

Утвержден приказом директора
МАУ ДО «Спортивная школа №6»
от 06.07.2026 г., №278
Рассмотрен на заседании
педагогического совета МАУ ДО
«Спортивная школа №6»,
протокол от 16.06.2026 №7

**Образовательный проект
МАУ ДО «Спортивная
школа №6»
«Я — гражданин»**

Паспорт проекта

- **Название:** Образовательный проект «Я —гражданин».
- **Тип учреждения:** муниципальное автономное учреждение дополнительного образования «Спортивная школа №6».
- **Целевая аудитория:** учащиеся 7–18 лет, тренеры-преподаватели, родители (законные представители).
- **Срок реализации:** 1 календарный год.

Цель: формирование гражданской идентичности, правовой культуры, патриотизма и неприятия идеологии насилия; развитие навыков безопасного поведения и критического мышления.

Задачи:

- сформировать понимание конституционных прав и обязанностей граждан на РФ;
- развить уважение к многообразию культур, религий, национальностей в России;
- дать базовые знания о правовых основах противодействия экстремизму и терроризму;
- научить распознавать манипулятивные приёмы и вербовку в интернете;
- отработать алгоритмы действий при угрозе теракта и обнаружении подозрительных предметов;
- интегрировать воспитательный компонент в тренировочный процесс через ценности дисциплины, ответственности, взаимопомощи.
-

Нормативно-правовая основа

- Конституция Российской Федерации.
- Федеральный закон от 25.07.2002 № 114-ФЗ «О противодействии экстремистской деятельности».
- Федеральный закон от 06.03.2006 № 35-ФЗ «О противодействии терроризму».
- Стратегия противодействия экстремизму в Российской Федерации до 2025 года.
- Требования к антитеррористической защищённости объектов спорта.

Содержание программы

Модуль 1. Гражданская идентичность и патриотизм (базовый)

Цель: осознание принадлежности к российскому обществу, понимание роли гражданина.

Формы работы:

- тематические беседы «Что значит быть гражданином», «Права и обязанности спортсмена»;
- встречи с ветеранами, участниками СВО, сотрудниками МЧС, полиции;
- экскурсии в музеи, на мемориалы, к памятникам воинской славы;
- участие в городских акциях ко Дню России, Дню народного единства, Дню защитника Отечества, 9 Мая;
- создание «Книги добрых дел» спортивной школы: фиксация волонтерских и общественно полезных инициатив спортсменов.

Интеграция в спорт: обсуждение на тренерских беседах перед соревнованиями: «Спорт — это дисциплина и ответственность перед командой и страной».

Модуль 2. Толерантность, межкультурное взаимодействие и профилактика ксенофобии

Цель: формирование уважительного отношения к многообразию, снижение рисков дискриминации и буллинга на почве национальности/религии.

Формы работы:

- круглые столы «Мы разные, но мы команда»: рассказы спортсменов о своих семьях, традициях, национальных праздниках;
- просмотр и обсуждение документальных фильмов о многонациональной России;
- спортивные эстафеты и турниры дружбы: смешанные команды из разных групп, акцент на ценности взаимопомощи и поддержки;
- разбор кейсов: как реагировать на обидные высказывания, как не допустить эскалации конфликта в раздевалке и на трибунах.

Роль тренера-преподавателя: регулярные короткие «пятиминутки уважения» в начале тренировки: напомнить о правилах уважительного общения, недопустимости оскорблений, важности поддержки каждого члена команды.

Модуль 3. Противодействие терроризму и экстремизму (ключевой)

Цель: сформировать знания об угрозах, навыки распознавания рисков и алгоритмы безопасного поведения.

Теоретический блок

- лекции/беседы с участием представителей правоохранительных органов: «Что такое экстремизм и терроризм с точки зрения закона», «Как вербуют в интернете», «Ответственность несовершеннолетних»;
- разбор реальных ситуаций (без излишней детализации травмирующего контента): как распознать подозрительный предмет, что делать при угрозе, как не стать распространителем запрещённого контента;
- работа с понятиями: «экстремистская символика», «призывы к насилию», «фейки и провокации», «персональные данные и безопасность в сети».

Практический блок

- тренировки по эвакуации и действиям при ЧС (в координации с планом антитеррористической защищённости школы);
- отработка алгоритма «Увидел — не трогай, сообщи взрослому»: сценарии на территории школы, в раздевалках, на трибунах;
- учебные «кейсы» для тренеров-преподавателей: как действовать при обнаружении подозрительного предмета, при поступлении угрозы, при панике в зале.

Цифровая безопасность

- мини-лекции «Цифровая гигиена»: как не попасться на манипуляции, как проверять источники, что нельзя репостить;
- разбор типичных схем вербовки: обещания «лёгких денег», «особой миссии», «круга избранных»;
- памятки для родителей и детей: список признаков риска (резкая смена круга общения, агрессивные высказывания, интерес к запрещённой символике).

Модуль 4. Правовая культура и ответственность

Цель: понимание правовых последствий действий, формирование установки на законопослушное поведение.

Формы работы:

- встречи с юристом/инспектором ПДН: «Административная и уголовная ответственность несовершеннолетних», «Что грозит за участие в несанкционированных акциях, за распространение запрещённого контента»;
- деловые игры «Суд команды»: разбор ситуаций из жизни спортивной школы с точки зрения правил и закона;
- оформление информационного стенда «Знай свои права и обязанности».

Модуль 5. Психологическая устойчивость и конструктивное разрешение конфликтов

Цель: снизить риски радикализации через развитие навыков саморегуляции и мирного решения споров.

Формы работы:

- тренинги по управлению эмоциями и стрессом (совместно с психологом);
- обучение техникам деэскалации: «Как остановить конфликт до драки», «Слова в место агрессии»;
- групповые обсуждения «Как поддержать товарища, если он в кризисе»;
- включение в тренировочный процесс элементов командного взаимодействия, где успех зависит от взаимопомощи, а не от доминирования.

Календарный план (пример на учебный год)

Месяц	Тема/мероприятие	Целевая группа	Ответственные
Сентябрь	Вводный урок «Я-гражданин»: права и обязанности	Учащиеся	Зам. директора по УВР, тренер

Мес яц	Тема/мероприятие	Целевая группа	Ответственные
			ры-преподава тели
Октя брь	Тренировка эвакуации, инструкта ж по действиям при ЧС	Все	Директор, заме стители директора по АХР и УВР, заведующий структурным подразделе нием, тренеры- преподава тели
Ноя брь	Круглый стол «Мы разные — мы команда»	Учащиеся, тренеры- преподава тели	-инструктор- методист
Дека брь	Лекция сотрудника полиции «Противодействие экстремизму»	Учащиеся 12+	Зам.дир по УВР, инспектор ПДН
Янва рь	Мини-тренинг «Цифровая гигиена: как не попасть на крючок»	Учащиеся, родители	Инструктор- методист,трене ры-преподава тели
Фев раль	Акция «Письмо защитнику» + встречи с ветеранами	Учащиеся	Тренеры- преподава тели
Мар т	Разбор кейсов «Как реагировать н а оскорбления и провокации»	Учащиеся	Тренеры- преподава тели
Апр ель	Спортивные «Турниры дружбы»: смешанные команды	Учащиеся	Тренеры- преподава тели
Май	Участие в городских памятных ме роприятиях ко Дню Победы	Учащиеся, родители	Администра ция, тренеры- преподаватели

Мес яц	Тема/мероприятие	Целевая группа	Ответственные
Июн ь	Итоговое занятие «Мои правила безопасности» + выдача памяток	Учащиеся, родители	Тренеры-преподаватели, инструкторы-методисты

Механизмы реализации и роли участников

- **Администрация:** утверждает программу, обеспечивает взаимодействие с правоохранительными органами, организует учения по безопасности, контролирует актуальность документов.
- **Тренеры-преподаватели:** включают воспитательные элементы в план тренировок, проводят короткие беседы, наблюдают за изменениями в поведении спортсменов, своевременно информируют администрацию о рисках.
- **Родители:** участвуют в собраниях, получают памятки, поддерживают единые правила поведения и безопасности дома и в школе.

Ожидаемые результаты

- повышение уровня знаний обучающихся о правах и обязанностях гражданина, об угрозах экстремизма и терроризма;
- снижение числа конфликтов на почве нетерпимости, случаев буллинга и дискриминации;
- сформированные навыки безопасного поведения и алгоритмы действий в чрезвычайных ситуациях;
- укрепление доверительных отношений «тренер-спортсмен», «школа — семья»;
- рост вовлечённости обучающихся в социально значимые акции и волонтерство.

Критерии оценки эффективности

- количество проведённых мероприятий и охват участников;
- результаты анкетирования обучающихся (уровень осведомлённости, отношение к толерантности и безопасности);
- отсутствие зафиксированных случаев экстремистского поведения и конфликтов на почве нетерпимости;
- качество отработки действий при учениях (по отчётам администрации и служб безопасности);
- обратная связь от родителей и тренеров-преподавателей.

Памятка для учащихся «Что делать, если ты увидел подозрительный предмет»

Главное правило

Не трогай, не подходи близко, не пытайся разобраться сам — сразу сообщи взрослому! Твоя безопасность и безопасность других людей — самое важное.

Как понять, что предмет подозрительный

Подозрительным может быть любой предмет, который выглядит неуместно или странно. Обрати внимание на такие признаки:

- бесхозная сумка, пакет, коробка, рюкзак там, где их быть не должно;
- торчащие провода, изолента, скотч, верёвки;
- необычные звуки из предмета — тиканье, щелчки;
- батарейки или элементы питания, прикреплённые к вещи;
- специфический запах, которого раньше не было;
- предмет привязан или закреплён там, где обычно ничего не крепят;
- вещь оставили в спешке, а человек быстро ушёл.

Помни: даже обычная на вид коробка или игрушка могут быть опасны. Если что-то кажется странным — лучше перестраховаться и сообщить.

Что нужно сделать — по шагам

1. **Остановись.** Не подходи ближе и не трогай предмет. Держись на расстоянии не менее 5–10 метров (или как минимум за ближайшей стеной/углом).
2. **Не используй телефон рядом с предметом.** Не фотографируй и не снимай видео возле него. Мобильные устройства могут повлиять на некоторые устройства — это опасно.
3. **Сразу найди взрослого,** которому можно доверять: тренера, администратора, охранника, учителя. Скажи чётко: *«Я нашёл подозрительный предмет. Он лежит [укажи место: в раздевалке, у входа, в коридоре и т. д.]»*.
4. **Назови точное место.** Лучше всего указать ориентиры: «у синей двери», «возле скамейки у выхода», «в углу холла».
5. **Уйди в безопасное место,** но не создавай панику и не беги толпой. Иди спокойно вместе с тренером или другим ответственным взрослым.
6. **Не рассказывай всем подряд.** Не кричи и не рассылай сообщения в чатах. Информацию должны передавать только взрослые — так не будет путаницы и лишней паники.
7. **Делай всё, что скажут взрослые.** Если объявят эвакуацию — следуй указаниям, иди по обозначенным маршрутам, не отставай от группы.

Чего делать нельзя (строго запрещено)

- трогать, двигать, открывать, пинать предмет;
- пытаться разобрать или посмотреть, что внутри;
- заливать водой, засыпать чем-либо, накрывать;

- использовать мобильный телефон, рацию, любые гаджеты рядом с находкой;
- рассказывать о находке всем подряд, выкладывать фото и видео в соцсети;
- возвращаться к предмету после того, как отошёл.

Кому и как сообщать

В спортивной школе сначала обращайся к **тренеру-преподавателю или любому сотруднику спортивной школы**. Если никого нет рядом — позвони по номеру **112** (это единый номер экстренных служб).

Если звонишь на 112, говори коротко и по делу:

- «Здравствуйте, я [имя], нахожусь в спортивной школе [название], город [название]».
- «Я увидел подозрительный предмет: [опиши, что видишь, без лишних деталей]».
- «Предмет находится [точное место]».
- «Рядом люди, но мы отошли на безопасное расстояние».

Если ты видел, кто оставил предмет

Постарайся спокойно запомнить детали, но **не преследуй человека**:

- во что был одет;
- в какую сторону пошёл;
- был ли с кем-то;
- какой транспорт сел (марка, цвет, хотя бы первые цифры номера).

Эту информацию обязательно передай тренеру или сотруднику школы — она очень важна.

Спортивная метафора для запоминания

Представь, что подозрительный предмет — это «красная зона» на соревнованиях: туда заходить нельзя ни при каких условиях. Твоя задача — заметить, обозначить, позвать судью (взрослого) и действовать по правилам. Так ты проявишь не страх, а настоящую дисциплину и ответственность — качества настоящего спортсмена.

Шпаргалка на случай ЧП (можно сохранить в телефоне, не показывая посторонним)

1. Не трогай.
2. Отойди.
3. Не снимай.
4. Скажи тренеру.
5. Делай, что говорят взрослые.

Модуль 1. Гражданская идентичность и патриотизм (8 часов)

1. Беседа-диалог «Что значит быть гражданином» (1 час)

- **Форма:** круг на ковре/скамейках в зале (5 мин ввод, 40 мин обсуждение, 15 мин рефлексия).
- **Для 7–11 лет:** простые примеры: «гражданин — это тот, кто соблюдает правила, помогает другим, бережёт место, где тренируется». Используй карточки с ситуациями: «в раздевалке разбросан мусор», «товарищ упал на д

оружье», «кто-

то кричит и мешает другим». Дети выбирают «поступок гражданина» и объясняют.

- Для 12–18 лет: разбор понятий «права/обязанности», «ответственность перед командой и обществом». Мини-кейс: «спортсмен публично оскорбляет судью в соцсетях». Обсуждаем последствия и альтернативы.
- **Интеграция:** тренер связывает с правилами спортивной этики и дисциплиной на тренировке.

2. Встреча с ветераном/сотрудником МЧС (1,5 часа)

- **Структура:** 30 мин рассказ гостя, 45 мин вопросы от детей (заранее собрать через тренеров), 15 мин совместное фото и «обещание гражданина» (1–2 конкретных действия: «не мусорить», «помогать младшим»).
- **Связь со спортом:** акцент на дисциплине, взаимовыручке, ответственности — качествах, важных и в спорте, и в гражданской позиции.

3. Акция «Книга добрых дел» (2 часа суммарно, дробно)

- **Как проходит:** в течение месяца на стенде/в группе фиксируются добрые поступки команды (помощь тренеру, поддержка новичка, уборка зала). В конце — мини-церемония награждения символическими грамотами.
- **Тренерская роль:** 2–3 короткие «пятиминутки» в начале тренировки (по 5–7 мин) для обсуждения и фиксации дел.

4. Экскурсия в музей/к мемориалу + рефлексия (2,5 часа)

- **Маршрут:** 40–60 мин экскурсия, 20 мин самостоятельная работа по карточкам (записать 2 факта, 1 вопрос, 1 мысль «что я могу сделать сейчас»), 20 мин обсуждение в кругу.
- **Спортивная метафора:** «как мы тренируемся, чтобы стать сильнее, так и общество становится сильнее, когда помнит и уважает прошлое».

5. Участие в городской акции (1 час)

- **Вариант:** День флага, День народного единства, субботник. Дети участвуют в роли волонтеров/помощников организаторов.
- **Рефлексия после:** 10–15 мин в группе: «что было самым важным в этом деле», «как это связано с тем, что мы тренируемся вместе».

Модуль 2. Толерантность и межкультурное взаимодействие (6 часов)

1. Круглый стол «Мы разные, но мы команда» (1,5 часа)

- **Подготовка:** за неделю дети готовят 1 минуту «рассказ о семье/традиции» (можно с фото/предметом).
- **Правила круга:** говорить по очереди, без перебиваний, «я-сообщения» («я уважаю, когда...»).
- **Вывод:** «различия делают команду сильнее, если мы умеем договариваться».

2. Турнир дружбы (2 часа)

- **Формат:** смешанные команды из разных групп, эстафеты с этапами на взаимопомощь (например, «переправа», «слепой проводник», «сбор пазла на время»).

- **После:** обсуждение: «что помогло победить», «какие качества проявились», «как избежать конфликтов в стрессовой ситуации».
- **3. Разбор кейсов «Слова и последствия» (1,5 часа)**
- **Кейсы:** «в раздевалке прозвучало обидное прозвище», «в чате команды кто-то пишет агрессивный комментарий».
- **Методика:** дети предлагают 3 варианта реакции (игнор, сказать «мне неприятно», обратиться к тренеру). Выбираем лучший, тренируем фразы: «Мне неприятно, когда ты так говоришь. Давай без оскорблений».
- **Роль тренера:** закрепить правило «у нас в команде не оскорбляют».
- **4. Просмотр и обсуждение документального ролика (1 час)**
- **Критерии:** короткий (до 20–25 мин), без травмирующего контента, про многонациональную Россию или про спорт как объединяющую силу.
- **Вопросы для обсуждения:** «что общего у героев», «что помогло им преодолеть различия», «как это похоже на нашу команду».

Модуль 3. Противодействие терроризму и экстремизму (10 часов) — ключевой блок

1. Лекция с сотрудником полиции/МЧС (1,5 часа)

- **Темы:** «что такое экстремизм и терроризм по закону», «как вербуют в интернете», «персональные данные и безопасность».
- **Акцент:** не запугивание, а навыки распознавания и алгоритм действий.
- **Практика:** 15–20 мин Q&A, заранее собрать вопросы через тренеров.

2. Тренировка эвакуации и действий при ЧС (2 часа, дважды в год по 1 часу)

- **Сценарий:** учебная тревога, отработка маршрутов, сбор в точке, перекличка.
- **Разбор:** что получилось, что мешало, как улучшить.
- **Для старших:** мини-кейс «в зале паника, люди бегут в разные стороны» — обсудить роль старших спортсменов как помощников тренера.

3. Практикум «Увидел — не трогай, сообщи взрослому» (1,5 часа)

- **Инвентарь:** муляжи (коробка, пакет, рюкзак) в безопасных местах на территории.
- **Алгоритм:** 1) не трогать, 2) отойти на безопасное расстояние, 3) сообщить тренеру/администратору, 4) не распространять слухи.
- **Отработка:** 2–3 сценария с ролями «ребёнок», «тренер», «администратор».

4. Мини-лекция «Цифровая гигиена» (1,5 часа)

- **Темы:** фейки и провокации, репосты, персональные данные, схемы вербовки (обещания «лёгких денег», «особой миссии»).
- **Практика:** разбор 2–3 примеров постов/сообщений (без запрещённой символики, только структура манипуляции).
- **Упражнение:** «3 вопроса перед репостом»: «это правда?», «кому выгодно?», «может ли это кого-то обидеть/подставить?».

5. Кейс-тренинг для тренеров (1 час, отдельно)

- **Цель:** единый алгоритм реагирования на подозрительное поведение/контент.

- **Сценарии:** «ребёнок резко сменил круг общения», «в переписке появляются агрессивные высказывания», «на одежде/в вещах — незнакомая символика».
- **Результат:** чек-лист действий и контакты ответственных (администрация, ПДН, психолог).
- **6. Памятки и инфографика (0,5 часа работы + распространение)**
- **Материалы:** памятка для детей «Что делать, если ты увидел подозрительный предмет», памятка для родителей «На что обратить внимание в поведении ребёнка».
- **Размещение:** стенд, чат родителей, уголок безопасности.

Модуль 4. Правовая культура и ответственность (4 часа)

1. Встреча с инспектором ПДН (1,5 часа)

- **Темы:** административная и уголовная ответственность несовершеннолетних, последствия за участие в несанкционированных акциях, распространение запрещённого контента.
- **Фокус:** не «страшилки», а реальные последствия и альтернативы (волонтерство, спорт, медиашкола).

2. Деловая игра «Суд команды» (1,5 часа)

- **Кейс:** «спортсмен выложил в соцсети фото с символикой, запрещённой законом».
- **Роли:** судья, прокурор, защитник, свидетели, тренер.
- **Итог:** формулируем «правила команды по контенту» (что можно/нельзя, кто проверяет, как действовать при сомнениях).

3. Стенд «Знай свои права и обязанности» (1 час работы)

- **Совместно с детьми:** выбрать 5 прав и 5 обязанностей спортсмена, оформить в виде карточек/плаката.

Модуль 5. Психологическая устойчивость и разрешение конфликтов (4 часа)

1. Тренинг «Управление эмоциями» (1,5 часа)

- **Техники:** дыхание «4–7–8», пауза перед ответом, «я-сообщения».
- **Практика:** ролевые сценки «конфликт в раздевалке», «спор с тренером», «обида на товарища».
- **Спортивная связь:** «как ты управляешь эмоциями перед стартом — так же можно управлять ими в конфликте».

2. Упражнение «Дезэскалация: слова вместо агрессии» (1 час)

- **Фразы-заготовки:** «Мне нужно время подумать», «Давай обсудим спокойно», «Я не хочу ссориться, давай найдём решение».
- **Отработка в парах:** 3–4 сценария, тренер даёт обратную связь.

3. Групповое обсуждение «Как поддержать товарища» (1,5 часа)

- **Формат:** круг, правила безопасности (без имён, без осуждения), карточки с ситуациями («друг стал замкнутым», «у него резкие перепады настроения»).
- **Вывод:** алгоритм помощи: «заметить — поговорить спокойно — рассказать взрослому».

Интеграция в учебно-тренировочный процесс (практические советы тренеру-преподавателю)

- **Начало тренировки:** 5–7 минут — короткая беседа/рефлексия по теме недели (например, «что значит быть ответственным гражданином в команде»).
- **Перерывы:** использовать для мини-кейсов (1 ситуация на 3–5 минут).
- **Конец тренировки:** 3–5 минут — рефлексия: «что сегодня было проявлением уважения/ответственности», «что можно сделать лучше».
- **Соревнования:** перед стартом короткая речь тренера-преподавателя о ценностях дисциплины, честной игры и уважения к соперникам.