Выписка из содержательного раздела
основной образовательной программы
основного общего образования
БМАОУ СОШ № 11

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
«ЮНАРМИЯ»

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа курса внеурочной деятельности «ЮНАРМИЯ» для обучающихся (далее – Программа) ориентирована на формирование у школьников патриотического сознания, ценностного отношения к своей малой и большой Родине, а также готовности к её сохранению и защите.

Цель: формирование активной гражданской позиции, патриотизма у обучающихся посредством вовлечения их в деятельность по приобретению социально значимых знаний о военно-историческом наследии Отечества и престиже военной службы, формированию готовности к выполнению священного долга по защите Родины, следованию идеям здорового образа жизни, воспитанию любви к родному краю.

Задачи:

- воспитать готовность к защите Родины, к действиям в экстремальных ситуациях;
- расширить и углубить знания об истории, о многонациональной культуре и традициях России и родного края;
- обучить начальным знаниям по основам военной службы;
- систематизировать представления о требованиях, предъявляемых к будущему военнослужащему, о порядке призыва и прохождения военной службы;
- познакомить со структурой Вооружённых сил, назначением видов и родов войск, их вооружением и боевыми возможностями;
- обучить приёмам стрельбы из пневматического оружия, метания гранаты в цель;
- сформировать умения действовать в строю, в бою, на марше, в наступлении и в обороне;
- сформировать способность осмысливать события и явления действительности во взаимосвязи прошлого, настоящего и будущего;

сформировать потребность в ведении здорового образа жизни, двигательной активности посредством физического воспитания, физической подготовки, физического развития.

Актуальность Программы определяется необходимостью повышения значимости военно-патриотического воспитания обучающихся и обеспечивается комплексной интеграцией следующих направлений: познавательная деятельность; туристско-краеведческая деятельность; спортивно-оздоровительная деятельность. Программа учитывает социальный запрос со стороны обучающихся и их родителей на содержание, ориентированное на военно-патриотическое и гражданское воспитание. Её значимость подтверждается государственной политикой в данной сфере, отражённой в словах Президента Российской Федерации В. В. Путина: *«У нас нет, и не может быть никакой другой объединяющей идеи, кроме патриотизма»*.

ВАРИАНТЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ И ФОРМЫ ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ

Программа внеурочной деятельности «ЮНАРМИЯ» рассчитана на обучающихся 5–9 классов и реализуется в течение двух лет (1 час в неделю в 5–7 классах, 0,5 часа в неделю в 8–9 классах). Реализация Программы строится на комплексном подходе и межпредметной интеграции с дисциплинами «История», «Основы безопасности и защиты Родины», «Физическая культура», «География», а также с деятельностью школьного музея. Используются индивидуальные и групповые формы работы, проектная и исследовательская деятельность, деловые игры и социальные практики.

Содержание Программы направлено на формирование у обучающихся:

- готовности к защите Родины;
- культуры безопасности жизнедеятельности;
- ценностного отношения к здоровью и ЗОЖ;
- гуманистического мировоззрения и гражданской позиции;
- уважения к истории и традициям родного края.

Программа учитывает возрастные особенности обучающихся, способствует их самоопределению, развитию патриотизма и социальной активности.

ВЗАИМОСВЯЗЬ С ПРОГРАММОЙ ВОСПИТАНИЯ

Программа курса внеурочной деятельности разработана с учетом рекомендаций программы воспитания.

Программа основана на комплексном подходе к подготовке молодого человека «новой формации», умеющего жить в современных условиях: компетентного, мобильного, с высокой культурой общения, готового к принятию справедливых решений, умеющего эффективно взаимодействовать с окружающим миром.

Отбор содержания Программы проведен с учетом системного подхода, в соответствии с которым обучающиеся должны освоить содержание, значимое для формирования гуманистического мировоззрения, познавательной, нравственной культуры, ценностного отношения к своему здоровью и мотивационной установки на ведение здорового образа жизни, любви к своему краю и его истории.

Согласно Примерной программе воспитания у современного школьника должны быть сформированы ценности Родины, человека, природы, семьи, дружбы, сотрудничества, знания, здоровья, труда, культуры и красоты. Эти ценности находят свое отражение в содержании занятий, вносящим вклад в воспитание гражданское, патриотическое, духовно-нравственное, эстетическое, экологическое, трудовое, воспитание ценностей научного познания, формирование культуры здорового образа жизни, эмоционального благополучия.

Реализация курса способствует осуществлению главной цели воспитания – полноценному личностному развитию школьников и созданию условий для их позитивной социализации, направлена на достижение результатов:

- осознанное отношение к национальным базовым ценностям, России, своему народу, своему краю, отечественному культурно-историческому наследию, государственной символике, законам РФ, русскому и родному языку, народным традициям, старшему поколению;
- понимание и осознание моральных норм и правил нравственного поведения, в том числе этических норм взаимоотношений в семье, между поколениями, носителями разных убеждений, представителями различных социальных групп;
- положительный опыт взаимодействия со сверстниками, старшим поколением и младшими детьми в соответствии с общепринятыми нравственными нормами;
- осознание влияния негативных факторов на здоровье каждого человека, группы людей, сообщества в целом;
- освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;
- потребность заниматься физической культурой, спортом, вести активный образ жизни.

ОСОБЕННОСТИ РАБОТЫ ПЕДАГОГОВ ПО ПРОГРАММЕ

В планировании, организации и проведении занятий принимают участие педагоги: преподаватель-организатор «Основ безопасности и защиты Родины» (ОБЗР), куратор первичного отделения Движения первых и советник директора по воспитанию и взаимодействию с детскими общественными объединениями, что обеспечивает объединение усилий в военно-патриотическом воспитании.

Задача педагогов состоит в реализации содержания курса через вовлечение обучающихся в многообразную деятельность, организованную в разных формах. Результатом работы в первую очередь является личностное развитие ребенка. Личностных результатов педагоги могут достичь, увлекая ребенка совместной и интересной для него деятельностью, устанавливая во время занятий доброжелательную, поддерживающую атмосферу, насыщая занятия личностно ценностным содержанием.

Особенностью занятий является их интерактивность и многообразие используемых форм работы, возможность вовлечения в образовательный процесс родителей и социальных партнеров школы.

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА

ВВЕДЕНИЕ

Содержание курса внеурочной деятельности «ЮНАРМИЯ» для обучающихся 5–9 классов представлено семью модулями.

1. Исторические и боевые традиции Отечества. Модуль направлен на формирование у обучающихся знаний о героических страницах истории России, её Вооружённых Сил и выдающихся полководцах. Изучаются ключевые сражения, военные кампании, традиции воинской чести и боевого братства. В рамках модуля формируется уважение к историческому наследию, гордость за достижения армии и народа, а также мотивация к сохранению и продолжению воинских традиций. Основные формы работы: тематические занятия, экскурсии в музеи и памятные места, встречи с ветеранами, проектная и исследовательская деятельность.

2. Основы выживания и поведения в автономии. Модуль обеспечивает подготовку обучающихся к действиям в условиях природной и техногенной среды, а также в ситуациях ограниченного доступа к ресурсам. Изучаются основы ориентирования на местности, организация временного укрытия, добыча и использование воды и пищи, правила поведения при стихийных бедствиях. Основные формы работы: практические занятия на местности, туристические походы, учебные тренировки по действиям в экстремальных условиях.

3. Строевая подготовка. Модуль направлен на воспитание дисциплины, организованности и чувства коллективизма. Осваиваются основные строевые приёмы: построения, повороты на месте и в движении, передвижение в колоннах и шеренгах, рапорт и выполнение команд. Основные формы работы: строевые занятия на плацу, выполнение команд в составе подразделения, показательные выступления.

4. Физическая подготовка. Модуль обеспечивает развитие силы, выносливости, ловкости и скорости, необходимых для службы в армии и ведения активного образа жизни. Содержание включает упражнения общей физической подготовки, элементы лёгкой атлетики, гимнастики, силовых упражнений, а также игровые виды спорта. Основные формы работы: тренировки, контрольные нормативы, спортивные соревнования и военно-спортивные игры.

5. РХБ защита. Модуль посвящён основам защиты от оружия массового поражения и действиям в условиях радиационной, химической и биологической опасности. Изучаются средства индивидуальной защиты, правила пользования противогазом, респиратором, индивидуальными пакетами. Отрабатываются действия в очаге заражения и при эвакуации. Основные формы работы: практические занятия с использованием защитного оборудования, учебные тренировки в условиях условного заражения, демонстрация действий при тревоге.

6. Огневая подготовка. Модуль формирует начальные знания и навыки обращения с стрелковым оружием. Осваиваются меры безопасности, устройство и принцип работы оружия, правила неполной разборки и сборки автомата, приёмы прицеливания и стрельбы. Основные формы работы: теоретические занятия, тренировки на учебном макете оружия, стрельбы на электронных и интерактивных тренажёрах, практическая стрельба (при наличии условий).

7. Оказание первой помощи. Модуль направлен на формирование у обучающихся базовых умений по оказанию первой доврачебной помощи пострадавшим в экстремальных ситуациях. Изучаются правила остановки кровотечения, наложения повязок и шин, сердечно-лёгочной реанимации, транспортировки раненого. Основные формы работы: практические тренировки, деловые игры «Спаси товарища», использование муляжей и тренажёров, участие в учебных эвакуациях.

5-7 классы (1 ч/нед.)

Модуль	*Тема беседы*	*Содержание*
Модуль 1. Исторические и боевые традиции Отечества	ВВПОД «ЮНАРМИЯ». Основные сведения. Цели и задачи движения	Знакомство с ЮНАРМИЕЙ: сайт, атрибутика, ношение формы
	Защита Родины — долг, честь и мужество! Основные события военной истории России	Краткий обзор значимых военных действий
	Города-герои России	История и значение городов-героев
	Тула – оружейная столица	Экскурсия в Музей оружия (виртуально)
	Дети-герои	Примеры героизма детей на войне
	Герои Узловой	Рассказ о героизме земляков
	Обзор героев и подвигов	Систематизация изученного материала
Модуль 2. Основы выживания и поведения в автономии	Ориентирование по горизонту, азимуту, работа с компасом	Практическая и теоретическая работа с компасом и местностью
	Измерение расстояний. Способы ориентирования	Определение расстояний на местности, вычисления, ориентирование
	Вязание узлов: туристические	Основные туристические узлы, практическое закрепление
	Вязание узлов: страховочные	Незатягивающиеся петли и способы применения
	Личное и групповое снаряжение	Оснащение туриста, рюкзаки, привалы, ночлег
	Питание в походе	Основы организации питания и рацион в походе
	Действия в случае потери ориентировки	План действий при потере ориентирования
	Подведение итогов модуля	Обобщение навыков выживания и ориентирования
Модуль 3. Строевая подготовка	Строевой и походный шаг, тренировка на месте	Основы строевой подготовки, движение на месте
	Строевой шаг на 2 счета, уставной темп	Совершенствование координации и темпа
	Повороты в движении	Отработка поворотов и команд
	Воинское приветствие	Правильное выполнение приветствия
	Выход из строя и возвращение в строй	Работа в составе отделения, построение колонны
	Строевые приёмы в составе отделения	Перестроения, смыкание/размыкание отделения
	Подготовка к смотру строя и песни	Совместная отработка строя и песен, коллективные действия
Модуль 4. Физическая подготовка	Определение уровня физических качеств	Тестирование силы, выносливости, скорости
	Круговая тренировка	Упражнения на силу, выносливость и координацию

Модуль	*Тема беседы*	*Содержание*
Модуль 5. РХБ защита	Средства защиты, приборы РХБ разведки	Ознакомление с приборами и средствами защиты
Модуль 6. Огневая подготовка	Стрельба, разборка АК	Основы безопасного обращения с оружием, разборка и сборка АК
	Практика стрельбы	Техника стрельбы, контроль точности и безопасности
Модуль 7. Оказание первой помощи	Первая помощь при травмах	Основные приёмы оказания первой помощи, остановка кровотечений
	Закрепление навыков	Повторение и практическая отработка всех изученных модулей

8-9 класс (0,5 ч/нед.)

Модуль	*Тема беседы*	*Содержание*
Модуль 1. Исторические и боевые традиции Отечества	Участие российских военных в локальных войнах	История участия российских войск в локальных конфликтах
	Узловчане – воины-интернационалисты	Истории узловчан, принимавших участие в международных операциях
Модуль 2. Основы выживания и поведения в автономии	Ориентирование по горизонту, азимуту, работа с компасом	Практика работы с компасом
	Измерение расстояний. Способы ориентирования	Определение расстояний и методов ориентирования
	Вязание узлов	Туристические и страховочные узлы
Модуль 3. Строевая подготовка	Строевой и походный шаг	Отработка базовых строевых движений
	Строевой шаг на 2 счета, уставной темп	Совершенствование координации
	Повороты в движении	Отработка поворотов
	Воинское приветствие	Выполнение приветствия
	Выход и возвращение в строй	Построение и перестроение отделения
	Строевые приёмы в составе отделения	Перестроения, смыкание/размыкание отделения
Модуль 4. Физическая подготовка	Определение уровня физических качеств	Тестирование силы, выносливости, скорости
	Круговая тренировка	Упражнения на силу и выносливость
Модуль 5. РХБ защита	Средства защиты, приборы РХБ разведки	Практическое использование средств защиты
Модуль 6. Огневая подготовка	Стрельба, разборка АК	Основы безопасного обращения с оружием
	Практика стрельбы	Техника стрельбы, контроль точности
Модуль 7. Оказание первой помощи	Первая помощь при травмах	Основные приёмы, остановка кровотечений, закрепление навыков

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Занятия в рамках Программы направлены на обеспечение достижений обучающимися следующих личностных, метапредметных и предметных образовательных результатов. Они формируются во всех направлениях функциональной грамотности, при этом определенные направления создают наиболее благоприятные возможности для достижения конкретных образовательных результатов.

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

–осознанное отношение к национальным базовым ценностям России, своему народу, своему краю, отечественному культурно-историческому наследию, государственной символике, законам РФ, русскому и родному языку, народным традициям, старшему поколению;

–понимание и осознание моральных норм и правил нравственного поведения, в том числе этических норм взаимоотношений в семье, между поколениями, носителями разных убеждений, представителями различных социальных групп;

–положительный опыт взаимодействия со сверстниками, старшим поколением и младшими детьми в соответствии с общепринятыми нравственными нормами;

–осознание влияния негативных факторов на здоровье каждого человека, группы людей, сообщества в целом;

–освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;

–потребность заниматься физической культурой и спортом, вести активный образ жизни.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Обучающиеся сформируют и разовьют умения

регулятивные:

–определять цель своей деятельности на основе имеющихся условий и планировать пути достижения;

–адекватно оценивать свою деятельность, при необходимости вносить коррективы;

–находить достаточные средства для решения учебных задач;

познавательные:

–делать выводы, устанавливать причинно-следственные связи на основе полученной информации о времени, эпохе при знакомстве с работами известных военных конструкторов и действий полководцев;

–организовывать проектно-исследовательскую деятельность;

–находить самостоятельно требуемую информацию, ориентироваться в информации, устанавливать взаимосвязи между событиями и явлениями;

–объяснять содержание и формы современных внутригосударственных и международных событий, выявлять причинно-следственные связи;

–овладение культурой активного использования печатных изданий и интернет-ресурсами.

коммуникативные:

–организовывать сотрудничество и совместную деятельность с педагогом и сверстниками в отряде;

–работать индивидуально, в группе и в коллективе для решения поставленной задачи;

–осуществлять поиск и оценку альтернативных способов разрешения конфликтов, договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности;

–адекватно использовать соблюдать нормы публичного поведения и речи в процессе выступления.

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

5-7 классы (34 ч)

Модуль	*№*	*Тема занятия*	*Часы*	*Основное содержание*	*Основные виды деятельности*	*Формы проведения*	*Образовательные ресурсы, включая электронные*	*Дата*
1. Исторические и боевые традиции Отечества	1	ВВПОД «ЮНАРМИЯ». Основные сведения. Цели и задачи движения	1	Знакомство с ЮНАРМИЕЙ: сайт, атрибутика, правила ношения формы	Беседа, демонстрация, обсуждение	Беседа, демонстрация, мультимедиа	https://yunarmiya.ru, видео и презентации о движении	
	2	Защита Родины — долг, честь и мужество!	1	Основные события военной истории России	Анализ, дискуссия, групповая работа	Беседа, ролевые игры, презентация	Исторические статьи, видео	
	3	Города-герои России	1	История и значение городов-героев	Исследовательская работа	Презентация, мультимедиа	Википедия, виртуальные экскурсии	
	4	Дети-герои	1	Примеры героизма детей на войне	Рассказ, обсуждение, проектная работа	Беседа, видео	Исторические материалы, фильмы	
	5	Тула – оружейная столица	1	Экскурсия в Музей оружия (виртуально)	Обзорная экскурсия, обсуждение	Виртуальная экскурсия, мультимедиа	https://muzey-oryjea.ru	
	6	Герои Узловой	1	Рассказы о героизме земляков	Исследование, презентация	Презентация, дискуссия	Местные архивы, интернет-ресурсы	
	7	Юнармейский сбор	1	Систематизация изученного материала	Групповая работа, повторение, викторина	Викторина, дискуссия	Электронные карты, справочники	
2. Основы выживания и поведения в автономии	8	Ориентирование по горизонту, азимуту, работа с компасом	1	Практическая и теоретическая работа с компасом и местностью	Практикум, моделирование, наблюдение	Практическое занятие, мультимедиа	Онлайн-тренажёры ориентирования, карты	
	9	Измерение расстояний. Способы ориентирования	1	Определение расстояний на местности, вычисления, ориентирование	Практика, расчёты, командная работа	Практическое занятие	Карты, компасы, видео-уроки	
	10	Вязание узлов: туристические	1	Основные туристические узлы	Практическая работа, демонстрация	Практикум, мастер-класс	Видео-инструкции, схемы	
	11	Вязание узлов: страховочные	1	Незатягивающиеся петли и способы применения	Практическая работа, эксперименты	Практикум, демонстрация	Схемы, видео	
	12	Личное и групповое снаряжение	1	Оснащение туриста, рюкзаки, привалы, ночлег	Обзор, анализ, командная работа	Беседа, практическая демонстрация	Фотографии, видео, инструкции	
	13	Питание в походе	1	Основы организации питания и рацион	Практическая работа, планирование	Мастер-класс, беседа	Видеоуроки, статьи о туризме	

Модуль	*№*	*Тема занятия*	*Часы*	*Основное содержание*	*Основные виды деятельности*	*Формы проведения*	*Образовательные ресурсы, включая электронные*	*Дата*
	14	Действия в случае потери ориентировки	1	План действий при потере ориентирования	Моделирование, практическая работа	Ролевые игры, тренажёр	Видео, карты, инструкции и сценарии	
	15	Подведение итогов модуля	1	Обобщение навыков выживания и ориентирования	Викторина, обсуждение, групповая презентация	Беседа, мультимедиа, дискуссия	Электронные пособия, презентации	
3. Строевая подготовка	16	Строевой и походный шаг, тренировка на месте	1	Основы строевой подготовки, движение на месте	Практикум, тренировка, демонстрация	Практика на местности, видео	Видео-уроки строевой подготовки	
	17	Строевой шаг на 2 счета, уставной темп	1	Совершенствование координации и темпа	Практикум, повторение, групповая работа	Практическое занятие	Видеоуроки, презентации	
	18	Повороты в движении	1	Отработка поворотов и команд	Практикум, тренировка	Практика, демонстрация	Видео, инструкции	
	19	Воинское приветствие	1	Правильное выполнение приветствия	Демонстрация, практика, ролевые игры	Практикум, мастер-класс	Видео-уроки, иллюстрации	
	20	Выход из строя и возвращение в строй	1	Работа в составе отделения, построение колонны	Практика, командная работа, тренировка	Практическое занятие	Видео, схемы	
	21	Строевые приёмы в составе отделения	1	Перестроения, смыкание/размыкание отделения	Практика, моделирование, групповая работа	Практикум, демонстрация	Видео, схемы	
	22	Подготовка к смотру строя и песни	1	Совместная отработка строя и песен, коллективные действия	Практика, репетиция, тренировка	Практикум, групповая работа	Аудио- и видеоматериалы	
4. Физическая подготовка	23	Определение уровня физических качеств	1	Тестирование силы, выносливости, скорости	Тесты, практика, наблюдение	Практическое занятие	Таблицы, видео	
	24	Круговая тренировка	1	Упражнения на силу, выносливость и координацию	Практика, моделирование, командная работа	Практикум, тренировка	Видеоуроки, схемы	
5. РХБ защита	25	Средства защиты, приборы РХБ разведки	1	Ознакомление с приборами и средствами за-щиты	Демонстрация, практикум, обсуждение	Практика, демонстрация	Видео, инструкции	
6. Огневая подготовка	26	Стрельба, разборка АК	1	Основы безопасного обращения с оружием, разборка и сборка АК	Практика, демонстрация, тренировка	Практикум, мастер-класс	Видео-уроки, инструкции	

Модуль	*№*	*Тема занятия*	*Часы*	*Основное содержание*	*Основные виды деятельности*	*Формы проведения*	*Образовательные ресурсы, включая электронные*	*Дата*
	27	Практика стрельбы	1	Техника стрельбы, контроль точности и без-опасности	Практика, моделирование, анализ	Практикум, тренировка	Видео, схемы	
7. Оказание первой помощи	28	Первая помощь при травмах	1	Основные приёмы оказания первой помощи, остановка кровотечений	Практика, ролевые игры, демонстрация	Практикум, мастер-класс	Видео-инструкции, схемы	
	29	Остановка кровотечений. За-крепление	1	Повторение и практическая отработка всех изученных модулей	Практика, групповая работа, анализ	Практикум, тренировка	Видео, мультимедиа	
	30	Переломы и вывихи. Симуляция чрезвычайной ситуации	1	Отработка действий в условиях имитации опасности	Ролевые игры, практика, командная работа	Ролевые игры, практикум	Видео, инструкции	
	31	Ожоги и обморожения. Туристическая прогулка с ориентированием	1	Применение навыков ориентирования на местности	Практика, наблюдение, командная работа	Практика на местности	Карты, компасы, видео	
	32	Травмы головы и шеи. Мини-по-ход с применением узлов	1	Применение узлов и снаряжения на практике	Практика, моделирование	Практикум на местности	Видео-инструкции, схемы	
	33	Итоговый строевой смотр	1	Проверка строевой подготовки и строевых навыков	Практика, тренировка, демонстрация	Практика, показ	Видео, презентации	
	34	Итоговая викторина и закрепление. Симуляция аварийной ситуации	1	Обобщение всего материала курса	Викторина, групповая работа, обсуждение	Викторина, дискуссия	Электронные материалы, презентации	

8-9 классы (17 ч)

Модуль	*№*	*Тема занятия*	*Часы*	*Основное содержание*	*Основные виды деятельности*	*Формы проведения*	*Образовательные ресурсы, включая электронные*	*Дата*
1. Исторические и боевые традиции Отечества	1	Участие российских военнослужащих в локальных войнах		История локальных конфликтов, подвиги военнослужащих	Анализ исторических событий, обсуждение	Беседа, обсуждение, работа в группе	Видео по военной истории	
	2	Узловчане – воины-интернационалисты		Истории героев-интернационалистов Узловой	Рассказ, обсуждение, поиск информации	Беседа, презентация	Статьи на сайтах военной истории, презентации Юнармии	

Модуль	*№*	*Тема занятия*	*Часы*	*Основное содержание*	*Основные виды деятельности*	*Формы проведения*	*Образовательные ресурсы, включая электронные*	*Дата*
2. Основы выживания и поведения в автономии	3	Ориентирование по горизонту, азимуту, работа с ком-пасом		Практика с компасом и картой	Практическая работа с картой, моделирование марш-рута	Практикум, демонстрация	https://www.tourister.ru/, видеоуроки по ориентированию	
	4	Измерение расстояний. Способы ориентирования		Определение расстояний на местности, вычисления	Практикум, измерения на местности	Практическая работа, тренировка	Онлайн-карты (Яндекс), видео-инструкции	
	5	Вязание узлов		Туристические и страховочные узлы	Практика узлов	Мастер-класс	https://www.animatedknots.com/, видео	
3. Строевая подготовка	6	Строевой и походный шаг, повороты		Основы строевой подготовки, координация; повороты в движении	Практика, отработка движений	Практикум, ролевые игры	Видео на YouTube «Строевая подготовка Юнармии»	
	7	Строевые приёмы в составе отделения		Сборка/разборка колонны, смыкание и размыкание	Практикум, командная работа	Практика, ролевые игры	Инструкции Юнармии, видео	
	8	Подготовка к смотру строя и песни		Совместная отработка строя и песен	Практика, коллективное исполнение	Практикум, музыкальный тренинг	песни Юнармии	
4. Физическая подготовка	9	Определение уровня физических качеств		Тестирование силы, выносливости, скорости	Практическое тестирование	Практикум, тестирование	https://www.fizkultura.org/, видео-тесты	
	10	Круговая тренировка		Упражнения на силу, выносливость и координацию	Практика, тренинг	Практикум, тренировка	Видео RuTube, схемы упражнений	
5. РХБ защита	11	Средства защиты, приборы РХБ		Ознакомление с приборами и средствами	Демонстрация, работа с макетами	Практикум, демонстрация	https://www.mchs.gov.ru/, обучающие видео	
6. Огневая подготовка	12	Стрельба, разборка АК		Основы безопасного обращения с оружием	Практика, мастер-класс	Практикум	Инструктаж ТБ	
	13	Практика стрельбы		Техника стрельбы, контроль точности и без-опасности	Практическая работа на стрельбище	Практикум	Видео Юнармии, схемы безопасной стрельбы	
7. Оказание первой помощи	14	Основы оказания первой помощи		Правила безопасности, последовательность действий	Беседа, демонстрация	Беседа, практическая отработка	https://www.redcross.ru/, видео-инструкции	
	15	Остановка кровотечений		Приёмы наложения повязок	Практикум с бинтами и повязками	Практикум	Видео «Первая помощь», статьи Красного Креста	
	16	Переломы и вывихи		Иммобилизация, транспортировка раненого	Отработка наложения шин	Практикум	Видео, схемы с сайта redcross.ru/	
	17	Итоговое закрепление навыков		Обобщение всех приёмов первой помощи	Командная работа, викторина	Практикум, обсуждение	Видео, презентации, викторины Юнармии	

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 177207672783977166131780821922435929425640268049

Владелец Денисова Алина Николаевна

Действителен С 02.10.2026 по 02.10.2027