

АДМИНИСТРАЦИЯ ГОРОДА РУБЦОВСКА АЛТАЙСКОГО КРАЯ  
МКУ «УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ»  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«СТАНЦИЯ ТУРИЗМА И ЭКСКУРСИЙ»

Рассмотрена и  
рекомендована к утверждению  
Педагогическим советом  
МБУ ДО «Станция туризма и  
экскурсий»  
Протокол № 1  
«02» 08 2024г.

Утверждаю  
Директор МБУ ДО  
«Станция туризма и экскурсий»  
А.Г. Шумаков  
Приказ № 266  
«02» 08 2024 г.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА  
(ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ  
ПРОГРАММА) «КАСКАД ПЛЮС»  
«Военно-спортивной подготовки»  
для объединения  
«Каскад плюс»  
Социально-гуманитарной направленности**

Возраст обучающихся – 7-18 лет  
Срок реализации – 5 лет  
Автор – составитель:  
Карелин Максим Владимирович  
педагог дополнительного образования

г. Рубцовск  
2024

## Содержание

<b>№ п/ п</b>	<b>Основные разделы программы</b>	<b>№ страницы</b>
1	Паспорт программы	3
2	Пояснительная записка	4
3	Учебно-тематический план	13
4	Воспитательная работа	24
5	Календарный учебный график	30
6	Учебно-методическое обеспечение	30
7	Список литературы	32
8	Приложение	34

## Паспорт программы

Полное наименование	Дополнительная общеобразовательная программа (дополнительная общеразвивающая программа) «Каскад плюс»
Руководитель	Карелин Максим Владимирович, педагог дополнительного образования
География реализации	МБУ ДО «Станция туризма и экскурсий», г. Рубцовск, Алтайский край
Адресат программы	Обучающиеся 7-18 лет
Срок реализации	5 лет
Направленность программы	Социально-гуманитарная
Вид программы	Модифицированная
Цель программы	Развитие у обучающихся гражданственности, патриотизма как важнейших духовно – нравственных и социальных ценностей, формирование у них моральных и духовных качеств гражданина и патриота (мужество, честь, верность, стойкость, воля, любовь к Отечеству), готовности к активному проявлению этих качеств в различных сферах жизни общества.
Ожидаемые результаты	Пройдя весь курс программы обучающиеся должны обладать базовыми туристическими навыками, самостоятельно проводят комплекс ОРУ; обладают базой, достаточной для участия в городских квалификационных соревнованиях по спортивному туризму и рукопашному бою, владеть знаниями и навыками базового курса подготовки, проводить вводную часть занятия, иметь подготовку, достаточную для участия в соревнованиях краевого уровня и получения спортивного разряда, владеть расширенной базой приемов рукопашного боя, приемами самозащиты без оружия, знать основы анатомии и приемы первой помощи. Иметь навыки альпинистской подготовки. Регулярно участвовать в соревнованиях и зачётных походах, проводить тренировку групп первого года обучения с незначительной помощью инструктора.

## Пояснительная записка

Проблема патриотического воспитания и гражданского становления подрастающего поколения сегодня одна из актуальных задач государства и общества.

Значительная часть молодежи выдвигает главным приоритетом в своей жизни личный успех, карьеру, деньги, и поэтому многие ищут оправдания своих мыслей, желаний, поступков. Одним из уязвимых моментов в воспитании является отсутствие у подрастающего поколения ясности в жизненных ориентирах. Отток талантливой молодежи за границу, ее нежелание участвовать в экономическом возрождении России, утрата патриотического сознания молодого поколения – всё это угрожает национальной безопасности страны.

В Национальной доктрине образования в Российской Федерации определена не только государственная политика в области образования, но и дан социальный заказ государства на воспитание человека с активной жизненной позицией, трудолюбивого и высоконравственного, патриота своей Родины, уважающего права и свободы личности, традиции и культуру других народов, проявляющего национальную и религиозную терпимость. Изменения военно-политической обстановки в мире требуют укрепления экономической мощи Отечества, повышения его обороноспособности, отлаженной работы всей системы патриотического воспитания подрастающего поколения, подготовки его к защите Родины.

В настоящее время в нашей стране возрождается система патриотического воспитания детей и подростков, в котором наряду с традиционными задачами подготовки подрастающего поколения к военной службе, появилась необходимость ориентировать ребят на выбор профессии спасателя, социального работника, пожарного, сотрудника правоохранительных органов.

Концепцией обучения по программе военно-спортивного клуба является понимание обучающимися общей логики безопасности, которую очень точно сформулировал известный путешественник и специалист по выживанию человека Яцек Палкевич: «Предвидеть опасность. По возможности избегать ее. При необходимости – действовать».

Патриотическое воспитание – это систематическая и целенаправленная деятельность по формированию у граждан высокого патриотического сознания, чувства верности своему Отечеству, готовности к выполнению гражданского долга и конституционных обязанностей по защите интересов Родины. Патриотическое воспитание осуществляется в процессе обучения военно-прикладным дисциплинам, социализации молодёжи в различных сферах жизнедеятельности общества путём участия в работе различного рода движений, акций, инициатив, мероприятий.

Дополнительная общеобразовательная (дополнительная общеразвивающая программа «Каскад плюс» составлена на основе нормативно-правовой базы: Федеральный закон РФ «Об образовании в Российской Федерации № 273-ФЗ от 29.12.2012, Распоряжение Правительства

РФ от 31.03.2022 №678-р(ред. от 15.05. 2023) «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года», Приказ Министерства Просвещения от 27.07. 2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществлении образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, Устав МБУ ДО «Станция туризма и экскурсий»

**Актуальность программы** заключается в воспитании молодого поколения в духе патриотизма как первоочередной задачи современного образования. Беда нашей страны — растущее число малолетних преступников, наркоманов, ранняя алкоголизация населения. Современный ребенок стремится к тому, что он получает с экранов телевизоров. Он не видит и не замечает мира, существующего за границами его «виртуального бытия». Отсюда идет и массовое ухудшение здоровья детей — слабая физическая активность, интенсивные информационные нагрузки, и, как итог, психические расстройства, доводящие многих до девиантного поведения. Активизировать познавательную деятельность молодежи, оздоровить молодое поколение как морально, так и физически — вот еще важнейшие задачи современного образования. Туризм в совокупности с военно-патриотическим направлением позволяет реализовать все эти задачи в полном объеме. Актуальность данной программы подчеркивается следующими факторами:

- смена традиционных устоев в обществе;
- ослабление основ государственности, падение авторитета армии, усиление социальной напряженности в обществе, особенно среди молодежи;
- нарастание преступности, рост числа наркоманов, падение нравственности, развитие правового нигилизма;
- заметные изменения в отношении к службе в Вооруженных Силах, защите своего Отечества;
- резкое снижение уровня практической подготовки юношей к армии, защите Отечества, падение престижа военной профессии, защитника России;
- размывание исторического сознания и чувства гордости за величие своей Родины привело к тому, что многие подростки с трудом называют основные события Великой Отечественной войны;
- нарастание антиобщественных проявлений, усиление социальной патологии, рост преступности, пьянства, наркомании, тунеядства, насилия и жестокости, которые стали неотвратимой угрозой не только подрастающему поколению, но и обновлению общества в целом.

Следует отметить, что в последнее время, наметилась тенденция к усилению внимания общества, всех заинтересованных структур, организаций и ведомств района к гражданскому, духовно – нравственному и патриотическому воспитанию подрастающего поколения. Исходя из всех этих предпосылок, разработана настоящая Программа.

**Новизна программы** заключена в том, что при создании её был использован опыт спортивных и прикладных единоборств, а также военно-прикладных видов спорта с учетом специфики дополнительного образования. Полученное военно-прикладное многоборье адаптировано с учетом возрастных особенностей обучающихся. В процессе обучения дети развиваются физически,

получают навыки противодействия агрессии как со стороны сверстников так и взрослых, получают навыки безопасного обращения с оружием, жизнеобеспечения и преодоления препятствий в многодневных походах. Программа предусматривает использование спортивного оборудования и снаряжения:

- дидактический материал;
- макеты оружия;
- борцовский зал;
- страйкбольное снаряжение;
- туристическое снаряжение;
- оборудование для проведения квестов и симуляторов.

Проведение занятий на подготовленных должным образом учебных местах и площадках позволяют сделать учебный процесс максимально эффективным и безопасным и при этом максимально приближенным к реальным условиям. В итоге дети получают инструменты для формирования безопасного пространства.

**Педагогическая целесообразность** программы в том, что она решает вопросы занятости детей, развивает коммуникативные навыки. Формирует морально-волевые навыки, необходимые для выполнения гражданского и воинского долга в экстремальных ситуациях.

**Цель** - развитие у обучающихся гражданственности, патриотизма как важнейших духовно – нравственных и социальных ценностей, формирование у них моральных и духовных качеств гражданина и патриота (мужество, честь, верность, стойкость, воля, любовь к Отечеству), готовности к активному проявлению этих качеств в различных сферах жизни общества.

#### **Задачи:**

##### **Образовательные:**

- обучить навыкам спортивных и прикладных единоборств;
- обучить практическим навыкам преодоления препятствий и сложных форм рельефа в горно-лесистой местности;
- познакомить с азами огневой подготовки;
- ознакомить с основами оказания первой помощи

##### **Развивающие:**

- развивать коммуникативные способности;
- развивать память, внимание, кругозор;
- формировать мотивацию к саморазвитию.

##### **Воспитательные**

- обучить практическим навыкам формирования безопасного пространства;
- формировать и воспитывать нормы этического поведения в спорте и в повседневной жизни.

**Отличительной особенностью** программы является интеграция различных видов спорта, что позволяет расширить кругозор, даёт возможность метапредметно решать вопросы по формированию безопасного пространства.

Методической базой при создании программы послужили следующие принципы:

**Принцип связи обучения с практикой**, выражающийся в стимулировании использования обучающимися полученных знаний для решения практических задач, анализировать и преобразовывать окружающую действительность.

**Принципы доступности и наглядности** как наиболее действенные в эффективности и качества обучения членов объединения.

**Принцип дифференциации и индивидуализации** – создание комфортных условий для развития индивидуальных способностей обучающихся и реализации их личных образовательных маршрутов.

**Принцип сознательности и активности** обучающихся в обучении – один из главных принципов в деятельности объединения. Он позволяет научить обучающихся осознавать цели обучения, планировать и организовывать свою работу. При этом обучающиеся проявляют повышенный интерес к знаниям, ставят проблемы и определяют пути решения.

**Принцип диагностической направленности** (процессуальный контроль продвижения к намеченной цели и достижения её, оценка и корректировка педагогом собственных педагогических действий).

**Принцип личностного подхода**, в рамках которого предполагается опора в обучении и воспитании на естественный процесс саморазвития задатков и творческого потенциала, создание для этого подходящих условий.

**Принцип сознательности и активности.** Осознание цели и задач для достижения которых изучают технику и совершенствуют все качества повышает интерес к занятиям. Вся деятельность занимающихся становится целенаправленной, повышается стремление к преодолению трудностей.

**Принцип наглядности.** Объяснение приёма. Правильная демонстрация выполнения технического элемента, будь то бросок или работа с верёвкой позволяют обучающимся более правильно освоить технику, получить правильное понимание тайминга (места и времени применения)

**Принцип систематичности и последовательности.** Весь учебный материал отображается в сознании обучающихся как целостная система связанных между собой знаний и умений.

### **Обучающиеся по программе**

Программа адресована для обучающихся 7-18 лет и рассчитана на пять лет. Группа комплектуется детьми, не имеющими противопоказаний к занятиям полноконтактными единоборствами, спортивным туризмом и практической стрельбой.

### **Половозрастные и социальные особенности обучающихся**

Для обучающихся младшего школьного возраста 7 – 10 лет основным видом деятельности становится обучение. Дети этого возраста, за очень редким исключением, любят заниматься новым делом. Им нравится их новое положение, привлекает и сам процесс обучения. Это определяет добросовестное, ответственное их отношение к обучению. В этот период обучающиеся осваивают базовые навыки принятия стойки и перемещения в них,

выполнения основных ударов, бросков без сопротивления, стрелковые упражнения с места, без перемещения. В изучении самозащиты дети учатся как вести себя с незнакомцами и т.п.

У детей 10-12 лет продолжает проявляться потребность в активной игровой деятельности, в движении. Они готовы часами играть в подвижные игры, не могут долго сидеть в статичной позе. Этот период посвящен освоению азов спаринговой техники смешанных стилей, увеличивается объём способов противодействия агрессии со стороны сверстников, стрелковые упражнения начинают включать в себя перемещения на короткие дистанции и смену секторов. В это время они приступают к освоению начальных навыков туристской подготовки. В этот период обучающиеся начинают вовлекаться в соревновательную деятельность.

В возрасте 12-13 лет дети уже могут более результативно противодействовать агрессии со стороны взрослых, их тактико-технический арсенал значительно расширен. Огневая подготовка начинает включать в себя элементы оборонительной стрельбы, работу с укрытиями. Увеличивается количество занятий по жизнеобеспечению в природной среде. В летнее время обучающиеся могут принимать участие в тренировочных сборах и походах.

Обучающиеся 14-16 лет могут рассматриваться как вполне сформировавшаяся личность, начинающая искать своё место в обществе. В этот период начинают осваивать навыки защиты друзей и близких в экстремальных ситуациях. Знакомятся с организацией спасательных работ, как в городской, так и в природной среде, что формирует такие качества как отзывчивость, готовность прийти на помощь.

**Набор детей** – свободный, приём детей осуществляется на добровольных началах по письменному заявлению родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся.

**Возраст обучающихся** – 7-18 лет.

**Количество обучающихся** – 12 человек.

**Форма обучения** – очная.

**Форма занятий** – групповые.

**Срок реализации программы** – 5 лет

**Режим занятий:** занятия проводятся 3 раза в неделю по 2 часа, 6 часов в неделю, 216 часов в год.

**Продолжительность занятия** – 40 минут.

### **Ожидаемые результаты**

- развитие у обучающихся гражданственности, патриотизма как важнейших духовно – нравственных и социальных ценностей,
- формирование у них моральных и духовных качеств гражданина и патриота (мужество, честь, верность, стойкость, воля, любовь к Отечеству), готовности к активному проявлению этих качеств в различных сферах жизни общества.

В процессе реализации программы «военно-спортивной подготовки» у обучающихся предполагается сформировать следующие **результаты и универсальные учебные действия:**

**Личностные:**

- воспитывать любознательного, активного, интересующегося неизвестным в окружающем мире, любящего экспериментировать, способного самостоятельно действовать.
- воспитывать в обучающихся отзывчивость, чувство справедливости, готовность прийти на выручку.

**Познавательные УУД:**

- ориентироваться в своей системе знаний: отличать новое от уже известного;
- делать выводы в результате совместной работы с педагогом.

**Регулятивные УУД:**

- овладеть средствами общения и способами взаимодействия со взрослыми и сверстниками;
- управлять своим поведением и планировать свои действия на основе первичных ценностных представлений, соблюдая элементарные общепринятые нормы и правила поведения;
- овладеть универсальными предпосылками учебной деятельности – умениями работать по правилу и по образцу, слушать взрослого и выполнять его инструкции.

**Коммуникативные УУД**

- планировать инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации;
- адекватно воспринимать информацию, исходящую от собеседника;
- вступать в речевое общение, следовать этическим нормам поведения;
- владеть навыками межличностного взаимодействия.

По окончании срока реализации программы обучающиеся **будут знать:**

- теоритические основы по организации безопасного пространства
- основные памятные даты воинской славы
- знаки различия ВС и ВМФ
- технические характеристики основных образцов оружия
- правила безопасного обращения с оружием
- меры безопасности в походе
- формы рельефа и опасности в горно-лесистой местности

**будут уметь:**

- выполнять приёмы строевой подготовки
- перемещаться на поле боя
- владеть навыками безопасного обращения с оружием
- владеть навыками тактической и тактико-специальной подготовки
- оказывать первую помощь
- владеть навыками преодоления сложных форм рельефа
- ориентироваться на местности
- выполнять бивачные работы

-владеть расширенной базой единоборств смешанного стиля и навыками самозащиты.

### **будут применять:**

- навыки тактической самообороны и рукопашного боя для противодействия буллингу, агрессивному поведению со стороны сверстников и взрослых;
- навыки владения стрелковым оружием для участия в соревнованиях, а в дальнейшем в ситуациях, связанных с применением оружия;
- навыки туристической и специальной горной подготовки для участия в многодневных походах.

## **Способы определения результативности**

В результате осуществления Программы ожидается:

- вовлечение значительного числа учащихся в организованный отдых и общественно – полезную деятельность;
- активизация работы по борьбе с вредными привычками в среде школьной молодежи, приобщение к здоровому образу жизни;
- повышение духовно – нравственного и физического потенциала учащихся, готовности к выполнению гражданских обязанностей;
- получение практических навыков по начальной военной подготовке;
- достижение нормативных требований по физической и огневой подготовке;
- воспитание чувства собственного достоинства, умения владеть эмоциями, развитие способности к анализу и принятию верных решений;
- воспитание чувства гордости и ответственности за Отечество, любви и уважения к ветеранам войны, труда, Российской Армии;
- полное выполнение учебно-тематического плана.

## **Формы подведения итогов реализации программы**

Для подведения итогов реализации программы предусмотрена промежуточная (1 раз в полгода) и итоговая аттестация (при завершении обучения).

Для оценки эффективности осуществления программы можно воспользоваться объективными данными. Уровень физической подготовки определяется в первые дни занятий физической подготовки. Данные фиксируются в журнале объединения в сентябре и в последние дни учебного года. Здесь возможно проверить исходные данные уровня физической подготовки и через год систематических занятий в объединении.

Уровень освоения материала по разделам программы определяется путём сдачи тестов, нормативов, а также по результатам участия в соревнованиях по профильным дисциплинам и зачётных походах.

Для обучающихся разработаны следующие **критерии оценки:**

**Высокий уровень** - успешное освоение (более 70%) материала учебной программы (обучающийся проявляет устойчивый интерес к занятиям, показывает высокую результативность, оказывает помощь педагогу при работе с новичками. Владеет теоретической и практической базой по изучаемым

разделам, имеет ярко выраженную мотивацию к самообразованию и повышению своего роста).

**Средний уровень** - усвоено 50-70% программного материала; (обучающийся стабильно занимается, регулярно посещает занятия, выполняет задания при помощи педагога, при выполнении заданий допускает ошибки не значительно влияющие на качество, эффективность и не создающие аварийные ситуации)

**Низкий уровень** - усвоение программы менее 50% (обучающийся не регулярно посещал занятия, не умеет работать самостоятельно, ошибки при выполнении заданий значительно сказываются на эффективности, редко участвует в соревнованиях и походах ).

### Учебный план Программа 1-го года обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Форма аттестации/ контроля
		Всего часов	теория	практика	
1.	Вводное занятие.	2	2	-	Беседа
1.1	Основные виды угроз и ЧС характерные для детей младшего возраста в городской и природной среде	1	1	-	Опрос
1.2	Инструктаж по ТБ.	1	1	-	Беседа
2.	Безопасность в городской среде	68	8	60	
2.1	Подготовительные мероприятия перед выходом в город. Правила общения с	6	3	3	Беседа. Опрос

	посторонними взрослыми. Тайминг				
2.2	Действия ребёнка потерявшегося в торговом центре	6	2	4	Беседа. Опрос
2.3	Противодейств ие попыткам похищения	6	1	5	Сдача нормативов
2.4	Противодейств ие агрессии со стороны взрослых.	6	1	5	Беседа. Опрос. Сдача нормативов
2.5	Противодейств ие агрессии со стороны сверстников	22	2	20	Беседа. Опрос. Сдача нормативов
2.6	Базовые навыки единоборств смешанных стилей	22	-	22	Сдача нормативов
3	Безопасность в природной среде.	68	8	60	Сдача нормативов
3.1	Подготовитель ные мероприятия перед поездкой в лес. Правила безопасного поведения в лесу	6	3	3	Сдача нормативов
3.2	Действия	6	3	3	Сдача нормативов

	ребёнка потерявшегося в лесу				
3.3	Укрытия из подручных средств	2	-	2	Сдача нормативов
3.4	Основы спортивного туризма как базового вида спорта	54	2	52	Сдача нормативов
4.	Основы огневой подготовки	68	3	65	Сдача нормативов
4.1	Страйкболльно е снаряжение. Техника безопасности	2	2	-	Сдача нормативов
4.2	Стрелковая стойка, формирование хвата, вывод на линию прицеливания. Работа с открытым прицелом. Обработка спуска	2	1	1	Сдача нормативов
4.3	Стрелковые упражнения с места.	64	-	64	Сдача нормативов
5	Основы строевой подготовки	10	2	8	Сдача нормативов
5.1	Строевая стойка. Повороты на	5	1	4	Сдача нормативов

	месте				
5.2	Построения в одну и две шеренги	5	1	4	Сдача нормативов
Всего		216	23	193	

Программа 2-го года обучения

п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Форма аттестации/контроля
		Всего часов	теория	практика	
1.	Вводное занятие	2	2	-	
1.1	Вооруженные Силы России. Рода войск.	1	1	-	Беседа. Опрос.
1.2	Инструктаж по ТБ.	1	1	-	Беседа. Опрос.
2.	Огневая подготовка	68	4	64	
2.1	Стрельба с переносом цели.	60	2	58	Сдача нормативов Участие в соревнованиях
2.2	Порядок действий при сдаче оружия.	8	2	6	Сдача нормативов
3.	Основы жизнеобеспечения в природной среде.	68	6	62	
3.1	Подготовка к выходу на маршрут	10	2	8	Сдача нормативов
3.2	Преодоление препятствий	48	2	46	Участие в соревнованиях
3.3	Организация бивачных работ	10	2	8	Сдача нормативов
4	Рукопашный бой и самооборона	68	8	60	

4.1	Базовые элементы единоборств смешанных стилей.	34	4	30	Сдача нормативов
4.2	Противодействие при безоружном нападении.	34	4	30	Сдача нормативов Участие в соревнованиях
5	Первая помощь	10	3	7	
5.1	Помощь при ожогах	3	1	2	Сдача нормативов
5.2	Помощь при ссадинах	3	1	2	Сдача нормативов
5.3	Помощь при вывихах и растяжениях	3	1	2	Сдача нормативов
5.4	Транспортировка пострадавшего	1	-	1	Сдача нормативов
	Всего	216	23	193	

### Программа 3-го года обучения

п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Форма аттестации/ контроля
		Всего часов	теория	практика	
1.	Вводная беседа	2	2	-	Беседа
1.1	Основы воинской службы.	1	1	-	Опрос
1.2	Инструктаж по ТБ	1	1	-	Опрос
2.	Основы жизнеобеспечения в природной среде.	68	22	46	
2.1	Преодоление препятствий в походе	30	10	20	Сдача нормативов Участие в соревнованиях и походах
2.2	Основы	30	10	20	Сдача нормативов

	ориентирован ия на местности				Участие в соревнованиях
2.3	Организация бивачных работ	8	2	6	Сдача нормативов
3.	Рукопашный бой и самооборона	68	10	58	
3.1	Ударно- бросковые связки единоборств смешанного стиля	30	4	26	Сдача нормативов
3.2	Спаринговая практика	30	4	26	Сдача нормативов
3.3	Применение подручных средств при атаках холодным оружием.	8	2	6	Сдача нормативов
4.	Огневая подготовка	68	6	62	
4.1	Извлечение, досылание, смена магазина.	32	2	30	Сдача нормативов, участие в соревнованиях
4.2	Стрельба в движении, работа с укрытиями.	32	2	30	Сдача нормативов, участие в соревнованиях
4.3	АКМ, ПМ, Ф- 1 , РГД-5 Устройство, технические характеристик и.	2	1	1	Опрос
4.4	Разборка- сборка АКМ, ПМ	2	1	1	Сдача нормативов
5.	Первая помощь	10	5	5	Опрос. Сдача нормативов
5.1	Порядок	2	1	1	Опрос. Сдача

	осмотра и вызова скорой помощи				нормативов
5.2	Помощь при кровотечении	2	1	1	Опрос. Сдача нормативов
5.3	Помощь при скелетной травме	2	1	1	Опрос. Сдача нормативов
5.4	Сердечно легочная реанимация.	2	1	1	Опрос. Сдача нормативов
5.5	Помощь при термотравмах	2	1	1	Опрос. Сдача нормативов
	Всего	216	45	171	

#### Программа 4-го года обучения

п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Форма аттестации/ контроля
		Всего часов	теория	практика	
1.	Вводная беседа	2	2	-	Беседа. Опрос
1.1	Силы специального назначения МВД, МО,ФСБ и т.д	1	1	-	Беседа. Опрос
1.2	Инструктаж по ТБ	1	1	-	
2.	Тактическая подготовка	10	3	7	
2.1	Способы передвижения в бою	2	-	2	Опрос. Сдача нормативов
2.2	Работа на войсковой полосе препятствий	2	-	2	Опрос. Сдача нормативов
2.3	Отделение. Численный состав, вооружение.	2	2	-	Опрос.
2.4	Борьба с бронетехнико	2	1	1	Опрос. Сдача нормативов

	й и воздушными целями				
2.5	Оборудование и маскировка позиций	2	-	2	Практическая работа
3.	Огневая подготовка	68	4	64	
3.1	Извлечение при скрытом ношении	34	2	32	Сдача нормативов
3.2	Применение в условиях физического контакта	34	2	32	Сдача нормативов
4	Рукопашный бой и самооборона	68	4	64	
4.1	Спаринговая практика	34	2	32	Сдача нормативов. Участие в соревнования.
4.2	Обезоруживан ие при угрозах огнестрельны м оружием	34	2	32	Сдача нормативов. Участие в соревнования.
5.	Специальная горная подготовка	68	6	62	Сдача нормативов. Участие в соревнования.
5.1	Опасности в горах Специальное горное снаряжение	4	2	2	Опрос. Сдача нормативов.
5.2	Движение по тропам и осыпям	32	2	30	Опрос. Сдача нормативов.
5.3	Движение по скалам и страховка	32	2	30	Опрос. Сдача нормативов.
	Всего	216	19	197	

Программа 5-го года обучения

п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Форма аттестации/ контроля
		Всего часов	Теория	Практика	

1	Вводное занятие	2	2	-	
1.1	Порядок поступления в учебные заведения МО, МВД и ФСБ	1	1	-	Беседа. Опрос.
1.2	Инструктаж по ТБ	1	1	-	Беседа. Опрос.
2	Тактико-специальная подготовка	68	4	64	
2.1	Порядок движения группы	34	2	32	Сдача нормативов.
2.2	Действия при огневом контакте	34	2	32	Сдача нормативов.
3	Специальная горная подготовка	68	6	62	Сдача нормативов. Участие в соревнованиях.
3.1	Спасательные работы силами группы	8	2	6	Сдача нормативов. Участие в соревнованиях.
3.2	Движение по снегу и страховка	30	2	28	Сдача нормативов. Участие в соревнованиях
3.3	Движение по льду и страховка	30	2	28	Сдача нормативов. Участие в соревнованиях
4.	Рукопашный бой и самооборона.	68	4	64	
4.1	Спаринговая практика	30	-	30	Сдача нормативов.
4.2	Действия при групповом нападении	30	2	28	Сдача нормативов.
4.3	Задержание, конвоирование	8	2	6	Сдача нормативов.
5	Тактическая медицина	10	4	6	
5.1	Повреждения	2	2	-	Беседа, опрос.

	характерные для зоны военных действий.				
5.2	Задачи тактической медицины.	2	2	-	Беседа, опрос.
5.3	САТ турникеты, бандажи и т.п	2	-	2	Сдача нормативов.
5.4	Действия в «красной», «жёлтой» и «зелёной» зонах	2	-	2	Сдача нормативов.
5.5	Эвакуация из «красной зоны»	2	-	2	Сдача нормативов.
	Всего	216	20	196	

## Содержание программы

### Первый год

#### Тема №1 Вводное занятие.

**Теория:** Основные виды угроз криминогенного, техногенного и природного характера. Способы противодействия им.

#### Тема №2. Безопасность в городской среде

**Теория:** Подготовительные мероприятия перед выходом в город: заряженный телефон, согласованный с родителями маршрут, правило «трёх кругов при общении со взрослыми, контроль дистанции, тайминг. Категории людей к которым можно обратиться за помощью.

**Практика:** Действия ребёнка потерявшегося в торговом центре: остановиться, осмотреться, окликнуть.

Противодействие попыткам похищения: контроль дистанции, голосовые команды, освобождение от захватов и обхватов и т.д. Противодействие агрессии со стороны взрослых: контроль дистанции, защитные действия, голосовые команды, бегство.

Противодействие агрессии со стороны сверстников: контроль дистанции, защитные действия (блоки, пресечение захватов), освобождение от захватов, работа с дистанцией.

Базовые навыки единоборств смешанных стилей: стойки, перемещение в них, удары руками и ногами, техника самостраховки при падении, элементы акробатики, броски без сопротивления.

#### Тема №3. Безопасность в природной среде

**Теория:** Подготовительные мероприятия перед поездкой в лес: зарядка телефона, яркая одежда, рюкзачок с бутылкой воды, дождевиком, батончиком «сникерс» и свистком.

Правила безопасного поведения в лесу: движение только в зоне визуального контакта взрослых, открытые водоёмы-источник опасности, любые незнакомые грибы и ягоды считаются ядовитыми.

**Практика:** Действия ребёнка потерявшегося в лесу: остановиться, осмотреться, покричать. Двигаться только если видишь тропу или дорогу. Укрытия из подручных средств: использование элементов рельефа и растительности в качестве укрытия, изготовление укрытий из веток т.п

Основы спортивного туризма как базового вида спорта: вязка основных узлов, укладка верёвки, подъёмы и спуски спортивным способом. Основы бивачных работ (установка палаток, обязанности дежурных и т.п.)

#### **Тема №4. Огневая подготовка**

**Теория:** Техника безопасности, кодекс стрелка, страйбольное снаряжение.

**Практика:** стрелковая стойка, формирование двуручного хвата, выведение на линию прицеливания. Техника прицеливания «двумя глазами и обработка спуска. Контроли цели, оружия и пространства. Холощение, выполнение стрелковых упражнений с места.

#### **Тема №5. Строевая подготовка.**

**Теория:** Строевые стойки «смирно» и «вольно». Дистанции в строю между военнослужащими. Порядок подачи команд.

**Практика:** Выполнение построений в одну шеренгу, нахождение своего места в строю, перестроение в две шеренги. Повороты на месте.

## **Второй год**

**Тема №1. Вводное занятие.** Вооруженные Силы России. Виды родов войск, вооружение и боевая техника. Военные округа.

#### **Тема №2. Огневая подготовка.**

**Теория:** Порядок действий при получении и сдаче оружия (выход из строя, получение и осмотр оружия, перевод в безопасное и возвращение в строй).

**Практика:** Повторение и закрепление материала ранее пройденного. Работа с секторами (стрельба с переносом цели с места)

#### **Тема №3. Основы жизнеобеспечения в природной среде.**

**Теория:** Подготовка к выходу на маршрут: снаряжение личное, групповое и специальное.

**Практика:** Подбор одежды и снаряжения. Укладка и подгонка рюкзака. Преодоление препятствий: передвижение по тропам, травянистым склонам и осыпям. Преодоление реки в брод индивидуально, «стенкой», «кольцом». Организация перил, вязка обвязок, спуск со склона «карабин плечо», узел УИАА, самостраховка схватывающим узлом.

## **Тема №4 Рукопашный бой и самооборона**

**Теория:** особенности смешанных стилей как вида единоборств. Правила основных видов смешанных стилей. Тактика ведения поединка в смешанных стилях. Защитная экипировка.

**Практика:** Базовые элементы единоборств смешанных стилей: ударно-бросковые комбинации, броски и переводы в партер как контратакующие действия. Атакующие и защитные действия в партере. Отработка на снарядах и в парах с дозируемым сопротивлением.

Противодействие при безоружном нападении: защитные и контратакующие действия в ситуациях самообороны: удары руками и ногами, «школьный захват», захват за одежду на груди и т.п

## **Третий год**

**Тема №1. Вводное занятие.** Основы воинской службы. Воинская присяга Уставы гарнизонной и караульной службы. Боевой устав. Субординация, единоначалие. Суточные наряды, обязанности часового, размещение личного состава и т.п.

### **Тема №2 Основы жизнеобеспечения в природной среде.**

**Теория:** Правила обращения с верёвкой, закрепление ранее пройденного материала. Особенности спортивного ориентирования как вида спорта. Карта, масштаб, топонимы, ориентиры (линейные, точечные, площадные), компас, работа с азимутом. Виды костров, правила пожарной безопасности при разведении костра Обязанности костровых.

**Практика:** вязка узлов, укладка верёвки в бухту. Одновременная страховка. Наведение переправы, сопровождение. Преодоление заболоченных участков, буреломов. Ориентирование «Лабиринт». Оборудование костровища. Организация навесов при непогоде.

### **Тема №3 Рукопашный бой и самооборона.**

**Теория:** Правила ОСЕ, профилактика травматизма в жестко-контактных единоборствах смешанного стиля. Классификация подручных средств и тактика применения в зависимости от вида оружия

**Практика:** Выполнение защиты от одиночных ударов с последующей контратакой, защита от ударов клинчем с переводом в партер, короткие комбинации, спарринги по заданию. Применение предметов подобных палке и щиту.

### **Тема №4 Огневая подготовка**

**Теория:** Определение АК, ПМ, ручных осколочных гранат. Части и механизмы, тактико-технические характеристики.

**Практика:** извлечение пистолета из кобуры, способы досылания патрона в патронник. Смена магазина без сохранения. Стрельба в движении: постановка ног, работа корпуса и рук, визуальный контроль цели. Работа с укрытиями: положение ног, выход наклоном корпуса. Разборка и сборка АК и ПМ на время.

## **Тема №5 Первая помощь**

**Теория:** Порядок осмотра и вызова скорой помощи: обеспечение собственной безопасности, алгоритм передачи информации при общении с операторами 112, виды кровотечений, переломов, термотравм.

**Практика:** контроль витальных признаков, стабильное боковое положение, остановка кровотечений, иммобилизация при переломах, помощь при ожогах и переохлаждении. Сердечно-лёгочная реанимация.

## **Четвертый год**

**Тема №1 Вводная беседа.** Силы специального назначения МВД, МО, ФСБ и т.д

**Теория:** «Альфа», «Витязь», «Вымпел», «Заслон», подразделения ССО и ГРУ, ФСО и СВР. Цели и задачи, порядок отбора. Силы спецназначения стран вероятного противника: САС, «Дельта Форс», Рейнджеры и т. д.

### **Тема №2 Тактическая подготовка.**

**Теория:** Состав мотострелкового отделения на БМП и БТР, вооружение, общая тактика борьбы с вертолётами, низколетящими самолётами и БПЛА. Уязвимые места боевой техники и порядок их поражения стрелком оружием, противотанковым оружием и подручными средствами.

**Практика:** Способы передвижения: по-пластунски, перебежками, на боку. Работа на войсковой полосе препятствий индивидуально и в составе подразделения.

### **Тема №3 Огневая подготовка**

**Теория:** Правила приобретения, хранения, и переноски оружия и ООП гражданскими лицами и сотрудниками под прикрытием и при «не исполнении». Основания для применения.

**Практика:** Извлечение оружия при различных способах размещения, на близкой и средней дистанциях. Выполнение учебных спаррингов с разрывом дистанции и последующим извлечением оружия.

### **Тема №4 Рукопашный бой и самооборона**

**Теория:** Общая тактика выполнения действий по нейтрализации угрозы огнестрельным оружием. Особенности работы против пистолета

**Практика:** Спарринговая практика, совершенствование ранее изученных техник. Техника обезоруживания при угрозах пистолетом: дистанция, уход с линии огня и контроль оружия, расслабляющие удары, обезоруживание, «сканирование».

### **Тема №5 Специальная горная подготовка**

**Теория:** Опасности в горах, горный туризм и альпинизм как базовые виды спорта, снаряжение, правила безопасности при движении по осыпям и скалам.

**Практика:** Порядок одевания и подгонки ИСС, техника подъёмов и спусков «ёлочкой», «полуёлочкой», спуск «глиссерованием», организация страховки на скалах, работа на перилах, применение зажимов и спусковых устройств. Верхняя и нижняя страховка. Работа в связках по двое и по четыре человека.

## Пятый год

**Тема №1 Вводная беседа.** Порядок поступления в учебные заведения МО, МВД и ФСБ.

**Теория:** ВУЗы МО МВД и ФСБ. Адреса. Необходимые документы, сроки их подачи, требования по отбору и сдачи нормативов.

**Тема №2 Тактико-специальная подготовка.**

**Практика:** Движение группы: движение след в след, контроль за обстановкой, положение оружия. Сигнализация внутри группы. Действия при огневом контакте: понижение уровня, огонь на подавление, отход к укрытию, сброс рюкзака и т.д

**Тема №3 Специальная горная подготовка**

**Теория:** Спасательные работы силами группы: поиск отставших членов группы, общие требования к организации спасательных работ на рельефе.

**Практика:** Подъём «грудь-нога», полиспастом, спуск с сопровождением, поиск в лавине.

Движение по снегу: выбивание ступеней, «в два такта» и «три такта», самостраховка ледорубом, организация страховки на ледорубах, индивидуальная техника и связки.

Движение по льду: одевание и подгонка кошек, техника движения в них. Страховка на леднике, работа с ледобуром, станции извлекаемые снизу, самозадержание, индивидуальная техника и связки.

**Тема №4 Рукопашный бой и самооборона.**

**Теория:** Этические нормы поведения спортсмена в спортзале и вне его. Значение выносливости и морально-волевых качеств. Тактика работы против группы нападающих. Тактика действий по задержанию и конвоированию.

**Практика:** Выстраивание в линию, контроль обстановки, подручные средства, бой на земле и т.д. Техника задержания и конвоирования.

**Тема №5 Тактическая медицина**

**Теория:** Повреждения характерные для зоны военных действий. Задачи тактической медицины. САТ турникеты, бандажи и т.п. Определения «красной», «желтой» и «зелёной» зон.

**Практика:** Действия в «красной», «жёлтой» и «зелёной» зонах. Эвакуация из «красной зоны».

## Воспитательная работа

Настоящая Рабочая программа воспитания (далее – Программа) разработана для детей в возрасте 7-18 лет, обучающихся в объединении «Каскад плюс», с целью организации воспитательной работы с обучающимися. Реализация Программы осуществляется параллельно с выбранной ребенком и (или) его родителями (законными представителями) несовершеннолетнего обучающегося дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программой «Каскад плюс» социально-гуманитарной направленности. Программа представляет собой базисный минимум воспитательной работы,

обязательный для проведения с обучающимися объединения «Каскад плюс» и может быть дополнена в течение учебного года в зависимости от конкретных образовательных потребностей детей.

### **Для младшего и среднего шк. возраста (7-14 лет)**

Цель Программы – личностное развитие обучающихся, проявляющееся в развитии их позитивных отношений к общественным ценностям: семья, труд, отечество, природа, мир, знания, культура, здоровье, человек.

Целевым приоритетом является создание благоприятных условий для развития социально значимых отношений обучающихся, и, прежде всего, ценностных отношений:

- к семье как главной опоре в жизни человека и источнику его счастья;
- к труду как основному способу достижения жизненного благополучия человека, залогом его успешного профессионального самоопределения и ощущения уверенности в завтрашнем дне;
- к своему отечеству, своей малой и большой Родине как месту, в котором человек вырос и познал первые радости и неудачи, которая завещана ему предками и которую нужно оберегать;
- к природе как источнику жизни на Земле, основе самого ее существования, нуждающейся в защите и постоянном внимании со стороны человека;
- к миру как главному принципу человеческого общежития, условию крепкой дружбы, налаживания отношений с коллегами по работе в будущем и создания благоприятного микроклимата в своей собственной семье;
- к знаниям как интеллектуальному ресурсу, обеспечивающему будущее человека, как результату кропотливого, но увлекательного учебного труда;
- к культуре как духовному богатству общества и важному условию ощущения человеком полноты проживаемой жизни, которое дают ему чтение, музыка, искусство, театр, творческое самовыражение;
- к здоровью как залогом долгой и активной жизни человека, его хорошего настроения и оптимистичного взгляда на мир;
- к окружающим людям как безусловной и абсолютной ценности, как равноправным социальным партнерам, с которыми необходимо выстраивать доброжелательные и взаимоподдерживающие отношения, дающие человеку радость общения и позволяющие избегать чувства одиночества;
- к самим себе как хозяевам своей судьбы, самоопределяющимся и самореализующимся личностям, отвечающим за свое собственное будущее.

### **Для старшего шк. возраста (15-18 лет)**

Цель Программы – личностное развитие обучающихся, проявляющееся в приобретении ими соответствующего базовым общественным ценностям: семья, труд, отечество, природа, мир, знания, культура, здоровье, человек – опыта поведения, опыта применения сформированных знаний и отношений на практике, то есть в приобретении ими опыта осуществления социально значимых дел.

Целевой приоритет связан социально значимым опытом, так как именно он поможет гармоничному вхождению обучающихся во взрослую жизнь

окружающего их общества. Это опыт:

- опыт дел, направленных на заботу о своей семье, родных и близких;
- трудовой опыт, опыт участия в производственной практике;
- опыт дел, направленных на пользу своему родному городу или селу, стране в целом, опыт деятельного выражения собственной гражданской позиции;
- опыт природоохранных дел;
- опыт разрешения возникающих конфликтных ситуаций в школе, дома или на улице;
- опыт самостоятельного приобретения новых знаний, проведения научных исследований, опыт проектной деятельности;
- опыт изучения, защиты и восстановления культурного наследия человечества, опыт создания собственных произведений культуры, опыт творческого самовыражения;
- опыт ведения здорового образа жизни и заботы о здоровье других людей;
- опыт оказания помощи окружающим, заботы о малышах или пожилых людях, волонтерский опыт;
- опыт самопознания и самоанализа, опыт социально приемлемого самовыражения и самореализации.

Задачи Программы:

- 1) реализовывать воспитательные возможности общеучрежденческих ключевых дел, поддерживать традиции их коллективного планирования, организации, проведения и анализа в групповом сообществе;
- 2) сформировать национальное самосознание, ценностное отношение к личности, обществу, государству, к идеям и ценностям их возрождения и развития;
- 3) создать конкретные условия для проявления гражданственности, патриотизма, достойного выполнения общественного, государственного и воинского долга воспитанниками с учетом их интересов, потребностей в основных сферах человеческой деятельности и общении;
- 4) воспитать уважение к закону и развить социальную ответственность молодых граждан;
- 5) создать содержательное и информационное обеспечение агитационной и пропагандистской работы по приобщению обучающихся, их родителей к здоровому образу жизни;
- 6) способствовать формированию отношения к своему здоровью и здоровью окружающих, как к социальной ценности;
- 7) повышать общий уровень культуры обучающихся;
- 8) способствовать развитию самодисциплины и ориентации на общечеловеческие ценности;
- 9) способствовать выработке умений и навыков по укреплению и сохранению здоровья, безопасному и ответственному поведению;
- 10) организовать работу с семьями обучающихся, их родителями и/или законными представителями, направленную на совместное решение проблем личностного развития детей.
- 11) реализовывать воспитательный потенциал руководства педагогом дополнительного образования вверенного ему объединения, поддерживать

активное участие объединений в жизни Учреждения;

12) вовлекать обучающихся в активное участие в краевых, окружных, городских культурно-массовых мероприятиях и реализовывать воспитательные возможности этих мероприятий;

13) организовывать разноплановую профилактическую работу по безопасности жизнедеятельности с обучающимися объединений.

Процесс воспитания в объединении «Каскад плюс» основывается на следующих принципах взаимодействия педагога и обучающихся:

1. Принцип индивидуального подхода предполагает учет индивидуальных запросов, интересов, склонностей, способностей, возможностей, психофизиологических особенностей и социальной среды обучающихся. Дифференцированный подход обеспечивает комфортное состояние каждого ребенка.

2. Принцип преемственности – предполагает культурное взаимодействие и взаимовлияние поколений. Необходимо активизировать деятельность родителей, всех взрослых на передачу детям социального знания и опыта.

3. Принцип гуманизма, уважения к личности ребенка в сочетании с требовательностью к нему. В соответствии с этим принципом воспитательный процесс строится на доверии, взаимном уважении, авторитете педагога, сотрудничестве, любви, доброжелательности.

4. Принцип опоры на положительное в личности ребенка. В соответствии с этим принципом воспитания при организации воспитательного процесса педагог должен верить в стремление обучающегося быть лучше, и сама воспитательная работа должна поддерживать и развивать это стремление.

5. Принцип воспитания в коллективе и через коллектив. В соответствии с этим принципом воспитание в объединении, в процессе общения должно быть основано на позитивных межличностных отношениях.

Режим занятий по Программе включает в себя проведение не менее одного воспитательного мероприятия в месяц.

Формы и виды проводимых воспитательных мероприятий (спортивные состязания, сборы, мастер-классы, соревнования, экскурсии, профориентационные игры: симуляции, квесты и др.), а также методы воспитательной деятельности определены в зависимости от особенностей реализуемой дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы «Каскад плюс» в соответствии с возрастными и психофизиологическими особенностями обучающихся.

При выборе и разработке воспитательных мероприятий главным критерием является соответствие тематике и направленности проводимого воспитательного мероприятия основным направлениям и принципам воспитательной работы в учреждении, учет направленности дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы «Каскад плюс», по

которой организованы занятия обучающихся, а также учет психофизиологических особенностей детей.

Практическая реализация цели и задач воспитания осуществляется в рамках следующих направлений воспитательной работы учреждения. Каждое из них представлено в соответствующем модуле. Инвариативные модули: «Учебное занятие» (согласно индивидуальным планам рабочей программы по ДООП), «Городские, краевые, окружные соревнования и культурно-массовые мероприятия», «Работа с родителями». Вариативные модули: «Ключевые общеучрежденческие дела», «Воспитательная работа в объединении» (согласно индивидуальным планам работы педагога дополнительного образования), «Безопасность жизнедеятельности».

### **Основные направления воспитательной работы**

Воспитательная работа в объединении «Каскад плюс» осуществляется по различным направлениям деятельности, позволяющим охватить и развить все аспекты личности обучающихся.

#### **1.Гражданско-патриотическая направленность воспитательной деятельности.**

Включает в себя:

- знакомство обучающихся детей с государственной символикой России (Государственный гимн, герб и флаг России);
- формирование понятий и представлений о родном крае, России, о народах России, природе и национальных достояниях;
- воспитание в детях чувства привязанности к своему дому, своим близким;
- развитие чувств патриотизма, любви к Родине, стремления к миру, уважения к культурному наследию России, ее природе;
- развитие гармонического проявления патриотических чувств и культуры межнационального общения.

#### **2.Здоровьесберегающая направленность воспитательной деятельности.**

Включает в себя:

- мероприятия, направленные на укрепление и охрану здоровья обучающихся;
- развитие физических качеств – ловкости, быстроты, силы, выносливости, морально-волевых – решительности, смелости;
- социализацию обучающихся путем развития чувств коллективизма и взаимовыручки;
- формирование представлений о культурно-гигиенических навыках и их развитие;
- знакомство с основными правилами здорового образа жизни, формирование потребности и развитие мотивации к ведению здорового образа жизни, формирование устойчивых представлений о пользе и необходимости физического развития;

#### **3.Духовно-нравственная направленность воспитательной работы.**

Включает в себя:

- формирование гармоничной личности обучающихся, развитие ценностно-смысловой сферы средствами сообщения духовно-нравственных и базовых национальных ценностей;
- развитие нравственных чувств обучающихся - совести, долга, веры, ответственности, уважения, чести, справедливости;
- формирование нравственного облика и нравственной позиции обучающихся;
- расширение интеллектуальных знаний обучающихся в области морали и этики, ознакомление с базовыми этическими, моральными, волевыми принципами;

#### **4. Экологическая направленность воспитательной деятельности.**

Включает в себя:

- формирование у обучающихся сознательного, положительного отношения к окружающей среде, убежденности в необходимости гуманного, бережного отношения к природе как к наивысшей национальной и общечеловеческой ценности;
- расширение знаний обучающихся в области экологии и охраны окружающей среды;
- развитие потребности общения с природой, интереса к познанию ее законов и явлений;
- формирование экологического мировоззрения обучающихся, основанного на естественнонаучных и гуманитарных знаниях, отражающих глубокую убежденность в единстве человека и природы;

#### **5. Духовно-нравственная направленность воспитательной работы.**

Включает в себя:

- формирование гармоничной личности обучающихся, развитие ценностно-смысловой сферы средствами сообщения духовно-нравственных и базовых национальных ценностей;
- развитие нравственных чувств обучающихся - совести, долга, веры, ответственности, уважения, чести, справедливости;
- формирование нравственного облика и нравственной позиции обучающихся;
- расширение интеллектуальных знаний обучающихся в области морали и этики, ознакомление с базовыми этическими, моральными, волевыми принципами;

Оценка результативности Программы осуществляется в конце учебного года. В качестве результативности выполнения Программы рассматриваются следующие критерии:

1. формируемые посредством воспитательных мероприятий качества личности, включающие в себя морально-нравственные, ценностные и волевые установки, их личностное отношение к различным областям человеческой деятельности, собственную жизненную позицию;
2. уровень интеллектуального развития обучающихся, расширение их кругозора в направлениях деятельности, реализуемых Программой;

3. уровень групповой сплоченности детского коллектива, психологический климат в объединении по интересам;

4. полнота освоения учебных часов, предусмотренных Программой воспитательной работы.

Способом получения информации о результатах воспитания, социализации и саморазвития является педагогическое наблюдение.

Способами получения информации о состоянии совместной деятельности детей и взрослых являются беседы с обучающимися и их родителями, педагогами, при необходимости – анкетирование.

### Календарный учебный график

Год обучения, № группы	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год обучения, учебная группа № 1	02.09.2024	30.05.2025	36	108	216	3 раза в неделю по 2 часа

### Учебно-методическое обеспечение Формы организации занятий

На занятиях применяются следующие формы работы:

- практические и теоретические учебные занятия;
- работа по индивидуальным планам;
- тренировочные (физические упражнения, лазанье, подвижные игры, спаринговая практика и т.д);
- соревновательные (соревнования, конкурсы, эстафеты, показательные выступления);
- путешествие, экскурсия, ПВД, туристические походы.

#### Формы организации занятий:

- лекция;
- практическое занятие;
- инструктаж по технике безопасности;
- тренировка;
- поход выходного дня;
- соревнование;
- экскурсия;
- психологический тренинг, психологическая игра;

- досуговые игры;
- самостоятельное изучение литературы.

Работа в группах проходит в тесной связи с родителями. Проводятся родительские собрания, беседы. Родители участвуют в походах в качестве заместителей руководителя. Учащиеся рассказывают родителям о проведенных походах, показывают фотографии и видеofilмы. Родители обязательно приглашаются на послепоходные встречи участников походов. Хороший контакт с родителями позволяет убедить их в целесообразности приобретения личного снаряжения, что способствует безопасности обучающихся при прохождении горных маршрутов.

### **Условия реализации программы**

#### **Материально-технические условия:**

- кабинет для теоритической подготовки;
- спортивный зал
- дидактический материал;
- борцовский зал;
- учебное оружие
- страйкбольное снаряжение;
- туристическое снаряжение;
- оборудование для проведения квестов и симуляторов

### **Санитарно-гигиеническое обеспечение**

Санитарно-гигиеническое обеспечение деятельности по реализации общеобразовательной программы (дополнительной программы) «Каскад плюс» регламентируется Постановлением Главного государственного санитарного

врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

Сохранению и укреплению здоровья обучающихся, предотвращению утомляемости, повышению их работоспособности и результативности продуктивной творческой деятельности способствуют:

- температурный режим;
- проветривание учебного кабинета;
- освещение согласно установленных норм; предупреждение утомления обучающихся;
- чередование видов деятельности;
- динамические паузы;
- контроль за правильность и безопасности выполнения технических действий;
- наличие защитного снаряжения.

## Список литературы для педагога

1. Балабанов, И.В. Узлы / И. В. Балабанов - М.: ЭКСМО-Пресс, 2019. – 80 с.
2. Бубнов, В.Г., Бубнова, Н.В. Основы медицинских знаний: Учебно-практическое пособие / В.Г. Бубнов, Н.В. Бубнова – М., ООО Издательство АСТ. ООО. 2019. – 252 с.
3. Владимирова, О.В., Муравьева, А.А., Зинченко, О.В., Колодкин, А.А. Первая помощь при несчастных случаях и заболеваниях, угрожающих жизни и здоровью человека: учебное пособие / О.В. Владимирова, А.А. Муравьева, О.В. Зинченко, А.А. Колодкин - Ставрополь. Изд-во СтГМУ, 2019.-154 с.
4. Кондрух, А.И. Основы практической стрельбы из пистолета. Научно - методическое пособие / А.И. Кондрух. - М, «Спорт» 2019.-168 с. ил.
5. Махов, С. Ю. Безопасность в туризме: учебно-методическое пособие / сост. С. Ю. Махов. – Орел: МАБИВ, 2020. – 118 с.
6. Пасмуров, Г.И. и др. Техника борьбы самбо на этапе начальной подготовки. Учебно-методическое пособие / Г.И. Пасмуров. — Казань: ИГМА-пресс, 2018. — 60 с.
7. Редненко, В.В., Поплавец, Е.В., Беспалов, Ю.А. Медицина экстремальных ситуаций. Основы медицины катастроф и медицинская защита населения в чрезвычайных ситуациях. Пособие / В.В. Редненко, Е.В. Поплавец, Ю.А. Беспалов - Витебск, ВГМУ: 2019 – 190 с.
8. Севостьянов, А.И., Травников, В.П. Система тактической стрельбы. Учебное пневматическое оружие в системе профессиональной подготовки / А.И. Севостьянов, В.П. Травников - Краснодар, Неоглори 2020. –128 с. ил.
9. Смирнов, А.А. Тактическая медицина / А.А. Смирнов. – Псков: Стерх, 2020. 64 с. : ил
10. Уилсон, Н. Руководство по ориентированию на местности: Выбор маршрута и планирование путешествия. Навигация с помощью карт, компаса и природных объектов / Нейл Уилсон – Пер. с англ. К Ткаченко.– М.: ФАИР ПРЕСС, 2019.–352с.
11. Штюмер, Ю.А. Профилактика туристского травматизма / Ю.А. Штюмер - М: ЦРИБ Турист, 2018.

## Список дополнительной литературы для педагога

1. Алексеев, А.А. Питание в туристском походе: Пособие для инструкторов и преподавателей туризма в школе / А. А. Алексеев — М.: 2019.-137с.
2. Добарина, И.А., Жигарев, О.Л. Основы школьного туризма: Методическое пособие для учителей и студентов / И.А. Добарина, О.Л. Жигарев — Новосибирск: Издательство Новосибирского государственного педагогического университета, 2021. – 184с.
3. Смирнов, А.Т., Хренников, Б.О., Дурнев, Р.А., Аюбов, Э.Н. Основы безопасности жизнедеятельности: справочник для учащихся / А.Т.Смирнов, Б.О.Хренников, Р.А.Дурнев, Э.Н.Аюбов / под ред. А.Т.Смирнова. – М., 2019. – 135с

4. Петров, С.В. Первая помощь в экстремальных ситуациях: практическое пособие / С.В. Петров, В.Г. Бубнов. – М.: 2019. – 78 с.
6. Шаповал, Г.Ф. История туризма / Г.Ф. Шаповал — Минск: Экоперспектива, 2019. – 317 с.
3. Шабанов, А.М. Карманная энциклопедия туриста / А.М. Шабанов — М.: Вече, 2019. – 108 с.

Интернет ресурсы:

- 1 <https://www.youtube.com/watch?v=75CHU6Kxc7Q&t=1s>. Самооборона для детей //Чудиновский Е. Санкт-Петербургский центр Крав-Мага
3. <https://www.youtube.com/watch?v=2mEBGShtitI>  
<https://www.youtube.com/watch?v=3DxTR8DiS1U>  
<https://www.youtube.com/watch?v=iLPC-1BZ-Rk>
- Подручные средства при самообороне //Чудиновский Е. Санкт-Петербургский центр Крав-Мага
4. <https://www.youtube.com/watch?v=6ObVdLHKsBk>  
 Противодействие угрозам и атакам холодным оружием//Чудиновский Е. Санкт-Петербургский центр Крав-Мага.
5. [http://tourlib.ndt/books\\_tourism/aldshyn.htm](http://tourlib.ndt/books_tourism/aldshyn.htm)  
 Алешин В.М. Карта в спортивном ориентировании [Электронный ресурс] // В.М. Алешин.
6. [http://гдvolution.al.1бdst.ru/sport/00153421\\_0.html](http://гдvolution.al.1бdst.ru/sport/00153421_0.html)  
 Алешин, В.М. Ориентирование на местности (способы ориентирования по положению солнца, по звездам, по снежному покрову, по расположению растений и др.) [Электронный ресурс] // В.М. Алешин
7. [http://tourlib.ndt/books\\_tourism/ganopolsky07.htm](http://tourlib.ndt/books_tourism/ganopolsky07.htm)  
 Ганопольский В.И., Безносиков Е.Я. и др. «Основы техники пешеходного и горного туризма» [Электронный ресурс] // В.И.Ганопольский, Е.Я. Безносиков. - М
8. <http://www.spas-dxtrdmd.ru/dl.php?SIG=146>  
 Детская мультимедийная энциклопедия. Опасности в природе. [Электронный ресурс]
9. [http://бдlvirtclub.narog.ru/гдт\\_tur/instr\\_01.htm](http://бдlvirtclub.narog.ru/гдт_tur/instr_01.htm)  
 ИНСТРУКЦИЯ по организации и проведению туристских походов и экскурсий с учащимися. [Электронный ресурс]
10. <http://my-dgu.ru/cat/vndklassnaja-rabota/instruktsiya-po-organizacii-i-provdgdniyu-turistskih-pohogov-jdkspdgicij-i-j>  
 ИНСТРУКЦИЯ по организации и проведению туристских походов, экспедиций и экскурсий. [Электронный ресурс] -
11. <http://www.karabin.su/kak-polzovatsya-kompasom/02.06.2013г.>  
 Статья Как правильно пользоваться компасом при спортивном ориентировании [Электронный ресурс].

## ПРИЛОЖЕНИЕ 1

### Ежегодный календарный план воспитательной работы

#### МБУ ДО «Станция туризма и экскурсий»

на 2024-2025 учебный год

**«Ключевые дела МБУ ДО «Станция туризма и экскурсий»;  
«Городские, краевые, окружные соревнования и культурно-массовые мероприятия»**

№ п/п	Программные мероприятия	Ориентировочное время проведения	Ожидаемый результат	Ответственные
<b>Туристско-краеведческое направление:</b>				
<b>Внутриучрежденческие мероприятия:</b>				
1.	Мероприятия, посвященные профилактике ПДД	сентябрь	Профилактика ПДД	Педагоги-организаторы.
2.	Соревнования по спортивному ориентированию «Лабиринт», «Трейло»	январь	Повышение уровня спортивной подготовки.	Шумаков А.Г. Нестеренко О.В. Ижицкая М.В. Зимин А.А. Карелин М.В.
3.	Мероприятия, приуроченные к празднованию Дня защитника Отечества	февраль	Воспитание чувства патриотизма в детях	Педагоги – организаторы, ПДО
4.	Мероприятия, посвященные Дню памяти россиянам, исполнявшим служебный долг за пределами Отечества	февраль	Воспитание чувства патриотизма в детях	Педагоги – организаторы, ПДО
5.	Мероприятия, приуроченные к празднованию	март	Развитие празднично-игровой культуры детей и подростков в	Педагоги – организаторы,

	Международного дня 8 Марта		современных социальных условиях	ПДО
6.	Мероприятия, посвященные Дню памяти россиянам, исполнявших служебный долг за пределами Отечества	февраль	Воспитание чувства патриотизма в детях	Педагоги – организаторы, ПДО
7.	Мероприятия, приуроченные ко Дню окончания Второй мировой войны	май	Воспитание чувства патриотизма в детях	Педагоги - организаторы ПДО
8.	Мероприятия, посвященные Дню России	июнь	Воспитание чувства патриотизма в детях	Педагоги - организаторы ПДО
9.	Мероприятия, посвященные Дню памяти и скорби	22.06.2025	Воспитание чувства патриотизма в детях	Педагоги - организаторы ПДО
10.	Мероприятия, посвященные празднованию Дня Государственного флага Российской Федерации	август	Воспитание чувства патриотизма в детях	Педагоги-организаторы ПДО
<b>Городские мероприятия:</b>				
11.	Туристско-спортивное мероприятие «Горный фестиваль – 2024», посвященный празднованию Дня города	20 - 22.09.2024	Популяризация и развитие спортивного туризма и скалолазания. Повышение спортивного мастерства.	Карелин М.В. Шумаков А.Г. Данилюк И.А. Нестеренко О.В. Ижицкая М.В. Зимин А.А.

12.	Городской туристский слет, посвященный Дню туризма.	27-29.09.2024	Популяризация и развитие туризма.	Карелин М.В. Шумаков А.Г. Данилюк И.А. Нестеренко О.В. Ижицкая М.В. Зимин А.А.
13.	Открытые городские соревнования по спортивному ориентированию бегом «Золота осень», посвященные Дню учителя	05 -06.10.2024	Популяризация спортивного ориентирования. Выявление сильнейших спортсменов.	Зимин А.А. Шумаков А.Г. Данилюк И.А. Нестеренко О.В. Ижицкая М.В. Карелин М.В.
14.	Городские соревнования по спортивному туризму на пешеходных дистанциях, посвященные Дню народного единства	26.10.2024	Повышение основных навыков пешеходного туризма, выявление сильнейших команд.	Ижицкая М.В. Шумаков А.Г. Данилюк И.А. Нестеренко О.В. Ижицкая М.В. Карелин М.В. Хорина М.Ф.
15.	Городские соревнования по спортивному ориентированию бегом, посвященные Дню народного единства	27.10.2024	Повышение основных навыков ориентирования на местности, выявление сильнейших команд.	Ижицкая М.В. Шумаков А.Г. Данилюк И.А. Нестеренко О.В. Ижицкая М.В. Карелин М.В.
16.	Городские соревнования по спортивному ориентированию бегом «Ночное ориентирование»	09.11.2024	Развитие всесторонне развитой личности с помощью разнообразных форм спортивно-массовой работы, Формирование и пропаганда здорового образа жизни.	Нестеренко О.В. Шумаков А.Г. Данилюк И.А. Зимин А.А. Ижицкая М.В. Хорина М.Ф. Карелин М.В.
17.	Соревнования по спортивному	21 -22.12.2024	Привлечение максимального	Шумаков А.Г. Нестеренко О.В. Ижицкая М.В.

	туризму на пешеходных дистанциях и скалолазанию на призы Деда Мороза «Троеборье»		количества обучающихся для занятий туризмом.	Зимин А.А. Карелин М.В.
18.	Первенство города Рубцовска по спортивному туризму на пешеходных дистанциях	25.-26.01.2025	Повышение спортивного мастерства. Повышение квалификации судей спортивных соревнований по спортивному туризму на пешеходных дистанциях.	Шумаков А.Г. Данилюк И.А. Нестеренко О.В. Ижицкая М.В. Карелин М.В.
19.	Городские соревнования на переходящий кубок «Турнир допризывника», посвященные празднованию Дня защитника Отечества	21.02.2025	Развитие всесторонне развитой личности с помощью разнообразных форм спортивно-массовой работы, Формирование и пропаганда здорового образа жизни.	Ижицкая М.В. Шумаков А.Г. Данилюк И.А. Ижицкая М.В. Нестеренко О.В. Карелин М.В.
20	Соревнования по спортивному ориентированию «Парковое ориентирование»	12.04.2025	Привлечение максимального количества учащихся для занятий спортивным ориентированием.	Шумаков А.Г. Данилюк И.А. Нестеренко О.В. Ижицкая М.В. Зимин А.А. Карелин М.В.
21	Первенство города Рубцовска по спортивному ориентированию «Подснежник 2025»	25 - 27.04. 2025	Закрепление навыков спортивного ориентирования. Экологическое воспитание.	Данилюк И.А. Шумаков А.Г. Нестеренко О.В. Ижицкая М.В. Сергеева С.Н.
22	Городской военно-патриотический слет «Подвиг победителей», посвященный празднованию	16 -18.05. 2025	Формирование у подрастающего поколения умений, необходимых для подготовки к военной	Карелин М.В. Шумаков А.Г. Данилюк И.А. Нестеренко О.В. Ижицкая М.В. Зимин А.А.

	Победы в ВОВ		службе в современных условиях.	
<b>Социально-гуманитарное направление:</b>				
<b>Городские мероприятия:</b>				
23	Городской турнир по ЦСПВ «Витязь»	23-24.11.2024	Популяризация смешанных единоборств среди начинающих спортсменов.	Гамов Е.И. Карелин М.В.
24.	Городской турнир г. Рубцовска по самообороне	30.11.2024	Пропаганда здорового образа жизни, занятиями физической культурой и спортом.	Гамов Е.И. Карелин М.В.
25.	Городской турнир по ЦСПВ «Витязь» по стрельбе пневматического пистолета	14-15.12.2024	Формирование у подрастающего поколения умений, необходимых для подготовки к военной службе в современных условиях.	Гамов Е.И. Карелин М.В.
<b>26.</b>	Городской турнир ЦСПВ «Витязь»  Сдача нормативов на шеврон «Витязь»	24-25.05.2025	Выявление лучших результатов среди спортсменов.	Гамов Е.И. Карелин М.В.

**«Безопасность жизнедеятельности»**

<b>№ п/п</b>	<b>Мероприятия модуля</b>	<b>Ориентировочное время проведения</b>	<b>Ожидаемый результат</b>	<b>Ответственные</b>
1.	Встреча обучающихся с ветеранами ВОВ, воинами – интернационалистами, ветеранами	В течение года	Воспитание полноценного гражданина России. Сохранение связей между воинами разных	Педагоги-организаторы, ПДО

	локальных военных конфликтов		поколений	
2.	Участие в праздничных мероприятиях, посвященных Дню защитника Отечества	В течение года	Воспитание патриота, гражданина, заботящегося о защите интересов Отечества	Педагоги - организаторы, ПДО
3.	Проведение и участие в праздничных концертах для ветеранов ВОВ «Поклонимся великим тем годам»	В течение года	Воспитание детей на идеалах героизма, мужества и подвига российских солдат, формирование активной гражданской и патриотической позиции у воспитанников	Педагоги - организаторы, ПДО
4.	Проведение бесед к юбилейным датам воинской славы	В течение года	Воспитание детей на идеалах героизма, мужества и подвига российских солдат, формирование активной гражданской и патриотической позиции у обучающихся	Педагоги - организаторы, ПДО
5.	Просветительская деятельность по истории города: -Проведение выездных экскурсий - Проведение экскурсий по памятным местам нашего города - Посещение краеведческого музея	В течение года	Изучение истории своего города, развитие у обучающихся чувства гордости за свою малую Родину	Методисты, педагоги - организаторы, ПДО
6.	Привлечение родителей обучающихся к	В течение года	Воспитание чувства патриотизма в детях	Директор, зам. директора по УВР,

	организации и проведению мероприятий по гражданско – патриотическому воспитанию (родительские собрания, конференции, встречи, концерты и др).			Педагоги-организаторы, ПДО
7.	Проведение инструктажей о мерах безопасности при перевозках организованных групп детей	В течение года	Информированность детей и персонала о действиях в условиях чрезвычайных ситуаций	Директор, зам. директора по УВР, Педагоги-организаторы, ПДО
8.	Расширение информационного пространства: обновление содержания информационных стендов «Терроризм - угроза миру», «Школа безопасности», «Правила действия при ЧС» по предупреждению экстремистской деятельности среди обучающихся, размещение материалов по профилактике экстремизма и повышению толерантности на сайтах муниципальных бюджетных	В течение года	Информированность персонала, обучающихся, родителей по вопросам предупреждения экстремистской деятельности среди детей	Директор, зам. директора по УВР, Методисты, педагоги - организаторы, ПДО

	образовательных учреждений			
9.	Проведение мероприятий, приуроченных к следующим датам: 2 апреля - День единения народов; 12 июня - День России; 1 сентября - День памяти жертв Бесланской трагедии; 4 ноября - День народного Единства; 16 ноября - Международный День толерантности; 12 декабря – День Конституции РФ	В течение года	Привитие детям в возрасте от 6 до 18 лет чувства толерантности, патриотизма, высокого уровня информированности об истории, культуре Российской Федерации	Директор, зам. директора по УВР, Методисты, педагоги - организаторы, ПДО
10	Проведение инструктажей о мерах безопасности при перевозках организованных групп детей	В течение года	Информированность детей и персонала о действиях в условиях чрезвычайных ситуаций	Директор, зам. директора по УВР, Педагоги-организаторы, ПДО

### Работа с родителями

№ п/п	Программные мероприятия	Ориентировочное время проведения	Ожидаемый результат	Ответственные
1.	Родительские собрания, встречи. День открытых	Сентябрь 2024	развитие творческого потенциала детей, создание условий для	Директор, зам. директора по УВР,

	дверей - презентация объединений		интенсивной творческой деятельности детей.	ПДО
	Беседа «Как стать другом для своего ребенка»	Декабрь 2024	развитие творческого потенциала детей, создание условий для интенсивной творческой деятельности детей.	ПДО
	Беседа «Подросток и курение. Стадии табакокурения» (с применением презентации)	Март 2025	развитие творческого потенциала детей, создание условий для интенсивной творческой деятельности детей.	ПДО
	Индивидуальное консультирование родителей	в течение года	развитие творческого потенциала детей, создание условий для интенсивной творческой деятельности детей.	ПДО
	Беседа «Безопасность детей на дороге»	В течение года	развитие творческого потенциала детей, создание условий для интенсивной творческой деятельности детей.	ПДО
	Представление информации родителям (законным представителям) обучающихся на официальном сайте учреждения и в социальных сетях	В течение года	создание условий для формирования партнёрских отношений между родителями и детьми	Валетцкая Л.В.

**«Учебное занятие»**

<b>№ п/п</b>	<b>Программные мероприятия</b>	<b>Ориентировочное время проведения</b>	<b>Ожидаемый результат</b>	<b>Ответственные</b>
--------------	--------------------------------	---	----------------------------	----------------------

1.	Беседа, посвящённая жертвам Беслана	сентябрь	Воспитание у обучающихся чувства патриотизма	Карелин М.В.
2.	Беседа на тему «Папа, мама, Я- безопасная семья»	октябрь	Пропаганда семейных ценностей, привитие стремления к формированию безопасного пространства	Карелин М.В.
3.	Беседа, посвященная «Дню Народного Единства»	ноябрь	Пропаганда памятных событий и дат, воспитание чувства патриотизма.	Карелин М.В.
4.	Беседа, посвященная Дням воинской славы: снятию блокады Ленинграда и начала контрнаступления под Москвой.	декабрь	Пропаганда памятных событий и дат, воспитание чувства патриотизма и гордости за подвиги наших воинов и тружеников тыла.	Карелин М.В.
5.	Беседа, посвященная Дню разгрома немецко- фашистских войск под Сталинградом»	февраль	Пропаганда памятных событий и дат, воспитание чувства патриотизма и гордости за подвиги наших воинов и тружеников тыла.	Карелин М.В.
6.	Беседа, посвященная «Дню Защитника Отечества»	февраль	Пропаганда воинской службы.	Карелин М.В.
7.	Беседа, посвященная «Женскому Дню – 8 марта»	март	Привитие обучающимся чувства уважения к мамам и бабушкам, воспитание в юношах достойного отношения к девушкам, пропаганда семейных ценностей.	Карелин М.В.
8	Беседа, посвященная празднованию Дня победы в Великой	май	Пропаганда памятных событий и дат, воспитание чувства патриотизма и гордости	Карелин М.В.

	Отечественной Войне.		за подвиги наших воинов и тружеников тыла.	
9.	Беседа на тему «Безопасное лето»	май	Формировать у обучающихся в единое целое полученные навыки по формированию безопасного пространства в городской и природной среде.	Карелин М.В.