

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение

«Средняя общеобразовательная школа №14»

Принята на заседании
Педагогического совета
от «30» августа 2024 г
Протокол №1

Утверждаю:
Директор МКОУ СОШ №14
_____ Х.М. Янмурзаева

Дополнительная общеобразовательная

Программа детского объединения

«Юнармия»

Возраст 11-16 лет

Срок реализации 2 года

Автор:

Аджиниязов Замир Агалиевич

Ставропольский край

а.Тукуй-Мектеб

2024 год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1. Введение

Модифицированная программа военно–патриотического воспитания является программой дополнительного образования учащихся в общей системе образовательного процесса.

Предметом изучения данной программы является героическая история России, её Вооруженных Сил и начальная военная подготовка.

Программа разработана в соответствии с государственной программой «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации на 2009 – 2020 годы».

Программа рассчитана на учащихся в возрасте от 11 до 17 лет. Реализация программы будет способствовать углублению знаний учащихся по истории Российской государственности и воинской славы Отечества, воспитанию уважительного отношения к ветеранам войны и труда, приобретению высоких духовных и физических качеств, пропаганде и утверждению здорового образа жизни среди подростков, готовность успешно выполнять гражданские обязанности в мирное и военное время.

2. Содержание проблемы военно–патриотического воспитания, характеристика проблемы и обоснования необходимости разработки Программы

Военно–патриотическое воспитание является одной из приоритетных в формировании у молодёжи высокого патриотического сознания, готовности к выполнению гражданского долга, важнейших конституционных обязанностей по защите Родины .

Родная Земля может накормить человека своим хлебом, напоить водой из своих родников, но защитить сама себя не может. Это святое дело тех, кто ест хлеб родной земли, пьёт её воду, дышит её воздухом и проникается её красотой.

Есть глубочайший, нравственный смысл в преемственности поколений, во внутреннем единстве их исторических судеб, постигаемом через нетленность наших святынь. Изучая героическое прошлое Родины, мы черпаем в нем силу для новых свершений, равняемся на подвиги отцов и дедов. Они в своё время сделали всё, что смогли, для защиты и процветания России. А теперь наступает наш черёд выполнить свой долг перед Отчизной – укрепить её экономическую и военную мощь. Много есть на свете, кроме России, государств и земель, но одна у человека родная мать, одна у него и Родина. Каждый россиянин должен быть патриотом в самом высоком значении этого слова.

Патриотизм – чувство деликатное... Побереги святые слова, не кричи о любви к Родине на всех перекрёстках. Честно трудись во имя её блага и могущества. Для Отечества сделано недостаточно, если не сделано всё. История раскладывает святой долг перед Родиной на плечи всех поколений.

Родина даётся нам однажды, и на всю жизнь. Другой не будет никогда. «Клянусь вам своей честью, что я ни за что на свете не согласился бы ни переменить Родину, ни иметь другую историю, чем история наших предков, какую нам послал Господь», - писал великий патриот России А. С. Пушкин. Социальные сироты, группы риска, духовная деградация и дезориентация, асоциальное поведение, отягощение вредными привычками – таковы спутники нашей жизни в квартирах и на улицах родного аула, района.

Следует отметить, что в последнее время, наметилась тенденция к усилению внимания общества, всех заинтересованных структур, организаций и ведомств района к гражданскому, духовно – нравственному и патриотическому воспитанию подрастающего поколения. Исходя из всех этих предпосылок, разработана настоящая Программа.

3. Цель и задачи Программы

Целью программы является реализация положений государственной программы «Патриотического воспитания граждан Российской Федерации на 2009 – 2020 годы». Воспитание и формирование гармонически развитой, социально – активной личности учащейся молодежи школ Российской Федерации, граждан и патриотов Отечества.

Задачи:

1. Реализация потребностей подростков в интеллектуальном, культурном, физическом и нравственном развитии, получении первичных знаний и навыков военного дела, необходимых для прохождения военной службы по призыву и контракту, выбора профессии и продолжения дальнейшего обучения.
2. Воспитание у обучающихся чувства патриотизма, готовности к защите Отечества, коллективизма и товарищества.
3. Формирование и развитие у обучающихся дисциплинированности, добросовестного отношения к учёбе. Воспитание общей культуры, высоких морально – психологических качеств, физической выносливости и стойкости.

Механизм реализации Программы

Механизм реализации Программы учитывает сложившиеся к настоящему времени особенности экономического и социального развития района, его исторические особенности, боевые, трудовые и культурные традиции.

Координацию деятельности по реализации Программы осуществляет зам. директора по воспитательной и учебной части школы.

Главными исполнителями мероприятий Программы являются :

Руководитель клуба с привлечением учителей истории, физической культуры или других учителей школы, военный комиссариат района, совет ветеранов войны и труда, правоохранительные органы.

Оценка эффективности реализации Программы.

В результате осуществления Программы ожидается:

- вовлечение значительного числа учащихся в организованный отдых и общественно – полезную деятельность;
- активизация работы по борьбе с вредными привычками в среде школьной молодежи, приобщение к здоровому образу жизни;
- повышение духовно – нравственного и физического потенциала учащихся, готовности к выполнению гражданских обязанностей;
- получение практических навыков по начальной военной подготовке;
- достижение нормативных требований по физической и огневой подготовке;
- воспитание чувства собственного достоинства, умения владеть эмоциями, развитие способности к анализу и принятию верных решений;
- воспитание чувства гордости и ответственности за Отечество, любви и уважения к ветеранам войны, труда, Российской Армии;
- полное выполнение тематического плана.

Организационные и методические указания

1. Основной метод проведения теоретических занятий – рассказ, беседа; практических – разучивание упражнений и тренировки.
2. Оценка знаний и умений проводится путём тестов, викторин, контрольно – поверочных занятий, сдачи нормативов и участие в соревнованиях.
3. При всех формах практических занятий неперенное требование – напоминание и соблюдение мер безопасности.

ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

«Россия – наше Отечество»

№ п/п	Наименование тем	Теор.	Практ.	Всего
1	Введение в основные этапы Российской государственности	1	-	1
2	Символы Российской государственности	1	-	1
3	Гимн, флаг, Российской Федерации и Ставропольского края	2	-	2
4	Виды и рода Вооруженных сил Российской Федерации	1	-	1
5	Служба защиты Российской Федерации	1	-	1
6	Викторина	1	-	1
7	Экскурсия в школьный музей	1	-	1
Всего		8	-	8

Воинская слава России

№ п/п	Наименование тем	Теор.	Практ.	всего
1	Введение в историю воинской славы России	1	-	1
2	Ратная слава русских дружин	2	-	2
3	Век русской славы	1	-	1
4	Викторина	1	-	1
5	Экскурсии по музею	1	-	1
всего		6		6

Уставы Вооружённых Сил Российской Федерации

№ п/п	Наименование тем	Теор.	Практ.	всего
1	Введение в общевойсковые уставы ВС РФ.	2	-	2
2	Сущность и значение воинской дисциплины	2	-	2
3	Общие обязанности военнослужащих	1	-	1
4	Суточный наряд	1	-	1
5	Строй и его элементы	1	-	1
6	викторина	1	-	1
всего		8	-	8

Психология личности

№ п/п	Наименование тем	Теор.	Практ.	всего
1	Особенности подросткового возраста	1	-	1
2	Изменение поведения в подростковом возрасте	1	-	1
3	Устойчивость и изменчивость личности	1	-	1
4	Личность и общество, отношения в коллективе	1	1	2
5	Личность и общение, общение с родителями	1	1	2
6	Викторина	1	-	1
7	Путь в профессию. Тест	2	1	3
Всего		8	3	11

Огневая подготовка

№ п/п	Наименование тем	Теор.	Практ.	всего
1	Меры безопасности при проведении стрельб	2	-	2
2	Основы и правила стрельб	2	-	2
3	Материальная часть пневматической винтовки	-	2	2
4	Основы техники и тактики стрельб из различных положений	-	2	2
5	Изучение и совершенствование техники стрельбы. Тренировка	-	8	8
6	Соревнования по стрельбе	-	2	2
всего		4	14	18

Туристическая подготовка

№ п/п	Наименование темы	Теор.	Практ.	всего
1	Введение	1	-	1
2	Изучение топографических карт	2	2	4

3	Определение расстояния на карте	1	2	3
4	Определение местонахождения по карте	1	2	3
5	Спортивное ориентирование	2	3	5
6	Работа с компасом	1	2	3
7	Определение азимута на предмет	2	3	5
8	Выбор места для лагеря, установка палаток, Определения места для костра, разведение костра	1	2	3
9	Техника вязания верёвочных узлов	1	6	7
10	Лекарственные растения и их применение	1	2	3
11	Топографические знаки	4	-	4
12	Автономное существование человека в природе	8	-	8
13	Основы здорового образа жизни	3	-	3
14	Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи	3	7	10
15	Личная гигиена и культура питания	1	1	2
16	Практические занятия по отработке специальных навыков		6	6
всего		32	38	70

Строевая подготовка

№ п/п	Наименование тем	Теор.	Практ.	всего
1	Строй и управление ими	1	2	3
2	Строевые приемы и движения без оружия	2	3	5
всего		3	5	8

Физическая подготовка

№ п/п	Наименование тем	Теор.	Практ.	всего
1	Роль и место физ.подготовки в ЗОЖ подростка	1	-	1
2	Ходьба, бег и упражнения в движении		3	3
3	Вольные упражнения		3	3
4	Комплексы вольных упражнений		3	3
5	Упражнения на перекладине		4	4
6	Упражнения в лазанье по канату		2	2
7	Бег на 100, 200, 400 метров		3	3
8	Прыжки в длину с места и с разбега		2	2
9	Метание гранаты РГД – 5, Ф - 1		2	2
10	Бег 1000, 2000 метров		2	2
11	Кросс 3000, метров		6	6
12	Упражнения с гантелями		4	4
13	Упражнения со штангой		4	4

14	Совершенствование техники бега на дальние расстояния		4	4
15	Зачётные и контрольные занятия		5	5
16	Соревнования		5	5
всего		1	52	53

**НОРМАТИВЫ
по физической подготовке**

№ п/п	Наименование упражнений	Ед. изм	отл	хор	удовл
1	Бег 100 м	сек	16,5	17,0	17,8
2	Кросс 1000 м	М/с	4,30	4,40	4,55
3	Кросс 3000 м	М/с	15,30	16,30	17,00
4	Кросс 5000 м	М/с	25,10	26,40	27,30
5	Кросс 10000 м	М/с	50,00	52,30	55,00
6	Прыжок в длину с места	см	190	180	165
7	Сгибание рук в упоре на брус	раз	11	9	7
8	Подтягивание на перекладине	раз	10	8	7
9	Подъём переворотом	раз	5	4	3
10	Метание гранаты РГД-5	Метр	33	28	23
11	Метание гранаты Ф- 1	Метр	28	22	18

Разрядные нормы по стрельбе пулевой

Пневматические винтовки ИЖ – 38, пули ДН, ДЦ,
Прицел открытый

Индекс упражнения	Упражнения	Дистанция	выстрелы		мишень	Время Мин.	Спортивные разряды			
			пробные	зачетные			I	II	III	I юн
ВП-1	Стрельба с опорой на стол	10	6	20	8	30	-	170	150	130
ВП-2	Стрельба стоя	10	6	20	8	45	-	150	130	110
ВП-3	Стоя, с колена	10	6	20	8	45	-	350	330	310
			6	20		40				

Состав обучающихся и общий расчет часов

Год обучения	Возраст обучающихся	Количество часов в неделю	Количество занятий в неделю	Количество часов в год
Первый год	Мальчики 11-13 лет	2	2	72
Второй год	Юноши 14-16 лет	3	2	110

Расчет

предметы	1 год			2 год			всего		
	всего	теория	практика	всего	теория	практика	всего	теория	практика
Россия – наше Отечество	2	2		6	6		8	8	
Воинская Слава России	2	2		4	4		6	6	
Психология Личности	3	2	1	8	6	2	11	8	3
Уставы ВС РФ	2	2		6	6		8	8	
Физическая Подготовка	26		26	27	1	26	53	1	52
Строевая подготовка	2	1	1	6	2	4	8	3	5
Огневая подготовка	4	1	3	14	3	11	18	4	14
Туристическая подготовка	35	16	19	35	16	19	70	32	38
Итого:	76	26	50	106	44	62	182	70	112

Психология Личности	+															+	+						+				
Уставы ВС РФ																											
Физическая Подготовка		+		+		+		+				+	+	+					+		+		+			+	
Строевая подготовка									+	+	+		+		+	+											
Огневая подготовка									+	+	+			+		+											
Туристическая подготовка	+		+		+		+		+	+	+						+		+		+		+		+		

Данную программу можно использовать в любой общеобразовательной школе на уроках ОБЖ, а также в центрах дополнительного образования.

Для оценки эффективности осуществления программы можно воспользоваться объективными данными. Уровень физической подготовки определяется в первые дни занятий физической подготовки, (определяется по таблице, представленной ниже). Данные фиксируются в журнале кружка в сентябре и в последние дни учебного года. Здесь возможно проверить исходные данные уровня физической подготовки и через год систематических занятий в кружке.

Уровень физической подготовленности Учащихся 11 – 16 лет.

Физические способности	Контрольные Упражнения (тест)	Возраст	уровень		
			низкий	средний	высокий
скоростные	Бег 30 м. секунды	11-12	5,9	5,6 – 5,2	4,8
		13-14	5,8	5,5 – 5,1	4,7
		15	5,5	5,3 – 4,9	4,5
		16	5,2	5,1 – 4,7	4,4
Скоростно – силовые	Прыжки в длину с Места (см)	11-12	140	160 – 180	195
		13-14	160	180 – 195	210
		15	175	190 – 205	220
		16	180	195 - 210	230
выносливость	6 мин. Бег (метры)	11-12	1000	1150 – 1250	1400
		13-14	1050	1200 – 1300	1450
		15	1100	1250 – 1350	1500
		16	1100	1300 - 1400	1500
гибкость	Наклон вперёд Из положения сидя	11-12	2	5 – 7	9
		13-14	3	7 – 9	11
		15	4	8 – 10	12
		16	5	9 - 12	15
силовые	Подтягивание на Высокой перекладине из Положения виса	11-12	1	5 – 6	8
		113-	2	6 – 7	9
		14	3	7 – 8	10
		15	4	8 - 9	11
		16			

Список литературы

- Конституция РФ. Москва. 1993.
- Государственная программа « Патриотическое воспитание граждан РФ на 2009 – 2020 г». Росвоецентр. Москва. 2009.
- Сборник нормативно – правовых документов и материалов по патриотическому воспитанию и подготовке обучающихся к военной службе. Мнемозина. Москва. 2009.
- Гражданином быть обязан. Москва.2012.
- Я. Л. Коломинский Человек психология « Просвещение » Москва 1980.
- Психология современного подростка « Педагогика» Москва 2013.
- Наш проблемный подросток « Союз» Санкт – Петербург 2010.
- Русь изначальная Москва 1983.
- История Российской государственности Москва 1995.
- Л.М.Фридман Психология в современной школе «ТЦ Сфера» Москва 2001.
- А.М.Катуков, Е.Н.Цветаев военно – патриотическое воспитание учащихся на занятиях по ОБЖ «Просвещение» Москва 2001.
- В.А.Крутецкий Психология « Просвещение» Москва 2000. .
- Комплексная программа физического воспитания учащихся 1 – 11 классы средней школы «Просвещение» Москва 2010.