

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Министерство образования Сахалинской области  
Отдел образования МО "Томаринский городской округ"  
МБОУ СОШ с. Ильинское

**СОГЛАСОВАНО**

Заместитель директора по  
УВР А.Ф. Тохтобин  
Протокол № 6 от 21.05.2024

**УТВЕРЖДЕНО**

Директор МБОУ СОШ  
с.Ильинское Т.А.Шишкина  
Приказ № 258 от 01.08.2024 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
(ID 1468900)**

Внеурочной деятельности «Юнармия»  
для обучающихся 11 класса  
на 2024-2025 учебный год

Ильинское, 2024

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Курс «Юнармия» для обучающихся 11-х классов разработан на основе:

-Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ;

-Распоряжения Правительства Российской Федерации от 29.05.2025 № 996 – р «Стратегией развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;

-Распоряжения Правительства Российской Федерации от 23.01.2021 № 122-р «План основных мероприятий, проводимых в рамках Десятилетия детства, на период до 2027 года»;

-Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 18.05.2023 № 371 «Об утверждении ФОП СОО» (регистрационный № 74228 от 12.07.2023);

-Приказа Министерства Просвещения Российской Федерации от 12.08.2022 № 732 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования» (Зарегистрирован 12.09.2022 № 70034);

-Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 21.09.2022 № 828 "Об утверждении федерального перечня учебников, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования организациями, осуществляющими образовательную деятельность и установления предельного срока использования исключенных учебников";

-Приказа Министерства просвещения Российской Федерации № 115 от 22.03.2021 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам-образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования»;

-Методических рекомендаций по уточнению понятия и содержания внеурочной деятельности в рамках реализации основных общеобразовательных программ, в том числе в части проектной деятельности, направленных письмом Минобрнауки от 18.08.2017 № 09-1672;

-«О воинской обязанности и военной службе» (с изм. и доп., вступ. в силу с 13.10.2022): Федеральный закон от 28.03.1998 № 53-ФЗ (ред. от 24.09.2022);

-«Об утверждении общевоинских уставов Вооруженных Сил Российской Федерации» (вместе с «Уставом внутренней службы Вооруженных Сил Российской Федерации», «Дисциплинарным уставом Вооруженных Сил Российской Федерации», «Уставом гарнизонной и караульной служб Вооруженных Сил Российской Федерации»): Указ Президента РФ от 10.11.2007 № 1495 (ред. от 31.07.2022);

-«Об утверждении Инструкции об организации обучения граждан Российской Федерации начальным знаниям в области обороны и их подготовки по основам военной службы в образовательных учреждениях среднего (полного) общего образования, образовательных учреждениях начального профессионального и среднего профессионального образования и учебных пунктах»: приказ Министра обороны РФ № 96, Минобрнауки РФ № 134 от 24.02.2010;

-Санитарных правил и нормативов СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 (далее - Гигиенические нормативы), и Санитарными правилами СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 (далее - Санитарно-эпидемиологические требования);

-Основной образовательной программы МБОУ СОШ с.Ильинское;

-Устава муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения средняя общеобразовательная школа с. Ильинское муниципального образования «Томаринский городской округ» Сахалинской области

Используемый УМК:

А.Ильин «Энциклопедия выживания в экстремальных ситуациях». М.: Издательство ЭКСМО. 2001г. Строевой устав Вооружённых сил Российской Федерации;

### **Планируемые результаты освоения учебного курса**

Курс предполагает достижение учащимися следующих личностных, метапредметных и предметных результатов.

#### **Личностные результаты:**

развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;

развитие морально – психологических качеств, необходимых в различных экстремальных ситуациях;

формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;

воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью как к индивидуальной и общественной ценности.

#### **Метапредметные результаты:**

овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности и здоровом образе жизни;

овладение обучающимися навыками самостоятельно определять цели и задачи, выбирать средства реализации поставленных целей, оценивать результаты своей деятельности в различных жизненных ситуациях;

формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни;

приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в различных областях военно – патриотической направленности;

развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;

освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;

**Предметные результаты:**

**В познавательной сфере:**

основные знания по основам военного дела, а также в различных экстремальных ситуациях;

о здоровом образе жизни; об оказании первой медицинской помощи при неотложных состояниях;

о правах и обязанностях граждан в области безопасности жизнедеятельности.

**В ценностно-ориентационной сфере:**

умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;

умения применять полученные теоретические знания на практике – принимать обоснованные решения и выработать план действий с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;

**В коммуникативной сфере:**

Умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях.

**В эстетической сфере:**

Умение оценивать с эстетической (художественной) точки зрения красоту окружающего мира; умение сохранять его.

**В трудовой сфере:**

знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни; локализация возможных опасных ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации;

умения оказывать первую медицинскую помощь.

**В сфере физической культуры:**

формирование установки на здоровый образ жизни;

развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки; умение оказывать первую медицинскую помощь при занятиях физической культурой и спортом.

**Планируемые результаты освоения учебного курса для 10-11-х классов**

Конечным результатом реализации программы должны стать активная гражданская позиция и патриотическое сознание обучающихся, как основа личности будущего гражданина России, обладающего навыками и умениями по ОБЖ и начальной военной подготовке защитника Российской Федерации.

В итоге реализации курса ожидается:

**в познавательной сфере:**

учащиеся будут знать и понимать:

программный курс ОБЖ;

технику и вооружение армии Российской Федерации;

историю своей страны и народных традиций;  
вопросы здорового образа жизни.

**уметь:**

уметь брать на себя ответственность за судьбу страны и готовность к её защите;  
уметь применить знания, полученные на уроках ОБЖ в жизни и армии;  
уметь обращаться с оружием и войсковыми приборами;  
уметь постоять за других и себя в экстремальных ситуациях;  
уметь вести здоровый образ жизни.

**в историко-краеведческой сфере:**

понимать ответственность за судьбу страны;  
чувствовать сопричастность деяниям предыдущих поколений;

**в социальной сфере:**

иметь активную жизненную позицию;  
знать и соблюдать нормы правового государства;  
быть готовым к выполнению долга защиты Отечества;

**в духовно-нравственной сфере:**

осознавать высшие ценности, идеалы, ориентиры;  
руководствоваться ими в практической деятельности.

**Содержание тем учебного курса 11 класс**

**1. Основы воинской службы (11 часов)**

общевоинские уставы Вооруженных Сил, других войск и воинских формирований Российской Федерации», их значение в жизни и деятельности воинского коллектива, общие обязанности военнослужащих, воинские звания и знаки различия (2 часа);

военнослужащие и взаимоотношения между ними, начальники и подчиненные, старшие и младшие, их права и обязанности, правила воинской вежливости и поведения военнослужащих, приказ, порядок его отдачи и выполнения, обращение к начальникам и старшим (2 часа);

воинская дисциплина, ее сущность и значение, обязанности военнослужащих по соблюдению воинской дисциплины, приказ командира - закон для подчиненных, поощрения, применяемые к солдатам, дисциплинарные взыскания, налагаемые на солдат (2 часа);

назначение, состав, и вооружение суточного наряда роты, обязанности дневального по роте, оборудование и оснащение поста, на котором очередной дневальный выполняет свои обязанности, действия очередного дневального при прибытии прямых начальников, в случае поступления сигнала «Сбор», тревоги, и пожара, обязанности дневального свободной смены, порядок доклада дневального по телефону, действия дневального при прибытии в роту военнослужащих не своей роты, при выносе имущества из расположения роты (3 часа);

назначение и задачи караульной службы, обязанности часового, пост, его оборудование и оснащение (2 часа).

**2. История Вооружённых сил РФ (4 часов)**

Изучение основ геральдики (1 час)

изучение Государственных символов РФ (1 час)

изучение истории развития наградной системы РФ (1 час)

история Вооружённых сил РФ (1 час)

### **3.Огневая подготовка (18 часов):**

автомат Калашникова, назначение, боевые свойства, общее устройство и принцип работы (2 часа);

разборка и сборка автомата (ручного пулемета) Калашникова, меры безопасности при обращении с оружием и патронами, неполная разборка и сборка автомата после неполной разборки (2 часа);

назначение, устройство частей и механизмов автомата Калашникова (1 час);

подготовка автомата Калашникова к стрельбе, принадлежности к автомату, порядок чистки и смазки автомата после стрельбы, хранение автомата, осмотр и подготовка автомата и патронов к стрельбе, возможные задержки при стрельбе и способы их устранения (1 час);

тренировка в разборке и сборке автомата Калашникова и изучение положения частей и механизмов автомата до заряжения, работы механизмов автомата при заряжении и стрельбе (11 часов);

снаряжение магазина патронами и укладывание его в сумку, изготовка к стрельбе лежа с упора (принятие положения для стрельбы и заряжение автомата), производство стрельбы (установка прицела и переводчика, прикладка, прицеливание, спуск курка и удержание автомата при стрельбе), прекращение стрельбы, разряжение и осмотр автомата после стрельбы (1 час);

### **4.Строевая подготовка (12 часов)**

строи и их элементы, предварительная и исполнительная команды, обязанности солдата перед построением и в строю, ответ на приветствие на месте (1 час);

строевая стойка, выполнение команд «Становись», «Равняйся», «Смирно», «Вольно», «Головные уборы (головной убор) - СНЯТЬ», «Головные уборы (головной убор) - НАДЕТЬ» (1 час);

повороты на месте, перестроение из одной шеренги в две и обратно (2 часа);

строевой шаг, повороты в движении (5 часов);

выполнение приемов воинского приветствия на месте и в движении, ответ на приветствие в движении (1 час);

выход из строя, подход к начальнику, возвращение в строй (2 часа).

### **5.Военная топография (10 часов)**

ориентирование на местности без карты, понятие об ориентировании, определение сторон горизонта по компасу, небесным светилам и местным предметам, доклад о своем местонахождении (5 часов)

определение магнитного азимута, азимут и его определение, тренировка в определении сторон горизонта и направлений (азимутов) на местные предметы (5 часов).

### **6.Гражданская оборона (10 часов)**

Цели и задачи Гражданской обороны (1 ч)

Современные средства поражения армий иностранных государств (2 ч)

Ядерное оружие. Поражающие факторы ядерного взрыва (1 час)

Характеристика поражающего действия ядерного взрыва (1ч)

Химическое оружие. Боевые токсичные химические вещества (2 ч)

Биологическое оружие (1 ч)

Выполнение норматива «Надевание противогаза» (2 часа)

### **7. Силовая гимнастика (10 часов)**

Комплекс упражнений на 16 счетов

комплекс упражнений на перекладине

упражнения с гирями

военно – спортивный комплекс

### **8.Общefизическая подготовка (30 часов)**

Кроссовая подготовка

марш – бросок

военизированная эстафета

силовая подготовка

спортивные игры

упражнения с отягощениями

скоростно – силовые упражнения

### **9.Медицинская подготовка (17 часов)**

Общие правила оказания первой медицинской помощи при открытых и закрытых переломах. Основные способы наложения бинтовых повязок (4 часа)

повязки на различные части тела (4 часа)

правила и способы наложения повязок на голову, грудь, живот, промежность, верхние и нижние конечности (3 часа)

профилактика отморожений и первая медицинская помощь при них (2 часа)

понятие о солнечном и тепловом ударах, их профилактика и первая медицинская помощь при них (1 час)

первая медицинская помощь при электротравме и меры безопасности при ее оказании (1 час)

первая медицинская помощь при утоплении. Способы восстановления сердечной деятельности и возобновления дыхания (2 часа)

### **10.Курс выживания (20 часов)**

Общая схема действий в первые минуты аварии (2 часа)

Как правильно подать сигнал бедствия (2 часа)

Аварийное ориентирование (4 часа)

Как потерпевшим бедствие вы кратчайшие сроки выйти к людям (2 часа)

Что есть, когда есть нечего (2 часа)

Организация кострового бивака (2 часа)

Туристический поход (6 часов)

## **3.Тематическое планирование курса: «Юнармия» для 11-х классов**

### **Расчет учебного времени**

№	Разделы	1-й год обучения	2-й год обучения
		Количество часов	Количество часов

1	История Вооружённых сил РФ	4	2
2	Основы воинской службы	11	10
3	Огневая подготовка	18	20
4	Строевая подготовка	12	10
5	Военная топография	10	10
6	Гражданская оборона	10	10
7	Силовая гимнастика	10	15
8	Общефизическая подготовка	30	24
9	Медицинская подготовка	17	10
10	Курс выживания	24	29
Итого		140	140

№ <u>занятия</u> п/п	Дата		Тема (с указанием кол-ва часов)	Примечания
	план.	факт		
<b>Основы воинской службы (11 часов)</b>				
1			Общевоинские уставы Вооруженных Сил, других войск и воинских формирований Российской Федерации	
2			Общевоинские уставы Вооруженных Сил, других войск и воинских формирований Российской Федерации	
3			Военнослужащие и взаимоотношения между ними	
4			.Военнослужащие и взаимоотношения между ними	
5			Воинская дисциплина, ее сущность и значение.	
6			Воинская дисциплина, ее сущность и значение.	
7			Назначение, состав, и вооружение суточного наряда роты	
8			Назначение, состав, и вооружение суточного наряда роты	
9			Назначение, состав, и вооружение суточного наряда роты	
10			Назначение и задачи караульной службы, обязанности часового, пост, его оборудование и оснащение	
11			Назначение и задачи караульной службы, обязанности часового, пост, его оборудование и оснащение	
<b>История Вооружённых сил РФ (4 часов)</b>				
12			Изучение основ геральдики	
13			Изучение Государственных символов РФ	
14			Изучение истории развития наградной системы РФ	
15			История Вооружённых сил РФ	



<b>Огневая подготовка (18 часов)</b>			
16			Автомат Калашникова, назначение, боевые свойства, общее устройство и принцип работы
17			Неполная разборка и сборка автомата после неполной разборки
18			Назначение, устройство частей и механизмов автомата Калашникова.
19			Подготовка автомата Калашникова к стрельбе.
20			Тренировка в разборке и сборке автомата Калашникова.
21			Тренировка в разборке и сборке автомата Калашникова.
22			Тренировка в разборке и сборке автомата Калашникова.
23			Тренировка в разборке и сборке автомата Калашникова.
24			Тренировка в разборке и сборке автомата Калашникова.
25			Тренировка в разборке и сборке автомата Калашникова.
26			Тренировка в разборке и сборке автомата Калашникова.
27			Тренировка в разборке и сборке автомата Калашникова.
28			Тренировка в разборке и сборке автомата Калашникова.
29			Тренировка в разборке и сборке автомата Калашникова.
30			Тренировка в разборке и сборке автомата Калашникова.
31			Снаряжение магазина патронами и укладывание его в сумку,
<b>Строевая подготовка (12 часов)</b>			
32			Строи и их элементы, предварительная и исполнительная команды.
33			Строевая стойка, выполнение команд «Становись», «Равняйсь», «Смирно», «Вольно», «Головные уборы (головной убор) - СНЯТЬ», «Головные уборы (головной убор) - НАДЕТЬ».
34			Строевой шаг, повороты в движении
35			Повороты на месте, перестроение из одной шеренги в две и обратно.
36			Строевой шаг, повороты в движении
37			Строевой шаг, повороты в движении

38			Строевой шаг, повороты в движении	
39			Строевой шаг, повороты в движении	
40			Выполнение приемов воинского приветствия на месте и в движении, ответ на приветствие в движении.	
41			Выход из строя, подход к начальнику, возвращение в строй.	
42			Выход из строя, подход к начальнику, возвращение в строй.	
<b>Военная топография (10 часов)</b>				
43			Ориентирование на местности без карты.	
44			Понятие об ориентировании.	
45			Определение сторон горизонта по компасу, небесным светилам и местным предметам.	
46			Доклад о своем местонахождении.	
47			Определение сторон горизонта по компасу, небесным светилам и местным предметам.	
48			Определение сторон горизонта по компасу, небесным светилам и местным предметам.	
49			Определение магнитного азимута, азимут и его определение, тренировка в определении сторон горизонта и направлений (азимутов) на местные предметы.	
50			Определение магнитного азимута, азимут и его определение, тренировка в определении сторон горизонта и направлений (азимутов) на местные предметы.	
51			Определение магнитного азимута, азимут и его определение, тренировка в определении сторон горизонта и направлений (азимутов) на местные предметы.	
52			Определение магнитного азимута, азимут и его определение, тренировка в определении сторон горизонта и направлений (азимутов) на местные предметы.	
<b>Гражданская оборона (10 часов)</b>				
53			Цели и задачи Гражданской обороны	
54			Современные средства поражения армий иностранных государств	
55			Современные средства поражения армий иностранных государств	
56			Ядерное оружие. Поражающие факторы ядерного взрыва	

57			Характеристика поражающего действия ядерного взрыва	
58			Химическое оружие. Боевые токсичные химические вещества	
59			Химическое оружие. Боевые токсичные химические вещества	
60			Биологическое оружие	
61			Выполнение норматива «Надевание противогаза»	
62			Выполнение норматива «Надевание противогаза»	
<b>Силовая гимнастика (10 часов)</b>				
63			Комплекс упражнений на 16 счетов	
64			Комплекс упражнений на 16 счетов	
65			Комплекс упражнений на перекладине	
66			Комплекс упражнений на перекладине	
67			Упражнения на брусьях	
68			Упражнения на брусьях	
69			Упражнения с гириями	
70			Упражнения с гириями	
71			Военно – спортивный комплекс	
72			Военно – спортивный комплекс	
<b>Общезфизическая подготовка (30 часов)</b>				
73			Кроссовая подготовка	
74			Кроссовая подготовка	
75			Кроссовая подготовка	
76			Марш – бросок	
77			Марш – бросок	
78			Марш – бросок	
79			Военизированная эстафета	
80			Военизированная эстафета	
81			Военизированная эстафета	
82			Военизированная эстафета	
83			Силовая подготовка	
84			Силовая подготовка	
85			Силовая подготовка	
86			Спортивные игры	
87			Спортивные игры	
88			Спортивные игры	
89			Спортивные игры	
90			Спортивные игры	
91			Упражнения с отягощениями	
93			Упражнения с отягощениями	
94			Упражнения с отягощениями	
95			Упражнения с отягощениями	

96			Упражнения с отягощениями	
97			Упражнения с отягощениями	
98			Скоростно – силовые упражнения	
99			Скоростно – силовые упражнения	
100			Скоростно – силовые упражнения	
101			Скоростно – силовые упражнения	
102			Скоростно – силовые упражнения	
103			Скоростно – силовые упражнения	
<b>Медицинская подготовка (17 часов)</b>				
104			Общие правила оказания первой медицинской помощи при открытых и закрытых переломах. Основные способы наложения бинтовых повязок	
105			Общие правила оказания первой медицинской помощи при открытых и закрытых переломах. Основные способы наложения бинтовых повязок	
106			Общие правила оказания первой медицинской помощи при открытых и закрытых переломах. Основные способы наложения бинтовых повязок	
107			Общие правила оказания первой медицинской помощи при открытых и закрытых переломах. Основные способы наложения бинтовых повязок	
108			Повязки на различные части тела	
109			Повязки на различные части тела	
110			Повязки на различные части тела	
111			Повязки на различные части тела	
112			Правила и способы наложения повязок на голову, грудь, живот, промежность, верхние и нижние конечности	
113			Правила и способы наложения повязок на голову, грудь, живот, промежность, верхние и нижние конечности	
114			Правила и способы наложения повязок на голову, грудь, живот, промежность, верхние и нижние конечности	
115			Профилактика отморожений и первая медицинская помощь при них	
116			Профилактика отморожений и первая медицинская помощь при них	
117			Понятие о солнечном и тепловом ударах, их профилактика и первая медицинская помощь при них	
118			Первая медицинская помощь при электротравме и меры безопасности при ее оказании	

119			Первая медицинская помощь при утоплении. Способы восстановления сердечной деятельности и возобновления дыхания	
120			Первая медицинская помощь при утоплении. Способы восстановления сердечной деятельности и возобновления дыхания	
<b>Курс выживания (20 часов)</b>				
121			Общая схема действий в первые минуты аварии	
122			Общая схема действий в первые минуты аварии	
123			Как правильно подать сигнал бедствия	
124			Как правильно подать сигнал бедствия	
125			Аварийное ориентирование	
126			Аварийное ориентирование	
127			Аварийное ориентирование	
128			Аварийное ориентирование	
129			Как потерпевшим бедствие в кратчайшие сроки выйти к людям	
130			Как потерпевшим бедствие в кратчайшие сроки выйти к людям	
131			Что есть, когда есть нечего	
132			Что есть, когда есть нечего	
133			Организация кострового бивака	
134			Организация кострового бивака	
135			Туристический поход	
136			Туристический поход	
137			Туристический поход	
138			Туристический поход	
139			Туристический поход	
140			Туристический поход	