

# ТОЧКА РОСТА

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение  
«Шарканская средняя общеобразовательная школа имени Г.Ф.Лопатина»

Принято:  
Педагогическим советом  
Протокол № 12  
от 29.08. 2022г.

Утверждено  
Приказом № 63/3 от 31.08. 2022г.  
Директор МБОУ «Шарканская  
СОШ им. Г.Ф.Лопатина»  
О.П.Бородулина



Дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа  
**« Юнармия »**

срок реализации: **1** год  
возраст учащихся: **12-15 лет**

Составитель:  
педагог дополнительного образования  
Васильев Алексей Александрович  
Андреев Михаил Александрович

Шаркан, 2022 г.

## Пояснительная записка.

Программа дополнительного образования «Юнармия» имеет социально – педагогическую направленность

Одной из важнейших задач современного образования продолжает оставаться воспитание человека, гражданина, патриота. Какие бы политические события ни происходили в государстве, какие бы противоречия ни возникали среди людей, живущих в стране, - единственным примеряющим и стабилизирующим фактором является любовь каждого гражданина к своему Отечеству.

В последнее время патриотическому воспитанию подрастающего поколения в обществе уделяется большое внимание. Принимаются важные документы на государственном уровне, создаются интересные проекты и акции, привлекающие подростков и молодежь к изучению истории, формированию чувства гордости за свою страну и сопричастность к ее жизни. Все эти мероприятия – часть большой работы, где главное значение принадлежит системе образования. Именно здесь, как правило, формируются первые и самые значимые качества гражданина и патриота.

Вот почему патриотическое воспитание является одним из приоритетных в формировании у подростков высокого патриотического сознания, готовности к выполнению гражданского долга, важнейших конституционных обязанностей по защите интересов Родины.

В основе практики патриотического воспитания должен лежать принцип единства всех его составных частей. Такой подход позволит наиболее полно сформировать качества, умения и навыки, необходимые будущему защитнику Родины: любовь к нашей стране и ее Вооруженным Силам, дисциплинированность, мужество, отвагу, волю, смелость и находчивость, силу, выносливость и ловкость.

Служебно-боевая деятельность войск сопряжена с постоянными высокими физическими нагрузками не только в военное, но и в мирное время. Занятия, тренировки, учения, несение караульной службы, выполнение различных учебно-боевых задач – всё это требует от человека в погонах хорошей закалки – как морально-психологической, так и физической. Поэтому регулярные занятия по физической подготовке позволяют не только овладеть двигательными навыками, необходимыми для профессиональной деятельности, и развить физические качества, но и закалить характер, подготовить себя к тяготам и лишениям воинской службы.

Для дальнейшего становления, как гражданина России и защитника Отечества ребята должны получить хорошие навыки по основам строевой, стрелковой, медицинской, туристической подготовке, гражданской обороне, и истории, обязательно вести здоровый образ жизни и быть хорошо развитыми физически.

**Актуальность.** В настоящее время важным элементом молодежной политики является работа по патриотическому воспитанию и представляет собой организованный и непрерывный процесс педагогического воздействия на сознание, чувства, волю и физическое развитие детей и подростков. Программа решает комплекс вопросов и проблем в этой сфере, в процессе приобретения ребенком навыков и знаний, необходимых для выполнения своей социальной роли; предполагает включение обучающихся в разнообразную, соответствующую их возрастным и индивидуальным особенностям деятельность; развивает понимание того, что через возрождение патриотизма можно сформировать духовно обогащенную, физически развитую, социально адаптированную, граждански ориентированную личность. Знания и умения, полученные детьми, будут являться опорой при изучении школьных предметов, что играет огромную важность в непрерывном образовании личности и создании единого образовательного пространства, подчеркивает прагматическую важность взаимосвязи выстроенной системы процессов обучения, развития, воспитания и их обеспечения.

**Новизна** дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Юнармия» основана на комплексном подходе к подготовке молодого человека «новой

формации», умеющего жить в современных социально-экономических условиях. Она расширяет знания и вырабатывает устойчивые умения учащихся по целому ряду предметов (истории, географии, физкультуре, ОБЖ) формирует высокие нравственные и психологические качества, помогает обучающимся в построении системы жизненных ценностей, основанной на любви к Отечеству, уважении к ее истории, языку, культуре, традициям, позитивного отношения к почетной обязанности защитника Отечества. Программа включает в себя, с одной стороны, усвоение обучающимися *социального опыта* путем вхождения в социальную среду, систему социальных связей; с другой стороны, процесс активного воспроизводства ребенком системы социальных связей за счет его активной деятельности, активного включения в обучение.

**Педагогическая целесообразность.** Обучение по данной программе позволяет пробудить интерес детей к новой деятельности, научить ставить цель, анализировать ситуацию, осуществлять контроль над своими действиями по достижению цели и их коррекции, исходя из измененной ситуации или цели. Осуществлять такие базовые виды деятельности, как организация, управление, познание и обучение, осуществлять выбор, принимать решение и обосновывать его, непринужденно, часто в игровой форме, получать профильные знания по морскому делу - является *педагогически целесообразным*.

**Отличительной особенностью** данной программы является ее долгосрочность и комплексный подход к предоставлению образовательной услуги.

Программный материал образовательной программы по данному направлению объединен в целостную систему подготовки, имеет общие задачи, а также конкретные задачи на каждый период в отдельности. Новизной программы является то, что в своей работе и на занятиях используются нетрадиционные формы педагогических технологий, что явно интересно для обучающихся и хорошо влияет на усвоение материала.

**Адресат программы.** В коллектив принимаются все желающие, не имеющие медицинских противопоказаний. Программа предназначена для детей с 11 до 17 лет.

**Форма организации образовательного процесса:** практическое, комбинированное, соревновательное, групповая.

**Срок реализации программы и режим занятий.** Сроки реализации программы 1 год. Занятия проводятся 1(2) раз в неделю по 2 (1,5) часа. Количество часов в год – 68 (102) ч.

**Обоснованность продолжительности.** Данная программа имеет узкую направленность, поэтому одного года обучения достаточно, чтобы познакомиться с основами военной службы

**Вариативность содержания.** Программой предусмотрены выполнение заданий, как для индивидуального, так и для коллективного и группового исполнения.

**Интегрированность, преемственность.** При реализации данной программы основываюсь на базовые знания обучающихся, полученные на уроках ОБЖ и физической культуры. Реализация данной программы позволяет подготовить подростков к военной службе в соответствии с требованиями Федеральных законов «Об образовании» и «О воинской обязанности и военной службе».

**Основная цель программы** – формирование личности обучающегося средствами туризма, военной подготовки, общей физической подготовкой, преодоления специфических сложностей (факторов выживания), возникающих в экстремальных ситуациях, приобщение к здоровому образу жизни.

Для достижения этой цели необходимо решить следующие **задачи:**

**Образовательные задачи:**

- познакомить обучающихся с системой знаний по основным видам спасательных действий человека в экстремальной ситуации;
- подготовить обучающихся к службе в армии, познакомить обучающихся с устройством и принципом работы автомата Калашникова, техникой движений со снарядами и на тренажерах;

- содействовать приобщению детей к вопросам личной и коллективной безопасности, заинтересованности в предотвращении чрезвычайных ситуаций, оказанию само и взаимопомощи, умелым и быстрым действиям в любой ситуации;

**Воспитательные задачи:**

- формировать определенные черты характера: силу воли, выдержку, смелость, решительность, мужество, терпение, трудолюбие, сопереживание;
- воспитать в детях коммуникабельность, чувство коллективизма, сотрудничества, взаимовыручки;
- воспитать готовности к достойному и самоотверженному служению обществу и государству, к выполнению обязанностей по защите Отечества;

**Развивающие задачи:**

- привить детям навыки самостоятельности, и самоорганизации, потребность в непрерывном самообразовании и самосовершенствовании;
- развить творческие и интеллектуальные способности;
- содействовать профессиональной ориентации.
- развитие умений анализировать специальную информацию, получаемую из различных источников;
- принимать обоснованные решения в конкретной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и своих возможностей.

Для достижения поставленных задач в ходе занятий выдается теоретический материал (рассказ, объяснение, показ), для обучения, закрепления и проверки усвоения пройденного материала проводятся практические занятия и прием тестов физической подготовленности.

**Программа состоит из 7 разделов:** основы знаний «Юнармии», физическая подготовка, огневая подготовка, строевая подготовка, исторические и боевые традиции Отечества, основы безопасности жизнедеятельности, медицинская подготовка.

**Ожидаемые результаты:**

По окончании курса данной программы, обучающиеся должны **знать:**

- Технику безопасности на занятиях по физической, стрелковой, строевой подготовке;
- Материальную часть автомата Калашникова;
- Назначение, боевые свойства, общее устройство и принцип работы автомата Калашникова;
- Специфику физической подготовки;
- Последовательность неполной разборка и сборки АКМ-74;
- Меры безопасности при обращении с автоматом и патронами;
- Правила прицеливания и стрельбы из пневматической винтовки;
- Государственную и военную символику;
- Дни воинской славы России;
- Структуру Вооруженных Сил Российской Федерации;
- Историю, символы ВС РФ;
- Символы воинской чести;
- Правила оказания первой медицинской помощи при различных видах травм;
- Правила безопасного поведения у водоемов, при пожаре, в природных экстремальных ситуациях;
- Опасные природные факторы и защиту от их влияния;
- Современные средства поражения;
- Мероприятия ГО по защите населения;
- Средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожи;
- Приборы радиационной и химической разведки и правила пользования ими.

Должны **уметь:**

- Выполнять неполную разборку и сборку АКМ-74;

- Снаряжать магазин патронами;
- Правильно прицеливаться и прицельно вести стрельбу по мишени;
- Выполнять строевые приемы на месте и в движении по одному и в отделении согласно Строевому уставу Вооруженных Сил Российской Федерации;
- Выполнять перевязку при различных видах травм, останавливать кровотечение различными способами, накладывать шины при различных переломах;
- Надеть противогаз и костюм химической защиты;
- Применять различные туристические узлы, в зависимости от ситуаций;
- Применять различные способы преодоления естественных препятствий в пешем походе;
- Ориентироваться на местности с помощью карты и компаса.

#### Формы подведения итогов:

- участие в районных соревнованиях «Школа безопасности»;
- участие в районных соревнованиях «Добры молодцы»;
- «Вахта памяти»;
- Смотр песни и строя;
- Военизированная эстафета,
- Районный туристический слет,
- Участие в открытых соревнованиях на право ношения Черного берета г.Глазов.

### Учебно-тематический план

№ п\п	Название разделов и тем	Количество часов			Форма контроля
		Общее	Теория	Практика	
1.	<b>Раздел 1. Основы знаний «Юнармии».</b>	<b>1</b>			
2.	<b>Тема1.</b> Знакомство с деятельностью объединения «Юнармия». Техника безопасности на занятиях по физической, стрелковой, строевой подготовке.		1	-	
3.	<b>Раздел 2. Физическая подготовка.</b>	<b>13 (23)</b>			
4.	<b>Тема1.</b> Определение уровня физических качеств: сила, скоростная сила, выносливость, ловкость, силовая выносливость посредством сдачи тестов физической подготовленности.		-	2 (4)	
5.	<b>Тема2.</b> Изучение техники движений со снарядами и на тренажерах, оценка величины отягощения.		1	2 (3)	
6.	<b>Тема3.</b> Круговая тренировка общефизической направленности.		-	2 (3)	
7.	<b>Тема4.</b> Круговая тренировка на развитие силы.		-	2 (4)	
8.	<b>Тема5.</b> Круговая тренировка на		-	2 (4)	

	развитие скоростной выносливости.				
9.	<b>Тема6.</b> Круговая тренировка повышенной интенсивности.		-	2 (4)	
10.	<b>Раздел 3. Огневая подготовка.</b>	<b>14 (18)</b>			
11.	<b>Тема1.</b> Материальная часть автомата Калашникова. Назначение, боевые свойства, общее устройство и принцип работы автомата. Снаряжение магазина патронами.		2	-	
12.	<b>Тема2.</b> Последовательность неполной разборки и сборки АКМ-74. Меры безопасности при обращении с автоматом и патронами. Снаряжение магазина патронами.		1 (2)	2 (4)	
13.	<b>Тема3.</b> Знакомство с правилами прицеливания и стрельбы из пневматической винтовки.		1 (2)	2 (4)	
14.	<b>Тема4.</b> Метание гранаты.		1	3	
15.	<b>Раздел 4. Строевая подготовка.</b>	<b>12 (17)</b>			
16.	<b>Тема1.</b> Строевая стойка. Повороты на месте.		1	1 (3)	
17.	<b>Тема2.</b> Строевой шаг.		1	1 (3)	
18.	<b>Тема3.</b> Повороты направо-налево в движении.		1	2 (3)	
19.	<b>Тема4.</b> Поворот кругом в движении.		1	1	
20.	<b>Тема5.</b> Строевые приемы в движении в отделении.		1	2	Практикум «Строевая подготовка»
21.	<b>Раздел 5. Исторические и боевые традиции Отечества.</b>	<b>6</b>			
22.	<b>Тема1.</b> Государственная и военная символика.		1		
23.	<b>Тема2.</b> Дни воинской славы России.		1		
24.	<b>Тема3.</b> Основные битвы ВОВ, города – герои ВОВ.		1		
25.	<b>Тема4.</b> Символы воинской чести.		1		
26.	<b>Тема5.</b> Вооруженные Силы Российской Федерации.		1		
27.	<b>Тема6.</b> История, символы ВС РФ.		1		Викторина
28.	<b>Раздел 6. Основы безопасности жизнедеятельности.</b>	<b>12 (22)</b>			
29.	<b>Тема1.</b> Безопасность и защита человека в ЧС. Одевание противогаза.		1	2 (3)	
30.	<b>Тема2.</b> ЧС локального характера в природе и безопасность. Одевание ОЗК.		1	3	
31.	<b>Тема3.</b> Туризм.		2 (9)	3 (5)	
32.	<b>Раздел 7. Медицинская подготовка</b>	<b>10 (15)</b>			
33.	<b>Тема1.</b> Первая медицинская помощь		3 (4)	7 (11)	Тест «Оказание

	при различных видах травм.				первой медицинской помощи»
	<b>Итого:</b>	<b>68 (102)</b>	<b>25 (34)</b>	<b>43(68)</b>	

### **Содержание программы.**

Вводное занятие: Основы знаний «Юнармии» - обучающиеся знакомятся с коллективом, с деятельностью объединения «Юнармия» с правилами техники безопасности на занятиях по физической, стрелковой, строевой подготовке.

В разделе «**Физическая подготовка**» с обучающимися проводятся занятия, в процессе которых поводится физическая подготовка направленные на развитие физических качеств: сила, быстрота, ловкость, скоростная и силовая выносливость. С использованием различных средств и методов физического воспитания.

В разделе «**Огневая подготовка**» с обучающимися проводятся занятия, в процессе которых обучающиеся знакомятся с материальной частью автомата Калашникова, Назначением, боевыми свойствами, общим устройством и принципом работы автомата. Выполняют неполную разборку и сборку АКМ-74. Знакомятся с правилами прицеливания и стрельбы из пневматической винтовки.

Выполняют стрельбу по мишеням. Учатся снаряжать магазин патронами.

В разделе «**Строевая подготовка**» обучающиеся знакомятся и изучают на практике строевые приёмы на месте и в движении и с оружием (автоматом АКМ-74) согласно Строевому уставу Вооруженных Сил Российской Федерации.

В разделе **«Исторические и боевые традиции Отечества»** обучающиеся знакомятся с Государственной и военной символикой, Днями воинской славы России, Символами воинской чести, основными битвами ВОВ, городами – героями ВОВ, Вооруженными Силами Российской Федерации, историей, символами ВС РФ.

В разделе **«Основы безопасности жизнедеятельности»** обучающиеся знакомятся с правилами безопасного поведения у водоемов, при пожаре, в природных экстремальных ситуациях; с ЧС аварийного характера в жилище и на транспорте, криминального характера. Опасными природными факторами и защитой от их влияния. Способами подачи сигналов бедствия, способами разведения огня и приготовления пищи, ориентированием и поиском маршрута движения на местности, преодолением рельефных и водных препятствий. Обучающиеся изучают современные средства поражения, мероприятия по защите населения: средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожи, приборы радиационной и химической разведки. На практике отрабатывают навыки одевания и пребывания в противогазе и костюме химической защиты. Находясь в ЧС учатся вязать туристические узлы. Узнают виды туризма. Туристские возможности родного края, природа и его история. Краеведческая работа в походе. Особенности пешеходного туризма. Туристское снаряжение. Рюкзаки. Бивуак. Привалы и ночлеги. Гигиена туриста. Организация и подготовка пешеходного похода. Питание в туристском походе. Ориентирование на местности. Топография. Подготовка к походу выходного дня.

В разделе **«Медицинская подготовка»** обучающиеся знакомятся и изучают на практике правила оказания первой медицинской помощи в природных условиях (ссадины, порезы, укусы животных; вывихи переломы, обморожения; первая помощь утопающему). Первая помощь при ранениях и травмах (виды ран, помощь, повязка на голову и грудь), первая помощь при переломах конечностей. Первая помощь при несчастном случае: остановка кровотечений, повязки на живот, и промежность, верхние и нижние конечности. Первая помощь при ожогах. Первая помощь при обморожениях. Беда на воде. Правила наложения повязок на верхнюю конечность. Правила наложения повязок на нижнюю конечность. Способы переноски пострадавших.

### **Требования к знаниям и умениям, критерии их оценки. Результативность.**

Контроль за ЗУН обучающихся осуществляется на практических занятиях в следующих формах: собеседование, выполнения контрольных упражнений.

## **Условия реализации программы**

Программу «Юнармия» реализует педагог, обладающий соответствующей квалификационной категорией.

Для реализации данной программы необходимы средства:

- комплект учебной мебели.
- учебные макеты автомата Калашникова
- пневматические винтовки
- туристическое снаряжение (обвязки, страховочные верёвки, репшнур, карабины, палатки разных конструкций, компасы, топографические карты, медицинские носилки, спортзал, плакаты по ориентированию и технике преодоления препятствий)
- спортивный инвентарь: мячи набивные, баскетбольные, волейбольные, гири, гантели



- противогазы, костюм химической защиты, приборы ДП – 5В и ВПХР (войсковой прибор химической разведки).
- учебно-методическое и дидактическое обеспечение в соответствии с количеством обучающихся.
- медицинское снаряжение (бинты, носилки, медицинские шины).

### Методическое обеспечение

№	Разделы	Методические материалы	Средства обучения и воспитания
1	<b>Основы знаний «Юнармия»</b>	Дидактический материал	-
2	<b>Физическая подготовка</b>	-	спортивный инвентарь: мячи набивные, баскетбольные, волейбольные, гири, гантели
3	<b>Огневая подготовка</b>	<b>Учебные плакаты:</b> - Автомат Калашникова;	Пневматические винтовки, автомат Калашникова, гранаты
4	<b>Строевая подготовка</b>	Дидактический материал	Калькулятор, линейка
5.	<b>Исторические и боевые традиции Отечества</b>	Дидактический материал	Мультимедийная техника
6.	<b>Основы безопасности жизнедеятельности.</b>	Учебные плакаты: - Поисково-спасательные работы; - Укладка рюкзака; - Спортивная карта; - Ориентирование в походе; - Топографические условные знаки. Условные знаки топографических карт и карт для спортивного	Образцы туристического снаряжения (личного и группового). в противогазы, костюм химической защиты, приборы ДП – 5В и ВПХР (войсковой прибор химической разведки).

		ориентирования.	
7.	<b>Медицинская подготовка</b>	Учебные плакаты: - Поисково-спасательные работы; - Транспортировка пострадавшего; - Первая помощь;	Бинты, жгут, шина.

## Список литературы:

### Для педагога.

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

### Для обучающихся:

1. Ю.К. Сорокин «Атлетическая подготовка допризывника», М. «Советский спорт»1990г.
2. Основы медицинских знаний учащихся: Учебник для средних учебных заведений / Под ред. М.Н. Гоголева. М. Просвещение 1991.
3. Смирнов А.Т., Васне В.А., Мишин Б.И. Основы безопасности жизнедеятельности. 11 класс: Учебник. М. Просвещение, 2002.
4. Куприн А.М. «Занимательная картография» Книга для учащихся 6-8 классов средней школы. М. 1989г.
5. Фесенко Б.И. «Книга молодого ориентировщика» М. 1997г.

# Контрольно – измерительные и оценочные материалы

## Практикум «Строевая подготовка»

### ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ ЭЛЕМЕНТЫ:

#### Проверка строевой подготовки:

1. Выполнение команд: «Построение в одну шеренгу»,
2. Доклад командира о готовности, ответ на приветствие
3. Команды «Становись», «Равняйся», «Смирно».
4. Перестроение в две шеренги, повороты на месте: «Направо», «Налево», «Кругом» (по 1-2 раза).
7. выполнение строевого шага
10. Заход строя в линию взводных колонн.

### Критерии оценивания

- «отлично», если не менее 50 % проверенных строевых приемов выполнено на «отлично», а остальные – «хорошо», при удовлетворительной оценке за знание положений строевого устава.
- «хорошо», если не менее 50 % проверенных строевых приемов выполнено не ниже «хорошо», а остальные – «удовлетворительно», при удовлетворительной оценке за знание положений строевого устава.
- «удовлетворительно», если не менее 80 % проверенных строевых приемов выполнены не ниже «удовлетворительно».

## Викторина по разделу: «Исторические и боевые традиции Отечества»

1. Что такое герб?

(эмблема государства)

2. Где можно увидеть герб?

(а флагах, монетах, печатях, официальных бумагах, паспортах)

3. Что такое флаг?

(прикреплённое к древку полотнище определённого цвета или нескольких цветов)

4. Где можно увидеть флаги?

(на кораблях, правительственных зданиях и т.д.)

5. Что такое гимн?

(торжественная песня)

6. Где его можно услышать?

(на международных соревнованиях, встречах президентов и т.д.)

7. Команды получают одинаковые карточки с заданиями, кто быстрее и правильно сделает, получает 5 баллов.



1 2 3 4 5

(1- знамя Победы; 2 - Государственный флаг 1858 года; 3 - флаг 1914 года; 4 - флаг РСФСР; 5 - Андреевский флаг)

8. С каким событием связано появление красивого трёхцветного полотнища?

(со строительством в России мощного военного флота)

9. Какое старинное название флага

(стяг)

10. Когда впервые появился триколор?

(в конце XVII века)

11. Кто ввёл порядок расположения цветов?

(Пётр I)

12. Когда мы отмечаем День Государственного флага?

(22 августа)

13. Как называлось сражение после окончания, которого был развеян миф о непобедимости немецкой армии? (Ответ: битва за Москву).

14. Как называется сражение, которое положило начало коренному перелому в ходе Великой Отечественной войны? (Ответ: Сталинградская битва)

15. «Дорога - жизни» - единственная военно-стратегическая транспортная магистраль, которая соединяла блокадный Ленинград с Большой Землей. Как называется озеро, по льду которого она проходила? (Ответ: Ладожское озеро)

16. Как называлось здание, на крыше которого советские солдаты водрузили знамя Победы? (Рейхстаг)

17. Как называется орден, которым награждали высший командный состав Советской Армии за успешное проведение боевых операций?

А) Орден «Отечественная война»

Б) Орден Красная Звезда

В) Орден Победы

Ответ: Орден Победы

18. Как называлась награда, которая вручалась при присвоении звания героя Советского Союза?

А) Орден Красная Звезда

Б) Медаль «Золотая Звезда»

В) Орден Адмирал Нахимов

**Ответ: Медаль «Золотая Звезда»**

### **Критерии оценивания**

Оценивается «зачет» или «незачет»

«зачет» ставится, если обучающийся ответил правильно на 55% вопросов

«незачет» ставится, если обучающийся ответил правильно на менее 55% вопросов

## Тест «Оказание первой помощи»

### 1. Что такое гипоксия?

- А- кислородное голодание;
- Б- обезвоживание организма;
- В- перегрев организма;
- Г- охлаждение организма;
- Д- тепловое облучение.

### 2. Как остановить обильное венозное кровотечение?

- А- наложить давящую повязку;
- Б- наложить жгут;
- В- обработать рану спиртом и закрыть стерильной салфеткой;
- Г- продезинфицировать спиртом и обработать йодом;
- Д- посыпать солью.

### 3. При ранении сонной артерии необходимо срочно:

- А- наложить тугую повязку.
- Б- наложить жгут.
- В- зажать пальцем артерию ниже раны.

### 4. Характерные признаки артериального кровотечения:

- А- Кровь тёмного цвета, вытекает ровной струёй.
- Б- Кровь алого цвета, вытекает пульсирующей струёй.
- В- Кровоточит вся поверхность, вытекает в виде небольших капель.

### 6. Самым надёжным способом остановки кровотечения в случае повреждения крупных артериальных сосудов рук и ног является:

- А- наложение давящей повязки;
- Б- пальцевое прижатие;
- В- максимальное сгибание конечности;
- Г- наложение жгута;

### 7. Жгут накладывается:

- А- При капиллярном кровотечении.
- Б- При артериальном и венозном кровотечении.
- В- При паренхиматозном кровотечении.

### 8. Как правильно выбрать место наложения кровоостанавливающего жгута при артериальном кровотечении?

- А- наложить жгут на обработанную рану;
- Б- выше раны на 10-15 см;
- В- на 15-20 см ниже раны;
- Г- на 20-25 см ниже раны;
- Д- ниже раны на 30 см.

### 9. На какой срок жгут накладывается летом?

- А- На час
- Б- На 1 ч 30 мин
- В- На 2 часа
- Г- На 2 ч 30 мин
- Д- На 3 часа

### 10. На какой срок жгут накладывается зимой?

- А- На час
- Б- На 1 ч 30 мин
- В- На 2 часа
- Г- На 2 ч 30 мин
- Д- На 3 часа

### 11. Вместо жгута можно использовать:

- А- Давящую повязку.
- Б- Закрутку.
- В- Холод к ране.
- Г- Компресс

### 12. К закрытым повреждениям относятся:

А- вывихи, растяжения, ушибы;

Б- ссадины и раны;

В- царапины и порезы.

**13. При обморожении участок кожи необходимо:**

А- Растереть снегом.

Б- Разогреть и дать теплое питье.

В- Растереть варежкой.

**14. Перелом это**

А- разрушение мягких тканей костей;

Б- трещины, сколы, переломы ороговевших частей тела;

В- трещины, сколы, раздробление костей.

**15. При открытом переломе со смещением костей необходимо:**

А- Поправить смещение и наложить шину

Б- Поправить смещение и перевязать

В- Наложить шину с возвращением костей в исходное положение

Г- Перевязать рану, не тревожа перелом, и наложить шину.

**16. При закрытом переломе со смещением костей необходимо:**

А- Поправить смещение и наложить шину

Б- Наложить шину

В- Наложить шину с возвращением костей в исходное положение

Г- Перевязать рану, не тревожа перелом, и наложить шину

**17. Иммобилизация это**

А- сбор военнослужащих;

Б- приведение в свободное состояние частей тела;

В- приведение в неподвижное состояние части тела (конечность, позвоночник).

**18. Шину из жесткого материала накладывают**

А- на голое тело

Б- на скрученную косынку

В- на вату, полотенце или другую мягкую ткань без складок

**19. При иммобилизации фиксируют**

А- повреждённый сустав

Б- повреждённый и соседний сустав

В- все суставы

**20. Признаки теплового удара**

А- повышение температуры тела, появляются озноб, разбитость, головная боль, головокружение, покраснение кожи лица, резкое учащение пульса и дыхания, заметны потеря аппетита, тошнота, обильное потоотделение;

Б- понижение температуры тела, появляются озноб, разбитость, головная боль, головокружение, покраснение кожи лица, резкое учащение пульса и дыхания, заметны потеря аппетита, тошнота;

В- повышение температуры тела, головная боль, покраснение кожи лица, обильное потоотделение.

### **Критерии оценивания**

- «отлично» - 80% – 100% правильных ответов;

- «хорошо» - 60% - 80% правильных ответов;

- «удовлетворительно» - 40% - 60% правильных ответов

- «неудовлетворительно» - до 40% правильных ответов



РАССМОТРЕНА  
на МО учителей «Экология человека»  
протокол № 4  
от 24.03.2020 г.



УТВЕРЖДЕНА  
приказом директора  
МАОУ «Красногорская  
гимназия»  
№ 107 – осн  
от 06.04.2020 г.

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ОБЪЕДИНЕНИЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ «ЮНАРМИЯ»

### Пояснительная записка

В настоящее время важным элементом молодежной политики является работа по патриотическому воспитанию и представляет собой организованный и непрерывный процесс педагогического воздействия на сознание, чувства, волю и физическое развитие детей и подростков. Программа решает комплекс вопросов и проблем в этой сфере, в процессе приобретения ребенком навыков и знаний, необходимых для выполнения своей социальной роли; предполагает включение обучающихся в разнообразную, соответствующую их возрастным и индивидуальным особенностям деятельность; развивает понимание того, что через возрождение патриотизма можно сформировать духовно обогащенную, физически развитую, социально адаптированную, граждански ориентированную личность. Знания и умения, полученные детьми, будут являться опорой при изучении школьных предметов, что играет огромную важность в непрерывном образовании личности и создании единого образовательного пространства, подчеркивает прагматическую важность взаимосвязи выстроенной системы процессов обучения, развития, воспитания и их обеспечения.

Новизна дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Юнармия» основана на комплексном подходе к подготовке молодого человека «новой формации», умеющего жить в современных социально-экономических условиях. Она расширяет знания и вырабатывает устойчивые умения учащихся по целому ряду предметов (истории, географии, физкультуре, ОБЖ) формирует высокие нравственные и психологические качества, помогает обучающимся в построении системы жизненных ценностей, основанной на любви к Отечеству, уважении к ее истории, языку, культуре, традициям, позитивного отношения к почетной обязанности защитника Отечества. Программа включает в себя, с одной стороны, усвоение обучающимися *социального опыта* путем вхождения в социальную среду, систему социальных связей; с другой стороны, процесс активного воспроизводства ребенком системы социальных связей за счет его активной деятельности, активного включения в обучение.

Обучение по данной программе позволяет пробудить интерес детей к новой деятельности, научить ставить цель, анализировать ситуацию, осуществлять контроль над своими действиями по достижению цели и их коррекции, исходя из измененной ситуации или цели. Осуществлять такие базовые виды деятельности, как организация, управление, познание и обучение, осуществлять выбор, принимать решение и обосновывать его, непринужденно, часто в игровой форме, получать профильные знания по морскому делу - является педагогически целесообразным.

В коллектив принимаются все желающие, не имеющие медицинских противопоказаний. Программа предназначена для детей с 13 до 18 лет. Сроки реализации программы 1 год. Занятия проводятся 3 раза в неделю по 1 часу. Количество часов в год – 102 ч.

**Основная цель программы** – формирование личности обучающегося средствами туризма, преодоления специфических сложностей (факторов выживания), возникающих в экстремальных ситуациях, приобщение к здоровому образу жизни.

Для достижения этой цели необходимо решить следующие задачи:

**Образовательные задачи:**

- познакомить обучающихся с системой знаний по основным видам спасательных действий человека в экстремальной ситуации;
- познакомить обучающихся с устройством и принципом работы автомата Калашникова, техникой движений со снарядами и на тренажерах;
- содействовать приобщению детей к вопросам личной и коллективной безопасности, заинтересованности в предотвращении чрезвычайных ситуаций, оказанию само и взаимопомощи, умелым и быстрым действиям в любой ситуации;

**Воспитательные задачи:**

- формировать определенные черты характера: силу воли, выдержку, смелость, решительность, мужество, терпение, трудолюбие, соперничество;
- воспитать в детях коммуникабельность, чувство коллективизма, сотрудничества, взаимовыручки;
- воспитать готовности к достойному и самоотверженному служению обществу и государству, к выполнению обязанностей по защите Отечества;

**Развивающие задачи:**

- привить детям навыки самостоятельности, и самоорганизации, потребность в непрерывном самообразовании и самосовершенствовании;
- развить творческие и интеллектуальные способности;
- содействовать профессиональной ориентации.
- развитие умений анализировать специальную информацию, получаемую из различных источников;
- принимать обоснованные решения в конкретной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и своих возможностей.

Для достижения поставленных задач в ходе занятий выдается теоретический материал (рассказ, объяснение, показ), для обучения, закрепления и проверки усвоения пройденного материала проводятся практические занятия и прием тестов физической подготовленности.

**Календарно – тематический план  
на 2020 – 2021 учебный год**

Раздел	№ занятия	Содержание раздела (темы занятий)	количество часов	Календарные сроки
<b>Раздел 1. Основы знаний «Юнармии».</b>	1	Знакомство с деятельностью объединения «Юнармия». Техника безопасности на занятиях по физической, стрелковой, строевой подготовке	1	01.09
<b>Раздел 2. Физическая подготовка.</b>	2	Определение уровня физических качеств: сила, скоростная сила, выносливость посредством сдачи тестов физической подготовленности	1	01.09
	3	Определение уровня физических качеств: сила, скоростная сила, выносливость посредством сдачи тестов физической подготовленности	1	03.09
	4	Определение уровня физических качеств: ловкость, силовая выносливость посредством сдачи тестов физической подготовленности	1	08.09
	5	Определение уровня физических качеств: ловкость, силовая выносливость посредством сдачи	1	08.09

		тестов физической подготовленности		
	6	Изучение техники движений со снарядами и на тренажерах	1	10.09
	7	Изучение техники движений со снарядами и на тренажерах, оценка величины отягощения	1	15.09
	8	Изучение техники движений со снарядами и на тренажерах, оценка величины отягощения	1	15.09
	9	Изучение техники движений со снарядами и на тренажерах, оценка величины отягощения	1	17.09
	10	Круговая тренировка общефизической направленности	1	22.09
	11	Круговая тренировка общефизической направленности	1	22.09
	12	Круговая тренировка общефизической направленности	1	24.09
	13	Круговая тренировка на развитие силы	1	29.09
	14	Круговая тренировка на развитие силы	1	29.09
	15	Круговая тренировка на развитие силы	1	01.10
	16	Круговая тренировка на развитие силы	1	06.10
	17	Круговая тренировка на развитие скоростной выносливости	1	06.10
	18	Круговая тренировка на развитие скоростной выносливости	1	08.10
	19	Круговая тренировка на развитие скоростной выносливости	1	13.10
	20	Круговая тренировка на развитие скоростной выносливости	1	13.10
	21	Круговая тренировка повышенной интенсивности	1	15.10
	22	Круговая тренировка повышенной интенсивности	1	20.10
	23	Круговая тренировка повышенной интенсивности	1	20.10
	24	Круговая тренировка повышенной интенсивности	1	22.10
<b>Раздел 3. Огневая подготовка.</b>	25	Материальная часть автомата Калашникова. Назначение, боевые свойства, общее устройство и принцип работы автомата.	1	10.11
	26	общее устройство и принцип работы автомата. Снаряжение магазина патронами	1	10.11
.	27	Последовательность неполной разборки и сборки АКМ – 74. Меры безопасности при обращении с автоматом и патронами. Снаряжение магазина патронами	1	12.11

	28	Последовательность неполной разборки и сборки АКМ – 74. Меры безопасности при обращении с автоматом и патронами. Снаряжение магазина патронами	1	17.11
	29	Сборка и разборка АКМ – 74. Снаряжение магазина патронами.	1	17.11
	30	Сборка и разборка АКМ – 74. Снаряжение магазина патронами.	1	19.11
	31	Сборка и разборка АКМ – 74. Снаряжение магазина патронами.	1	24.11
	32	Сборка и разборка АКМ – 74. Снаряжение магазина патронами.	1	24.11
	33	Знакомство с правилами прицеливания и стрельбы из пневматической винтовки	1	26.11
	34	Знакомство с правилами прицеливания и стрельбы из пневматической винтовки	1	01.12
	35	Стрельба из пневматической винтовки	1	01.12
	36	Стрельба из пневматической винтовки	1	03.12
	37	Стрельба из пневматической винтовки	1	08.12
	38	Стрельба из пневматической винтовки	1	08.12
	39	Инструктаж по метанию гранаты. Метание гранаты из укрытия в цель	1	10.12
	40	Метание гранаты из укрытия в цель	1	15.12
	41	Метание гранаты лежа в цель	1	15.12
	42	Метание гранаты лежа в цель	1	17.12
<b>Раздел 4. Строевая подготовка</b>	43	Строевая стойка. Повороты на месте	1	22.12
	44	Строевая стойка. Повороты на месте	1	22.12
	45	Строевая стойка. Повороты на месте	1	24.12
	46	Строевая стойка. Повороты на месте	1	29.12
	47	Строевой шаг	1	29.12
	48	Строевой шаг	1	31.12
	49	Строевой шаг	1	12.01
	50	Строевой шаг	1	12.01
	51	Повороты направо – налево в движении	1	14.01
	52	Повороты направо – налево в движении	1	19.01
	53	Повороты направо – налево в движении	1	19.01
	54	Повороты направо – налево в движении	1	21.01
	55	Поворот кругом в движении	1	26.01
	56	Поворот кругом в движении	1	26.01
	57	Строевые приемы в движении в	1	28.01

		отделении		
	58	Строевые приемы в движении в отделении	1	02.02
	59	Строевые приемы в движении в отделении	1	02.02
<b>Раздел 5. Исторические и боевые традиции Отечества.</b>	60	Государственная и военная символика	1	04.02
	61	Дни воинской славы России	1	09.02
	62	Основные биты ВОВ, города – герои ВОВ	1	09.02
	63	Символы воинской чести	1	11.02
	64	Вооруженные силы Российской Федерации	1	16.02
	65	История, символы ВС РФ	1	16.02
<b>Раздел 6. Основы безопасности жизнедеятельности</b>	66	Безопасность и защита человека в ЧС. Одевание противогаза	1	18.02
	67	Безопасность и защита человека в ЧС. Одевание противогаза	1	25.02
	68	Одевание противогаза. Замена фильтрующей коробки.	1	02.03
	69	Одевание противогаза. Замена фильтрующей коробки.	1	02.03
	70	ЧС локального характера в природе и безопасность. Одевание ОЗК норматив №1	1	04.03
	71	ЧС локального характера в природе и безопасность. Одевание ОЗК норматив №1	1	09.03
	72	Вязание узлов. Одевание ОЗК норматив №2	1	09.03
	73	Вязание узлов. Одевание ОЗК норматив №2	1	11.03
	74	Туризм в России. Виды туризма. Инструктаж по технике безопасности.	1	16.03
	75	Туристские возможности родного края, природа и его история. Краеведческая работа в походе.	1	16.03
	76	Туристские возможности родного края, природа и его история. Краеведческая работа в походе.	1	18.03
	77	Особенности пешеходного туризма.	1	23.03
	78	Туристское снаряжение. Рюкзаки.	1	23.03
	79	Бивуак. Привалы и ночлеги.	1	25.03
	80	Бивуак. Привалы и ночлеги.	1	06.04
	81	Гигиена туриста. Организация и подготовка пешеходного похода.	1	06.04
	82	Гигиена туриста. Организация и подготовка пешеходного похода.	1	08.04
	83	Питание в туристском походе.	1	13.04
	84	Ориентирование на местности. Топография.	1	13.04



	85	Ориентирование на местности. Топография.	1	15.04
	86	Подготовка к походу выходного дня.	1	20.04
	87	Подготовка к походу выходного дня.	1	20.04
<b>Раздел 7. Медицинская подготовка</b>	88	Средства оказания первой помощи.	1	22.04
	89	Виды кровотечений. Способы остановки кровотечений.	1	27.04
	90	Виды кровотечений. Способы остановки кровотечений.	1	27.04
	91	Переломы. Проведение иммобилизации.	1	29.04
	92	Первая помощь при ожогах.	1	04.05
	93	Первая помощь при обморожениях.	1	04.05
	94	Беда на воде.	1	06.05
	95	Закрытые травмы. Первая помощь.	1	11.05
	96	Закрытые травмы. Первая помощь.	1	11.05
	97	Правила наложения повязок на верхнюю конечность.	1	13.05
	98	Правила наложения повязок на верхнюю конечность.	1	18.05
	99	Правила наложения повязок на нижнюю конечность.	1	18.05
	100	Правила наложения повязок на нижнюю конечность.	1	20.05
	101	Способы переноски пострадавших.	1	25.05
	102	Способы переноски пострадавших.	1	25.05
Итого часов:			102	