

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «ЮНАРМЕЕЦ»

І. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Актуальность данной программы заключается в том, что она направлена на дальнейшее формирование патриотического сознания детей и является одной из основ их духовно-нравственного развития.

Программа «Юнармейцы», прежде всего, перестраивает сознание ребенка, формируя у него необходимые установки на предстоящую службу.

Военно-патриотическое воспитание программы направлено на формирование у детей духовно-нравственных принципов и гражданской ответственности, любви и преданности своему Отечеству, готовности к достойному и самоотверженному служению обществу и государству.

Физкультурно-оздоровительная работа программы направлена на развитие и совершенствование у детей физических качеств – выносливости, силы, быстроты и ловкости. Обучающиеся овладевают навыками преодоления различных препятствий, стрельбы из пневматического оружия.

Основная цель программы – всестороннее развитие и совершенствование личности детей и подростков, удовлетворение их индивидуальных потребностей в интеллектуальном, нравственном и физическом совершенствовании.

Задачи:

- Воспитание у молодежи высокой гражданско- социальной активности, патриотизма;
- Изучение истории страны и военно- исторического наследия Отечества, расширение знаний об истории и выдающихся людях «малой» Родины;
- Развитие в молодежной среде ответственности, принципов коллективизма, системы нравственных установок личности на основе присущей российскому обществу системы ценностей;
- Формирование положительной мотивации к прохождению военной службы;
- Укрепление физической закалки организма;

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.

ІІ. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Личностные:

- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки;
- развитие доброжелательности, эмоционально- нравственной отзывчивости понимания и сопереживания чувства других людей;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных спортивных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;

Метапредметные:

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств её осуществления;
- готовность слушать собеседника и вести диалог, готовность признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою; излагать своё мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий;

- умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности;
- адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- взаимодействовать: в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх.

Предметные:

- знание правил поведения и профилактики травматизма на занятиях физической культуры, правил безопасности
- соотнесение результатов выполнения двигательных действий с эталоном – рисунком, образцом, правилом;
- выполнение тестовых заданий для определения уровня развития физических качеств – силы, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости;
- выполнение разнообразных способов передвижения ходьбой, бегом и прыжками, передвижения по возвышенной опоре, имеющей ограниченную площадь;
- выполнение разнообразных строевых;
- осваивать: универсальные умения в самостоятельной организации и проведении подвижных игр, двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр.
- излагать: правила и условия проведения подвижных игр.
- моделировать: технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач.
- принимать: адекватные решения в условиях игровой деятельности.

III. СОДЕРЖАНИЕ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ.

Программа состоит из 4 разделов: «Основы знаний юнармейца», «Медицинская подготовка», «Строевая подготовка», «Общая физическая подготовка».

«Основы знаний юнармейца».

Знакомство с деятельностью кружка «Юнармейцы». Техника безопасности на занятиях по физической, строевой подготовке. Клятва юнармейца, девиз. Техника безопасности на занятиях по физической, строевой подготовке. Знакомство с видами вооруженных сил Российской Федерации. Военная присяга. Содержание и порядок проведения присяги.

Команды, подаваемые в строю. Обязанности командира и военнослужащих. Рапорт. Воинские торжественные ритуалы. Техника безопасности на занятиях по физической, строевой подготовке. История создания Уставов в Российских Вооруженных Силах. Виды и назначение уставов. История создания оружия. Холодное оружие. История создания оружия. Стрелковое оружие. Техника безопасности на занятиях по физической, строевой подготовке. История воинской службы в России. О жизни и быте военнослужащих, об их правах и обязанностях. История военной формы в Российских Вооруженных Силах.

«Медицинская подготовка».

Режим дня. Личная гигиена. Первая медицинская помощь при некоторых видах травм. Помощь при ожогах. Помощь при порезах. Помощь при переломах. Практические занятия.

«Строевая подготовка».

Строй и управление ими. Обязанности командиров и военнослужащих перед построением и в строю. Строевые приемы и движение без оружия. Строевая стойка. Повороты на месте. Движение. Повороты в движении. Выполнение воинского приветствия, выход из строя и возвращение в строй. Подход к начальнику и отход от него. Выполнение воинского приветствия без оружия на месте и в движении. Выход из строя и возвращение в строй. Подход к начальнику и отход от него. Строевой смотр в пешем порядке с песней.

«Общая физическая подготовка».

Определение уровня физических качеств: сила, скоростная сила, выносливость, ловкость, силовая выносливость посредством сдачи тестов физической подготовленности. Общие упражнения, направленные на развитие различных физических качеств. Упражнения на напряжение и расслабление различных групп мышц. Приёмы самостраховки и самообороны.

IV. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ.

1 класс

№ п\п	Тема урока	Кол-во часов
Основы знаний юнармейца.		
1	Знакомство с деятельностью кружка «Юнармейцы». Техника безопасности на занятиях по физической, строевой подготовке.	1
2-3	Клятва юнармейца, девиз.	1
Медицинская подготовка		
4	Режим дня. Личная гигиена.	1
5	Первая медицинская помощь при различных видах травм. Помощь при ушибах.	1
Строевая подготовка.		
5	Построение в одношереножный строй.	1
6	Изучение основных правил построения в строевую стойку.	1
7	Строевой шаг на месте.	1
8	Повороты на месте.	1
9-10	Тренировка навыков применения строевых приемов на месте, выполнение команд подаваемых в строю.	2
11-12	Повороты в движении.	2
Физическая подготовка.		
13	Определение уровня физических качеств: сила, скоростная сила, выносливость, ловкость, силовая выносливость посредством сдачи тестов физической подготовленности.	1
14	Круговая тренировка общефизической направленности.	1
15	Круговая тренировка на развитие силы и на развитие скоростной выносливости.	1
16	Круговая тренировка повышенной интенсивности.	1
17	Смотр песни и строя.	1

2 класс

№ п\п	Тема урока	Кол-во часов
Основы знаний «Юнармейца».		
1	Техника безопасности на занятиях по физической, строевой подготовке.	1
2	Знакомство с видами вооруженных сил Российской Федерации.	1
3	Военная присяга. Содержание и порядок проведения	

	присяги.	
4	Команды, подаваемые в строю. Обязанности командира и военнослужащих.	1
5	Рапорт. Военские торжественные ритуалы	1
Медицинская подготовка		
4	Первая медицинская помощь при различных видах травм. Помощь при ожогах.	1
5.	Практическое занятие. Первая медицинская помощь при ушибах и ожогах.	1
Строевая подготовка.		
6-7	Тренировка построения в одношереножный строй. Повороты в строю.	2
8	Перестроение в двухшереножный строй. Повороты в строю.	1
9	Смыкание и размыкание в строю набор интервала в строю.	1
10-11	Повороты направо-налево в движении.	2
11-12	Поворот кругом в движении.	2
Физическая подготовка.		
13	Общие упражнения, направленные на развитие различных физических качеств. Упражнения на напряжение и расслабление различных групп мышц.	1
14	Круговая тренировка общефизической направленности.	1
15	Круговая тренировка на развитие силы.	1
16	Круговая тренировка на развитие скоростной выносливости.	1
17	Смотр песни и строя.	1

3 класс

№ п\п	Тема урока	Кол-во часов
Основы знаний «Юнармейца».		
1	Техника безопасности на занятиях по физической, строевой подготовке.	1
2-3	История создания Уставов в Российских Вооруженных Силах. Виды и назначение уставов.	2
4	История создания оружия. Холодное оружие.	1
5	История создания оружия. Стрелковое оружие.	1
Медицинская подготовка		
4	Первая медицинская помощь при различных видах травм. Помощь при порезах.	1
5.	Практическое занятие. Алгоритм остановки кровотечений. Правила наложения повязки.	1
Строевая подготовка.		
6	Повторение построения в одношереножный и двухшереножный строй, поворотов в строю.	1
7-8	Воинское приветствие. Выход из строя. Движение строевым шагом.	2
9	Подход к начальнику и отход от него. Движение строевым шагом.	1
10-11	Повороты направо-налево в движении.	2

11-12	Поворот кругом в движении.	2
Физическая подготовка.		
13-17	Общие упражнения, направленные на развитие различных физических качеств. Упражнения на напряжение и расслабление различных групп мышц.	1
14	Приёмы самостраховки.	1
15	Круговая тренировка на развитие силы.	1
16	Круговая тренировка на развитие скоростной выносливости.	1
17	Смотр песни и строя.	1

4 класс

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов
Основы знаний «Юнармейца».		
1	Техника безопасности на занятиях по физической, строевой подготовке.	1
2	История воинской службы в России.	1
3	О жизни и быте военнослужащих, об их правах и обязанностях.	1
4.	История военной формы в Российских Вооруженных Силах.	1
Медицинская подготовка		
4	Первая медицинская помощь при различных видах травм. Помощь при переломах.	1
5.	Практическое занятие. Алгоритм наложение повязки при переломах.	1
Строевая подготовка.		
6	Повторение подхода к начальнику и отхода от него, движения строевым шагом, поворотов направо-налево в движении.	1
7-10	Подача команд для построения, движения, перестроения отделения в различных строях на месте и в движении.	4
11-12	Движение строевым шагом. Повороты в движении.	1
Физическая подготовка.		
13-17	Общие упражнения, направленные на развитие различных физических качеств.	5
14	Приёмы самообороны.	1
15	Круговая тренировка на развитие силы.	1
16	Круговая тренировка на развитие скоростной выносливости.	1
17	Смотр песни и строя.	1