

ПРОГРАММА
ВОЕННО-СПОРТИВНОГО
КЛУБА
«Рубеж»

Разработана преподавателем
ОБЖ и физической культуры
Жуйковым С. С.

2020 год

Пояснительная записка.

***Мы – Великое Русское Воинство,
Нам доверено, землю беречь.
Нет богатства у нас. Есть достоинство,
Вера, совесть, отвага и честь!***

Издавна известно, что сила мощь любого государства, помимо других факторов, определяется получением хорошо технически оснащённых и обученных Вооружённых Сил. Это гарантирует безопасность и общества в целом, и каждой отдельной личности.

Такое положение диктует необходимость обучения и воспитания молодого поколения быть готовым выполнить свой конституционный долг и военную обязанность – умело защитить себя и своё Отечество от любых посягательств со стороны кого бы то ни было. Российская история свидетельствует о том, что во все времена существовала соответствующая той или иной эпохе система подготовки юношества к несению государственной службы, чтобы в любой момент выступить на защиту своего Отечества, не теряться умело вести себя при возникновении любых стихийных бедствиях, катастроф, чрезвычайных ситуаций.

В подготовке молодёжи к защите Родины важная роль отводится школе. Практика становления подрастающего поколения в нашей стране убедительно свидетельствует, что одним из важных средств военно-патриотического воспитания подростков и юношей, формирования у них высоких нравственных и физических качеств является военно-спортивная игра.

Среди разнообразия чувств, переживаемыми подростками в игре, особое значение приобретают чувства, побуждающие ребят к деятельности, к борьбе с трудностями, желание участвовать в ответственных делах, совершать героические поступки.

Опыт показывает, что действия в процессе военно-спортивных игр вызывает у школьников высоконравственный эмоциональный отклик, активизирует патриотические чувства: любовь к Родине, к Вооружённым силам Российской Федерации, к героическим страницам прошлого нашей Отчизны; вызывает стремление с оружием в руках защищать Родину, добросовестно служить в Вооружённых Силах.

Программа военно-спортивного клуба «Рубеж» (далее ВСК); разработана в соответствии с требованиями Федеральных законов РФ "Об обороне", "О военной обязанности, и военной службе", "Об образовании", "О физической культуре и спорте РФ", "Положение о подготовке граждан к военной службе". Настоящая программа военно-спортивного клуба «Рубеж» разработана для учащихся 5 – 11 классов МБОУ Школы №51 г. Самара и направлена на подготовку молодежи к участию в военно-спортивных играх «Зарница» и «Факел», спортивных соревнованиях, поступлению в военно-учебные заведения и службе в Вооружённых Силах Российской Федерации.

Программа клуба позволяет реализовать интересы учащихся и обеспечивает:

- участие молодежи в реализации государственной политики в области военно-патриотического и гражданского воспитания;
 - изучение истории и культуры Отечества и родного края;
 - передача и развитие лучших традиций российского воинства;
 - приобретение военно-прикладных умений и навыков;
 - воспитание ответственности за порученное дело, дисциплинированности, исполнительности, готовности к действиям в экстремальных ситуациях.
- формирование военно-прикладных умений и навыков.

Приём обучающихся в военно-спортивный клуб «Рубеж» осуществляется на основе добровольного волеизъявления и обязательного медицинского освидетельствования.

Занятия по Программе ВСК проводятся с группой учащихся (в основном, юношей) в школьном кабинете ОБЖ, в приспособленном тире, в спортзале, на школьном стадионе и на пересеченной местности в окрестностях города два раза в неделю по одному часу во внеурочное время в течение девяти месяцев учебного года (сентябрь - май). Программа «ВСК» рассчитана на 68 часов. Сроки выполнения программы: 10 месяцев.

Важность и необходимость патриотического воспитания молодёжи в современной России бесспорна. Подробное обоснование данного вопроса сейчас уже излишне, так как Правительством России принята и активно проводится в жизнь государственная программа «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации».

В большой и разнообразной работе школ по воспитанию подрастающего поколения важное место принадлежит созданию и развитию военно-спортивных и патриотических клубов.

Занятость детей интересной работой во благо родной школы и города - одно из актуальных и эффективных методов патриотического и гражданского воспитания подрастающего поколения.

Заинтересовать и увлечь ребят, изучением основ военной службы, действиям в экстремальных и чрезвычайных ситуациях, занятиям военно-прикладными видами спорта, экскурсиями и походами по местам боевой и трудовой славы, научить делиться накопленным опытом с теми, кто придет им на смену, значит растить достойное нужное Отечеству поколение.

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИН ПРОГРАММЫ ПОДГОТОВКИ ЮНЫХ ЗАЩИТНИКОВ ОТЕЧЕСТВА

Целью программы является развитие системы патриотического воспитания учащихся школы, способной обеспечить воспитание настоящего гражданина и патриота, привить учащимся чувство любви к Родине. Для достижения указанной цели решаются следующие задачи:

- создание условий для становления и функционирования системы патриотического воспитания в школе.
- воспитание личности гражданина-патриота своей Родины, способного встать на защиту Отечества. ,
- уберечь подрастающее поколение от проявления политического и религиозного экстремизма в молодежной среде
- физическое развитие молодежи и детей, формирование здорового образа жизни.

Программа рассчитана на 68 учебных часов.

Занятия по основам военной службы

Для организованного проведения занятий и привития воспитанникам практических навыков в выполнении требований уставов каждая группа именуется взводом, а ребята юнармейцами. Из числа лучших юнармейцев назначаются командиры взводов и отделений.

Занятия начинаются с построения юнармейцев командиром взвода в двухшереножный строй и доклада о готовности к занятиям. При построении они должны знать свое место в строю, быть внимательными к командам командира и его сигналам, быстро и точно их выполнять.

На занятиях постоянно поддерживается порядок и организованность. При обращении руководителя к юнармейцу последний быстро встаёт, принимает положение «Смирно» и называет свою фамилию, а если руководитель обращается по фамилии, отвечает: «Я». Получив разрешение сесть, говорит: «Есть» - и быстро без шума садится. При обращении к руководителю юнармеец поднимает руку и, получив разрешение, встаёт, принимает положение «Смирно», называет свою фамилию и задаёт вопрос.

1. Вооруженные Силы Российской Федерации-защитники нашего Отечества

Занятия по данному разделу программы проводятся в форме рассказа и живой беседы с использованием плакатов, альбомов, схем, картин, учебных CD и DVD фильмов, видеофильмов, фрагментов из документальных фильмов и других наглядных пособий и технических средств обучения.

Цель. Помочь юнармейцам уяснить необходимость создания вооруженных сил в Российском государстве. Рассказать о военных реформах в России. Раскрыть организационную структуру

Вооруженных Сил и основные задачи, стоящие перед Вооруженными Силами в современных условиях.

1. История создания Вооруженных Сил России - 1 час.
2. Патриотизм и верность военному долгу - основные качества защитника Отечества- 1 час.
3. Памяти поколений - Дни военной славы России - 2 часа.
4. Военная присяга - клятва воина на верность Родине – России - 1 час.
5. Символы воинской чести - 1 час.
6. Государственные символы России-1 час.
7. Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации - 1 час.

ИТОГО: 8 часов

Содержание тем.

Тема №1 История создания Вооруженных Сил России – 1 час.

Организация вооруженных сил Московского государства в XIV - XV веках; военная реформа Ивана Грозного середина XVI в. Военная реформа Петра первого, создание регулярной армии. Военные реформы в России во второй половине XIX в. Советские Вооруженные Силы. Вооруженные силы Российской Федерации. Военная реформа.

Тема №2. Патриотизм и верность военному долгу основные качества защитника Отечества - 1 час.

Патриотизм духовно-нравственная основа личности военнослужащего-защитника Отечества, источник духовных сил воина.

Преданность своему Отечеству, любовь к Родине, стремление служить ее интересам, защищая от врагов - основное содержание патриотизма.

Воинский долг - обязанность Отечеству по его вооруженной защите. Основные составляющие личности военнослужащего - защитника Отечества, способного с честью и достоинством выполнить военный долг .

Тема №3. Памяти поколений - дни воинской славы России - 2 часа.

Дни воинской славы России - дни славных побед, сыгравших решающую роль в истории государства, основные формы увековечивания российских воинов отличившихся в сражениях связанных с днями воинской славы России.

Тема №4 Военная присяга - клятва воина на верность Родине - России.

Воинская присяга основной и нерушимый закон воинской жизни. История принятия воинской присяги в России. Текст военной присяги. Порядок приведения военнослужащих к воинской присяги. Значение воинской присяги для выполнения каждым военнослужащим воинского долга.

Тема №5 . Символы воинской чести. 1 час.

Боевое знамя воинской части - символ воинской чести , доблести и славы.

Ордена - почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе.

Тема №6. Государственные символы России - 1 час.

Государственный флаг Российской Федерации.

Государственный герб Российской Федерации. Государственный гимн Российской Федерации.

Символы Волгоградской области и Николаевского района.

Тема № 7. Ритуалы ВС РФ - 1 час.

Ритуал приведения к воинской присяге.

Ритуал вручения Боевого Знамени воинской части.

Порядок вручения личному составу вооружения и военной техники.

Порядок проводов военнослужащих, уволенных в запас или отставку.

2. Гражданская оборона – 2 часа.

Тема: Применение средств индивидуальной защиты органов дыхания и кожных покровов.

Цель. Изучить назначение и устройство Противогаза ГП-5, респиратора, ПТМ, ВМП, ОЗК.

Научить применять СИЗ укладываясь в норматив.

3.. Основы самообороны-7 часов.

Приёмы рукопашного боя

1. Группировки, кувырки вперёд, назад.
2. Падение вперёд, назад, на бок.
3. защита от захватов
4. защита от ударов палкой
5. защита от ударов руками и ногами
6. защита от ударов ножом,
7. защита от нападающего с огнестрельным оружием,.

4. Строевая подготовка -8 часов.

Строевая подготовка является одним из важнейших разделов военного обучения и воспитания. Она дисциплинирует юнармейцев, вырабатывает у них отличную строевую выправку, образцовый внешний вид, умение быстро и четко выполнять строевые приемы, прививает им аккуратность, ловкость и выносливость.

Строевая подготовка – дело сугубо практическое. Каждый прием или действие отрабатывается многократным и правильным повторением.

При отработке каждого приема или действия необходимо придерживаться такой методической последовательности:

- назвать прием (действие) и подать команду, по которой он выполняется;
- показать образцовое выполнение приема (действия) в целом, затем по разделениям с одновременным кратким объяснением правил и порядка его выполнения;
- научить юнармейцев технике выполнения приема (действия) с начала по разделениям, затем в целом.

Цель. Изучить общие положения Строевого устава Вооруженных Сил РФ и научить юнармейцев выполнять обязанности солдата перед построением и в строю. Воспитывать дисциплинированность и ответственность за выполнение команд и приказов. Добиваться, чтобы юнармейцы были подтянуты, внешне опрятны, умели четко докладывать, и были в постоянной готовности к действию.

№ п. п.	Наименование темы	Кол-во часов	Вид занятий
1	Строи и их элементы.	1	урочный
2	Одиночная подготовка.	1	
3	Выполнение основных приёмов в составе подразделения на месте.	1	
4	Движение. Одиночная подготовка.	2	
5	Выполнение воинского приветствия. Одиночная подготовка	2	
6	Контрольное итоговое занятие.	1	
Итого:		8	

1. Строи и их элементы:

- 1.1 Виды строев и их элементы. Глубина и ширина строя. Направляющий и замыкающий. Правый и левый фланг. Интервал и дистанция. Обязанности военнослужащих перед построением и в строю.

- 1.2 Колонна и шеренга. Одно-и двухшереножный строй. Развёрнутый строй и походный, ответ на воинское приветствие в составе подразделения. Зачёт.
2. Одиночная подготовка.
 - 2.1 Внешний вид. Осмотр внешнего вида.
 - 2.2 Выполнение команд «Равняйсь!», «Смирно!», «Вольно!», «Заправиться!», «Разойдись!».
 - 2.3 Повороты на месте направо, налево, кругом. Зачёт.
3. Выполнение основных приёмов в составе подразделения на месте.
 - 3.1 Выполнение команд «Равняйсь!», «Смирно!», «Вольно!», «Заправиться!», «Разойдись!».
 - 3.2 Повороты на месте направо, налево, кругом. Зачёт.
4. Движение. Одиночная подготовка.
 - 4.1 элементы строевого и походного шага: подъём ноги, вынос руки, положение корпуса.
 - 4.2 Темп и скорость движения. Постановка ноги.
 - 4.3 Движение строевым и походным шагом. Переход со строевого шага на походный и обратно.
 - 4.4 Повороты в движении направо, налево, кругом. Зачёт.
5. Выполнение воинского приветствия. Одиночная подготовка.
 - 5.1 Отдание воинской чести на месте с головным убором и без него.
 - 5.2 Отдание воинской чести в движении с головным убором и без него.
 - 5.3 Выход из строя и возвращение в строй.
 - 5.4 Подход к начальнику и отход от него. Контрольное занятие.

5. Огневая подготовка-3 часа.

На занятиях по огневой подготовке юнармейцы должны усвоить боевые свойства и материальную часть автомата Калашникова (АК-74) и ручных осколочных гранат. Овладеть навыками в действиях при выполнении приёмов и правил стрельбы из автомата и метании ручных гранат, ознакомиться с правилами сбережения и хранения стрелкового оружия, получить практику в стрельбе из пневматического оружия.

Особое внимание на всех занятиях по огневой подготовке следует уделять мерам безопасности и требовать безоговорочного их соблюдения всеми юнармейцами. Занятия по огневой подготовке проводятся в стрелковом тире школы.

Цель. Изучить назначение и устройство автомата, патронов к нему и ручных осколочных гранат. Совершенствовать знания и навыки юнармейцев по устройству, неполной разборке и сборке автомата. Научить меткой и кучной стрельбе, метанию ручных осколочных гранат на дальность и меткость. Воспитывать бережное отношение к стрелковому оружию.

6. Туристическая подготовка - 5 часов.

В условиях современного боя особенно важно уметь быстро и уверенно ориентироваться на незнакомой местности при ограниченной видимости, ночью и в движении на больших маршевых скоростях, правильно и своевременно использовать её защитные свойства в случае встречи с противником.

Местность – это определённый участок земной поверхности, на котором выполняется боевая задача. Поэтому первостепенное значение имеет знание тактических свойств местности, к основным из которых относятся её проходимость, маскировочные и защитные свойства, условия ориентирования, наблюдения и ведения огня из всех видов оружия, эффективного использования боевой техники.

Цель. Дать понятие об ориентировании. Научить способам определения сторон горизонта по компасу, небесным светилам и местным предметам, при выполнении боевой задачи уметь быстро ознакомиться с местностью, правильно оценить её тактические свойства, ориентироваться и точно определять своё местонахождение. 5.

Тема №1. Топографическая подготовка. Ориентирование по местности. Движение по маршруту - 2 часа.

Карта географическая и топографическая. Условные знаки. Масштаб линейный и численный. Устройство компаса и пользование им. Ориентирование по карте, компасу и по различным особенностям местных предметов. Нахождения на карте точки своего стояния.

Тема №2. Организация бивака - 1 час.

Выбор местности для бивака. Устройство и установка палаток. Снятие палаток. Уборка места привала. Различные типы костров. Приготовление пищи. Сушка и ремонт одежды и обуви. Набор продуктов. Использование ягод и грибов. Режим дня в походе и на дневке. Игры в походе.

Тема №3. Спортивный туризм - 1 час.

Виды туристического многоборья. Снаряжение (система страховочная, карабин с муфтой, репшнур), веревки основные и вспомогательные.

Тема №4. Техника спортивного туризма - 1 час. Преодоление различных препятствий с помощью страховочной системы. Вязание узлов (булинь, рифовый, проводника, стремя, ткацкий, бромшкотовый и др.) Вязание веревки, бухтование веревки. Техника безопасности при преодолении препятствий.

7 Физическая подготовка – 30 часов. Спортивные игры. Правила игры. О технике игры. О тактике игры. Обучение приемам игры. Двухсторонняя игра

1. Футбол – 10 часов.
2. Баскетбол – 10 часов.
3. Волейбол – 10 часов.

Включает в себя занятия различными видами спорта, с применением общеразвивающих и специальных упражнений, закаливающих процедур, соблюдение гигиенических условий

8. Основы медицинских знаний – 5 часов.

1. Виды ран.
2. ПМП при кровотечении.
3. ИВЛ и непрямой массаж сердца.
4. Переломы и вывихи
5. Ушибы, растяжения, ожоги.

Цель. Помочь юнармейцам в сложных и конфликтных ситуациях сохранять максимум хладнокровия, быстро оценивать сложившуюся обстановку, а при оказании первой медицинской помощи действовать решительно и разумно.

Заключение

Военно-патриотическое воспитание требует постоянной активности общественных организаций, коллектива преподавателей, тренеров и самих юнармейцев. Оно начинается с воспитательных целей и задач, которые вытекают из специфики подготовки молодежи к службе в армии.

В процессе руководства военно-патриотическим воспитанием молодежи важно целесообразно сочетать различные формы воспитания юнармейцев, исходя из особенностей ребят. При этом, особенно важно, своевременно подкреплять воспитательное воздействие учебных занятий различными мероприятиями и соревнованиями, привлекая для этого семьи ребят, шефствующие организации, базовые предприятия и общественность.

Действенным элементом в процессе военно-патриотического воспитания молодежи является развитие активности ребят, вовлечение их в работу по самовоспитанию. Процессу самовоспитания содействует соревнование, стремление отстоять честь школы, критика и самокритика, пример авторитетного человека.

Искусство руководителя заключается в том, чтобы использовать возрастные и индивидуальные особенности юнармейцев для развития у них чувства долга по защите Родины и стремления с честью выполнить его.

Литература по патриотическому воспитанию
обучающихся и подготовке их к военной службе

1. Государственная программа «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации на 2006-2010 годы»
2. А.Т. Смирнов, Б.И. Мишин, В.А. Васнев. ОБЖ – учебник для учащихся 10 (11) класса общеобразовательных учреждений. Просвещение – 2006.
3. В.К. Романовский. Символы Российской государственности. Русское слово. – 2002.
4. Р.З. Хафизов. Славе – не меркнуть, традициям – жить! Иркутск – 2005.
5. Сборник основных документов по вопросам подготовки граждан Российской Федерации к военной службе. Москва – 2006.
6. Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации.
7. А.Д. Дворник. Пневматическое оружие. Стрельба. Эксплуатация. Ремонт. Оборудование тира. Москва – 2001.
8. Физическая подготовка. Учебное пособие по «Основам военной службы». Москва – 2006.
9. Огневая подготовка. Учебное пособие по «Основам военной службы». Москва – 2002.
10. Тактическая подготовка. Учебное пособие по «Основам военной службы». Москва – 2006.
11. Военная топография. Учебное пособие по «Основам военной службы». Москва – 2001.
12. Защита Отечества – обязанность каждого гражданина. Учебное пособие по «Основам военной службы». Москва – 2006.
13. Вооруженные Силы России. Учебное пособие по «Основам военной службы». Москва – 2006.
14. На службе Отечеству. Учебное пособие по «Основам военной службы». Москва – 2006.
15. В.Г. Бубнов. Атлас добровольного спасателя. Учебное пособие «Первая медицинская помощь на месте происшествия». Москва – 2005.

РАСЧЕТ ЧАСОВ ПО РАЗДЕЛАМ
Примерный тематический план.

№	НАИМЕНОВАНИЕ РАЗДЕЛА	МЕСЯЦ ЧАС	СЕНТЯБРЬ	ОКТЯБРЬ	НОЯБРЬ	ДЕКАБРЬ	ЯНВАРЬ	ФЕВРАЛЬ	МАРТ	АПРЕЛЬ	МАЙ
1	Вооруженные Силы РФ	8	-	2	2	2	-	-	-	-	2
2	Гражданская оборона	2	-	-	-	-	-	-	-	-	2
3	Основы самообороны	7	-	1	1	1	1	3	-	-	-
4	Туристическая подготовка	5	2	-	-	-	-	1	1	1	-
5	Строевая подготовка	8	1	1	1	1	1	1	1	1	-
6	Огневая подготовка	3	-	-	-	1	1	-	-	1	-
7	Физическая подготовка	30	4	3	3	3	3	3	3	4	4
8	Основы мед. знаний	5	1	1	1	-	-	-	1	1	-
	Всего	68	8	8	8	8	6	8	6	8	8