

**Министерство просвещения Российской Федерации  
Департамент государственной политики в сфере воспитания,  
дополнительного образования и детского отдыха**

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
«Всероссийский детский центр «Алые паруса»**

**РАССМОТРЕНА**

и рекомендована к реализации  
методическим советом  
ФГБОУ «ВДЦ «Алые паруса»  
Протокол от 25.12.2024 № 06

**ПРИНЯТА**

на заседании  
педагогического совета  
ФГБОУ «ВДЦ «Алые паруса»  
Протокол от 26.12.2024 № 05

**УТВЕРЖДЕНА**

приказом директора  
ФГБОУ «ВДЦ «Алые паруса»  
от 26.12.2024 № 398-о/д

**Дополнительная общеразвивающая программа  
«Парус победы»**

(программа реализуется совместно с Государственным бюджетным образовательным учреждением дополнительного образования Республики Крым «Региональный центр по подготовке к военной службе и военно-патриотическому воспитанию»)

Возраст обучающихся: 10-16 лет  
Объём программы: 24 часа

Автор-составитель:  
методист учебного отдела  
ГБОУ ДО РК «Крымпатриотцентр»  
Велиева Э. Р.

г. Евпатория 2024 год

## **1. Комплекс основных характеристик программы**

### **1.1. Пояснительная записка**

#### **Нормативно-правовое обоснование.**

Дополнительная общеразвивающая программа «Парус победы» (далее – ДОП, программа) разработана в соответствии с требованиями:

Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»; Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р); Распоряжения Правительства Российской Федерации от 09.11.2018 № 196-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025»; Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»; Письма Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые)»; правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. №28.

#### **Направленность программы – физкультурно-спортивная.**

Программа направлена на решение проблем патриотического воспитания подрастающего поколения, что сегодня является одной из приоритетных задач государства и общества.

Федеральный закон «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся» определяет воспитание как «деятельность, направленную на развитие личности, создание условий для самоопределения и социализации обучающихся на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства, формирование у обучающихся чувства патриотизма, гражданственности, уважения к памяти защитников Отечества и подвигам Героев Отечества, закону и правопорядку, человеку труда и старшему поколению, взаимного уважения, бережного отношения к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации, природе и окружающей среде».

#### **Актуальность программы**

Физическое развитие способствует укреплению здоровья учащихся, путём улучшения физической подготовленности, развития выносливости, координации и силы. Военно-патриотическое воспитание в условиях современного общества, в свою очередь, формирует у молодежи патриотические чувства, уважение к истории своей страны и её защитникам.

Программа помогает воспитывать гражданскую ответственность и любовь к Родине. Социальные навыки, приобретенные при участии в командных видах спорта и военно-спортивных мероприятиях, развивают командный дух, лидерские качества,

умение работать в коллективе и принимать ответственность за общие цели. Военно-патриотическое ориентирование включает в себя элементы, связанные с природой, что помогает развивать навыки выживания, ориентации на местности и умения действовать в нестандартных ситуациях.

Таким образом, такая программа может способствовать всестороннему развитию личности обучающихся, укреплению их здоровья и формированию гражданской позиции.

**Новизна программы** состоит в разработке содержания разделов учебных дисциплин, обеспечивающих целостность процесса физического, интеллектуального и духовного развития личности учащихся.

### **Отличительные особенности программы**

Отличительной особенностью данной программы является то, что она совмещает физическую, гуманитарную и специальную подготовки, направленные на реализацию широкого спектра направлений деятельности: военно-патриотическое воспитание, общая и специальная физические подготовки, медицинская и огневая подготовки.

Кроме того, участие в проекте, в условиях ограниченного времени и материальных ресурсов позволит участникам получить возможность погрузиться в непрерывный интенсивный и увлекательный, как образовательный, так и практический процесс реальной военной, медицинской подготовок и основ топографии.

### **Педагогическая целесообразность.**

Педагогическая целесообразность ДОП включает следующие аспекты:

1. Целостное развитие личности, направленное на гармоничное развитие физического, интеллектуального, эмоционального и социального аспектов личности, что способствует формированию всесторонне развитого ученика.

2. Формирование патриотических ценностей, которое способствует воспитанию чувства патриотизма, славы и уважения к истории своей страны и её защитникам, что важно для формирования гражданской идентичности.

3. Развитие лидерских качеств, подразумевающее участие в военно-патриотических мероприятиях, которые развивают лидерские и организаторские навыки, что важно для формирования активной гражданской позиции у молодежи.

4. Социальная адаптация, помогающая детям лучше адаптироваться в социальных группах, развивать коммуникационные навыки, толерантность, а также способность работать в команде.

5. Создание здорового образа жизни, которое способствует формированию у детей привычки к регулярной физической активности и ведению здорового образа жизни, что имеет долгосрочное положительное последствие для их здоровья.

6. Интеграция образовательных компонентов, подразумевающая то, что программа может включать элементы образования по таким предметам, как история, экология, физика и безопасность жизнедеятельности, что делает её многофункциональной и полезной для общего образовательного процесса.

7. Подготовка к жизни в обществе - данный аспект программы развивает навыки, необходимые для успешной жизни в обществе, такие как критическое мышление, решение проблем, работа в команде и управление временем.

Таким образом, педагогическая целесообразность данной программы заключается в ее способности интегрировать физическую активность, патриотическое воспитание и социальное развитие, что является необходимым компонентом образования в современном обществе.

#### **Адресат программы.**

Программа разработана для подростков в возрасте 10-16 лет. К участию в программе приглашаются школьники, прошедшие конкурсный отбор по результатам достижений и заслуг в области образования и спорта, имеющие дипломы международного, всероссийского, федерального и регионального уровней.

**Объем программы:** 24 часа.

**Уровень освоения** – стартовый.

**Форма обучения** – очная

#### **Особенности организации образовательного процесса.**

Организация образовательного процесса происходит в объединениях, сформированных в группы учащихся разных возрастных категорий.

Состав группы постоянный. Формы организации деятельности: индивидуальные и групповые.

При реализации программы предусмотрены проведения занятий:

– теоретические (лекции, беседы, изучение и разбор методических пособий и видеоматериалов);

– практические (тренировочные, мастер-классы);

Программа позволяет организовать ускоренное обучение в порядке, установленном локальными нормативными актами ФГБОУ «ВДЦ «Алые паруса».

**Режим занятий:** 12 занятий по 2 академических часа в день (1 ак.ч.= 45 мин.) согласно составленному расписанию.

### **1.2. Цель и задачи программы:**

#### **Цель программы:**

- Развитие физической подготовки подрастающего поколения;
- Формирование навыков ориентирования на местности;
- Воспитание патриотизма и уважения к своей стране;
- Поощрение командной работы и сотрудничества.

#### **Задачи программы:**

##### *Обучающие:*

освоить технику физической подготовки.

развить физическую подготовку через спортивные упражнения и тренировки.

изучить основы тактики, ведения боя, безопасное использование инвентаря в военно-прикладных дисциплинах.

##### *Развивающие:*

развить критическое мышление: анализ ситуаций, принятие решений в условиях соревнований и тренировок;

освоить навыки коммуникации и взаимодействия: умение работать в команде, взаимодействовать с другими участниками программ;

научить решать проблемы: разработка стратегий для достижения спортивных целей.

*Воспитательные:*

сформировать чувство патриотизма: воспитание чувства гордости за свою страну, гуманности и уважение к её истории.

освоить навыки саморазвития и самопознания: осознание собственных сильных и слабых сторон, работа над личностными качествами.

развить ответственность и дисциплину: привить ответственность за свои действия и соблюдение правил, норм и режима.

развить эмоциональный интеллект: развить способность к саморегуляции, управлению эмоциями в стрессовых ситуациях.

### **1.3. Воспитательный потенциал программы.**

В процессе воспитания патриотизма у учащихся формируются гражданская ответственность, национальная идентичность, историческое сознание, моральные ценности и социальное единство. Таким образом, программа способствует всестороннему развитию личности.

## **1.4. Содержание программы**

### **1.4.1. Учебный план**

№ п/п	Наименование раздела/ темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
<b>1</b>	<b>Вводное занятие. Инструктажи по безопасности.</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>-</b>	Тест по ТБ, соблюдение на практике
<b>2</b>	<b>Военная топография.</b>	<b>4</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	
2.1	Ориентирование на местности.	2	1	1	Устный опрос
2.2	Тактика и способы перемещения в различных условиях местности	2	1	1	Дискуссия, обмен мнениями
<b>3</b>	<b>Огневая подготовка.</b>	<b>4</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	
3.1	Типы оружия и их характеристики.	1	1	-	Устный опрос
3.2	Основы и правила стрельбы.	3	1	2	Оценка умения применить теорию на практике
<b>4</b>	<b>Первая помощь.</b>	<b>4</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	
4.1	Основы физиологии и анатомии.	1	1	-	Тестовые задания

4.2	Общие принципы и техники первой помощи.	2	1	1	Оценка умения применить теорию на практике
4.3	Специфические ситуации и психологическая поддержка.	1	-	1	Дискуссия, обмен мнениями
<b>5</b>	<b>Физическая подготовка.</b>	<b>4</b>	<b>-</b>	<b>4</b>	
5.1	Общая физическая подготовка	2	-	2	Показ комплекса упражнений на развитие силы.
5.2	Специальные упражнения	2	-	2	Показ комплекса упражнений на развитие силы.
<b>6</b>	<b>Основы самообороны без оружия.</b>	<b>4</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	
6.1	Базовые техники. Навыки контроля	2	1	1	Оценка практических работ
6.2	Дистанция. Психологическая устойчивость	2	1	1	Тест. Оценка практических работ
<b>7</b>	<b>Контрольные испытания.</b>	<b>3</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	Оценка практических работ и теории
<b>Итого:</b>		<b>24</b>	<b>10</b>	<b>14</b>	

#### 1.4.2. Содержание программы

1. Вводное занятие. Инструктажи по технике безопасности.

*Теория:* Общая информация. Инструктаж по технике безопасности.

2. Военная топография.

2.1. Ориентирование на местности.

*Теория:* Лекция по чтению карт: виды карт, символика, масштабы.

*Практика:* Ориентирование с использованием карты и компаса (недалеко от учреждения). Проведение мини-соревнований по ориентированию: разделение на команды, установка контрольных точек, задания на их нахождение.

2.2. Тактика и способы перемещения в различных условиях местности

*Теория:* Основы тактики движения.

*Практика:* Оценка обстановки, выбор маршрута.

3. Огневая подготовка.

3.1. Типы оружия и их характеристики.

*Теория:* Общая информация о типах оружия и их характеристика.

### 3.2. Основы и правила стрельбы.

*Теория:* Безопасность. Структура оружия. Техника стрельбы.

*Практика:* Тренировка стрелка. Контроль спуска.

### 4. Первая помощь.

#### 4.1. Основы физиологии и анатомии.

*Теория:* Основы анатомии. Система органов и их функция.

#### 4.2. Общие принципы и техники первой помощи.

*Теория:* Определение первой помощи. Система оказания первой помощи, алгоритм действий.

*Практика:* Оценка безопасности пострадавшего. Обработка ран. Помощь при шоке. Помощь при ожогах. Помощь при удушье.

#### 4.3. Специфические ситуации и психологическая поддержка.

*Практика:* Основы специфических ситуаций. Мастер-классы по оказанию помощи при специфических ситуациях.

### 5. Физическая подготовка.

#### 5.1. Общая физическая подготовка.

*Практика:* Разминка (легкий бег, динамическая растяжка). Основная часть (приседания, отжимания, выпады, планка). Завершение (умеренная ходьба, заминка, растяжка).

#### 5.2. Специальные упражнения

*Практика:* Упражнения для силы, выносливости, гибкости, координации и баланса.

### 6. Основы самообороны без оружия.

#### 6.1. Базовые техники. Навыки контроля

*Теория:* Основные принципы самообороны. Контроль дистанции. Основные техники (удары, броски и захваты, защита.)

*Практика:* Мастер-класс по самообороне с применением теории.

#### 6.2. Дистанция. Психологическая устойчивость

*Теория:* Определение дистанции. Типы дистанций (близкая, средняя, дальняя). Определение психологической устойчивости. Факторы, способствующие психологической устойчивости.

*Практика:* Мастер-класс по отработке всех видов дистанций.

### 7. Контрольные испытания.

Тематические игры в командах с применением теоретических знаний и навыков.

## 1.5. Планируемые результаты программы

### Будут знать:

технику физической подготовки; основы тактики, ведения боя, безопасное использование инвентаря в военно-прикладных дисциплинах.

### Будут уметь:

критически мыслить: анализировать ситуацию, принимать решения в условиях соревнований, тренировок и экстренных ситуаций, работать в команде, взаимодействовать с другими участниками программ; научиться решать проблемы путём разработки стратегий для достижения спортивных целей.

### **Предметные результаты:**

Технические навыки: освоят техники физической подготовки (бег, стрельба и т.д.).

Физическая подготовка: разовьют физическую подготовку через спортивные упражнения и тренировки.

Военно-прикладные навыки: изучат основы тактики, ведения боя, использования спортивного инвентаря в военно-прикладных дисциплинах.

### **Метапредметные результаты:**

Критическое мышление: научатся анализировать ситуации, принимать решения в условиях соревнований, тренировок и экстренных ситуаций.

Разовьют навыки коммуникации и взаимодействия: умение работать в команде, взаимодействовать с другими участниками программ;

Решение проблем: научатся разрабатывать стратегии для достижения спортивных целей.

### **Личностные результаты:**

Формирование патриотизма: будут воспитаны чувства гордости за свою страну и уважения к её истории;

Саморазвитие и самопознание: осознают собственные сильные и слабые стороны, проработают личностные качества;

Ответственность и дисциплина: будут привиты навыки ответственности за свои действия, соблюдение правил и норм;

Эмоциональный интеллект: разовьют способность к саморегуляции, управлению эмоциями в стрессовых ситуациях.

Физическое развитие:

- Улучшат общую физическую подготовленность: повысят выносливость, силу, гибкость и координацию.

- Овладеют спортивными навыками: успешно освоят основы спортивных дисциплин.

Социальные навыки:

- Командная работа: овладеют навыком умения эффективно взаимодействовать с другими, работать в команде для достижения общих целей.

- Лидерство и инициативность: разовьют навыки лидерства, готовность брать на себя ответственность в различных ситуациях.

Личностное развитие:

- Сформируют патриотическое настроение: осознают значимость патриотизма и готовность служить своей стране.

- Эмоциональная устойчивость: овладеют способностью справляться со стрессом, управлять своими эмоциями и усиливать свою внутреннюю мотивацию.

Практические навыки:

- Организация мероприятий: научатся организовывать и проводить спортивные мероприятия, соревнования и другие патриотические акции.

- Критическое мышление и решение проблем: будут способны к самостоятельному анализу ситуаций и разработке эффективных решений.

Гражданская позиция:



- Активная гражданская позиция: примут участие в социальных и патриотических проектах, осознание своей роли в обществе.
- Ответственность за свои действия: разовьют чувство ответственности за личные поступки и их последствия.

## **2. Комплекс организационно-педагогических условий реализации программы**

### **2.1. Календарный учебный график**

Срок реализации программы	Учебный период	Режим занятий	Объем программы (час.)	Кол-во групп
2025 год	6 смена 22.06.2025 - 15.07.2025	По расписанию	24	1

### **2.2. Условия реализации программы**

#### **2.2.1. Кадровое обеспечение программы**

К реализации Программы привлекаются специалисты Государственного бюджетного образовательного учреждения дополнительного образования Республики Крым «Региональный центр по подготовке к военной службе и военно-патриотическому воспитанию» (ГБОУ ДО РК «Крымпатриотцентр»).

#### **2.2.2. Материально-техническое обеспечение программы**

- учебные классы ФГБОУ «ВДЦ «Алые паруса»;
- проекторы;
- проекционные экраны;
- флипчарты;
- бумага для флипчарта
- маркеры;
- бумага А4;
- фломастеры;
- стикеры;
- сувенирная продукция;
- тренажер для проведения слр;
- искусственные легкие для манекена;
- защитная маска для манекена;
- кожа лица для манекена;
- аптечка для оказания первой помощи;
- тренировочный дефибрилятор;
- жгуты;
- бинты;
- салфетки;
- средства для иммобилизации травм: шины, корсеты, биндажи, материал для подручных средств;

- средства транспортировки пострадавших: мягкие носилки, щиты;
- карты для спортивного ориентирования;
- место, оборудованное для стрельбы из пневматического оружия;
- спортивный зал, оборудованный татами (спортивными матами);
- спортивный инвентарь (скакалки, мячи);
- элементы полосы препятствий для школьников на улице;
- пневматические винтовки или пневматические пистолеты;
- сейф для хранения оружия;
- пульки для стрельбы из пневматического оружия;
- мишени бумажные для стрельбы из пневматического оружия;
- автомат Калашникова АК-74 (учебный);
- помещение для хранения оборудования, снаряжения и учебных пособий.

### **2.2.3. Методическое обеспечение программы**

Методы обучения в программе физкультурно-спортивного ориентирования с военно-патриотическим направлением могут включать следующие подходы:

#### **1. Практическое обучение:**

- Проведение тренировок на свежем воздухе, включая упражнения по ориентированию на местности;
- Организация полевых выходов и соревнований для применения навыков на практике.

#### **2. Игровые методики:**

- Использование игр и эстафет для формирования командного духа и навыков взаимодействия;
- Проведение ролевых игр, связанных с военно-патриотической тематикой.

#### **3. Интерактивные методы:**

- Применение мультимедийных технологий для обучения основам ориентирования и военной подготовки;
- Дискуссии и семинары по темам патриотизма, истории и культуры.

#### **4. Метод демонстрации:**

- Показ навыков и техник ориентирования опытными инструкторами;
- Организация мастер-классов для отработки отдельных элементов.

#### **5. Проектное обучение:**

- Создание проектов, связанных с организацией походов, соревнований или мероприятий;
- Стимулирование учащихся к разработке собственных маршрутов.

#### **6. Наблюдение и анализ:**

- Полевые практики, во время которых участники наблюдают за действиями своих сверстников и тренеров;
- Анализ действий после проведения соревнований или тренировок, чтобы выявить сильные и слабые стороны.

## **2.3. Формы аттестации**

### **Формы проведения аттестации:**

Совокупная оценка, включающая уровень физической подготовки и развитие патриотических чувств.

Такой комплексный подход позволит всесторонне оценить достижения учащихся и их готовность к практическому применению знаний и навыков в различных жизненных ситуациях.

### **Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов.**

1. *Практические занятия*: оценка навыков ориентирования на местности, уход за картами, использование компаса и GPS-устройств; выполнение заданий на местности, включая использование компаса и карты; оценка участников по результатам участия в военно-патриотических мероприятиях или экскурсиях на исторические места.

2. *Теоретическая часть*: проверка знаний правил ориентирования, техники безопасности, основ топографии, первой медицинской помощи. (Тесты, устный опрос, квесты)

3. *Спортивные соревнования*: участие в соревнованиях по ориентированию, где оцениваются результаты и время прохождения дистанции, умение самостоятельно строить маршруты.

4. *Проекты и исследования*: защита проектов на темы, связанные с историей военно-патриотического движения, спортивного ориентирования, или исследования природных маршрутов. (По возможности)

5. *Творческие задания*: подготовка и представление презентаций, докладов или видео о физкультуре и спорте в жизни подрастающего поколения. (По возможности)

### **Формы контроля:**

**Входной**, предусматривает тестирование на знание теоретических основ: проверка уровня знаний о принципах ориентирования, правилах безопасности и первой помощи.

Определение исходного уровня физической подготовки: тесты на выносливость (например кросс), силу (отжимания, приседания) и координацию («Ласточка»).

Опрос о мотивации и целях: выяснение причин выбора программы, интересов и ожиданий учащихся.

**Текущий контроль** предусматривает регулярные практические занятия: наблюдение за выполнением упражнений и техник ориентирования (например, задания на прокладывание маршрута).

Промежуточные тесты: контроль знаний по теоретическим материалам через опросы.

Участие в спортивных соревнованиях: оценка навыков в реальных условиях, анализ ошибочных действий и достижений.

Анкетирование обратной связи: сбор отзывов учащихся о процессе обучения и сложности заданий.

**Итоговый контроль** подразумевает совокупную оценку по всем вышеназванным элементам, изученным темам, включая уровень физической подготовки и развитие патриотических чувств.

Анализ личных достижений: итоговая аттестация, оценка прогресса и выявление сильных и слабых сторон на протяжении всего курса.

Эти формы контроля помогут всесторонне оценить знания и навыки учащихся, а также их личный прогресс в освоении программы.

**Формы проведения контроля:** устный опрос, дискуссия, обмен мнениями, оценивание педагогом умения применять теорию на практике, тестирование, оценка практических работ и комплекса упражнений на развитие силы.

## 2.4. Список литературы

### 2.4.1. Список использованной литературы и электронных источников

1. Методические рекомендации Минспорта России (Министерство спорта РФ) от 31 марта 2017 г. «Методические рекомендации по организации и выполнению испытаний (тестов), Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) // URL: [https://sambo.ru/media/resource/2017/05/24/sambo\\_gto\\_new.pdf](https://sambo.ru/media/resource/2017/05/24/sambo_gto_new.pdf) (дата обращения: 07.09.2024). Режим доступа: открытый;

2. Военная топография [Электронный ресурс]: учебник / А.В. Гаврилов, В.А. Андреев, Д.М. Петров, В.Н. Филатов и др.; под общ. ред. А.Н. Зализнюка. – Электрон. текстовые дан. (1,42 Гб). – 3-е изд. – СПб.: ВКА им. А.Ф. Можайского, 2018. – URL: <http://portal.vka.ru>. (дата обращения: 16.09.2024) – Также доступен на электрон. опт. диске (CD-ROM). [https://www.dvf-vavt.ru/files/VUZ/voennaya\\_topografiya.pdf](https://www.dvf-vavt.ru/files/VUZ/voennaya_topografiya.pdf)

3. План-конспект урока по теме: «Порядок неполной разборки и сборки автомата Калашникова» // URL: <https://infourok.ru/konspekt-uroka-obzh-v-10-klasse-po-teme-poryadok-nepolnoj-razborki-i-sborki-avtomata-kalashnikova-4900003.html>. (дата обращения: 07.09.2024) Режим доступа: открытый.

4. Материальная часть автомата Калашникова // URL: <https://armees.jimdofree.com/нвп/огневая-подготовка/материальная-часть-автомата-калашников/> (дата обращения: 07.09.2024) Режим доступа: открытый.

5. Правила наложения повязок // URL: <http://dppc.ru/data/attachments/library/лексија-05-pervaja-pomosch-pri-ranenijah-29036.pdf>. (дата обращения: 09.09.2024) Режим доступа: открытый.

6. Первая помощь при переломах и вывихах. Справочные материалы для обучающихся// URL: [https://mosmetod.ru/files/Documents/ПП\\_при\\_переломах\\_и\\_вывихах.pdf](https://mosmetod.ru/files/Documents/ПП_при_переломах_и_вывихах.pdf). (дата обращения: 09.09.2024) Режим доступа: открытый.