

Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение
Самарской области «Поволжский государственный колледж»
ГБПОУ «ПГК»

ПРИНЯТА

на заседании
педагогического
совета
«28» августа 2026 г.
Протокол №1

СОГЛАСОВАНО

Зам.директора по СВР

«31»

2026

А.О. Короткова/

УТВЕРЖДАЮ

Директор

«31»

2026

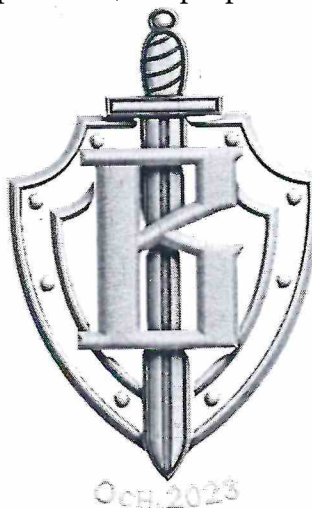
А.В. Шуваткин/

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
СОЦИАЛЬНО-ГУМАНИТАРНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ**

Военно-спортивный клуб «Вымпел»

Возраст: 15-19 лет

Срок реализации программы: 1 год



Педагог дополнительного образования
Степанов Владислав Сергеевич

г. Самара, 2026

Составители: Степанов В.С., Фисенко Ж.В., преподаватели ГБПОУ «ПГК»

Дополнительная общеразвивающая программа военно-спортивный клуб «ВЫМПЕЛ» составлена на основе «Методических рекомендаций по разработке дополнительных общеобразовательных программ» (Приложение к письму министерства и науки Самарской области № МО–16–09–01/826–ТУ), а также Методических рекомендаций по формированию механизмов обновления содержания, методов и технологий обучения в системе дополнительного образования детей, направленных на повышение качества дополнительного образования детей, в том числе включение компонентов, обеспечивающих формирование функциональной грамотности и компетентностей, связанных с эмоциональным, физическим, интеллектуальным, духовным развитием человека, значимых для вхождения Российской Федерации в число десяти ведущих стран мира по качеству общего образования, для реализации приоритетных направлений научно-технологического и культурного развития страны (2023 г).

Содержание программы реализуется в процессе освоения студентами программы подготовки специалистов среднего звена по специальностям колледжа на 1-3 курсах обучения.

Данная программа разработана на основе изучения мнения студентов и направлена на приобретение дополнительных знаний, умений, общих и профессиональных компетенций.

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА..... **Ошибка! Закладка не определена.**
 2. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН **Ошибка! Закладка не определена.**
 3. СОДЕРЖАНИЕ **Ошибка! Закладка не определена.**
 4. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ **Ошибка! Закладка не определена.**
 5. СПИСОК ИСТОЧНИКОВ И ЛИТЕРАТУРЫ**Ошибка! Закладка не определена.**
- ПРИЛОЖЕНИЕ 1. План работы военно-спортивного клуба «ВЫМПЕЛ»

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

дополнительной общеразвивающей программы

военно-спортивный клуб «ВЫМПЕЛ»»

Безопасность жизнедеятельности в современном мире рассматривается как одна из главных проблем человечества. Каждый человек в любой момент может оказаться в чрезвычайной ситуации природного, техногенного или социального характера, в связи с чем встает вопрос о теоретической и практической подготовке к различного рода обстоятельствам. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа военно-спортивный клуб «ВЫМПЕЛ» разработана для обучающихся, стремящихся расширить кругозор в данной области, а также желающих реализовать личностный потенциал через участие в конкурсных мероприятиях различного уровня.

Изучение курса позволяет обучающимся получить систематизированное представление об опасностях, о прогнозировании и поведении в чрезвычайных и опасных ситуациях, оценить влияние последствий этих ситуаций на жизнь и здоровье людей и выработать алгоритмы безопасного поведения с учетом своих возможностей.

Реализация программы военно-спортивного клуба «ВЫМПЕЛ» направлена на формирование у обучающихся навыков по охране труда, правилам поведения обучающихся в образовательном процессе, организации здорового образа жизни, общей физической подготовке; чрезвычайным ситуациям и гражданской обороне, навыков выживания в экстремальных ситуациях; оказания первой помощи; основам туристской подготовки и навыков выживания в природной среде; топографии и ориентирования; начальной военной подготовке; специальной подготовки к участию в соревнованиях.

Направленность программы

Направленность программы военно-спортивного клуба «ВЫМПЕЛ» – физкультурно-спортивная, военно-патриотическая

Новизна программы

Новизна программы в том, что она предназначена для приобретения обучающимися необходимых знаний, ознакомления с научно-техническими и практическими задачами, приобретения навыков самостоятельного решения и практического применения теоретических знаний в различных чрезвычайных ситуациях, оказания первой помощи, расширения кругозора, укрепления здоровья.

Актуальность программы

Актуальность программы заключается в том, что обучающиеся могут применить полученные знания и практический опыт в походах, выживании в

природных условиях, в экстремальных ситуациях, соревнованиях по спортивному туризму, спортивному ориентированию и в соревнованиях разных уровней. Вместе с тем актуальность программы обусловлена также тем, что она ориентирована на создание у обучающихся правильного представления о личной безопасности, на расширение знаний и приобретение практических навыков поведения при попадании в экстремальные ситуации. Программа позволяет подготовить обучающихся к самостоятельным действиям при возникновении чрезвычайных ситуаций.

Отличительные особенности программы

К отличительным особенностям программы можно отнести сочетание практико-ориентированных занятий с различными практическими тренингами. В программу входят разделы по изучению поведения в ЧС, по пожарной безопасности, дорожной безопасности, первой помощи, общей физической подготовке, проведения тематических инструктажей. Программа предусматривает работу в двух направлениях. Обучение теоретическим знаниям (беседы, тренинги, опросы, обсуждения, просмотры обучающих фильмов) и самостоятельная работа: решение ситуативных задач. Развитие практических навыков и применение их в реальной жизни (игр, просмотр обучающих фильмов, компьютерных презентаций, акции).

Педагогическая целесообразность

При реализации данной программ используются различные образовательные технологии, в том числе дистанционные образовательные технологии, электронное обучение, технологии проектного обучения, развивающего обучения, проблемного обучения.

Цель программы:

- создание условий для формирования у обучающихся навыков безопасной жизнедеятельности, патриотизма, лидерских качеств и культуры здорового и безопасного образа жизни;
- формирование умений безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, необходимых для применения в практической деятельности, защиты личного здоровья;
- формирование гражданско-патриотического и толерантного сознания обучающихся, общей культуры, культуры безопасности жизнедеятельности.

Задачи программы:

Образовательные:

- сформировать убеждение в необходимости безопасного и здорового образа жизни;
- сформировать умение применять правила поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;

- сформировать умение оказывать первую медицинскую помощь.

Воспитательные:

- формировать потребность соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;
- воспитывать ответственное отношение к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью как к индивидуальной и общественной ценности.
- формирование осознания нравственного и правового долга, чувства ответственности за свое поведение, его безопасность для самого учащегося и социального окружения;
- формирование навыков здорового образа жизни;

Развивающие:

- приобщать ребенка к здоровому образу жизни и гармонии тела;
- учить формулировать личные понятия о безопасности, анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; обобщать и сравнивать последствия этих ситуаций;
- выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;
- развитие способности аналитически мыслить, оценивать чрезвычайные и иные жизненные ситуации.

Возраст обучающихся: 15–19 лет.

Сроки реализации: 160 часов.

Формы обучения: очная.

Формы организации деятельности: коллективная

Режим занятий: 2 раза в неделю

Ожидаемый результат

Ожидаемыми результатами программы являются:

По окончании реализации программы общими качественными характеристиками в целом можно считать: развитость у обучающихся гражданственности, патриотизма как важнейших духовно-нравственных и социальных ценностей, сформированность профессионально значимых качеств, умений и готовности к их активному проявлению в различных сферах жизни общества, особенно в процессе военной и других, связанных с ней, видов государственной службы, верности конституционному и воинскому долгу в условиях мирного и военного времени, высокой

ответственности и дисциплинированности, «отрыв» от улицы, организацию досуга и навыков, участие в спортивных и культурных мероприятиях района и города, создание единого и сплоченного коллектива, способного оценивать и принимать правильные решения, формирование социальной среды района.

По окончании обучения по программе обучающиеся будут знать:

- нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;
- способы сохранения окружающей природной среды, личного здоровья как индивидуальной и общественной ценности.

Обучающиеся будут иметь представление :

- о необходимости безопасного и здорового образа жизни;
- о правилах поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
- о правильности оказания первой помощи;

Обучающиеся будут уметь:

- приобщаться к здоровому образу жизни и гармонии тела;
- формулировать личные понятия о безопасности, анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций;
- обобщать и сравнивать последствия этих ситуаций;
- выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека.

Критерии и способы определения результативности

Методы отслеживания результативности: защита самостоятельных проектов, участие в соревнованиях, олимпиадах, конференциях.

Формы подведения итогов

При реализации дополнительной образовательной программы используются: тестирование по тематическим блокам, участие в научно-практических конференциях, соревнованиях, подготовка презентаций по выбранным темам, участие в интеллектуальных конкурсах.

2. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

Наименование раздела, темы	Количество часов		
	Теория	Практика	Всего
РАЗДЕЛ 1. «ОСНОВЫ КОМПЛЕКСНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ»			
Тема 1.1. Безопасное поведение на дорогах.	2	4	6
Тема 1.2. Мы — пассажиры	2	6	8
Тема 1.3. Пожарная безопасность и поведение при пожаре	2	6	8
Тема 1.4. Безопасное поведение дома	2	6	8
Тема 1.5. Правила безопасного поведения человека в природе	2	6	8
Тема 1.6. Безопасное поведение в ситуациях криминогенного характера	2	4	6
РАЗДЕЛ 2. ОСНОВЫ ОКАЗАНИЕ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ			
Тема 2.1. Виды ран и их обработка	2	6	8
Тема 2.2. Первая помощь	2	6	8
РАЗДЕЛ 3. «ЧРЕЗВЫЧАЙНЫЕ СИТУАЦИИ»			
Тема 3.1. Защита человека в чрезвычайных ситуациях	2	4	6
Тема 3.2. Основные мероприятия по защите населения.	2	4	6
РАЗДЕЛ 4. АВТОНОМНОЕ СУЩЕСТВОВАНИЕ В ПРИРОДЕ			
Тема 4.1. Вынужденная смена климатогеографических условий	2	4	6
Тема 4.2. Режим выживания	2	4	6
Тема 4.3. Правила поведения при акклиматизации	2	6	8
Тема 4.4. Правила поведения при попадании в ситуацию вынужденной автономии	2	6	8
Тема 4.5. Ориентирование на местности	2	6	8
Тема 4.6. Обеспечение безопасности	2	6	8
РАЗДЕЛ 5. ОБОРОННО-СПОРТИВНАЯ ПОДГОТОВКА			
Тема 5.1. Основы знаний по гражданской обороне	2	6	8
Тема 5.2. Средства индивидуальной и коллективной защиты	2	6	8
Тема 5.3. Основы теории стрельбы	2	6	8
Тема 5.4. Строевая подготовка	2	6	8
РАЗДЕЛ 6. ИСТОРИЯ ОТЕЧЕСТВА			
Тема 6.1. Страницы истории Отечества	2	4	6
Тема 6.2. Патриотическое воспитание	2	4	6
ИТОГО:	44	116	160

2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

РАЗДЕЛ 1. ОСНОВЫ КОМПЛЕКСНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ

Тема 1.1. Безопасное поведение на дорогах

Движение пешеходов по дорогам. Элементы дорог. Дорожная разметка. Перекрестки. Их виды. Переходим дорогу, перекресток. Сигналы светофора и регулировщика. Виды транспортных средств. Специальные транспортные средства. Сигналы, подаваемые водителями транспортных средств. Скорость движения городского транспорта. Состояние дороги, тормозной путь автомобиля. Загородная дорога, движение пешехода по загородной дороге.

Тема 1.2. Мы — пассажиры

Безопасность пассажиров. Обязанности пассажиров. Правила посадки в транспортное средство и высадки из него. Поведение при угрозе и во время аварии. Безопасная поза.

Тема 1.3. Пожарная безопасность и поведение при пожаре

Пожар в общественных местах (колледж, кинотеатр), причина пожаров. Правила поведения при возникновении пожара в общественных местах. Страх, навыки безопасного поведения. Возникновение пожара в общественном транспорте, правила поведения.

Тема 1.4. Безопасное поведение дома

Лифт — наш домашний транспорт. Меры безопасности при пользовании предметами бытовой химии. Профилактика отравлений. Соблюдение мер безопасности при пользовании электрическими приборами в быту. Соблюдение мер безопасности при пользовании газовыми приборами и печным отоплением.

Тема 1.5. Правила безопасного поведения человека в природе

Природные лекарственные средства, ядовитые растения, грибы, первая помощь при укусах насекомых, змей

Тема 1.6. Безопасное поведение в ситуациях криминогенного характера

Правила обеспечения сохранности личных вещей. Защита квартиры (дома) от воров и грабителей: звонок в дверь, звонок (беседа) по телефону. Особенности поведения с незнакомыми людьми: опасные незнакомцы.

Практические занятия: Спортивно-военизированная эстафета «Транспортировка пострадавшего»; надевание противогазов на себя и на пострадавшего («Команда Газы!»), надевание ОЗК, игра «Я - пешеход», игра «Я – велосипедист», игра «Пожарная дружина»

РАЗДЕЛ 2. ОСНОВЫ ОКАЗАНИЕ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ

Тема 2.1. Виды ран и их обработка

Медицинская аптечка (минимальный набор предметов на случай вынужденной автономии) Виды ран и их обработка, кровотечения и способы их остановки, правила наложения жгута, техника наложения стерильных повязок.

Тема 2.2. Первая помощь

Переломы костей, растяжения связок, шины и способы их наложения, ушибы и их последствия, транспортировка человека. Первая помощь при обморожениях и ожогах, первая помощь при солнечном ударе, первая помощь при утоплении. Правила оказания первой помощи в различных ситуациях.

РАЗДЕЛ 3. «ЧРЕЗВЫЧАЙНЫЕ СИТУАЦИИ»

Тема 3.1. Защита человека в чрезвычайных ситуациях

Чрезвычайные ситуации природного происхождения — стихийные бедствия. Примеры стихийных бедствий: тайфуны, ураганы, бури (штормы), смерчи, снегопады, метели, наводнения. Их последствия, мероприятия по защите. Лесные пожары. Действия обучающихся по их предупреждению.

Тема 3.2. Основные мероприятия гражданской обороны по защите населения

Организация оповещения населения о чрезвычайных ситуациях. Примеры содержания речевой информации о чрезвычайных ситуациях.

Практические занятия: Спортивно-военизированная эстафета «Транспортировка пострадавшего»; надевание противогазов на себя и на пострадавшего («Команда Газы!»), надевание ОЗК, игра «Я - пешеход», игра «Я – велосипедист», игра «Пожарная дружина»

РАЗДЕЛ 4. АВТОНОМНОЕ СУЩЕСТВОВАНИЕ В ПРИРОДЕ

Тема 4.1. Вынужденная смена климатогеографических условий

Вынужденное автономное существование. Добровольная автономия. Подача сигналов бедствия.

Тема 4.2. Режим выживания

Температурный режим, режим солнечного воздействия. Режим времени. Питание в лесу. Питьевой режим. Проблемы выживания в условиях голодания.

Тема 4.3. Правила поведения при акклиматизации

Возможные случаи автономного существования. Поиск

местонахождения. Обеспечение водой. Виды костров.

Тема 4.4. Правила поведения при попадании в ситуацию вынужденной автономии

Сигналы бедствия. Сигнальные средства. Обеспечение пищей, выживание в условиях голодания. Обеспечение водой и пути преодоления жажды.

Тема 4.5. Ориентирование на местности

Топографическая карта. Определение расстояний по карте. Определение сторон горизонта. Движение по азимуту.

Тема 4.6. Обеспечение безопасности

Сооружение временного укрытия из подручных средств. Способы приготовления пищи. Передвижение в условиях пересеченной местности. Препятствия, преграды и их преодоление. Групповое снаряжение. Личное снаряжение. Специальное снаряжение. Правила хранения и эксплуатации снаряжения.

Практические занятия: Интерактивная квест-игра «Спасатели», развивающая игра «Топографическая прокладка маршрута», создание теста «Правила безопасного поведения человека в природе», интерактивная игра «Съедобные растения и грибы».

РАЗДЕЛ 5. ОБОРОННО-СПОРТИВНАЯ ПОДГОТОВКА

Тема 5.1. Основы знаний по гражданской обороне

Тема 5.2. Средства индивидуальной и коллективной защиты

Тема 5.3. Основы теории стрельбы

Техника безопасности при нахождении в тире. Теория стрельбы из пневматической винтовки. Устройство автомата Калашникова. Вооружение армии РФ. Военно-тактическая подготовка.

Практические занятия: стрельбы в электронном тире, сборка и разборка автомата Калашникова, снаряжение магазина патронами, тактическая игра на местности, строевая подготовка.

Тема 5.4. Строевая подготовка

Строевые приемы на месте. Строевые приемы в движении. Индивидуальная строевая подготовка. Строевая песня.

РАЗДЕЛ 6. ИСТОРИЯ ОТЕЧЕСТВА

Тема 6.1. Страницы истории Отечества.

Битва при Бородино, Ледовое побоище, великие российские

полководцы, история военных наград в России.

Практические занятия: викторина «История Отечества», интерактивная игра-презентация «Русский полк», игра «Во славу Отечества Российского».

Тема 6.2. Патриотическое воспитание

Патриотическая песня, литературно-музыкальная композиция.

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Материально-технические условия

Для успешной реализации программы необходимо наличие отдельного кабинета, отвечающего всем санитарным нормам и оборудованного интерактивной доской, ноутбуком с колонками. На каждое занятие требуется раздаточный материал. Каждое занятие предваряет информирование образовательных организаций о времени, месте и дате проведения, приглашения также высылаются на личную почту заинтересованных педагогов и обучающихся.

Оборудование:

1. Шкаф для пособий со стеклом - 1 шт.
2. Стол для педагога - 1шт.
3. Стулья ученические - 30 шт.
4. Столы - 15 шт.

Технические средства:

1. Компьютер-1шт.
2. Проектор-1шт.
3. Интерактивная доска -1 шт.
4. Принтер - 1шт.

Дидактический материал:

1. Противогаз -3 шт.
2. Марля медицинская.
3. Вата медицинская.
4. Бинты.
5. Жгут кровоостанавливающий.
6. Носилки.
7. Аптечка.
8. Иллюстративный материал.
9. Карточки.
10. Настольные игры.
11. Презентации.
12. Видеофильмы по ОБЗР.

Методические условия

Образовательный процесс организуется очно на основе следующих методов обучения:

- Наглядно практический
- Частично поисковый
- Исследовательский
- Дискуссионный
- Проблемный

- Проектный

Форма организации образовательного процесса: фронтальная, групповая, парная.

Реализуемые педагогические технологии: группового обучения и коллективного самообучения, проблемного обучения, исследовательской и проектной деятельности, элементы игровой и коммуникативной деятельности.

Каждое занятие состоит из следующих этапов:

1. Вводная беседа, актуализация знаний, настрой на работу
2. Знакомство с новым фактологическим материалом через слово учителя, сопровождающую презентацию, анализ раздаточного материала, решение проблемной задачи
3. Практическое закрепление полученных знаний через анализ готовых проектных или исследовательских работ, а также подготовки индивидуальных работ, их элементов.
4. Подведение итогов, обобщение полученного материала, перспективное планирование

Основные дидактические материалы: план-конспект занятия, мультимедийная презентация, различный раздаточный материал (буклеты, карточки с заданиями, образцы проектных и исследовательских работ и т.п.)

Список литературы

для педагога:

1. Безопасность дорожного движения: Программы для системы дополнительного образования детей / В.А. Лобашкина, Д.Е. Яковлев, Б.О. Хренников и др.; под ред. П.В. Ижевского. - М.: Просвещение, 2009. - 48 с. - (Безопасность дорожного движения).
2. Бочаров Е.А. Ступени обучения выживанию: Программно-методическое пособие для педагогов. - М.: ВЛАДОС, 2008. - 204 с.
3. Дурнев Р.А. Формирование основ культуры безопасности жизнедеятельности обучающихся. 5-11 классы: Методическое пособие. - М.: Дрофа, 2008. - 156 с.
4. Евлахов В.М. Раздаточные материалы по основам безопасности жизнедеятельности. 5-9 классы. - М.: Дрофа, 2006. - 112 с.
5. Методические рекомендации: формирование у детей и подростков навыков безопасного поведения на улицах и дорогах. Для педагогов общеобразовательных учреждений. / Авт.- Козловская Е.А., Козловский Е.А. – М.: Изд. Дом Третий Рим, 2006. – 48 с.
6. Основы безопасности жизнедеятельности: Справочник для обучающихся / А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников, Р.А. Дурнев и др.; под ред. А.Т. Смирнова; Российская академия наук, Издательство «Просвещение». - М.: Просвещение, 2007. - 224 с

7. Профилактика детского дорожно-транспортного травматизма в начальной и средней школе: Уроки, классные часы, внеклассные мероприятия, занятия с родителями / Авт.-сост. В.В. Шумилова, Е.Ф. Таркова. -2-е изд., стереотип. -Волгоград: Учитель, 2008. - 222 с.

8. Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности: сб. заданий для проведения экзамена в 9 классе М.: Просвещение, 2007 г.

9. Твоя безопасность: Как себя вести дома и на улице. Для среднего и старшего дошкольного возраста / К.Ю. Белая, В.Н. Зимонина, Л.А. Кондрыкинская и др. - 6-е изд. - М.: Просвещение, 2008. - 48 с.

для обучающихся:

1. Акимов В.А., Дурнев Р.А., Миронов С.К. Основы безопасности жизнедеятельности. Защита от чрезвычайных ситуаций: энциклопедический справочник. 5 – 11 классы.- М.: Дрофа, 2008.-285с.

2. Большая энциклопедия городского выживания, автор А.М.Ильичев, издательство «Эксмо-пресс» - М.: 2011

3. Вайнер Э.Н. Учиться без ущерба для здоровья: Учебное пособие для обучающихся в 5-8 классах общеобразовательной школы. - Липецк: ЛИРО, 2007. - 104 с.

4. Дурнев Р.А. Формирование основ культуры безопасности жизнедеятельности обучающихся. 5-11 классы: Методическое пособие. - М.: Дрофа, 2008. - 156 с.

5. Основы безопасности жизнедеятельности: Справочник для обучающихся / А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников, Р.А. Дурнев и др.; под ред. А.Т. Смирнова; Российская академия наук, Издательство «Просвещение». - М.: Просвещение, 2007. - 224 с.

6. Профилактика детского дорожно-транспортного травматизма в начальной и средней школе: Уроки, классные часы, внеклассные мероприятия, занятия с родителями / Авт.-сост. В.В. Шумилова, Е.Ф. Таркова. -2-е изд., стереотип. -Волгоград: Учитель, 2008. - 222 с.

7. Твоя безопасность: Как себя вести дома и на улице. Для среднего и старшего дошкольного возраста / К.Ю. Белая, В.Н. Зимонина, Л.А. Кондрыкинская и др. - 6-е изд. - М.: Просвещение, 2008. - 48 с.