

Отдел образования администрации городского округа Рефтинский
Муниципальное автономное нетиповое образовательное учреждение
«Центр молодёжи» городского округа Рефтинский

Программа принята на
педагогическом совете
Протокол № 8
от «26» августа 2026 г.



Утверждаю
Директор МАНОУ «Центр молодёжи»
С.А. Ткалич
Приказ № 81
от «26» августа 2026 г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
социально-гуманитарной направленности
«Юнармеец»

Возраст обучающихся: 8 – 17 лет
Срок реализации 2 года (252 часов)

Автор-составитель:
Болотов К.Н.,
педагог дополнительного
образования

го Рефтинский 2026 г.

1. Комплекс основных характеристик программы

1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная программа «Юнармеец» и порядок ее утверждения разработан в соответствии с Федеральным Законом от 29 декабря 2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года от 31 марта 2020 г. №678-р, Постановлением главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», Уставом МАНОУ «Центр молодёжи», Положением о дополнительных общеобразовательных программах МАНОУ «Центр молодёжи», Уставом Всероссийского детско-юношеского военно-патриотического общественного движения «ЮНАРМИЯ», Положением о юнармейском отряде, Положением о ведении единого реестра участников ВВПОД «ЮНАРМИЯ», Приказом Министра обороны РФ № 96, Минобразования РФ № 134 от 24.02.2010 г. "Об утверждении Инструкции об организации обучения граждан Российской Федерации начальным знаниям в области обороны и их подготовки по основам военной службы" (далее Инструкция).

1.1.1. Направленность (профиль):

Программа имеет социально-гуманитарную направленность: (патриотическое воспитание, правовая подготовка) с элементами технической (изучение устройства техники, так медицина) и физкультурно-спортивной (ОФП, рукопашный бой) направленностей.

1.1.2. Актуальность программы:

Актуальность обусловлена необходимостью формирования у подрастающего поколения высоких морально-нравственных ценностей, чувства патриотизма и готовности к служению Отечеству. Программа реализует социальный заказ государства и родителей на подготовку физически развитых, дисциплинированных и грамотных граждан, готовых к осознанному выбору профессии, в том числе в силовых структурах и ВС РФ. Программа соответствует «Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года» и задачам «Государственной программы патриотического воспитания граждан РФ».

1.1.3. Отличительные особенности программы, новизна:

Программа является разноуровневой и модульной. Она учитывает разный уровень начальной подготовки обучающихся (базовый и продвинутый).

Новизна: Интеграция современных методик обучения (лазерные тир, симуляторы) с классическими дисциплинами начальной военной подготовки. Акцент на практическую отработку навыков выживания и тактической медицины в условиях, приближенных к реальным.

1.1.4. Адресат программы:

Обучающиеся 14–17 лет. В этом возрасте происходит активное формирование гражданской позиции, самостоятельности и волевых качеств. Программа рассчитана на разновозрастные группы (14–17 лет), что способствует развитию наставничества и взаимовыручки.

Наполняемость группы: 10–15 человек.

Условия приема: Принимаются все желающие, не имеющие медицинских противопоказаний к физическим нагрузкам.

1.1.5. Объём и срок освоения программы:

Срок реализации: 2 года.

Режим занятий:

1-й год: 3 часа в неделю (36 недель), итого 108 часов.

2-й год: 4 часа в неделю (36 недель), итого 144 часа.

Продолжительность академического часа: 45 минут.

Перерыв между занятиями: 15 минут.

1.1.6. Особенности организации образовательного процесса:

Форма обучения: Очная.

Форма организации образовательного процесса: Групповая, индивидуально-групповая.

Формы проведения занятий: Лекция-беседа, семинар-практикум, мастер-класс, ролевая игра, тренировка, практическое занятие, экскурсия.

Формы подведения итогов: Зачеты по модулям, итоговый смотр-конкурс, участие в соревнованиях (ВСИ), защита итогового проекта (на 2-м году).

1.2. Цель и задачи программы

Цель: Вовлечение детей в военно-патриотическую деятельность для формирования личности гражданина-патриота России, обладающего высокими морально-волевыми качествами и готового к защите Отечества.

Задачи:

- Обучающие- Сформировать знания об истории ВС РФ и юнармейского движения. Научить правилам обращения со стрелковым оружием (теория/ММГ). Сформировать навыки строевой подготовки и выполнения воинского приветствия. Научить основам тактической медицины и оказания первой помощи. Ознакомить с основами военной топографии и РХБЗ.

- Развивающие- Развить физическую выносливость, силу, ловкость через занятия ОФП. Развить навыки командной работы и лидерские качества.
- Развить способность к самоорганизации, дисциплинированность и ответственность.
- Развить аналитическое мышление при решении тактических задач.

Воспитательные - Воспитать чувство патриотизма, любви к Родине и уважения к ее истории. Сформировать глубокое уважение к государственным символам РФ. Воспитать чувство долга, товарищества и коллективизма. Сформировать неприятие вредных привычек и приверженность здоровому образу жизни.

1.3. Планируемые результаты

Предметные:

Знать:

- назначение и организационную структуру Вооруженных Сил Российской Федерации, виды Вооруженных Сил и рода войск;
- сущность и значение военной присяги, государственного флага и боевого знамени воинской части;
- назначение и общее устройство компаса;
- элементы строя и обязанности солдата перед построением и в строю, порядок выполнения строевых приемов;
- порядок и правила оказания первой медицинской помощи;
- правила личной гигиены
- устройство АК-74 (ММГ)
- надевать противогаз/ОЗК на время

Уметь:

- правильно надевать-снимать, укладывать и переносить средства индивидуальной защиты
- выполнять одиночные строевые приемы без оружия и с оружием, слаженно действовать в составе подразделения.
- определять стороны горизонта по компасу и признакам местных предметов; - применять штатные средства оказания первой медицинской помощи.

Метапредметные: Уметь планировать свою деятельность в рамках проекта/игры; работать с информацией (карта); продуктивно общаться в команде для достижения общей цели; анализировать свои действия и корректировать их, вести самостоятельную информационно-познавательную деятельность.

Личностные: Сформированная российская гражданская идентичность; готовность к служению Отечеству; уважение к истории и традициям; ответственность за свои поступки; навыки здорового образа жизни.

2. Содержание общеразвивающей программы

2.1. Учебный план

Учебный план на 1-й год обучения (108 часов)

№	Разделы программы	Всего часов	Теория	Практика	Форма контроля/аттестации
1	Введение	2	1	1	Тест, анкетирование
1.1	Вооружённые Силы РФ на современном этапе	—	—	—	—
1.2	Тесты по теоретическому материалу	—	—	—	—
2	Правовая подготовка	4	2	2	Контрольная точка
3	Огневая подготовка	18	8	10	Соревнование, тестирование

3.1	Назначение, принцип действия и устройство АК-74 и ПМ	—	—	—	—
4	Физическая подготовка	16	2	14	Тесты по ОФП
4.1	Комбинированные занятия	—	—	—	—
5	Основы рукопашного боя	12	4	8	Соревнование
5.1	Повторение и закрепление изученного материала	—	—	—	—
6	Стрелковая подготовка	16	4	12	Промежуточная аттестация
6.1	Строй и их элементы	—	—	—	—
6.2	Стрелковая стойка	—	—	—	—
6.3	Управление строями	—	—	—	—
7	Защита от оружия массового поражения	6	2	4	Тестовая работа
7.1	Ядерное, химическое и биологическое (бактериологическое) оружие	—	—	—	—
7.2	Индивидуальные средства защиты от ОМП	—	—	—	—
8	Военная топография	5	3	2	Контрольная точка
8.1	Основы обучения военной топографии	—	—	—	—
9	Инженерная подготовка	6	3	3	Тест
9.1	Правила инженерной подготовки	—	—	—	—
10	Противопожарная подготовка	6	3	3	Контрольная точка
10.1	Правила пожарной безопасности	—	—	—	—
11	Военно-медицинская подготовка	6	3	3	Контрольная точка
11.1	Изучение основ военно-медицинской подготовки	—	—	—	—
12	Выживание в экстремальных условиях (в таёжных условиях)	4	2	2	Практическое занятие
12.1	Основные навыки выживания в экстремальных условиях	—	—	—	—
13	Итоговая аттестация	3	1	2	Тесты по ОФП
	Итого	108	39	69	

Учебный план на 2-й год обучения (144 часа)

№	Разделы программы	Всего часов	Теория	Практика	Форма контроля/аттестации
1	Введение. Вводное занятие	2	1	1	Тест, анкетирование

1.1	Инструктаж по технике безопасности	2	1	1	—
2	Общефизическая подготовка	29	4	25	Соревнование
2.1	Разучивание и тренировка в выполнении 1-го комплекса армейских вольных упражнений	20	1	19	—
2.2	Изучение общего контрольного упражнения на единой полосе препятствий по элементам	5	1	4	Практическое занятие
2.3	Изучение техники метания гранат (стоя с места, в движении, с колена и лёжа). Тренировка в метании гранат на точность и дальность	2	1	1	—
2.4	Итоговое занятие	2	1	1	—
3	Ориентирование	8	4	4	Промежуточная аттестация
3.1	Понятие «карты»	2	1	1	—
3.2	Условные знаки	2	1	1	—
3.3	Масштабы карт	2	1	1	—
3.4	Устройство и правила пользования компасом	2	1	1	Практическое занятие
4	Строевая подготовка	24	4	20	Промежуточная аттестация
4.1	Торжественное прохождение в составе отделения	2	1	1	—
4.2	Действия в составе отделения на месте и в движении	15	1	14	—
4.3	Одиночная строевая подготовка	6	1	4	—
4.4	Зачёт по разделу	1	1	0	Тестирование
5	Гражданская оборона	8	3	5	—
5.1	Пользование средствами индивидуальной защиты (респираторы, противогазы)	3	1	2	—
5.2	Преодоление участков заражения и препятствий в средствах защиты	3	1	2	—
5.3	Зачёт по разделу	2	1	1	Тестирование
6	Тактическая подготовка	18	6	12	—
6.1	Краткий экскурс в историю тактики	2	1	1	—
6.2	Тактическое снаряжение бойца	3	1	2	Практическое занятие
6.3	Действие отделения в обороне	6	2	4	Практическое занятие
6.4	Действие отделения в наступлении	4	1	3	Практическое занятие

6.5	Методы и способы ведения разведки	2	1	1	—
6.6	Решение тактических задач индивидуально и в группе	1	0	1	Практическое занятие
7	Огневая подготовка	18	5	13	—
7.1	Боевые свойства, назначение и устройство пневматической винтовки	3	1	2	—
7.2	Подготовка к стрельбе, правила поведения в тире	3	1	2	—
7.3	Стрельба из пневматической винтовки лёжа с упора	4	1	3	—
7.4	Разборка, сборка автомата Калашникова	4	1	3	Соревнование
7.5	Снаряжение и разряжение магазина автомата Калашникова	3	1	2	—
7.6	Зачёт по разделу	1	0	1	Практическое занятие
8	Медико-санитарная подготовка	12	8	4	—
8.1	Медицинские термины	1	1	0	—
8.2	Алгоритм оказания первой доврачебной помощи	4	2	2	—
8.3	Алгоритм оказания первой доврачебной помощи при механических травмах	2	1	1	—
8.4	Алгоритм оказания первой доврачебной помощи при ранениях и ожогах	2	1	1	—
8.5	Виды перевязок	1	0	1	—
8.6	Зачёт по разделу	2	1	1	Тестирование
9	Интеллектуальная подготовка	8	4	4	—
9.1	Основы исторических знаний	4	2	2	—
9.2	Краеведение и география	4	2	2	—
10	Психологическая подготовка	6	3	3	—
10.1	Страх, паника. Способы преодоления страха и паники	2	1	1	—
10.2	Конфликты, ссоры, взаимоотношения в группе. Способы предотвращения	2	1	1	—
10.3	Психологическая саморегуляция	2	1	1	—
11	Участие и организация мероприятий	9	4	5	—
11.1	Месячник оборонно-массовой и спортивной работы	2	1	1	—
11.2	Весенняя неделя добра	2	1	1	—
11.3	Игры «Зарница», «Орлёнок»	2	1	1	Соревнование

11.4	Организация экскурсий	3	1	2	—
12	Заключительное занятие	2	1	1	—
	ВСЕГО	144	47	97	

2.2. Содержание учебного плана (реферативное описание)

Содержание учебного плана на 1-й год обучения (108 часов)

№	Название модуля / темы	Теоретическая часть (описание)	Практическая часть (описание)
I	Вводный модуль	4 ч. История создания Вооружённых Сил РФ. История и цели движения «Юнармия». Военная обязанность и альтернативная гражданская служба. Кодекс чести юнармейца. Размещение военнослужащих. Взаимоотношения между военнослужащими ВС РФ. Русские воинские традиции, отношение к чести и достоинству мундира в мирной жизни.	4 ч. Знакомство с символикой ВВПОД «Юнармия» и ВС РФ. Изучение и отработка правил воинского приветствия. Решение ситуационных задач на знание прав и обязанностей гражданина. Анкетирование для выявления уровня воспитанности, эмоционального состояния и мотивации к занятиям. Входной тест по базовым понятиям (история ВС РФ, основы воинской службы).
II	Правовая подготовка	2 ч. Субъекты правообразовательной деятельности. Формирование системы правовых знаний, объективно отражающих правовую действительность. Правовые основы воинской службы и статус военнослужащего.	2 ч. Разбор практических ситуаций, связанных с правовыми нормами в воинской среде. Формирование социально полезного эмоционального отношения к правовым явлениям через моделирование этических дилемм и обсуждение последствий неправомерных действий.
III	Огневая подготовка	8 ч. Общее понятие о внутренней и внешней баллистике. Назначение, принцип действия и устройство АК-74 и ПМ. Тактико-технические характеристики, правила ухода и хранения оружия. Правила поведения в тире и на линии огня. Порядок обращения с оружием при	10 ч. Неполная разборка и сборка АК-74 (на макетах/учебных образцах). Отработка действий на огневом рубеже. Стрельба из пневматической винтовки в разных положениях (стоя, сидя, лёжа с упором) — отработка скорости и точности.

		стрельбе и чистке. Устройство гранаты, порядок применения, техника безопасности при обращении с оружием.	Выполнение стрелковых упражнений, контроль кучности и попадания. Отработка нормативов по обращению с оружием.
IV	Физическая подготовка	2 ч. Изучение нормативов по физической подготовке. Основы безопасного выполнения упражнений. Принципы построения тренировочного процесса и самоконтроля.	14 ч. Комплексы общеразвивающих упражнений и утренняя зарядка. Отработка техники преодоления отдельных элементов полосы препятствий. Преодоление полосы препятствий без учёта времени. Лыжная подготовка (при наличии условий). Тренировки на развитие силы, выносливости и координации.
V	Основы рукопашного боя	4 ч. Повторение и закрепление изученных бросков в стойке. Теория по правилам соревнований «Самбо». Правила защиты от ударов ножом (сверху, снизу, прямо, сбоку). Приёмы обезоруживания противника. Воздействие на болевы́е точки. Основы тактики ведения учебного поединка.	8 ч. Разминка с элементами страховки и самостраховки. Разучивание и отработка подготовительных приёмов (самострахование, изготовка к бою, передвижение). Отработка бросков, подножек, приёмов связывания противника. Тренировка приёмов обезоруживания при угрозе пистолетом (спереди, сзади, в упор). Учебные бои в защитной экипировке. Проведение мини-соревнований по самбо.
VI	Строевая подготовка	4 ч. Строевые элементы и их назначение. Правила строевой подготовки. Основы управления строями. Команды и сигналы, порядок их подачи и исполнения.	12 ч. Отработка команд «Становись», «Смирно», «Вольно». Строевой и походный шаг. Повороты на месте и в движении (одиночная подготовка). Выход из строя и возвращение в строй, подход и отход от начальника. Перестроения из одношереножного в двухшереножный строй и обратно. Тренировки в составе отделения,

			репетиции торжественного прохождения.
VII	Защита от оружия массового поражения (ОМП)	2 ч. Характеристика ядерного, химического и биологического (бактериологического) оружия. Поражающие факторы и способы защиты. Фильтрующие противогазы, их устройство и назначение. Правила поведения в зонах заражения.	4 ч. Практическая отработка надевания фильтрующего противогаза (нормативы). Тренировка действий в зоне условного заражения (передвижение, эвакуация, использование средств защиты). Отработка алгоритмов поведения при сигналах оповещения о применении ОМП.
VIII	Военная топография	3 ч. Ориентирование с помощью карты: условные знаки, масштаб, целеуказание. Составление маршрута движения по карте, картографирование местности. Определение расстояний и направлений.	2 ч. Ориентирование без карты — по местным признакам, по солнцу и часам, по компасу. Определение расстояний без измерительных инструментов. Составление и прохождение учебного маршрута, обход препятствий, возвращение на маршрут.
IX	Инженерная подготовка	3 ч. Устройство окопов и других защитных сооружений в обороне. Подготовка к переправе через болота, реки, овраги. Средства взрывания и правила безопасности при работе с ними.	3 ч. Преодоление инженерных заграждений в наступлении (учебные элементы). Оборудование простейших укрытий и мест базирования. Отработка навыков подготовки переправы и безопасного передвижения по сложному рельефу.
X	Противопожарная подготовка	3 ч. Правила пожарной безопасности в воинских частях и на учебных объектах. Классификация пожаров. Обязанности личного состава при возникновении пожара.	3 ч. Средства пожаротушения и правила их применения. Работа с огнетушителем (на тренажёре или учебном образце). Учебная эвакуация, отработка действий при ЧС.
XI	Военно-медицинская подготовка	3 ч. Правила личной гигиены в полевых (боевых) условиях. Профилактика заболеваний и травм. Алгоритмы оказания первой помощи при ранениях и травмах. Виды повязок и правила их наложения.	3 ч. Отработка алгоритмов первой помощи на манекене. Наложение различных видов повязок. Решение ситуационных задач по оказанию помощи в полевых условиях.

XII	Выживание в экстремальных условиях (в таёжных условиях)	2 ч. Основные навыки выживания в экстремальных условиях. Ориентирование по местности. Способы добычи и очистки воды, приготовления пищи. Обустройство укрытий. Порядок подачи сигналов бедствия, эвакуации и ухода от преследования.	2 ч. Учебные полевые задачи: ориентирование на местности, обустройство временного укрытия, имитация подачи сигналов. Разбор тактических приёмов безопасного передвижения и маскировки.
XIII	Промежуточная и итоговая аттестация	1 ч. Повторение ключевых теоретических положений по всем разделам программы. Анализ типичных ошибок и способов их устранения.	2 ч. Выполнение итоговых нормативов по ОФП, строевой, огневой и РХБЗ-подготовке. Тестирование по теоретическим блокам. Оформление итоговой ведомости по всем темам.

Содержание учебного плана на 2-й год обучения (144 часа)

№	Название модуля / темы	Теоретическая часть (описание)	Практическая часть (описание)
I	Введение. Вводное занятие	1 ч. Цели и задачи программы на год. Ожидаемые результаты обучения. Структура курса, распределение часов по разделам. Правила работы в группе, дисциплинарные требования.	1 ч. Знакомство с группой, постановка индивидуальных целей на год. Входной тест по базовым понятиям (история ВС РФ, основы воинской службы). Анкетирование для оценки мотивации, эмоционального состояния и исходного уровня подготовки.
1.1	Инструктаж по технике безопасности	1 ч. Общие требования охраны труда на занятиях по ОФП, строевой, огневой и тактической подготовке. Правила поведения на полигоне, в тире, при работе с макетами оружия и снаряжением. Порядок действий при травмах и ЧС. Нормативные документы по безопасности.	1 ч. Отработка алгоритма действий при нештатных ситуациях (на примере типовых сценариев). Подпись в журнале инструктажа по технике безопасности. Проверка знаний по карточкам коротких вопросов.
II	Общефизическая подготовка	4 ч. Нормативы ОФП: классификация упражнений, зоны интенсивности, принципы дозирования нагрузки. Техника выполнения	25 ч. Разучивание и многократная тренировка 1-го комплекса армейских вольных упражнений (отработка чёткости, синхронности, темпа).

		армейских вольных упражнений: биомеханика движений, профилактика травм. Методика тренировки на полосе препятствий: распределение сил, работа в команде. Основы самоконтроля (пульс, самочувствие, дневник нагрузок).	Изучение общего контрольного упражнения на единой полосе препятствий по элементам с постепенным наращиванием скорости. Техника метания учебных гранат из разных положений (стоя с места, в движении, с колена, лёжа) — работа на точность и дальность. Итоговое занятие: сдача контрольных нормативов, фиксация результатов, анализ ошибок. Форма контроля — соревнование.
III	Ориентирование	4 ч. Понятие «карты»: масштаб, легенда, координатная сетка. Условные знаки топографических карт и их группировка (рельеф, гидрография, дорожная сеть, растительность). Масштабы карт: перевод расстояний, измерение по линейке и «на глаз». Устройство и правила пользования компасом: азимут, ориентирование карты, движение по маршруту.	4 ч. Практическое чтение фрагмента карты: определение объектов и расстояний. Отработка установки компаса и взятия азимута на местности. Движение по заданному азимуту с контролем отклонений. Практическое занятие: прохождение короткого маршрута по карте и компасу с фиксацией контрольных точек. Промежуточная аттестация — выполнение норматива по ориентированию.
IV	Строевая подготовка	4 ч. Строевые приёмы и команды: терминология, последовательность действий, требования к внешнему виду и выправке. Торжественное прохождение: требования к синхронности, шагу, дистанции, интервалам. Действия в составе отделения на месте и в движении: перестроения, смыкания, размыкания. Одиночная строевая подготовка: отработка элементов до автоматизма.	20 ч. Торжественное прохождение в составе отделения: репетиции, видеоразбор, коррекция ошибок. Действия в составе отделения на месте и в движении — многократная отработка до норматива. Одиночная строевая подготовка: контроль стойки, поворотов, подхода к начальнику. Зачёт по разделу: тестирование по командам и практическое выполнение норматива. Промежуточная аттестация — строевой смотр.
V	Гражданская оборона	3 ч. Средства индивидуальной защиты:	5 ч. Пользование средствами индивидуальной защиты:

		виды, назначение, подбор по размеру, проверка исправности. Порядок надевания и снятия противогаза/респиратора, герметичность, дыхание в СИЗ. Действия при сигналах оповещения: алгоритмы, зоны заражения, эвакуация. Особенности работы в СИЗ при физической нагрузке.	отработка норматива надевания противогаза на время. Преодоление участков заражения и препятствий в средствах защиты — работа в парах и группах. Учебные сценарии: «сигнал тревоги», «эвакуация», «оказание помощи товарищу в зоне заражения». Зачёт по разделу — тестирование и практическая оценка действий.
VI	Тактическая подготовка	6 ч. Краткий экскурс в историю тактики: примеры классических приёмов малых подразделений. Тактическое снаряжение бойца: комплектация, размещение, подгонка, распределение веса. Действие отделения в обороне: сектора огня, выбор позиции, маскировка, взаимодействие. Действие отделения в наступлении: темп, манёвры, смена рубежей. Методы и способы ведения разведки: наблюдение, целеуказание, скрытность. Решение тактических задач: анализ обстановки, принятие решений, оценка последствий.	12 ч. Тактическое снаряжение бойца: практическая подгонка и укладка на манекене/себе. Действие отделения в обороне на макете местности: отработка секторов, сигналов, смены позиций. Действие отделения в наступлении: движение цепью, перебежки, окапывание по нормативам. Ведение разведки: наблюдение за условным противником, передача данных, целеуказание. Решение тактических задач индивидуально и в группе: разбор вариантов, выбор оптимального решения, моделирование последствий. Практические занятия с фиксацией времени и ошибок.
VII	Огневая подготовка	5 ч. Боевые свойства и устройство пневматической винтовки: принцип действия, безопасность, чистка. Подготовка к стрельбе: изготовка, дыхание, прицеливание, спуск. Правила поведения в тире: команды, зоны, ответственность. Устройство автомата Калашникова: основные узлы, разборка/сборка, уход. Снаряжение и разряжение магазина:	13 ч. Стрельба из пневматической винтовки лёжа с упора: отработка прицеливания, кучности, серий выстрелов. Разбор ошибок по мишеням. Разборка и сборка автомата Калашникова на макетах: выполнение норматива, работа на скорость и аккуратность. Снаряжение и разряжение магазина: контроль темпа и точности. Зачёт по разделу: практическое занятие с

		техника, контроль патронов, меры безопасности.	оценкой качества и времени. Соревнование по разборке/сборке и стрельбе (по упрощённым нормативам).
VIII	Медико-санитарная подготовка	8 ч. Медицинские термины: базовые понятия, классификация травм и состояний. Алгоритмы первой доврачебной помощи: универсальный порядок действий, приоритеты. Помощь при механических травмах, ранениях, ожогах: последовательность, ошибки, противопоказания. Виды перевязок: назначение, техника наложения, материалы.	4 ч. Отработка алгоритмов первой помощи на манекенах и в парах: имитация травм, контроль последовательности действий. Наложение различных видов повязок: круговая, спиральная, колосовидная и др. Практические кейсы: «помощь в темноте», «помощь при ограниченной подвижности», «помощь на бегущем времени». Зачёт по разделу — тестирование и оценка практических навыков.
IX	Интеллектуальная подготовка	4 ч. Основы исторических знаний: ключевые этапы развития ВС РФ, значимые сражения и их уроки. Краеведение и география: особенности родного региона, рельеф, климат, их влияние на тактику и логистику. Связь истории, географии и военной науки: примеры из практики.	4 ч. Подготовка и защита мини-докладов по историческим сражениям с разбором тактических решений. Краеведческие задания: описание участка местности, оценка его пригодности для манёвра и укрытия. Квиз по истории и географии с командным участием. Практическая форма контроля — оценка доклада и участие в квизе.
X	Психологическая подготовка	3 ч. Страх и паника: физиологические и психологические механизмы, способы саморегуляции. Конфликты и взаимоотношения в группе: профилактика, деэскалация, командная динамика. Техники управления стрессом: дыхательные, ментальные, телесные методы.	3 ч. Тренинг по преодолению страха и паники в смоделированных условиях (ограниченное пространство, шум, темнота). Ролевые игры по разрешению конфликтов и распределению ролей в команде. Практическое освоение техник саморегуляции и их применение в условиях физической нагрузки. Контроль — наблюдение и самооценка по чек-листу.
XI	Участие и организация мероприятий	4 ч. Планирование и проведение мероприятий: распределение ролей, постановка задач, контроль	5 ч. Участие в месячнике оборонно-массовой и спортивной работы: выполнение индивидуальных

		сроков. Основы безопасности при проведении массовых и полевых мероприятий. Взаимодействие с внешними организациями, волонтерские практики.	и командных задач. Весенняя неделя добра: волонтерские акции и социальные проекты. Игры «Зарница», «Орлёнок»: подготовка, участие, анализ результатов. Организация экскурсий: разработка маршрута, инструктаж, сопровождение. Форма контроля — отчёт и фотофиксация участия.
XII	Заключительное занятие	1 ч. Повторение ключевых теоретических положений по всем разделам программы. Разбор типичных ошибок и способов их устранения. Подведение итогов года, анализ личных достижений и динамики нормативов.	1 ч. Итоговая рефлексия: самооценка по разделам, постановка целей на следующий год. Оформление индивидуальных карточек достижений.

3. Организационно-педагогические условия

3.1. Календарный учебный график

Год обучения: I

№ п/п	Основные характеристики образовательного процесса	
1	Количество учебных недель	36
2	Количество учебных дней	108
3	Количество часов в неделю	3
4	Количество часов	108
5	Недель в 1 полугодии	
6	Недель во 2 полугодии	
7	Начало занятий	2 сентября
8	Каникулы	-
9	Выходные дни	31 декабря - 9 января
10	Окончание учебного года	30 мая

Год обучения: II

№ п/п	Основные характеристики образовательного процесса	
-------	---	--

1	Количество учебных недель	36
2	Количество учебных дней	144
3	Количество часов в неделю	4
4	Количество часов	144
5	Недель в 1 полугодии	
6	Недель во 2 полугодии	
7	Начало занятий	2 сентября
8	Каникулы	-
9	Выходные дни	31 декабря - 9 января
10	Окончание учебного года	30 мая

3.2. Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение:

Учебный класс с доской/проекцией; ММГ АК-74; Лазерный стрелковый тир или страйкбольное оружие; Макеты для отработки тактики (манекены); Противогазы ГП-7; Общебойный защитный комплект (ОЗК); Компасы, учебные карты; Спортивный инвентарь (гири, перекладины); Полоса препятствий или ее элементы.

Методические материалы:

Уставы Вооруженных Сил РФ; Инструкции по мерам безопасности; Методические пособия по огневой/строевой подготовке; Видеоуроки по тактической медицине; Сценарии тактических игр; Нормативы ГТО для соответствующей возрастной группы.

3.3. Формы аттестации/контроля и оценочные материалы

Входной контроль

Цель: Определение исходного уровня знаний, умений, навыков и мотивации обучающихся перед началом обучения

Сроки проведения: Сентябрь (начало учебного года).

Форма проведения: Анкетирование, беседа.

Диагностический инструментарий: Входная анкета, направленная на выявление мотивации к занятиям, уровня воспитанности и эмоционального состояния.

Текущий контроль

Цель: Оценка качества усвоения содержания конкретной темы или раздела программы.

Сроки проведения: В соответствии с календарно-тематическим планом, по завершении изучения темы/раздела.

Форма проведения: Определяется педагогом.

Диагностический инструментарий:

Опрос (устный/письменный) по теоретическому материалу.

Выполнение практического задания (например, выполнение элемента строевой подготовки).

Наблюдение за активностью на занятии.

Сдача контрольных нормативов по физической подготовке в рамках темы.

Промежуточная аттестация

Цель: Оценка качества усвоения программы по итогам учебного периода (полугодия). Является обязательной.

Сроки проведения: По итогам первого полугодия.

Форма проведения: Комплексная проверка, включающая теоретическую и практическую части.

Диагностический инструментарий:

Тестирование по теоретическим модулям первого полугодия («История ВС РФ», «Уставы», «Строевая подготовка»).

Сдача практических нормативов (например, подтягивание, бег на короткую дистанцию, выполнение строевых приемов).

Результаты фиксируются педагогом в Карте педагогического мониторинга и сдаются в администрацию с отчетом за полугодие.

Итоговый контроль (Итоговая аттестация)

Цель: Оценка уровня достижений обучающихся по завершению года образовательной деятельности.

Сроки проведения: Конец учебного года.

Форма проведения: Комплексный зачет.

Содержание итогового контроля:

- Теоретический блок: Тестирование по всем модулям программы за год.

- Практический блок:

Выполнение норматива по неполной разборке и сборке ММГ АК-74 на время.

Выполнение норматива по надеванию общевойскового защитного комплекта (ОЗК) и противогаза на время.

Демонстрация навыков тактической медицины (наложение жгута).

Творческо-практический блок: Участие в итоговом смотре-конкурсе или тактической игре на местности с применением всех полученных навыков.

Оценивание результатов:

Оценка производится по балльной шкале или в формате «зачтено/не зачтено» согласно локальному акту организации. Уровень освоения определяется по критериям Положения:

Высокий уровень: 80-100% выполнения программы.

Средний уровень: 50-79% выполнения программы.

Низкий уровень: Менее 50% выполнения программы.

По итогам оформляется Свидетельство об освоении программы.

4. Нормативные документы:

Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями).

Федеральный закон от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (в актуальной редакции).

Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утв. Распоряжением Правительства РФ от 29.05.2015 г. № 996-р).

Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

Приказ Министерства просвещения РФ от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (актуальная редакция приказа, пришедшая на смену № 196).

Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 10.01.2017 № 10н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» (с изменениями).

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

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

Список литературы для педагога.

Смирнов А.Т., Хренников Б.О. «Основы безопасности жизнедеятельности». Учебник для 10-11 классов.

Кульневич С.В., Иванченко В.Н. «Дополнительное образование детей: методическая служба». — М.: Издательство «Учитель», 2005.

Государственная программа «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации» (актуальная редакция на период до 2030 года).

Военная история России. Учебное пособие для общеобразовательных организаций (серия РВИО – школьнику).

Потапов Л.А. «Приемы стрельбы из пистолета: практика СМЕРШа». — М.: ФАИР-ПРЕСС, 2005.

Атилов А.А. «Современный бокс». — Ростов н/Д: Феникс, 2005.

Тарас А.Е., Заруцкий Ф.Д. «Подготовка разведчика: система спецназа ГРУ». — Мн.: Харвест, 1998.

Список литературы для обучающихся

Смирнов А.Т., Хренников Б.О. «Основы безопасности жизнедеятельности». Учебник для 10-11 классов.

Атилов А.А. «Школа бокса для начинающих». — Ростов н/Д: Феникс, 2005.

Тарас А.Е. «Боевая машина: Руководство по самозащите».

В.Н. Шунков. «Оружие современной пехоты».

Дэвид Уайзмен. «SAS. Руководство по выживанию». (или аналогичная литература по выживанию). (Список из исходного документа)

5. Приложения.

Приложение 1. Карта контрольных испытаний (входной и итоговый контроль)
Эта таблица используется для отслеживания динамики физической подготовки обучающихся.

ФИО	Дата рождения	Рост / Вес	Пресс за 30 сек.	Подтягивание	Жим лежа	Приседание	Прыжок в длину	Становая	Динамометрия	Динамометрия	Отжимания за 30
Входной контроль											
Итоговый контроль											

Приложение 2. Протокол итоговой аттестации (Военно-спортивные игры / Смотр)

Эта таблица фиксирует результаты участия в комплексных соревнованиях.

№/№	ФИО	Стрельба из ПН оружия (баллы)	Строевой смотр (оценка)	Военизированная эстафета (время/место)	Силовая подготовка (сумма баллов)	Разборка-сборка АК-74 (время)
1.	Иванов И.И.	25 / 30	Отлично	1 место / 01:45 сек.	50 из 50	18,5 сек.
2.	Петров П.П.	28 / 30	Хорошо	2 место / 01:48 сек.	48 из 50	20,1 сек.

Приложение 3. Входное анкетирование

Анкета № 1

	ФИО: _____	Класс, возраст: _____
1.	Почему Вы решили посещать занятия? Подчеркните правильный для Вас ответ	по необходимости; по желанию; от скуки или интереса; другое (напишите)

2.	Хотите ли Вы служить в армии РФ? Подчеркните правильный для Вас ответ	да; нет; не знаю; другое (напишите)
3.	Какую подготовку Вам необходимо пройти перед службой в Армии РФ? (перечислите)	
4.	В каких войсках Вы хотели бы служить? Подчеркните выбранный Вами ответ	сухопутные; десантные; инженерные; танковые; войска связи; ракетно-артиллерийские; другие (напишите)
5.	Какую помощь Вы можете оказать человеку, попавшему в трудную жизненную ситуацию?	1.моральную (сочувствие, соучастие, советы и т.д.); 2.медицинскую (первую медицинскую помощь); 3.иную (напишите)
6.	Что для Вас означает выражение: «Я – Патриот России»? Допишите фразу	Я – патриот России – это значит, что
7.	Каким видом спорта Вы занимаетесь, или занимались, или хотите заниматься?	Занимаюсь – Занимался (ась) – Хочу заниматься –

Приложение 4. Итоговое тестирование
Тест № 2

	ФИО:	Класс, возраст:
1.	Каково основное предназначение вооруженных сил Российской Федерации?	обеспечение военной безопасности РФ; обеспечение целостности границ РФ; развитие новых средств вооружения РФ; занимать лидирующее положение в гонки вооружения в мировом масштабе Ответ:
2.	С какой целью проводится неполная разборка и сборка автомата Калашникова (АК)?	для чистки, смазки и осмотра автомата; для чистки ствола; для проверки заряжен или не заряжен АК; для проверки ствольной коробки. Ответ:
3.	Основные составляющие здорового образа жизни?	Выработка твердой мотивации; Режим жизнедеятельности; Правильное питание; Труд, отдых, сон и питание Ответ:

4	Для чего существует манекен «Максим II - 01»	Для отработки сердечно-легочной и мозговой реанимации; Наложение шин на места повреждения; Для остановки кровотечения с наложением жгута Ответ:
5	По какой команде производится построение отделения в одну шеренгу?	«Отделение, в одну шеренгу – становись!» «Отделение – стройся!» «Отделение справа от меня становись!» «Отделение слева стройся!» Ответ:
6	Соотнесите даты и события: А.Великая Отечественная война Б.Первая Чеченская война В. Афганская война Г.Вторая Чеченская война	22 июня 1941 г. - 9 мая 1945 г. 25 декабря 1979 г. - 15 февраля 1989 г. 27 декабря 1994 г - 31 августа 1996 г. <u>30 сентября 1999 г. - 15 апреля 2009 г.</u> Ответ:
7	Как Вы считаете, Электронный тир – это наглядное пособие, на котором можно	Научиться стрелять виртуально; Получить навыки меткости; Умение стрелять из пистолета ПМ Макарова и автомата Калашникова; Получение первоначальных навыков по стрельбе. Ответ:

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 145792345010397423411790935696345598984963060906

Владелец Ткалич Светлана Анатольевна

Действителен с 09.04.2026 по 09.04.2027