Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Костомукшского муниципального округа
«Средняя общеобразовательная школа №1 с углубленным изучением
иностранного языка имени Я.В. Ругоева»

СОГЛАСОВАНА
на заседании методического совета
протокол № 1 от 28.08.2026 г.
Руководитель методического совета:_____
(Л.П.Петрасова)

ПРИНЯТА
на педагогическом совете
протокол №1 от 31.08.2026 г.

УТВЕРЖДЕНА
Директор: _____
(Н.Ю.Федотова)
приказ от 31.08.2026г № 233-о/д

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 5CF8D707ACD9477A01906B967F7E3AFF
Владелец: Федотова Наталья Юрьевна
Действителен: с 30.10.2025 до 23.01.2027

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по внеурочной деятельности
«Юнармия»
основной образовательной программы основного общего образования
8В класса
срок реализации программы 1 год

Автор-составитель:
преподаватель-организатор ОБЗР
Марков Владимир Игоревич

г. Костомукша
2026 год

Пояснительная записка

Цель: вовлечение детей в военно-патриотическую деятельность, формирование в них толерантного отношения к окружающим, любви к Родине и положительного образа гражданина Российской Федерации.

Для достижения этой цели требуется выполнение следующих основных задач:

- формирование у подростков глубокого осознания патриотизма;
- воспитание в молодёжи доброго отношения к окружающим;
- формирование положительного образа гражданина;
- изучение исторического прошлого страны, через организацию, участие в различных мероприятиях, а также встречи с интересными людьми, участниками различных событий;
- обучение практическим навыкам военно-прикладной, туристкой, медицинской, противопожарной и гражданской деятельности; предоставление возможности к самостоятельной деятельности, а именно организация мероприятий.

Планируемые результаты внеурочной деятельности

Личностные УУД:

-формирование потребности осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;

- формирование быстроты реакции и логики поведения в ситуации;

-воспитание общечеловеческих ценностей (нравственности, милосердия, толерантности, доброты, товарищества и т.д.); ориентация в мире общечеловеческих ценностей;

-воспитание желания строить отношения с людьми, непохожими на тебя, работать в команде;

-развитие силы воли, координации движения, зрительной, слуховой, мышечной памяти, меткости;

-воспитание ответственного отношения к выполнению полученного задания (индивидуального и коллективного), упорства в достижении поставленной цели, развитие самодисциплины;

-воспитание отрицательного отношения асоциальному поведению;

-потребность в самовыражении и самореализации, социальном признании.

Метапредметные УУД:

- формирование умений выполнять разные социальные роли вовремя и при ликвидации последствий, чрезвычайных ситуаций;

- формирование навыков информационного поиска для выполнения учебных заданий, умений воспринимать, перерабатывать информацию, моделировать индивидуальный подход к обеспечению личной безопасности;

- планирование общих способов работы;

- овладение навыками самооценки деятельности и взаимного контроля.

Предметные УУД:

-знания об опасных и чрезвычайных ситуациях разного характера; об оказании первой помощи пострадавшим; о здоровом образе жизни; о безопасном поведении на дороге; истории Отечества; о средствах индивидуальной защиты населения; о способах использования пневматического оружия и ручных гранат; о значении дисциплины для достижения максимального результата обучения; о значении строевой подготовки и технике ее исполнения;

-умение предвидеть возникновение опасной ситуации и применять полученные теоретические знания на практике в случае её возникновения;

-формирование установки на здоровый образ жизни и служению своему Отечеству.

По окончании курса обучающиеся получают дополнительные (предметные) знания в области безопасности жизнедеятельности, а также биологии, химии, истории Отечества, получат представление о службе в рядах Вооруженных сил России, познакомятся с особенностями командной работы.

В результате обучения школьники будут:
-уметь анализировать сложившуюся ситуацию и принимать решение в ней;
-уметь одевать противогаз, ОЗК, выбирать нужные средства и оказывать первую помощь при травмах, транспортировать пострадавшего при помощи подручных средств, выполнять простейшие строевые приёмы без оружия, поражать цель при помощи пневматической винтовки и ручной гранаты, вести себя на дороге в роли пешехода, пассажира транспортных средств и водителя велосипеда;
-знать особенности учебной литературы по военному делу, истории Отечества, медицине, дорожной грамотности;
-знать ПДД для пешехода, пассажира и водителя велосипеда;
-уметь находить информацию;
-владеть разными видами смыслового чтения, работать со словом, со справочной литературой;
-строить монологические высказывания, отстаивать свою точку зрения, обобщать, аргументировать, делать выводы, сравнивать;
- работать в команде, строить отношения с людьми, непохожими на тебя;
- оценивать свои и чужие поступки;
- пользоваться правилами поведения общими для всех людей.

Формы организации внеурочной деятельности
кружки;
секции;
поисковые и научные исследования;
тестирование.
Виды организации внеурочной деятельности:
игровая деятельность;
познавательная;
проектная деятельность;
олимпиады
соревнования;
групповой;
выполнение упражнений на релаксацию, концентрацию внимания;
спортивно - оздоровительная деятельность.

Содержание внеурочной деятельности (34 часа)

Содержание данной программы состоит в основном из практических занятий по предмету ОБЖ, тем самым, что она окажет огромную помощь в его изучении и подготовке школьной команды к ежегодным городским соревнованиям.
Раздел 1. "Никто не забыт, ничто не забыто" (4 часа)
История военно-спортивной игры «Зарница» и правила участия в ней. Входная диагностика.
Виды вооруженных сил.
Воинская слава России. Армия и флот России **XX века**.

Армия России на современном этапе. Виды и рода войск ВС РФ. Вооружение Российской армии на современном этапе. Ракетные войска. Сухопутные войска. Военно-воздушные силы. Военно-морской флот. Пограничные войска. Внутренние войска.

Символы воинской чести.

Сила воинских традиций. Роль и место традиций и ритуалов в жизнедеятельности воинских коллективов. Система воинских традиций и ритуалов.

Боевое знамя воинской части. История военной присяги и порядок ее принятия. Флаг. Герб. Гимн. Геральдика. Знаки отличия.

Практическое занятие: викторина «Государственная символика».

Полководцы и герои.

Полководцы XX века: Брусилов, Жуков, Рокоссовский, Антонов, Конев. Создание новых видов и родов вооруженных сил. Герои Советского Союза. Военачальники. Героизм женщин.

Практическое занятие: викторина «Защитники отечества».

Викторина по истории Отечества. Знакомство с перечнем вопросов викторины. Выявление вопросов, требующих дополнительного поиска информации и проработки. Поиск и изучение информации по данным вопросам.

Воинские подвиги земляков.

Практическое занятие. Подготовить устное выступление по выбору «Воины моей семьи», «Горжусь своими предками».

Раздел 2. Строевая подготовка (10 часов)

Строй и его элементы. Основные команды командира отделения при его построении и техника их выполнения.

Элементы. Виды. Управление строем. Обязанности перед построением и в строю.

Движение походным и строевым шагом.

Команды: «Становись!», «Равняйсь!», «Смирно!», «Вольно!», «Заправиться!»

Повороты на месте и в движении.

Повороты «Налево!», «Направо!», «Кругом!». Строевой шаг. Походный шаг. Построение в шеренгу, колонну. Перестроения. Движение в колонне в обход, по кругу. Движение в колонну по одному, по два, по три.

Воинская честь. Строевые приемы.

Строевая стойка. Выход из строя и возвращение в строй, ответ на приветствие. Отдание воинской чести в движении.

Порядок выполнения строевых приемов в ходе соревнований по строевой подготовке. Отработка последовательности подаваемых команд при проведении строевого смотра

на соревнованиях «Зарница»

Строевой смотр. Подготовка к зачету по строевой подготовке.

Раздел 3. Юный спасатель (3 часа)

Принципы оказания первой медицинской помощи в неотложных ситуациях.

Алгоритм оказания первой помощи при травмах верхних и нижних конечностей (ссадина, ушиб, ожог). Обработка ран, наложение повязок.

Ранения и кровотечения

Виды ранений. Обработка ран. Виды и правила наложения повязок на раны. Виды кровотечений.

Способы остановки кровотечений. Правила наложения жгута.

Практические занятия: наложение повязок на различные части тела, наложение жгута.

Травмы опорно-двигательного аппарата

Вывихи, растяжения, разрывы связок. Переломы конечностей. Оказание первой помощи. Правила наложения шин.

Практические занятия: наложение шин при различных переломах.

Способы транспортировки пострадавших.

Практические занятия: простейшие способы транспортировки пострадавших с различными травмами.

Раздел 4. Дорожная грамота (6 часов)

Правила дорожного движения для основных участников дорожного движения. Изучение правил дорожного движения, работа с тестами, разбор ситуаций на дороге.

Знаки дорожного движения. Изучение знаков дорожного движения, работа с тестами, разбор ситуаций на дороге

Велосипедист на дороге. Изучение правил дорожного движения для велосипедистов, тренировка навыков безопасного поведения на дороге, фигурное вождение велосипеда.

Практическое занятие: отработка фигурного вождения на велосипеде.

Раздел 5. Виды вооружений (5 часов)

История оружия от древних времен до современности.

Примитивное оружие. Средневековое оружие. Оружие современности. Оружие массового поражения.

Практические занятия: Кроссворд «Виды оружия».

Виды вооружения Российской армии.

Холодное, огнестрельное, метательное.

Практические занятия: работа по карточке «Классификация оружия Российской армии».

Автомат Калашникова. АКМ-74.

Устройство, назначение, тактико-технические характеристики. **Пневматическая винтовка.** Стрельба из положения стоя и из положения лежа с упором.

Поражение цели учебной гранатой.

Практические занятия: сборка и разборка автомата на время, стрельба из положения стоя и из положения лежа..

Раздел 6. Основы выживания в сложных условиях (4 часа). Основы ориентирования на местности

Карты и схемы. Правила работы с картой. Сопоставление карты с местностью. Ориентирование с использованием крупных форм рельефа. Ориентирование с помощью компаса и карты. Ориентирование с картой без компаса. Погрешности в ориентировании. Определение азимута и отработка навыков по азимуту. Сопоставление способов ориентирования.

Практическое занятие: чтение карты и определение своего местонахождения на карте.

Поиск контрольных пунктов на местности.

Привалы и ночлеги.

Назначение привалов, их периодичность и продолжительность. Личное и групповое снаряжение. Ночлег в полевых условиях: выбор места, распределение обязанностей при устройстве бивака. Меры безопасности при ночлегах в полевых условиях. Охрана природы в месте ночлегов.

Практическое занятие: установка палатки, оборудование бивака.

Виды узлов. Способы переправы.

Виды узлов**.** Узлы для связывания верёвок одинакового и разного диаметров. Узлы для закрепления концов верёвок. Специальные узлы.

Практические занятия: отработка приёмов вязания различных узлов.

Ориентирование на местности

Определение азимута.

Практические занятия: отработка навыков движения по азимуту.

Техника преодоления различных элементов личной и командной полосы препятствий

Практические занятия: техника прохождения различных препятствий: переправа по бревну, переправа по параллельным верёвкам, навесная переправа, «маятник», «бабочка».

Раздел 7. Опасная зона (2 часа)

Правила надевания противогазов ГП-5, ГП-7. Преодоление зоны заражения. Устройство противогаза, правила его надевания, отработка нормативов по времени надевания, техника преодоления зон заражения.
Правила надевания ОЗК. Преодоление в нем зоны заражения. Устройство ОЗК, правила его надевания, отработка нормативов по времени надевания, техника преодоления зон заражения.
Раздел 8. Зачет личный и командный зачет по курсу «Юнармия» (1 час)
Выполнение дисциплин по программе «Зарница» с оценкой уровня индивидуальной и коллективной подготовки
Практические занятия: бег на дистанции 100 и 1500 м, отжимание от пола, подтягивание на перекладине, подъём туловища из положения «лёжа».
Спортивные игры, упражнения для развития ловкости, силы, выносливости.
Итоговое занятие. Подведение итогов года, итоговое тестирование

Тематическое планирование курса внеурочной деятельности (кружка, секции, студии) составлено с учётом рабочей программы воспитания, с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы.
Воспитательный потенциал рабочей программы внеурочной деятельности обеспечивает реализацию следующих целевых приоритетов воспитания обучающихся на уровне ООО (5-9классы)
Целевым приоритетом уровней является создание благоприятных условий для развития социально значимых отношений обучающихся (семья, труд, отечество, природа, мир, культура, здоровье, человек):
1) к семье как главной опоре в жизни человека и источнику его счастья;
2) к труду как основному способу достижения жизненного благополучия человека, залогу его успешного профессионального самоопределения и ощущения уверенности в завтрашнем дне;
3) к своему Отечеству, своей малой и большой Родине как месту, в котором человек вырос и познал первые радости и неудачи, которая завещана ему предками и которую нужно оберегать;
4) к природе как источнику жизни на Земле, основе самого ее существования, нуждающейся в защите и постоянном внимании со стороны человека;
5) к миру как главному принципу человеческого общежития, условию крепкой дружбы, налаживания отношений с коллегами по работе в будущем и создания благоприятного микроклимата в своей собственной семье;
6) к знаниям как интеллектуальному ресурсу, обеспечивающему будущее человека, как результату кропотливого, но увлекательного учебного труда;
7) к культуре как духовному богатству общества и важному условию ощущения человеком полноты проживаемой жизни, которое дают ему чтение, музыка, искусство, театр, творческое самовыражение;
8) к здоровью как залогу долгой и активной жизни человека, его хорошего настроения и оптимистичного взгляда на мир;
9) к окружающим людям как безусловной и абсолютной ценности, как равноправным социальным партнерам, с которыми необходимо выстраивать доброжелательные и взаимоподдерживающие отношения, дающие человеку радость общения и позволяющие избегать чувства одиночества;
10) к самим себе как хозяевам своей судьбы, самоопределяющимся и самореализующимся личностям, отвечающим за свое собственное будущее.

Тематическое планирование (34 часа).

№	Тема разделов. Тема уроков.	Результаты деятельности			ЦОР/ЭОР	Воспитательный потенциал
		Личностные	Метапредметные	Предметные		
1. «Никто не забыт, ничто не забыто».)4 часа)						
1	История военно-спортивной игры «Зарница» и правила участия в нем.	воспитание общечеловеческих ценностей	Уметь воспринимать инфрмацию	Формирование установки на здоровый образ жизни и служению своему Отечеству	*	2,3,6.
2	Виды вооруженных сил.	воспитание общечеловеческих ценностей	Уметь различать вооруженные силы	Знать виды вооруженных сил.	*	2,3,6.
3	Символы воинской чести.	воспитание общечеловеческих ценностей	Уметь распознавать символы воинской чести	Знать символы воинской чести	*	2,3,6.
4	Полководцы и герои России.	воспитание общечеловеческих ценностей	Умение различать полководцев.	Знать полководцев и героев России	*	2,3,6.
2. Строевая подготовка. (10 часов)					**3.**	**4.**
5-6	Основные команды командира отделения при его построении и техника их выполнения.	Умение работать в команде	Уметь слушать командира	Знать и выучить основные виды строевых приёмов	*	2,3,6.
7	Выполнение воинского приветствия и песни в строю, в движении.	Умение работать в команде	Уметь слушать командира	Знать и выучить основные виды строевых приёмов	*	2,3,6.
8-11	Воинская честь. Строевые приемы.	Умение работать в команде	Уметь слушать командира	Знать и выучить основные виды строевых приёмов	*	2,3,6.
12-14	Строевой строй.	Умение работать в команде	Уметь слушать командира	Знать и выучить основные виды строевых приёмов	*	2,3,6,8,9.
3. Юный спасатель. (3 часа)					**4.**	**5.**
15	Оказание	Умение оказать	Уметь	Знать виды	*	2,3,6,10.

	первой помощи пострадавшим. Ранение и кровотечение.	первую помощь	распознавать кровотечения.	кровотечений.		
16	Травмы опорно-двигательного аппарата.	Умение выполнять правила безопасности	Уметь определять травмы	Знать травмы опорно-двигательного аппарата	*	2,3,6.
17	Способы транспортировки пострадавшим.	Умение выполнять правила безопасности	Уметь правильно оценить обстановку	Знать способы транспортировки	*	2,3,6,10.
4. Дорожная грамота. (6 часов)					**5.**	**6.**
18 - 19	Правила ДД для основных участников ДД.	Развитие самодисциплины	Уметь применять правила ПДД	Знать правила ПДД	*	2,3,6.
20 - 21	Знаки ДД.	Развитие самодисциплины	Уметь применять правила ПДД	Знать правила ПДД	*	2,3,6.
22 - 23	Велосипедист на дороге.	Развитие самодисциплины	Уметь применять правила ПДД	Знать правила ПДД	*	2,3,6.
5. Виды вооружений. (5 часов)					**6.**	**7.**
24	История оружия от древних времен до современности	Развитие самодисциплины	Уметь ориентироваться в видах вооружений.	Знать историю и виды вооружений.	*	2,3,6.
25	Виды вооруженных сил Российской Армии	Развитие самодисциплины	Уметь ориентироваться в видах вооружений.	Знать историю и виды вооружений.	*	2,3,6.
26	Пневматическая винтовка. Стрельба из положения стоя, лежа с упором.	Развитие самодисциплины	Уметь ориентироваться в видах вооружений.	Знать историю и виды вооружений.	*	2,3,6.
27	Автомат Калашникова. Сборка – разборка автомата.	Развитие самодисциплины	Уметь ориентироваться в видах вооружений.	Знать историю и виды вооружений.	*	2,3,6.
28	Поражение цели учебной гранатой.	Развитие самодисциплины	Уметь ориентироваться в видах вооружений.	Знать историю и виды вооружений.	*	2,3,6.
6. Основы выживания в сложных условиях. (4 часа)					**7.**	**8.**

29	Основы ориентирования на местности.	Развитие самодисциплины	Умение ориентироваться в сложных ситуациях	Знать основные туристические элементы	*	2,3,6,10.
30	Привалы и ночлеги.	Развитие самодисциплины	Умение ориентироваться в сложных ситуациях	Знать основные туристические элементы	*	2,3,6,10.
31	Виды узлов. Способы переправы.	Развитие самодисциплины	Умение ориентироваться в сложных ситуациях	Знать основные туристические элементы	*	2,3,6.
32	Техника преодоления различных элементов личной и командной полосы.	Развитие самодисциплины	Умение ориентироваться в сложных ситуациях	Знать основные туристические элементы	*	2,3,6.
7. Опасная зона. (1 час)					**8.**	**9.**
33	Правила надевания противогазов ГП-5, ГП-7. Преодоление зоны заражения. Правила надевания ОЗК. Преодоление в нем зоны заражения.	Развитие самодисциплины	Уметь одевать противогаз	Знать из чего состоит противогаз	*	2,3,6,10
8. Зачет личной и командный по курсу «Юнармия»					**9.**	**10.**
34	Зачет личный и командный зачет по курсу.	Развитие самодисциплины	Овладеть навыками самооценки	Формирование установки на здоровый образ жизни	*	2,3,6.

Итого: 34 часа

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 256233904371995990837526139856067300059550830107

Владелец Федотова Наталья Юрьевна

Действителен С 07.11.2025 по 07.11.2026