

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Юный армеец» социально-педагогической направленности ориентирована на учащихся кадетских классов, с целью расширения знаний и приобретение практических навыков и умений, необходимых будущему защитнику Отечества. Защитнику Отечества необходимо, прежде всего, быть здоровым и уметь сохранить здоровье свое и окружающих в различных ситуациях при возникновении угрозы жизни. Это предполагает наличие хорошей физической формы и владение приемами, которые помогут отразить нападение. Кроме того, защитнику необходимы такие качества, как ответственность, трудолюбие, обдуманность поведения, терпение, настойчивость в достижении цели, уважение к людям, бережное отношение к окружающей среде. Поэтому данная программа содержит следующие основные разделы:

1. Огневая подготовка,
2. Строевая подготовка,
3. Физическая подготовка,
4. Основы медицинских знаний,
5. Служба Отечеству.

Физическая подготовка обеспечивает физическое развитие, которое способствует становлению и сохранению здоровья, успешному решению задач повседневной жизни, трудовой и оборонной деятельности.

Строевая подготовка является одним из основных предметов обучения воспитания военнослужащих. Она организуется на основе Строевого устава Российской армии. Занятия строевой подготовкой в дальнейшем существенно облегчат начальный период военной службы. Строевая подготовка закаляет волю обучающихся, способствует соблюдению воинского порядка и укреплению служебной дисциплины. Регулярные занятия строевой подготовкой благотворно влияют на общее физическое развитие обучающихся, способствуют хорошей координации движений. На занятии по строевой подготовке ребятам прививается аккуратность, дисциплинированность и внимательность. Вырабатывается умение выполнять одиночные строевые приемы и действия в составе подразделения.

Огневая подготовка дает возможность получить знания по основам стрельбы, формирует интерес и развивает навыки участия в военноприкладных видах спорта

Основы медицинских знаний знакомит со способами оказания первой медицинской помощи в чрезвычайных ситуациях и воспитывает стремление к здоровому образу жизни.

Воспитанию патриотизма, уважения к историческому и культурному прошлому России и Вооруженных Сил способствуют занятия из раздела «Служба Отечеству».

Актуальность данной программы состоит в том, что она позволяет подготовить обучающихся к осознанному самоопределению по отношению к военной службе и военной профессии.

Целью программы является создание условий для формирования практических умений и навыков, духовных, физических и морально-психологических качеств, необходимых для выполнения обязанностей военнослужащего по вооруженной защите Российской Федерации. В ходе достижения целей программы решаются следующие задачи:

1. Обучающие: обучить основам теории стрельбы; ознакомить с материальной частью современного стрелкового и спортивного оружия, историей создания и развития стрелкового оружия России; мерами безопасности при обращении с оружием и боеприпасами во время учебных стрельб и соревнований; обучить базовым понятиям строевой подготовки, умению выполнять строевые приемы без оружия и проходить торжественным строем с песней; обучить приемам начального комплекса рукопашного боя; ознакомить с основами медицинских знаний и обучить умению оказывать первую медицинскую помощь; ознакомить с историей Вооруженных сил России, символами воинской чести, законами о воинской обязанности.

2. Развивающие: улучшать физическую подготовку обучающихся; формировать интерес к регулярным занятиям военноприкладными видами спорта, формировать у обучающихся целеустремленность, терпеливость, настойчивость, самоотверженность, коллективизм, развивать внимание, усидчивость, глазомер, память, внимательность; развивать аккуратность, ловкость и выносливость; развивать способность наблюдать, анализировать, делать выводы; развивать волевые качества, дисциплинированность, стрессовую устойчивость.

3. Воспитывающие: воспитывать уважительное отношение к старшим по званию. заботливое отношение в младшим по возрасту, чувство товарищества и взаимопомощи, воспитывать уважение к Вооружённым Силам России и ид истории; уважение к Российскому оружию и его истории. Формирование морально-психологических и физических качеств гражданина, необходимых для прохождения военной службы и обучения в военных учебных заведениях.

Режим занятий. Возраст обучающихся, участвующих в реализации программы: 11-15 лет. Занятия проводятся по 1 часу в неделю. Количество часов в год — 36

Форма проведения занятий - групповая. Наполняемость учебной группы 25 человек. Всего групп- 2

Теоретические занятия включают в себя просмотр наглядных пособий, видеоматериалов по изучаемой теме. Формы проведения теоретических занятий - беседа, семинар.

Практические занятия — это учебно-тренировочные занятия, которые проводятся в специально оборудованных помещениях.

Формы аттестации. В целях оценки и контроля результатов обучения в течение года проводятся:

- проверка выполнения нормативов по ОФП;
- проверка выполнения нормативов по стрельбе из пневматической винтовки;
- соревнования на личное первенство среди воспитанников

Планируемые результаты

*Личностные:*

1. Формирование гражданско-патриотического сознания молодежи.
2. Проявление гражданских чувств.
3. Уважительное отношение к старшему поколению, историческому прошлому Родины, обычаям и традициям
5. Гордость за своё отечество, за символы государства, за свой народ. 6 Стремление посвятить свой труд, способности укреплению могущества и расцвету Родины.

*Метапредметные:*

1. Привить желание и готовность юношей служить в ВС РФ,
2. Развивать способности оценивать свои моральные, психологические и физические возможности для достижения поставленных целей ,
3. Развивать способности концентрации и саморегуляции в условиях ЧС
4. Выбатывать умение взаимодействовать и сотрудничать в коллективе при выполнении общей задачи.
5. Развивать лидерские качества в балансе с коллективными приоритетами.;

*Предметные:*

По окончании обучения по программе обучающиеся **будут знать:**

– основы стрельбы из различных видов оружия, технику безопасности при обращении с оружием и боеприпасами во время учебных стрельб и соревнований.

– основные положения строевого устава, элементы строя, элементы утреннего осмотра;

– обязанности солдата перед построением и в строю, порядок подачи команд, порядок выполнения воинского приветствия без оружия;

– порядок проведения строевого смотра;

– порядок ритуала возложения венков к мемориалу памяти;

– приемы преодоления препятствий;

– приемы оказания первой медицинской помощи при травматизме, отравлениях, ожогах, обморожениях;

– приемы для выживания на местности;

– историю и традиции Вооруженных сил России.

**Будут уметь:**

– правильно занять позицию на стрелковом рубеже и производить стрельбу из автомата Калашникова;

– правильно подавать предварительные и исполнительные команды строевой подготовки, быстро и чётко выполнять строевые приёмы при отработке навыков в одиночной подготовке и в составе взвода;

– преодолевать полосу препятствий в индивидуальном порядке и группой;

- оказать первую медицинскую при травматизме, отравлениях, ожогах, обморожениях;
- проявлять культуру взаимодействия, терпимости и толерантности в достижении общих целей при совместной деятельности.

## **Содержание учебного (тематического) плана**

**Вводное занятие** :Содержание программы, правила её реализации.  
Инструктаж по технике безопасности.

### **Огневая подготовка**

Меры безопасности при стрельбе Техника безопасности при обращении с оружием и боеприпасами. Техника безопасности при зарядании, наводке и выстреле.

Теоретические основы стрельбы: История и виды российского стрелкового оружия. Явление выстрела. Образование траектории. Прямой выстрел. Начальная скорость пули. Отдача оружия. Пробивное и убойное действие пули. Прикрытое, поражаемое и мёртвое пространство. Способы определения расстояния до цели. Элементы наводки. Выбор цели и точки прицеливания при стрельбе по неподвижным целям.

Изготовка к стрельбе из пневматических винтовок: Зарядание винтовки. Изучение докладов о получении боеприпасов, готовности к стрельбе и о завершении стрельбы. Зарядание, изготовка к стрельбе из положения «сидя за столом с опорой на локоть». Доклады о получении боеприпасов. Прицеливание. Производство выстрела. Доклад о завершении стрельбы. Зарядание, изготовка, прицеливание, производство выстрела из положения «стоя» без ОПОРЫ. Доклады. Изготовка к стрельбе из положения «с колена» и лёжа с опорой и без опоры, Прицеливание, Производство выстрела. Доклады.

Совершенствование техники и навыков стрельбы из пневматической винтовки: Тренировка в стрельбе по мишени «П» на расстоянии 5 метров из положения «сидя за столом с опорой на локоть». Совершенствование техники и навыков стрельбы. Тренировка в стрельбе из пневматической винтовки по мишени «П» на расстояние 5 метров из положения «стоя» и «с колена» с опорой и без опоры. Тренировка в стрельбе из пневматической винтовки по

мишени «П» на расстояние 5 и 10 метров из положения «лёжа» с опорой и без опоры. Подготовка к соревнованиям по стрельбе из пневматической винтовки.

### **Строевая подготовка**

Строй и управление ими: Строй, шеренга, фланг, фронт, тыльная сторона строя, интервал, ширина строя, глубина строя, колонна.

строй, колонна, развернутый строй, походный строй, направляющий, замыкающий. Управление строем. Команды.

Обязанности военнослужащих перед построением и в строю: Проверка исправности оружия, заправка обмундирования, место в строю, передача показаний и команд.

Строевые приемы и Движение без оружия: Строй, команды и обязанности солдата перед построением и в строю. Выполнение команд «Становись», «Равняйся», «Смирно», «Вольно», «Заправиться», «Отставить», «Головные уборы - снять (надеть)». Строевая стойка. Повороты на месте.

Строевой шаг. Повороты в движении. Выполнение воинского приветствия. Выход военнослужащего из строя, подход к начальнику и отход от него.

### **Физическая подготовка**

Легкая атлетика : Разучивание и тренировка в выполнении гимнастических упражнений. Разучивание и тренировка в выполнении упражнений: бег на 100 м, челночный бег, бег на 1 км, бег на 3 км.

Преодоление препятствий: Разучивание приёмов действий при выполнении общего контрольного упражнения на единой полосе препятствий. Техника преодоления отдельных препятствий: лабиринт, ров шириной 2.5 м, разрушенный мост, разрушенная лестница, забор. Проверка выполнения норматива по преодолению препятствий.

Комплексные занятия: Тренировка в преодолении препятствий общего контрольного упражнения. Комплексная тренировка.

### **Основы медицинских знаний**

Здоровье и здоровый образ жизни: Показатели здоровья. Личная гигиена. Профилактика заболеваний, здоровый образ жизни.

Первая медицинская помощь: Начальные основы медицинских знаний: характеристика состояний, требующих оказания первой медицинской помощи.

Первая медицинская помощь при травматизме. Первая медицинская помощь при отравлениях, тепловых, солнечных ударах, ожогах, обморожениях.

Выживание на местности: Выживание на местности в различных географических и климатических условиях: обустройство бивака, разведение костров, добывание и обеззараживание воды и пищи, съедобные и лекарственные растения, следопытство.

### **Служба Отечеству**

История Вооруженных сил России: От эпохи дружин до эпохи высокопрофессиональной армии. История и традиции Вооруженных сил и силовых структур России, символы воинской чести.

Правовые основы военной службы: Общие положения о воинской обязанности, законы РФ о воинской обязанности и военной службе.

Воинские уставы.

Современные ВС России: Назначение, состав, принципы строительства, виды, боевые возможности ВС России на современном этапе. Честь и достоинство российского офицера. Воинский этикет.

## ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Материально-технические условия реализации программы .

Для обучения по данной программе необходимо иметь в наличии: оборудованное помещение для тира, пневматические винтовки, пульки для пневматических винтовок, мишени, макет автомата, наглядные пособия.

Теоретические занятия проходят в кабинете, оснащенном мультимедийное оборудованием.

Для практических занятий необходимы специально оборудованные помещения:

для огневой подготовки - тир, в котором есть пулеулавливатели, прицельный станок; для строевой подготовки — строевой плац  или спортивный зал; для общей физической подготовки -  спортивный зал, спортивный инвентарь, полоса препятствий.

Оборудование по разделу программы «Огневая подготовка»:

- макеты автоматов;
- винтовки ТОЗ-8, ИЖ-38;
- мишенные установки;
- мишени;
- пулеулавливатели.

Оборудование по разделу программы «Физическая подготовка»:

- гимнастические маты;
- подкидной мостик;
- боксерские мешки; учебные видеофильмы.

Оборудование по разделу программы «Основы медицинских знаний»:

- наглядные пособия;
- учебные фильмы;
- войсковой прибор химической разведки;
- аптечка первой помощи.



## Тематическое планирование

№	Название раздела, темы	Количество часов			Дата проведения
		всего	теория	практика	
1	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	1			5.09 7.09
2	Огневая подготовка				
2.1	Меры безопасности при стрельбе	1	1		12.09 14.09
2.2	Теоретические основы стрельбы	1	1		19.09 21.09
2.3	Изготовка к стрельбе из пневматических винтовок	4		4	26.09 28.09 3.10 5.10 10.10 12.10 17.10 19.10
2.4	Совершенствование техники и навыков стрельбы из пневматической винтовки	6		6	31.10 2.11 7.11 9.11 14.11 16.11 21.11 23.11 28.11 30.11 5.12 7.12
3	Строевая подготовка				
3.1	Строй и управление ими.	2		2	12.12 14.12 19.12 21.12
3.2	Обязанности военнослужащих перед построением и в строю	2		2	26.12 28.12 11.01 16.01
3.3	Строевые приемы и движение без оружия	4		4	18.01 23.01 25.01

					30.01 1.02 6.02 8.02 13.02
4.	Физическая подготовка				
4.1	легкая атлетика	4		4	15.02 20.02 22.02 27.02 29.02 5.03 7.03 12.03
4.2	Преодоление препятствий	2		2	14.03 19.03 21.03 2.04
4.3	Комплексные занятия	2		2	4.04 9.04 11.04 16.04
5.	Основы медицинских знаний				
5.1	Здоровье и здоровый образ жизни	1	1		18.04 23.04
5.2	Первая медицинская <u>помощь</u>	2		2	25.04 30.04 2.05 7.05
5.3	Выживание на местности	1	1		14.05 16.05
6.	Служба Отечеству				
6.1	История Вооруженных сил России	1	1		21.05 23.05
6.2	Правовые основы военной службы	1	1		21.05
6.3	Современные ВС России	1	1		23.05
	Итого	36	8	28	