; под редакцией А. Е. Ловягиной. — Москва: Издательство Юрайт, 2020. — 531 с.
3. Психология физической культуры и спорта: учебник для высших физкультурных учебных заведений / под ред. профессора Г. Д. Бабушкина, профессора В. Н. Смоленцевой. — Омск: СибГУФК, 2007. — 270 с.

4. Абаскалова, Н. П. Теория и практика формирования здорового образа жизни учащихся и студентов в системе “школа-вуз” [Текст] / Н. П. Абаскалова. - : автореф. докт. дис., Барнаул, 2013. - 48 с.
5. Агаджанян, Н. А. Адаптация и резервы организма. [Текст] / Н. А. Агаджанян. М.: ФК и С., 2011. - 176 с.
5. Амосов, Н. М. Раздумье о здоровье. [Текст] / Н. М. Амосов. М.: ФК и С, перераб., доп. изд-е, 2011-63 с.
6. Айзман, Р. Ц. Здоровье населения России: медико-социальные и психологопедагогические аспекты его формирования [Текст] / Р. Ц. Айзман. М.: 2013. - 27 с.
7. Баладанов, О. Ю., Козловский, И. З., Бахтинов, О. П. Актуальные проблемы сохранения, укрепления и приумножения здоровья школьников. [Текст] / О. Ю. Баладанов, И. З. Козловский, О. П. Бахтинов // Проблемы здоровья человека. - Ставрополь: Изд- во СГУ, 2012. - с. 172 - 174.
8. Воробьёв Ю.Л. «Основы безопасности жизнедеятельности» - М, 2018г (5-9 класс);
9. Воробьёв Ю.Л. «Основы безопасности жизнедеятельности» - М, 2018г (8 класс);
10. Выдрин И.Ф. «Начальная военная подготовка» - М, 2017г;
11. Синяев А.Д. «В помощь призывнику» - М, 2017г;
12. Домушин А.П. «Первые и впервые» - М, 2014г;
13. Зырянов А.А. «Общевойсковые уставы» - М, 2014г;
14. Лутовинов В.И. «Подготовка учащейся молодёжи к защите Отечества и военной службе» - М, 2003г;
15. Махальцов В.Д. «Проблемы патриотического воспитания: опыт, перспективы» - Новосибирск, 2005г;
15. Боярский В.И. «Партизаны и армия» - М, 2011 г;
15. Яроцкий А.П. «Знай стрелковое оружие» - М, 2017г;
16. Яроцкий А.П. «Наставление по стрелковому делу. Автомат Калашникова (АК)» - М, 2017г;
17. Казаков Д.Ф. «Виды Вооружённых Сил Российской Федерации»
18. Гаранин А.К. «Создание и оснащение класса по предмету «Основы безопасности жизнедеятельности»: методические рекомендации – Саратов: МКУ «ГМЦ», 2017. – 18 с.
19. Допризывная подготовка и военно-патриотическое воспитание молодежи: Учебно-методическое пособие для руководителей образовательных организаций, преподавателей-организаторов ОБЖ и БЖ по организации обучения граждан Российской Федерации начальным знаниям в области обороны и патриотической подготовке к военной службе в образовательных организациях среднего общего

образования, образовательных организациях среднего профессионального образования и учебных центрах военно- патриотического воспитания молодежи / Сост. И.А. Пивоваров, Б.А. Буланов, В.Н. Осипов, А.Н. Пархомнко, В.В. Сидорук, С.И. Мозжилин; под ред. И.А. Пивоварова. ГАУ ДПО «СОИРО», 2018. – 104 с.

20. Организация и проведение мероприятий по военно-патриотическому воспитанию: учебно-методическое пособие / О.С. Белухина, С.А. Карасев, С.И. Мозжилин и др. – Саратов: ГАУ ДПО «СОИРО», 2018. – 120 с.

21. Строевая подготовка: учебно-методическое пособие для преподавателей-организаторов ОБЖ и БЖ по организации обучения граждан Российской Федерации начальным знаниям в области обороны и патриотической подготовки к военной службе в образовательных организациях среднего общего образования, среднего профессионального образования и учебных центрах военно-патриотического воспитания молодежи / А.К. Гаранин, Д.Ю. Суханов, И.Н. Трофимов и др. – Саратов: ГАУ ДПО «СОИРО», 2020. – 60 с.

### **Сайты, используемые при подготовке и проведении занятий**

*Название сайта*

*Электронный адрес*

Совет безопасности РФ

<http://www.scrf.gov.ru>

Министерство внутренних дел

<http://www.mvd.ru>

МЧС России

<http://www.emercom.gov.ru>

Министерство здравоохранения РФ

<http://www.minzdrav-rf.ru>

Министерство обороны РФ

<http://www.mil.ru>

Министерство образования и науки РФ

<http://www.mon.gov.ru>

## **ПРИЛОЖЕНИЯ**

### **Приложение 1**

#### **Оценочные показатели по предметам обучения**

##### **Основы выживания и поведения в автономии**

Связать туристические узлы: прямой узел, штыковой узел, встречный узел (время вязания трех узлов подряд не более 90 сек.)

Вязание узлов: простой проводник, серединный австрийский, двойной проводник (время вязания трех узлов подряд не более 90 сек.)

Определить азимут по компасу. Движение по азимуту с помощью компаса (4-5 контрольных точек)

### **Строевая подготовка**

#### **Оценка:**

Отлично - от 100 - до 50 процентов строевых приемов выполнено на «отлично», остальные «хорошо»;

Хорошо - более 50 процентов строевых приемов выполнено на оценку «отлично» и «хорошо», остальные на оценку «удовлетворительно»

Удовлетворительно - более 80 строевых приемов выполнено не ниже «удовлетворительно».

#### **Примерные перечень строевых приемов:**

1. Выполнение команд: «СТАНОВИСЬ», «СМИРНО», «ВОЛЬНО», «ЗАПРАВИТЬСЯ»
2. Прохождение строевым шагом
3. Выход из строя и возвращение в строй
4. Повороты на месте
5. Выполнение воинского приветствия на месте
6. Подход к начальнику и отход от него
7. Смыкание и размыкание в составе отделения
8. Перестроение из одной шеренги в две и обратно
9. Прохождение в составе отделения с исполнением песни

#### **Оказание первой помощи**

Примерный перечень вопросов для итогового тестирования

##### **ВАРИАНТ 1**

1. Дополните фразу: «\_\_\_\_\_ - является местное повреждение целостности тканей организма в результате механических, физических или химических воздействий».
2. Закончите фразу: «Раны сопровождаются кровотечением, болью, нарушением функций повреждённого организма и могут осложняться \_\_\_\_\_».
3. Дополните фразу: «\_\_\_\_\_ рана возникает под воздействием тупого ранящего орудия большой массы или обладающего большой скоростью».
4. Дополните фразу: «Транспортная \_\_\_\_\_ осуществляется посредством специальных шин или шин, изготовленных из подручных материалов».
5. Дополните фразу: «Перед рефлекторным вызыванием рвоты рекомендуется выпить несколько стаканов \_\_\_\_\_, или 0,25 – 0,5-процентного раствора питьевой соды, или 0,5-процентного раствора \_\_\_\_\_».

6. Дополните фразу: «Целью оказания первой медицинской помощи при отморожении является по возможности быстрое и полноценное восстановление \_\_\_\_\_ в поражённых тканях, для этого, прежде всего, необходимо их \_\_\_\_\_».

7. Дополните фразу: «Если одежда и обувь \_\_\_\_\_, а кожа \_\_\_\_\_, то электрическое сопротивление снижается, и опасность поражения током резко возрастает».

8. Дополните фразу: «Конец бинта разрывают продольно и завязывают узлом на стороне, \_\_\_\_\_ повреждению».

9. Установите соответствие между видами антисептики и ее основными характеристиками (*ответ представьте в виде цифры с буквой, например 3 В*).

1) Механическая антисептика.

А) Уничтожение микробов и повышение иммунологической защиты организма; применяются антибиотики, ферменты или сыворотки.

2) Химическая

Б) Использование физических факторов для уничтожения антисептика. микробов; применяется гипертонический раствор или бактерицидная лампа.

3) Физическая антисептика.

В) Первичная обработка раны, удаление инородных тел.

4) Биологическая антисептика.

Г) осуществляется с помощью дезинфицирующих средств и химиотерапевтических средств, синтетических сульфаниламидных препаратов.

10. Установите очерёдность действий по наложению жгута:

А) жгут захватывают правой рукой у края с цепочкой, левой – на 30 – 40 см ближе к середине;

Б) последующие туры жгута накладывают по спирали, не растягивая, и фиксируют крючок в цепочке;

В) конечность со жгутом хорошо иммобилизируют с помощью транспортной шины или подручных средств;

Г) к жгуту или одежде пострадавшего прикрепляют записку с указанием даты и времени (часы, минуты) его наложения;

Д) жгут растягивают руками и накладывают первый циркулярный тур таким образом, чтобы начальный участок жгута перекрывался последующим туром;

Е) выше раны и ближе к ней на кожу накладывают прокладку из одежды или мягкой ткани;

Ж) для обеспечения оттока венозной крови конечность поднимают на 20 – 30 см.

ВАРИАНТ 2

1. Дополните фразу: «\_\_\_\_\_ - повреждения тканей организма вследствие механического воздействия, сопровождающегося нарушением целостности кожи и слизистых оболочек».
2. Закончите фразу: «Ушибленные раны обычно сильно \_\_\_\_\_».
3. Дополните фразу: «При \_\_\_\_\_ ранах наблюдается отслойка кожи и клетчатки с отделением их от подлежащих тканей».
4. Дополните фразу: «Недостаточная иммобилизация закрытого перелома может превратить его в \_\_\_\_\_ и тем самым утяжелить травму и ухудшить исход».
5. Дополните фразу: «Обезвреживание яда в организме осуществляется веществами, которые входят в химическое соединение с ядами, переводя их в \_\_\_\_\_ состояние».
6. Дополните фразу: «Тепловой удар – это болезненное состояние, вызванное \_\_\_\_\_ тела».
7. Дополните фразу: «Перевязку следует начинать с наиболее \_\_\_\_\_, места, постепенно переходя к более \_\_\_\_\_».
8. Дополните фразу: «Чрезмерное затягивание жгута может вызвать \_\_\_\_\_ мягких тканей (мышц, нервов, сосудов) и стать причиной развития параличей конечностей».
9. Установите соответствие между стадией отравления (интоксикации) и её основными характеристиками (*ответ представьте в виде цифры с буквой, например 3 В*).
  - 1) Стадия 1.
    - А) Стадия характеризуется отсутствием всех рефлексов, наблюдаются признаки нарушения жизненно важных функций организма; на первый план выступают нарушения дыхания.
  - 2) Стадия 2.
    - Б) Стадия характеризуется сонливостью, апатией, снижением реакции на внешние раздражители.
  - 3) Стадия 3.
    - В) Стадия характеризуется потерей сознания, затрудненным глотанием, ослаблением кашлевого рефлекса, повышением температуры до 39 – 40°C.
  - 4) Стадия 4.
    - Г) Стадия характеризуется постепенным восстановлением сознания; в первые сутки после пробуждения могут наблюдаться плаксивость, умеренное психомоторное возбуждение, нарушение сна.
10. Установите очерёдность действий при наложении повязки «чепец»:
  - А) на втором циркулярном туре, дойдя до одной держалки, оборачивают бинт вокруг неё и поворачивают косо вверх на лобную кость;

- Б) ленту широкого бинта (держалку) серединой укладывают на теменную область;
  - В) бинт направляется к другой держалке, закрывая при этом лоб и часть теменной области;
  - Г) конец бинта крепят к одной из держалок;
  - Д) начинают наложение повязки с циркулярного тура вокруг головы поверх держалок;
  - Е) концы бинта опускаются вертикально вниз, впереди ушных раковин;
  - Ж) держалки связывают под подбородком;
- З) на противоположной стороне бинт также оборачивают вокруг держалки и направляют на затылочную область, закрывая часть затылка и темени.

### ВАРИАНТ 3

1. Дополните фразу: «Колотая рана характеризуется небольшой зоной повреждения тканей и в очень редких случаях может стать источником \_\_\_\_\_ или \_\_\_\_\_».
2. Закончите фразу: «Обработку укушенных ран производят стерильным жидким мылом, которое убивает вирус \_\_\_\_\_».
3. Дополните фразу: «Антисептика – комплекс мероприятий, направленных на уничтожение \_\_\_\_\_ в ране или организме в целом».
4. Дополните фразу: «Отравление рассматривается как химическая \_\_\_\_\_, развивающаяся вследствие попадания в организм чужеродного вещества в токсической (отравляющей) дозе».
5. Дополните фразу: «Отравление медикаментами зачастую происходит при \_\_\_\_\_, когда человек принимает лекарственные препараты без назначения врача».
6. Дополните фразу: «Солнечный удар – состояние организма, которое наступает из-за сильного \_\_\_\_\_ головы прямыми солнечными лучами, под воздействием которых мозговые поверхностные сосуды расширяются, и происходит прилив \_\_\_\_\_».
7. Дополните фразу: «Особенность обширных ожогов состоит в том, что при них в патологический процесс почти всегда вовлекаются все органы и системы организма, возникают расстройства функций дыхания, кровообращения, выделения, появляются резкие \_\_\_\_\_, что зачастую обуславливает развитие ожогового \_\_\_\_\_».
8. Дополните фразу: «Сердечная недостаточность – это патологическое состояние, характеризующееся недостаточностью \_\_\_\_\_ вследствие снижения \_\_\_\_\_ функции сердца».
9. Установите соответствие между степенью отморожения и ее основной характеристикой (*ответ представьте в виде цифры с буквой, например 3 В*).
  - 1) 1-я степень.

А) Степень сопровождается омертвением кожи и подкожной клетчатки; кожа поражённого участка остаётся холодной, приобретает синюшную окраску, пульс на стопе или запястье ослабевает или вовсе исчезает.

2) 2-я степень.

Б) Степень, когда поражается базальный слой эпидермиса с образованием пузырей.

3) 3-я степень.

В) Степень сопровождается омертвением не только мягких тканей, развивается также омертвление кости.

4) 4-я степень.

Г) Степень характеризуется поражением поверхностного слоя кожи.

10. Установите очередность действий при наложении повязки «перчатка»:

А) начинают наложение повязки с фиксирующих циркулярных туров вокруг лучезапястной области;

Б) сделав оборот вокруг запястья, переходят по тыльной поверхности на четвёртый палец;

В) спиральными турами закрывают его и возвращаются по тылу кисти к запястью;

Г) бинт направляют по тыльной поверхности к ногтевой фаланге пятого пальца левой руки (на правой руке бинтование начинают со второго пальца);

Д) забинтовывают четвёртый палец, а затем поочередно, в той же последовательности бинтуют третий и второй пальцы;

Е) заканчивают наложение повязки циркулярными турами вокруг лучезапястной области.

### **Ответы на тест**

#### **№ В-1**

#### **В-2**

#### **В-3**

1 Травмой, раны ,сепсиса, газовой гангрены

2 Инфекцией, загрязнены, бешенства

3 Ушибленные, скальпированные, микробов

4 Иммобилизация, открытый ,травма

5 Воды, марганцовки, нейтральное ,самолечении

6 Кровообращения, согревание, перегреванием, крови

7 Мокрые, влажная, узкого, широкому, боли, шока

8 Противоположной, размозжение, кровообращения, насосной

9.1в, 2г, 3б, 4а

1б, 2в, 3а, 4г

1г, 2б, 3а, 4в

10 е, ж, а, д, б, г, в

б, е, д, а, в, з, г, ж

а, г, в, б, д, е

### **Практика оказания первой медицинской помощи:**

1. Наложение жгута Эсмарха
2. Наложение повязки «Чепец»
3. Оказание первой медицинской помощи при переломе конечностей
4. Наложение индивидуального перевязочного пакета

### **РХБ защита**

Надевание противогаза. Порядок надевания противогаза следующий:

- ~ затаить дыхание и закрыть глаза;
- ~ снять головной убор и положить его рядом или зажать между ног;
- ~ вынуть из сумки противогаз, взяться обеими руками за нижнюю часть шлем-маски и, прижав её к подбородку, натянуть на голову так, чтоб не было складок, а очки пришлись против глаз;
- ~ после этого нужно обязательно сделать резкий выдох, открыть глаза, возобновить дыхание, надеть головной убор и закрыть сумку клапаном.

Ошибки:

- ~ при надевании противогаза обучаемый не закрыл глаза и не затаил дыхание или после надевания не сделал полный выдох;
- ~ шлем – маска надета с перекосом или перекручена соединительная трубка;
- ~ концы носового зажима респиратора не прижаты к носу;
- ~ допущено образование таких складок или перекосов, при которых наружный воздух может проникнуть под шлем – маску.

Время выполнения норматива:

«отлично» - 7 сек.

«хорошо» - 8 сек.

«удовлетворительно» - 9 сек.

Надевание общевойскового защитного комплекта в виде плаща

Порядок выполнения норматива:

- ~ обучаемый кладёт оружие на землю;
- ~ надевает чулки, застёгивает хлястики и завязывает обе тесьмы на поясном ремне;
- ~ переводит в «боевое» положение противогаз;
- ~ надевает защитный шлем;
- ~ вынимает из чехла и надевает перчатки;
- ~ раскрывает чехол плаща, дёрнув тесьму вверх, и надевает плащ в рукава, при этом петли на низках рукавов надевает на большие пальцы поверх перчаток;

- ~ надевает капюшон на защитный шлем и застёгивает плащ;
- ~ берет оружие «на ремень».

Ошибки:

- ~ надевание чулок с застёгнутыми хлястиками
- ~ неправильно застёгнуты борта плаща
- ~ не закреплены закрепками держатели шпёнков или не застёгнуты два шпёнка
- ~ не надето поверх защиты снаряжение
- ~ не закреплены тесёмки на ремне
- ~ допущено образование таких складок или перекосов , при которых наружный воздух может проникнуть под шлем – маску
- ~ не обеспечена герметичность соединения противогазовой коробки с лицевой частью

Время выполнения норматива:

«отлично» - 3 мин.

«хорошо» - 3 мин 20 сек.

«удовлетворительно» - 4 мин.

### **Огневая подготовка**

Неполная разборка ММГ АК-74 (норматив № 10)

Порядок выполнения норматива

По команде: «К неполной разборке оружия – ПРИСТУПИТЬ».

При выполнении неполной разборке автомата (ручного пулемёта) обучаемый отделяет магазин и проверяет, нет ли патрона в патроннике.

Вынимает пенал принадлежности из гнезда приклада.

Последовательно отделяет шомпол, крышку ствольной коробки, возвратный механизм, затворную раму с затвором, затвор от затворной рамы и газовую трубку со ствольной накладкой и отвечает «Готов».

Время выполнения:

«отлично» - 15 сек

«хорошо» - 17 сек

«удовлетворительно» - 19 сек

Сборка ММГ АК-74 после неполной разборки (норматив № 11)

Порядок выполнения норматива

По команде «К сборке оружия - ПРИСТУПИТЬ».

При выполнении сборки после неполной разборки автомата (ручного пулемёта) обучаемый последовательно выполняет все операции в обратном порядке.

Время выполнения:

«отлично» - 25 сек

«хорошо» - 27 сек

«удовлетворительно» - 32 сек

Снаряжение магазина автомата АК-74 патронами (норматив № 13)

Условия выполнения норматива

Обучаемый находится перед подстилкой, на которой разложены магазины и учебные патроны россыпью.

Время отсчитывается от команды руководителя «К снаряжению магазина приступить» до доклада обучаемого «Готов»

Временные показатели и оценка за выполнение норматива № 16

Снаряжения магазина автомата АК-74 30 патронами:

Оценка по времени (секунд):

«отлично» - 33 сек

«хорошо» - 38 сек

«удовлетворительно» - 43 сек

Стрельба из пневматической винтовки (расстояние 10 метров)

Порядок выполнения

Участник выполняют три пробных выстрела, осуществляют корректировку своей стрельбы.

Производят пять выстрелов на зачёт.

Оценка стрельбы:

«отлично» - 25 очков

«хорошо» - 20 очков

«удовлетворительно» - 13 очков

### **Физическая подготовка**

Выполнение контрольных нормативов, определяющих координационный уровень подготовленности:

Бег 1500 м, 2000м (юноши, девушки).

Выполняется с высокого старта на беговой дорожке. Результат фиксируется с помощью секундомера с точностью до 1 секунды.

Бег 30 м (юноши, девушки 6 класс), 60 м (юноши, девушки 7, 8, 9 классы), 100 м (юноши, девушки 10,11 классы). Проводится на беговой дорожке (старт произвольный). Результат фиксируется с помощью секундомера с точностью до 0,1 секунды.

Челночный бег 3х10 м (с кубиками) (юноши и девушки). Проводится на ровной дорожке длиной не менее 12-13 м. Отмеряют 10-метровый участок, начало и конец которого отмечают линией (стартовая и финишная черта). За каждой чертой – два полукруга радиусом 50 см с центром на черте. На дальний полукруг за финишной линией кладут кубик (5 см). Участник становится за стартовой чертой и по команде «марш» начинает бег в сторону финишной черты; обегает

полукруг, берет кубик и возвращается к линии старта. Затем кладёт кубик (бросать не разрешается) в полукруг на стартовой линии и снова бежит к дальней финишной черте, пробегая её. Учитывается время выполнения теста от команды «марш» до пересечения линии финиша.

Подтягивание на перекладине (юноши).

Участник с помощью судьи принимает положение виса хватом сверху. Подтягивается непрерывным движением так, чтобы его подбородок оказался над перекладиной. Опускается в вис. Самостоятельно останавливает раскачивание и фиксирует на 0,5 сек.

видимое для судьи положение виса. Не допускается сгибание рук поочерёдно, рывки ногами или туловищем, перехват руками, остановка при выполнении очередного подтягивания. Пауза между повторениями не должна превышать 3 сек.

Сгибание и разгибание рук в упоре «лежа» (отжимание) (девушки).

Исходное положение - упор лежа на полу. Голова, туловище и ноги составляют прямую линию. Сгибание рук выполняется до касания грудью предмета высотой не более 5 см, не нарушая прямой линии тела, а разгибание производится до полного выпрямления рук при сохранении прямой линии тела. Дается одна попытка. Пауза между повторениями не должна превышать 3 сек. Фиксируется количество отжиманий при условии правильного выполнения упражнения.

Подъём туловища из положения «лежа на спине» (юноши, девушки).

Исходное положение - лёжа на спине, руки за головой, пальцы в замок, ноги согнуты в коленях, ступни закреплены. Фиксируется количество выполненных упражнений до касания локтями коленей в одной попытке за 30 сек.

Прыжок в длину с места (юноши, девушки). Выполняется с места двумя ногами от стартовой линии с махом рук. Длина прыжка измеряется в сантиметрах от стартовой линии до ближнего касания ногами или любой частью тела. Участнику предоставляется три попытки.