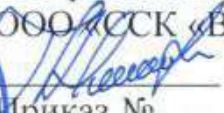


Общество с ограниченной ответственностью
«Спортивный-стрелковый клуб «ВИКИНГ»
(ООО «ССК «ВИКИНГ»)



УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор
ООО «ССК «ВИКИНГ»

 / П. П. Невзоров /

Приказ № _____

от « ____ » _____ 2026 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА —
ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

«КРЕПОСТЬ»

Направленность: социально-гуманитарная

Уровень программы: ознакомительный

Возраст обучающихся: от 18 лет

Срок реализации: 6 месяцев

Объем программы: 72 академических часа

Форма обучения: очная

г. Москва, 2026

РАЗДЕЛ 1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

1.1. Пояснительная записка

Обществу нужны здоровые, мужественные, инициативные, дисциплинированные и грамотные граждане, готовые трудиться на благо Отечества и встать на его защиту. Поэтому особое место в системе дополнительного образования взрослых занимают гражданско-патриотическое воспитание и формирование готовности к защите Родины.

Нормативно-правовая основа программы

Программа разработана в соответствии со следующими нормативными правовыми актами и документами:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Постановление Правительства Российской Федерации от 18.09.2020 № 1490 «О лицензировании образовательной деятельности»;
3. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
4. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 № 652н «Об утверждении профессионального стандарта „Педагог дополнительного образования детей и взрослых“»;
5. Указ Президента Российской Федерации от 09.11.2022 № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей»;
6. Указ Президента Российской Федерации от 08.05.2024 № 314 «Об утверждении Основ государственной политики Российской Федерации в области исторического просвещения»;
7. Приказ Министерства здравоохранения Российской Федерации от 03.05.2024 № 220н «Об утверждении Порядка оказания первой помощи»;
8. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242);

9. Устав и локальные нормативные акты организации, осуществляющей образовательную деятельность.

Направленность программы

Программа «Крепость» имеет социально-гуманитарную направленность.

Актуальность программы

Актуальность программы обусловлена потребностью общества и государства в гражданско-патриотическом воспитании и подготовке граждан к защите Отечества. Стратегия национальной безопасности Российской Федерации (Указ Президента Российской Федерации от 02.07.2021 № 400), Основы государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей и Основы государственной политики в области исторического просвещения относят патриотизм, служение Отечеству, историческую память и преемственность поколений к числу базовых ценностей российского общества.

Изменения военно-политической обстановки в мире требуют повышения обороноспособности страны и согласованной работы всей системы патриотического воспитания, в том числе в сфере дополнительного образования взрослых. Программа даёт обучающимся систематизированные знания по истории Отечества и Вооружённых Сил, основам военной службы, первой помощи и ориентированию на местности, которые востребованы как при подготовке к военной службе, так и в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях.

Новизна программы

Новизна программы «Крепость» заключается в сочетании гражданско-патриотического содержания с освоением прикладных умений: оказания первой помощи, работы с картой и компасом, основ туризма и выживания в природной среде, изучения устройства пистолета с отработкой неполной разборки и сборки в учебном классе. Программа не ограничивается воспитанием любви к Родине, а формирует практические навыки, необходимые для подготовки к военной службе и правильных действий в нестандартных и экстремальных ситуациях.

Педагогическая целесообразность

Педагогическая целесообразность программы состоит в том, что она способствует духовно-нравственному развитию обучающихся, формированию их гражданской идентичности и уважения к истории большой и малой Родины, а также даёт практические знания и навыки, необходимые в

любой жизненной ситуации, в том числе в области здоровьесбережения. Комплексный подход к организации занятий обеспечивает успешную социализацию и активную гражданскую позицию обучающихся.

Отличительные особенности программы

Отличительной особенностью программы является интеграция содержания нескольких предметных областей: истории, основ безопасности и защиты Родины, военной топографии и географии, краеведения (история Москвы), основ медицинских знаний и туризма. Программа ориентирована на взрослых обучающихся, учитывает их жизненный опыт и мотивацию, сочетает теоретическую подготовку с практическими занятиями (практическая часть составляет более половины учебного времени).

Программа не предусматривает практических стрельб и занятий рукопашным боем. Практическая работа с оружием ограничивается проверкой на разряженность, неполной разборкой и сборкой пистолета в учебном классе без использования патронов, под контролем педагога и лица, ответственного за сохранность оружия.

Основные принципы реализации программы

- добровольность участия и учёт интересов каждого обучающегося;
- наглядность — использование наглядных пособий, макетов, информационно-коммуникационных технологий;
- последовательность и постепенное усложнение учебного материала;
- связь теории с практикой;
- учёт индивидуальных особенностей и жизненного опыта обучающихся;
- учёт региональных особенностей — изучение истории и памятных мест города Москвы;
- создание доброжелательной, комфортной атмосферы и «ситуации успеха».

Адресат программы

Программа рассчитана на взрослых обучающихся в возрасте от 18 лет без ограничения по полу и уровню образования. Обучающиеся принимаются по личному заявлению. Практические занятия связаны с умеренной физической нагрузкой, поэтому при зачислении обучающийся подтверждает отсутствие медицинских противопоказаний к таким занятиям.

Наполняемость учебной группы — до 8 человек. При организации обучения применяется индивидуальный и дифференцированный подход с учётом физических и психологических особенностей обучающихся.

Уровень программы

Ознакомительный.

Объём и срок освоения программы

Объём программы — 72 академических часа, из них теоретических занятий — 31 ч, практических — 41 ч. Срок освоения программы — 6 месяцев (24 учебные недели).

Режим занятий

Занятия проводятся 1 раз в неделю по 3 академических часа. Продолжительность академического часа — 45 минут, перерыв между академическими часами — 10 минут.

Форма обучения

Очная. Для проведения отдельных теоретических занятий допускается применение электронного обучения и дистанционных образовательных технологий (п. 14 Порядка, утв. приказом Минпросвещения России от 27.07.2022 № 629).

Формы организации образовательного процесса

Форма занятий — групповая. На отдельных этапах (подготовка мини-проектов и сообщений, отработка практических навыков) используются индивидуальная работа и работа в малых группах.

Виды занятий: теоретические (лекция, беседа, дискуссия, презентация), практические (практическая работа, тренировка, отработка навыков на тренажёрах и макетах), комбинированные, тематические экскурсии, учебные выходы на местность, контрольные занятия.

Методы обучения

- словесные (лекция, рассказ, объяснение, беседа);
- наглядные (демонстрация макетов, плакатов, видеоматериалов, показ приёмов педагогом);
- практические (упражнения, практические работы, тренировки);
- репродуктивные (воспроизведение обучающимися полученных знаний и освоенных способов действий);
- проблемно-поисковые и исследовательские (мини-проекты, работа с историческими источниками и картами).

Каждое практическое занятие предваряется инструктажем по технике безопасности и включает теоретическую часть (объяснение, показ) и практическую часть (отработка навыков под контролем педагога).

1.2. Цель и задачи программы

Цель программы: формирование у обучающихся гражданско-патриотической позиции, базовых знаний и практических умений в области основ военной службы, первой помощи, ориентирования на местности и туризма, необходимых для подготовки к защите Отечества и безопасного поведения в экстремальных ситуациях.

Задачи программы

Обучающие:

- познакомить с историей, структурой и предназначением Вооружённых Сил Российской Федерации, символами воинской чести и днями воинской славы России;
- дать начальные знания по основам военной службы: общевоинским уставам, мерам безопасности при обращении с оружием, тактической, топографической и инженерной подготовке;
- научить приёмам оказания первой помощи в соответствии с действующим Порядком оказания первой помощи;
- сформировать умения ориентироваться на местности по карте и компасу;
- научить безопасному обращению с оружием, неполной разборке и сборке пистолета;
- познакомить с историей развития оружия и современным вооружением Вооружённых Сил Российской Федерации;
- сформировать начальные навыки пешеходного туризма и действий в условиях автономного существования.

Развивающие:

- развивать коммуникативные и лидерские качества, умение работать в команде;
- развивать внимание, память, логическое и пространственное мышление;
- развивать волевые качества, выносливость, способность действовать в нестандартной ситуации.

Воспитательные:

- воспитывать уважение к Отечеству, его истории и героическому прошлому народа;
- формировать мотивацию к военной службе и профессиям, связанным с защитой Отечества;

- воспитывать дисциплинированность, ответственность, чувство коллективизма;
- формировать потребность в здоровом и безопасном образе жизни.

1.3. Планируемые результаты

Предметные результаты

По окончании обучения обучающиеся будут **знать:**

- основные этапы истории Российской армии и флота, структуру и предназначение Вооружённых Сил Российской Федерации;
- государственные символы России, символы воинской чести, дни воинской славы России;
- основные положения общевоинских уставов Вооружённых Сил Российской Федерации;
- меры безопасности при обращении с оружием, назначение и общее устройство пистолета, историю развития оружия и основные образцы современного вооружения;
- основы тактической, топографической и инженерной подготовки;
- перечень состояний, при которых оказывается первая помощь, и порядок её оказания;
- историю Москвы в годы Великой Отечественной войны;
- основы техники пешеходного туризма и выживания в природной среде.

уметь:

- выполнять сердечно-лёгочную реанимацию, останавливать наружное кровотечение, накладывать повязки, выполнять иммобилизацию и перемещение пострадавшего;
- читать топографическую карту, определять стороны горизонта, двигаться по азимуту;
- проверять оружие на разряженность, выполнять неполную разборку и сборку пистолета с соблюдением мер безопасности;
- применять приёмы маскировки и простейшего инженерного оборудования местности;
- вязать основные туристские узлы, укладывать рюкзак, устанавливать палатку;
- находить, обобщать и анализировать информацию, готовить и представлять сообщения.

Личностные результаты

- сформированность гражданской позиции, уважения к истории и традициям Отечества;
- мотивация к самообразованию и саморазвитию, к целенаправленной познавательной деятельности;
- ответственное отношение к собственному здоровью и безопасности окружающих;
- готовность к выполнению гражданского долга по защите Отечества.

Метапредметные результаты

- умение самостоятельно определять цели обучения, планировать пути их достижения и выбирать эффективные способы решения учебных задач;
- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять самоконтроль и самооценку;
- умение устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение и делать выводы;
- умение организовывать учебное сотрудничество с педагогом и другими обучающимися, работать индивидуально и в группе, аргументировать свою позицию;
- развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий.

1.4. Учебный план

№ п/п	Наименование разделов, тем	Количество часов			Формы аттестации (контроля)
		всего	теория	практика	
	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности	2	1	1	Входная диагностика (анкетирование)
1	Раздел 1. Мы — россияне!	6	3	3	
1.1	Тема 1.1. Наша страна — Россия. Роль поколений в истории страны	2	1	1	Устный опрос
1.2	Тема 1.2. Государственные символы России. Великие имена в истории России	2	1	1	Устный опрос
1.3	Тема 1.3. История малой родины — города Москвы	2	1	1	Защита мини-проекта
2	Раздел 2. История Вооружённых Сил России	8	4	4	
2.1	Тема 2.1. Вооружённые Силы Российской Федерации: история, виды и рода войск	2	1	1	Тестирование
2.2	Тема 2.2. Символы воинской чести. Дни воинской славы России	2	1	1	Устный опрос
2.3	Тема 2.3. Полководцы и герои Отечества	2	1	1	Защита сообщения
2.4	Тема 2.4. Военные профессии. Порядок прохождения военной службы	2	1	1	Тестирование
3	Раздел 3. Локальные войны и вооружённые конфликты второй половины XX века	4	2	2	
3.1	Тема 3.1. Обзор локальных войн и вооружённых конфликтов	2	2	0	Устный опрос
3.2	Тема 3.2. Работа с картами боевых действий	2	0	2	Практическая работа
4	Раздел 4. Подготовка по основам военной службы	20	9	11	
4.1	Тема 4.1. Общевоинские уставы Вооружённых Сил Российской Федерации	2	2	0	Устный опрос
4.2	Тема 4.2. Огневая подготовка. Устройство пистолета, неполная разборка и сборка	4	2	2	Тестирование; практическая работа
4.3	Тема 4.3. Тактическая подготовка	4	2	2	Практическая работа

№ п/п	Наименование разделов, тем	Количество часов			Формы аттестации (контроля)
		всего	теория	практика	
4.4	Тема 4.4. Военная топография	6	2	4	Практическая работа
4.5	Тема 4.5. Инженерная подготовка	4	1	3	Практическая работа
5	Раздел 5. Основы медицинских знаний. Первая помощь	14	4	10	
5.1	Тема 5.1. Организационно-правовые основы оказания первой помощи. Сердечно-лёгочная реанимация	6	2	4	Тестирование
5.2	Тема 5.2. Ранения и кровотечения	4	1	3	Практическая работа
5.3	Тема 5.3. Травмы опорно-двигательного аппарата. Термические поражения. Транспортировка пострадавших	4	1	3	Практическая работа
6	Раздел 6. Виды вооружений	4	3	1	
6.1	Тема 6.1. История оружия	2	2	0	Устный опрос
6.2	Тема 6.2. Современное вооружение и военная техника Вооружённых Сил Российской Федерации	2	1	1	Тестирование
7	Раздел 7. Туристско-краеведческая деятельность	12	5	7	
7.1	Тема 7.1. Москва в годы Великой Отечественной войны	4	2	2	Устный опрос; отчёт по экскурсии
7.2	Тема 7.2. Техника пешеходного туризма	6	2	4	Практическая работа
7.3	Тема 7.3. Основы выживания в природной среде	2	1	1	Устный опрос
	Итоговое занятие. Аттестация по итогам освоения программы	2	0	2	Зачёт
	Итого:	72	31	41	

1.5. Рабочие программы дисциплин (модулей). Содержание программы

Общий объём программы — 72 ч: теория — 31 ч, практика — 41 ч.

Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности (2 ч)

Объём: Всего — 2 ч (теория — 1 ч, практика — 1 ч).

Теория (1 ч): Цель, задачи и содержание программы, режим занятий, правила внутреннего распорядка. Инструктаж по охране труда и технике безопасности на теоретических и практических занятиях, при работе с оружием в учебном классе, с учебным и туристским снаряжением, во время экскурсий и учебных выходов на местность. Правила пожарной безопасности. Порядок действий при чрезвычайной ситуации в здании.

Практика (1 ч): Входная диагностика: анкетирование и вводный тест для выявления начального уровня знаний и ожиданий обучающихся. Знакомство с учебным оборудованием.

Форма контроля: входная диагностика (анкетирование).

Раздел 1. Мы — россияне!

Объём раздела: Всего — 6 ч (теория — 3 ч, практика — 3 ч).

Тема 1.1. Наша страна — Россия. Роль поколений в истории страны (2 ч)

Теория (1 ч): Понятия «Родина», «Отечество», «поколение». Роль различных поколений в истории нашей страны. Традиционные российские духовно-нравственные ценности, их роль в жизни семьи и общества.

Практика (1 ч): Дискуссия «Что для меня значит Родина». Подготовка кратких сообщений о вкладе своей семьи в историю страны.

Форма контроля: устный опрос.

Тема 1.2. Государственные символы России. Великие имена в истории России (2 ч)

Теория (1 ч): Государственный флаг, герб и гимн Российской Федерации: история, описание, правила использования. Великие имена в истории России: государственные деятели, учёные, деятели культуры.

Практика (1 ч): Работа с текстами федеральных конституционных законов о государственных символах. Подготовка и представление мини-сообщений.

Форма контроля: устный опрос.

Тема 1.3. История малой родины — города Москвы (2 ч)

Теория (1 ч): Основные этапы истории Москвы. Москва — столица Российского государства. Памятники воинской славы Москвы.

Практика (1 ч): Исследовательская работа: мини-проект «Памятники воинской славы моего района (округа)».

Форма контроля: защита мини-проекта.

Раздел 2. История Вооружённых Сил России

Объём раздела: Всего — 8 ч (теория — 4 ч, практика — 4 ч).

Тема 2.1. Вооружённые Силы Российской Федерации: история, виды и рода войск (2 ч)

Теория (1 ч): Этапы создания и развития армии и флота от Древней Руси до современной России. Предназначение и структура Вооружённых Сил Российской Федерации: виды и отдельные рода войск, их задачи. Основные положения Военной доктрины Российской Федерации.

Практика (1 ч): Работа со схемой организационной структуры Вооружённых Сил Российской Федерации. Тестирование.

Форма контроля: тестирование.

Тема 2.2. Символы воинской чести. Дни воинской славы России (2 ч)

Теория (1 ч): Боевое знамя воинской части, государственные награды (ордена и медали), военная форма одежды, воинские ритуалы. Дни воинской славы и памятные даты России.

Практика (1 ч): Составление календаря дней воинской славы России с краткой исторической справкой.

Форма контроля: устный опрос.

Тема 2.3. Полководцы и герои Отечества (2 ч)

Теория (1 ч): Выдающиеся полководцы и флотоводцы России: Александр Невский, Дмитрий Донской, А. В. Суворов, Ф. Ф. Ушаков, М. И. Кутузов, Г. К. Жуков, К. К. Рокоссовский. Герои Советского Союза и Герои Российской Федерации.

Практика (1 ч): Подготовка и защита сообщений (презентаций) о полководцах и героях Отечества.

Форма контроля: защита сообщения.

Тема 2.4. Военные профессии. Порядок прохождения военной службы (2 ч)

Теория (1 ч): Военно-учётные специальности. Военная служба по призыву и по контракту. Военные профессиональные образовательные организации и образовательные организации высшего образования.

Практика (1 ч): Работа с информационными материалами о военных профессиях; составление профессиограммы. Тестирование.

Форма контроля: тестирование.

Раздел 3. Локальные войны и вооружённые конфликты второй половины XX века

Объём раздела: Всего — 4 ч (теория — 2 ч, практика — 2 ч).

Тема 3.1. Обзор локальных войн и вооружённых конфликтов (2 ч)

Теория (2 ч): Причины, ход и итоги локальных войн и вооружённых конфликтов второй половины XX века с участием советских и российских военнослужащих. Воины-интернационалисты. Афганская война 1979–1989 гг.

Форма контроля: устный опрос.

Тема 3.2. Работа с картами боевых действий (2 ч)

Практика (2 ч): Анализ исторических карт и схем боевых действий. Условные обозначения на исторических картах.

Форма контроля: практическая работа.

Раздел 4. Подготовка по основам военной службы

Объём раздела: Всего — 20 ч (теория — 9 ч, практика — 11 ч).

Тема 4.1. Общевоинские уставы Вооружённых Сил Российской Федерации (2 ч)

Теория (2 ч): Общевоинские уставы: Устав внутренней службы, Дисциплинарный устав, Устав гарнизонной и караульной служб, Строевой устав — общие положения. Права и обязанности военнослужащих. Воинская дисциплина, поощрения и дисциплинарные взыскания.

Форма контроля: устный опрос.

Тема 4.2. Огневая подготовка. Устройство пистолета, неполная разборка и сборка (4 ч)

Теория (2 ч): Меры безопасности при обращении с оружием и боеприпасами. Основы стрельбы: явление выстрела, траектория полёта пули, прицеливание (теоретические сведения). Правовые основы оборота оружия в

Российской Федерации. Назначение, общее устройство и принцип работы спортивных пистолетов МР-446С «Викинг», Glock 17 и Glock 34, назначение основных частей и механизмов, сравнение конструкций. Практические стрельбы программой не предусмотрены.

Практика (2 ч): Занятие проводится в учебном классе. Порядок проверки оружия на разряженность. Неполная разборка и сборка спортивных пистолетов МР-446С «Викинг», Glock 17 и Glock 34. Оружие выдаётся и принимается ответственным лицом; патроны в учебный класс не вносятся.

Форма контроля: тестирование; практическая работа.

Тема 4.3. Тактическая подготовка (4 ч)

Теория (2 ч): Основы общевойскового боя. Обязанности и действия солдата в бою. Способы передвижения на поле боя. Выбор места для наблюдения, маскировка.

Практика (2 ч): Отработка способов передвижения на местности, приёмов наблюдения и маскировки.

Форма контроля: практическая работа.

Тема 4.4. Военная топография (6 ч)

Теория (2 ч): Топографические карты: масштаб, условные знаки, система координат. Ориентирование на местности: определение сторон горизонта, понятие азимута, работа с компасом. Современные средства навигации.

Практика (4 ч): Чтение топографической карты, определение расстояний и координат. Определение сторон горизонта по компасу и местным признакам. Движение по азимуту.

Форма контроля: практическая работа.

Тема 4.5. Инженерная подготовка (4 ч)

Теория (1 ч): Инженерное оборудование позиций, простейшие укрытия и их назначение. Маскировка на местности.

Практика (3 ч): Изготовление макетов простейших фортификационных сооружений. Оборудование временного укрытия из подручных материалов на учебном выходе.

Форма контроля: практическая работа.

Раздел 5. Основы медицинских знаний. Первая помощь

Объём раздела: Всего — 14 ч (теория — 4 ч, практика — 10 ч).

Тема 5.1. Организационно-правовые основы оказания первой помощи. Сердечно-лёгочная реанимация (6 ч)

Теория (2 ч): Понятие первой помощи. Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь, и перечень мероприятий по её оказанию (Порядок оказания первой помощи, утв. приказом Минздрава России от 03.05.2024 № 220н). Оценка обстановки и обеспечение безопасных условий, вызов скорой медицинской помощи. Определение признаков жизни. Сердечно-лёгочная реанимация. Восстановление проходимости дыхательных путей.

Практика (4 ч): Отработка сердечно-лёгочной реанимации на тренажёре-манекене, в том числе в паре и при длительном проведении. Отработка алгоритма действий на месте происшествия (ситуационные задачи). Удаление инородного тела из верхних дыхательных путей. Придание устойчивого бокового положения.

Форма контроля: тестирование.

Тема 5.2. Ранения и кровотечения (4 ч)

Теория (1 ч): Виды ран и кровотечений. Способы временной остановки наружного кровотечения: прямое давление на рану, давящая повязка, кровоостанавливающий жгут. Правила наложения повязок.

Практика (3 ч): Наложение давящей повязки и кровоостанавливающего жгута (турникета). Наложение бинтовых повязок на различные части тела.

Форма контроля: практическая работа.

Тема 5.3. Травмы опорно-двигательного аппарата. Термические поражения. Транспортировка пострадавших (4 ч)

Теория (1 ч): Переломы, вывихи, растяжения: признаки и первая помощь. Ожоги, отморожения, перегревание. Иммобилизация подручными средствами. Способы перемещения пострадавших.

Практика (3 ч): Иммобилизация конечностей с помощью табельных и подручных средств. Перемещение пострадавшего одним и двумя участниками.

Форма контроля: практическая работа.

Раздел 6. Виды вооружений

Объём раздела: Всего — 4 ч (теория — 3 ч, практика — 1 ч).

Тема 6.1. История оружия (2 ч)

Теория (2 ч): Развитие оружия от древности до наших дней. Классификация оружия: холодное, метательное, огнестрельное.

Отечественные оружейные конструкторы: С. И. Мосин, В. А. Дегтярёв, Ф. В. Токарев, М. Т. Калашников.

Форма контроля: устный опрос.

Тема 6.2. Современное вооружение и военная техника Вооружённых Сил Российской Федерации (2 ч)

Теория (1 ч): Основные образцы современного вооружения и военной техники видов и родов войск Вооружённых Сил Российской Федерации, их назначение.

Практика (1 ч): Определение видов вооружения и военной техники по изображениям и видеоматериалам. Тестирование.

Форма контроля: тестирование.

Раздел 7. Туристско-краеведческая деятельность

Объём раздела: Всего — 12 ч (теория — 5 ч, практика — 7 ч).

Тема 7.1. Москва в годы Великой Отечественной войны (4 ч)

Теория (2 ч): Битва за Москву 1941–1942 гг. Оборона столицы, народное ополчение, трудовой подвиг москвичей. Москва — город-герой.

Практика (2 ч): Тематическая экскурсия (Музей Победы, Центральный музей Вооружённых Сил Российской Федерации или мемориалы рубежей обороны Москвы). Подготовка отчёта по итогам экскурсии.

Форма контроля: устный опрос; отчёт по экскурсии.

Тема 7.2. Техника пешеходного туризма (6 ч)

Теория (2 ч): Виды туризма. Личное и групповое туристское снаряжение. Организация привала и бивака. Туристские узлы. Техника движения по пересечённой местности, преодоление естественных препятствий. Меры безопасности в походе.

Практика (4 ч): Укладка рюкзака, вязка туристских узлов. Преодоление естественных препятствий на учебной площадке.

Форма контроля: практическая работа.

Тема 7.3. Основы выживания в природной среде (2 ч)

Теория (1 ч): Действия человека в условиях вынужденной автономии. Обеспечение водой и питанием, укрытие, сигналы бедствия.

Практика (1 ч): Составление аварийного (носимого) набора. Изучение способов подачи сигналов бедствия.

Форма контроля: устный опрос.

Итоговое занятие. Аттестация по итогам освоения программы (2 ч)

Объём: Всего — 2 ч (практика — 2 ч).

Практика (2 ч): Тестирование по теоретическим вопросам программы (Приложения 1, 2). Выполнение практических заданий: сердечно-лёгочная реанимация на тренажёре, остановка кровотечения, работа с картой и компасом, неполная разборка и сборка пистолета, вязка туристских узлов (Приложение 3).

Форма контроля: зачёт.

РАЗДЕЛ 2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

2.1. Календарный учебный график

Этапы образовательного процесса	Программа «Крепость»
Начало занятий	По мере комплектования группы (дата устанавливается приказом о зачислении)
Окончание занятий	По истечении 24 учебных недель с даты начала занятий
Продолжительность обучения	6 месяцев (24 учебные недели)
Объём программы	72 академических часа (теория — 31 ч, практика — 41 ч)
Режим занятий	1 раз в неделю по 3 академических часа
Продолжительность академического часа	45 минут
Перерыв между академическими часами	10 минут
Наполняемость группы	до 8 человек
Входной контроль	1-я неделя (вводное занятие)
Текущий контроль	В течение всего периода обучения (по темам и разделам)
Промежуточная аттестация	Не предусмотрена
Аттестация по итогам освоения программы	24-я неделя (итоговое занятие), форма — зачёт
Нерабочие праздничные дни	Занятия не проводятся; учебная нагрузка переносится в соответствии с расписанием

2.2. Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение

Занятия проводятся в учебном помещении, находящемся у организации в собственности или на ином законном основании и отвечающем санитарно-эпидемиологическим требованиям и требованиям пожарной безопасности.

Учебный класс:

- ноутбук (компьютер) — 1 шт.; мультимедийный проектор и экран (или интерактивная панель) — 1 шт.;
- столы и стулья для обучающихся — по 8 шт.;
- рабочее место педагога (стол – 1 шт., стул -1 шт.);
- доска — 1 шт.;
- стеллаж (шкаф) для хранения оборудования — 1 шт.

Оборудование для практических занятий:

- компас — 8 шт.; учебные топографические карты — 8 комплектов;
- линейка — 8 шт.; курвиметр — 4 шт.; рулетка — 8 шт.;

- тренажёр-манекен для отработки сердечно-лёгочной реанимации — 1 шт.;
- учебный комплект средств первой помощи (кровоостанавливающий жгут (турникет), бинты, косынка, транспортная шина) — 4 комплекта (1 на 2 обучающихся); аптечка для оказания первой помощи работникам — 1 шт.; мягкие носилки — 1 шт.;
- туристское снаряжение: рюкзак туристский — 8 шт.; палатка туристская — 2 шт.; верёвка (репшнур) для вязки узлов — 8 шт.;
- спортивные пистолеты: МР-446С «Викинг» — 2 шт., Glock 17 — 1 шт., Glock 34 — 1 шт. (по одному на пару обучающихся), из числа оружия, находящегося у организации на основании разрешений органов Росгвардии (используются только для изучения устройства, неполной разборки и сборки, без патронов); коврик для разборки оружия — 4 шт.;
- плакаты по оказанию первой помощи, общевоинским уставам, видам вооружения, устройству пистолета, топографии — 1 комплект.

Пистолеты используются только для изучения устройства, проверки на разряженность, неполной разборки и сборки в учебном классе. Патроны в учебный класс не вносятся. Оружие находится у организации на основании разрешений, выданных органами Росгвардии; выдачу и приём оружия на занятие осуществляет лицо, ответственное за сохранность и учёт оружия.

Практические стрельбы программой не предусмотрены.

Занятия проводятся по адресу места осуществления образовательной деятельности: 109387, г. Москва, ул. Тихая, д. 37, стр. 3. Практические занятия на местности (темы 4.3–4.5, 7.2) проводятся в рамках учебных выходов с соблюдением мер безопасности; экскурсии — в музеях и на мемориальных объектах г. Москвы.

Кадровое обеспечение

Программу реализует педагог дополнительного образования, имеющий высшее или среднее профессиональное образование по направлению, соответствующему направленности программы, либо дополнительное профессиональное образование по соответствующему направлению, отвечающий требованиям профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» (приказ Минтруда России от 22.09.2021 № 652н) и не имеющий ограничений на занятие педагогической деятельностью, установленных статьёй 331 Трудового кодекса Российской Федерации.

Выдача и приём оружия для занятий по теме 4.2 осуществляются лицом, назначенным в организации ответственным за сохранность и учёт оружия.

Для проведения занятий раздела 5 педагог должен пройти обучение по оказанию первой помощи (рекомендуется подготовка по программе для инструкторов первой помощи).

Информационное обеспечение

- мультимедийные презентации и видеоматериалы по темам программы;
- официальный сайт Министерства обороны Российской Федерации (mil.ru);
- официальный сайт Музея Победы (victorymuseum.ru);
- информационные материалы о первой помощи, размещённые на официальных ресурсах Министерства здравоохранения Российской Федерации.

Психолого-педагогическое сопровождение

- сопровождение процесса адаптации обучающихся к условиям обучения;
- создание благоприятного психологического климата в группе;
- наблюдение и выявление затруднений в обучении, индивидуальное консультирование обучающихся.

2.3. Формы аттестации

Система контроля результатов обучения включает:

1. **Входной контроль (вводная диагностика)** — проводится на первом занятии в форме анкетирования и вводного теста для выявления начального уровня знаний обучающихся.
2. **Текущий контроль** — проводится в течение всего периода обучения по итогам изучения тем и разделов в формах устного опроса, тестирования, практической работы, защиты сообщений и мини-проектов.
3. **Аттестация по итогам освоения программы** — проводится на итоговом занятии в форме зачёта, включающего тестирование по теоретическим вопросам (Приложения 1, 2) и выполнение практических заданий (Приложение 3).

Обучающийся получает отметку «зачтено», если правильно ответил не менее чем на 60 % вопросов теста и выполнил практические задания без грубых ошибок в соответствии с критериями Приложения 3.

Обучающимся, успешно освоившим программу, выдаётся документ об обучении (свидетельство об обучении) по образцу и в порядке, установленным организацией самостоятельно (часть 15 статьи 60 Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ).

2.4. Оценочные материалы

Для отслеживания и фиксации образовательных результатов используются: анкета входной диагностики, вопросы для устного опроса, тестовые задания, практические задания с критериями оценки, журнал учёта посещаемости и успеваемости. Перечень вопросов, тестовые задания и практические задания для аттестации по итогам освоения программы приведены в Приложениях 1–3.

2.5. Методические материалы

Обучение по программе проводится в очной форме с включением каждого обучающегося в учебную деятельность.

Методы обучения: наглядно-практические (показ и анализ образца, демонстрация приёмов, работа с макетами и тренажёрами); словесные (объяснение последовательности и способов выполнения практических работ); исследовательские и проблемные (постановка задач проблемного характера, анализ хода и результатов работы); игровые (деловые и ролевые игры, викторины).

Методы воспитания: убеждение, пример, поощрение, создание ситуации успеха.

Формы организации занятий: беседа, лекция, практическая работа, тренировка, экскурсия, учебный выход, защита сообщений и мини-проектов.

Педагогические технологии: развивающего обучения; личностно-ориентированного обучения; здоровьесберегающие; группового и коллективного взаимообучения; исследовательской и проектной деятельности; информационно-коммуникационные технологии.

Важнейшие требования к занятиям: дифференцированный подход к обучающимся с учётом состояния здоровья и физической подготовленности; обязательный инструктаж по технике безопасности перед практическими занятиями; постепенное усложнение учебного материала; формирование навыков самостоятельного получения новых знаний.

Дидактические материалы

Раздаточные материалы, карточки-задания, анкеты, тесты, учебные топографические карты, плакаты, аудио-, видео- и фотоматериалы, мультимедийные презентации, электронные образовательные ресурсы.

2.6. Список литературы

Нормативные правовые акты

1. Федеральный конституционный закон от 25.12.2000 № 1-ФКЗ «О Государственном флаге Российской Федерации».
2. Федеральный конституционный закон от 25.12.2000 № 2-ФКЗ «О Государственном гербе Российской Федерации».
3. Федеральный конституционный закон от 25.12.2000 № 3-ФКЗ «О Государственном гимне Российской Федерации».
4. Федеральный закон от 13.03.1995 № 32-ФЗ «О днях воинской славы и памятных датах России».
5. Федеральный закон от 13.12.1996 № 150-ФЗ «Об оружии».
6. Федеральный закон от 21.11.2011 № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации».
7. Общевоинские уставы Вооружённых Сил Российской Федерации (утв. Указом Президента Российской Федерации от 10.11.2007 № 1495) (в действующей редакции).
8. Приказ Минздрава России от 03.05.2024 № 220н «Об утверждении Порядка оказания первой помощи».

Литература для педагога

1. Аверин А. И., Выдрин И. Ф., Ендовицкий Н. К. Начальная военная подготовка. — М.: Просвещение, 1987. — 256 с.
2. Агапова И. А. Патриотическое воспитание в школе. — М.: Айрис-пресс, 2002. — 150 с.
3. Выршиков А. Н. Патриотическое воспитание: методологический аспект. — Волгоград, 2001. — 200 с.
4. Глызко Л. И., Пищулин С. А. Военно-патриотическое воспитание молодёжи (опыт работы центра дополнительного образования) // Внешкольник. — 2002. — С. 11–12.
5. Зеленин А. А., Мешкова С. И., Мешков А. В. Методическое пособие по организации и проведению военно-спортивных игр, конкурсов и соревнований. — Кемерово: Кузбассвуиздат, 2004. — 163 с.

6. Иванова И. Больше, чем игра...: «Зарница»: вчера, сегодня, завтра // Военные знания. — 2003. — № 2. — С. 32–33.
7. Кульков Ю. В. Военно-патриотический клуб «Патриот» // Физическая культура в школе. — 2003. — № 1. — С. 52–54.
8. Лысогор Н. А., Толстой Л. А., Толстая В. В. Питание в туристском походе. — М.: Пищевая промышленность, 1980. — 96 с.
9. Мазыкина Н. В. Инновационные подходы в патриотическом воспитании и гражданском становлении личности // Внешкольник. — 2002. — № 5. — С. 5–8.
10. Рожков С. Воспитываем патриотов: Патриотическое воспитание в школе // Педагогический вестник. — 2003. — № 12. — С. 7.
11. Салихова Р., Ахметжанова Г. Воспитание гражданина // Воспитание школьников. — 2003. — № 1. — С. 2–8.
12. Федоровская Г. О критериях оценок при проведении соревнований военно-патриотической направленности // Воспитание школьников. — 2002. — № 10. — С. 25–29.

Литература для обучающихся

1. Бонингтон К. В поисках приключений. — М.: Прогресс, 1987. — 400 с.
2. Волович В. Г. Человек в экстремальных условиях природной среды. — М.: Мысль, 1990. — 205 с.
3. Гражданственность, патриотизм, культура межнационального общения — российский путь развития // Воспитание школьников. — 2002. — № 7. — С. 8–10.
4. Коструб А. А. Медицинский справочник туриста. — М.: Профиздат, 1986. — 180 с.
5. Крайнева И. Н. Узлы. — СПб.: Кристалл, 1997. — 237 с.
6. Рощин А. Н. Ориентирование на местности. — М.: Высшая школа, 1982. — 98 с.
7. Сафонов В. И. 10 писем Робинзону. — М.: Физкультура и спорт, 1983. — 78 с.
8. Штюмер Ю. А. Опасности в туризме, действительные и мнимые. — М.: Физкультура и спорт, 1983. — 87 с.

Примерные вопросы для аттестации по итогам освоения программы

1. Понятия «Родина» и «Отечество». Традиционные российские духовно-нравственные ценности.
2. Государственные символы Российской Федерации: флаг, герб, гимн.
3. Основные этапы истории Москвы. Памятники воинской славы Москвы.
4. История создания Вооружённых Сил Российской Федерации, её связь с историей становления Российского государства.
5. Организационная структура Вооружённых Сил Российской Федерации. Виды и рода войск.
6. Понятие о Военной доктрине Российской Федерации.
7. Символы воинской чести. Дни воинской славы России.
8. Выдающиеся полководцы и флотоводцы России.
9. Военная служба по призыву и по контракту. Военные профессии.
10. Локальные войны и вооружённые конфликты второй половины XX века с участием советских военнослужащих.
11. Общевоинские уставы Вооружённых Сил Российской Федерации: назначение и основные положения.
12. Виды поощрений и дисциплинарных взысканий, применяемых к военнослужащим.
13. Меры безопасности при обращении с оружием. Порядок проверки оружия на разряженность.
14. Назначение и общее устройство пистолетов МР-446С «Викинг», Glock 17 и Glock 34. Порядок неполной разборки и сборки.
15. Основные образцы современного вооружения и военной техники Вооружённых Сил Российской Федерации.
16. История развития оружия. Отечественные оружейные конструкторы.
17. Способы передвижения на поле боя. Маскировка.
18. Топографические карты: масштаб, условные знаки. Определение расстояний по карте.
19. Ориентирование на местности: определение сторон горизонта, движение по азимуту.
20. Простейшие укрытия и их назначение.
21. Первая помощь: понятие, перечень состояний и мероприятий по её оказанию.

- 22.Порядок проведения сердечно-лёгочной реанимации.
- 23.Виды кровотечений. Способы временной остановки наружного кровотечения.
- 24.Правила наложения кровоостанавливающего жгута.
- 25.Первая помощь при переломах, вывихах и растяжениях. Способы иммобилизации.
- 26.Первая помощь при ожогах, отморожениях, тепловом и солнечном ударе.
- 27.Способы перемещения пострадавших.
- 28.Битва за Москву 1941–1942 гг.
- 29.Личное и групповое туристское снаряжение. Основные туристские узлы.
- 30.Действия человека в условиях вынужденной автономии в природной среде. Сигналы бедствия.

Контрольный тест по теме «Первая помощь»

Инструкция: выберите один правильный ответ.

1. С чего начинается оказание первой помощи?
 - а) с проведения сердечно-лёгочной реанимации
 - б) с оценки обстановки и обеспечения безопасных условий
 - в) с наложения повязки
 - г) с придания пострадавшему устойчивого бокового положения
2. Единый номер вызова экстренных оперативных служб с мобильного телефона:
 - а) 01
 - б) 02
 - в) 112
 - г) 911
3. Признаки жизни у пострадавшего определяют по наличию:
 - а) сознания и дыхания
 - б) бледности кожи
 - в) расширенных зрачков
 - г) жалоб на боль
4. Соотношение надавливаний на грудину и вдохов при сердечно-лёгочной реанимации у взрослого:
 - а) 15 : 1
 - б) 15 : 2
 - в) 30 : 2
 - г) 5 : 1
5. Глубина надавливаний на грудную клетку взрослого при сердечно-лёгочной реанимации:
 - а) 1–2 см
 - б) 2–3 см
 - в) 5–6 см
 - г) 8–10 см
6. Частота надавливаний на грудную клетку при сердечно-лёгочной реанимации:
 - а) 40–60 в минуту
 - б) 60–80 в минуту
 - в) 100–120 в минуту
 - г) 150–180 в минуту

7. Признак артериального кровотечения:
- а) кровь тёмно-вишнёвого цвета вытекает равномерно
 - б) кровь алого цвета вытекает пульсирующей струёй
 - в) кровоточит вся поверхность раны
 - г) кровь сочится каплями
8. С какого способа начинают временную остановку наружного кровотечения?
- а) с наложения жгута
 - б) с прямого давления на рану
 - в) с промывания раны водой
 - г) с приёма обезболивающих средств
9. Что необходимо указать в записке, прикладываемой к наложенному жгуту?
- а) фамилию оказывающего помощь
 - б) дату и время наложения жгута
 - в) вид кровотечения
 - г) группу крови пострадавшего
10. При иммобилизации перелома костей голени фиксируют:
- а) только место перелома
 - б) голеностопный и коленный суставы
 - в) только коленный сустав
 - г) тазобедренный сустав
11. Первая помощь при термическом ожоге без нарушения целостности ожоговых пузырей:
- а) смазать маслом
 - б) вскрыть пузыри
 - в) охладить проточной холодной водой
 - г) присыпать солью
12. Что запрещено делать при отморожении?
- а) укрыть пострадавшего
 - б) растирать поражённый участок снегом
 - в) дать тёплое питьё
 - г) переместить в тёплое помещение

13. Устойчивое боковое положение придают пострадавшему, который:
- а) находится без сознания, но дышит
 - б) находится без сознания и не дышит
 - в) находится в сознании и жалуется на боль в животе
 - г) имеет перелом позвоночника
14. При полной закупорке дыхательных путей инородным телом у взрослого в сознании выполняют:
- а) похлопывание по щекам
 - б) удары между лопатками и толчки в верхнюю часть живота
 - в) наложение жгута
 - г) обильное питье
15. Какой документ в настоящее время устанавливает Порядок оказания первой помощи?
- а) приказ Минздрава России от 03.05.2024 № 220н
 - б) Устав внутренней службы
 - в) Федеральный закон «Об оружии»
 - г) СанПиН

Ключ к тесту

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
б	в	а	в	в	в	б	б	б	б	в	б	а	б	а

Критерий: 9 и более правильных ответов (не менее 60 %) — «зачтено».

Практические задания для аттестации по итогам освоения программы и критерии оценки

№	Задание	Критерии выполнения («зачтено»)
1	Сердечно-лёгочная реанимация на тренажёре-манекене	Оценена обстановка, проверены признаки жизни, вызвана скорая помощь; правильное положение рук, глубина и частота надавливаний, соотношение 30 : 2; непрерывность выполнения не менее 2 минут.
2	Временная остановка наружного кровотечения	Выбран правильный способ (прямое давление, давящая повязка или жгут); жгут наложен выше раны, как можно ближе к ней, кровотечение остановлено; оформлена записка с указанием времени наложения.
3	Иммобилизация конечности подручными средствами	Зафиксированы два соседних с местом травмы сустава; шина не давит на место повреждения; конечность обездвижена.
4	Определение азимута и движение по азимуту	Азимут на ориентир определён с погрешностью не более 5°; заданная точка достигнута.
5	Работа с топографической картой	Правильно определены расстояние по масштабу и координаты точки, прочитаны условные знаки.
6	Неполная разборка и сборка пистолета (MP-446С «Викинг», Glock 17 или Glock 34 — по выбору педагога)	Выполнена проверка на разряженность; соблюдены меры безопасности и последовательность операций; задание выполнено без ошибок. Нарушение мер безопасности — задание не засчитывается.
7	Вязка туристских узлов	Правильно завязаны не менее 3 узлов из 5 предложенных.

Аттестация считается пройденной, если обучающийся выполнил не менее 5 из 7 практических заданий в соответствии с критериями и получил отметку «зачтено» по тесту.