

Додаток 1
до навчальної програми курсу
«Основи національного спротиву»
для здобувачів професійної освіти
(пункт 3 розділу II)

**ЗМІСТ НАВЧАЛЬНОЇ ПРОГРАМИ КУРСУ
«Основи національного спротиву»**

**для здобувачів освіти закладів професійної освіти, які навчались за модельною навчальною програмою розробленою
відповідно до Державного стандарту профільної середньої освіти,
яка погоджена Міністерством оборони України (лист від 17.04.2024 № 1/6787-24)
та отримала гриф «Рекомендовано Міністерством освіти і науки України»
відповідно до наказу МОН України від 08.08.2024 № 1116**

№ з/п	Назва модуля / назва теми	Кількість годин	З них: практичні	Очікувані результати навчання. Після вивчення теми здобувач освіти:	Форми та методи організації навчання
1	Модуль 1. Національний спротив	2	0		
1.1	Національний спротив: мета, завдання, складові.	1	0	свідомо обґрунтовує власну роль у системі цивільного захисту; розуміє завдання та складові національного спротиву;	коротка лекція до 15 хв.; кейс-розбір в малих групах; рефлексія та відповіді на проблемні питання.
1.2	Правове регулювання війни. Міжнародне гуманітарне право: норми, реальні кейси порушень.	1	0	знає поняття МГП та відмінність комбатанта від цивільного; аналізує кейси порушень МГП і рішення трибуналів та як вони впливають на сили оборони в більш широкому контексті	пояснення термінів (10 хв.); аналіз 2–3 реальних кейсів; групове обговорення «Хто несе відповідальність?».

№ з/п	Назва модуля / назва теми	Кількість годин	З них: практичні	Очікувані результати навчання. Після вивчення теми здобувач освіти:	Форми та методи організації навчання
				(імідж, побратими, наші полонені); усвідомлює особисту відповідальність за порушення норм.	
2	Модуль 2. Лідерство та планування (теоретичний блок)	3	1		
2.1	Склад і структура Сил оборони України: хто і кому підпорядковується?	2	0	знає порядок підпорядкування та виконання наказів; розрізняє ролі й межі відповідальності сержантського та офіцерського складу; розуміє правові аспекти військового та де про них можна детальніше дізнатися;	лекція-бесіда з прикладами.
2.2	AAR (After Action Review): структура, логіка, впровадження як наскрізний метод курсу.	1	1	розуміє структуру AAR: що було добре / що покращити / що зrobiш інакше; застосовує AAR після кожного практичного блоку курсу; формує ставлення до помилок як ресурсу зростання.	інструктаж зі структури AAR (вводиться одразу, щоб застосовувати далі); наголошення на принципах застосування AAR перегляд відеоматеріалів про AAR практична рефлексія - перший AAR після вступного заняття.
3	Модуль 3. Психологічна підготовка	5	4		

№ з/п	Назва модуля / назва теми	Кількість годин	З них: практичні	Очікувані результати навчання. Після вивчення теми здобувач освіти:	Форми та методи організації навчання
3.1	Класифікація та подолання негативних психічних реакцій (істерика, паніка, агресія, ступор).	1	0	знає ознаки дезадаптивних станів та їх зовнішні прояви; розуміє роль психоемоційної стійкості в умовах стресу; вміє виявляти стани та застосовувати методи подолання.	лекція з елементами тренінгу; аналіз кейсів; практичне моделювання ситуацій.
3.2	Протокол «6П» та алгоритм «ICover», саморегуляція.	2	2	виконує протокол «6П» та алгоритм «ICover»; вміє застосовувати прийоми стабілізації; формує навички психологічної гігієни.	опрацювання протоколу «6П» та алгоритм «ICover» через вправи; рольова гра «Допомога під час шоку»; рефлексія за методом «відкритого мікрофона».
3.3	Етика спілкування з військовослужбовцями.	2	2	знає етичні норми взаємодії з військовими та ветеранами; знає чого не казати ветерану; вміє реагувати при флешбеку або раптовій агресії.	перегляд інтерв'ю з військовими; дискусія «Як не образити добрими намірами?»; рольові ситуації: обидві сторони взаємодії; розбір типових помилок.
4	Модуль 4. Вживання в екстремальних умовах	4	2		
4.1	Автономне забезпечення вогнем, водою та їжею.	2	1	знає типи багать і методи знезараження води; вміє видобувати вогонь і воду різними способами; формує готовність до дій в автономних умовах.	демонстрація способів видобутку вогню; практичні вправи на відкритій місцевості (денний час); командне тренування з очищення води.

№ з/п	Назва модуля / назва теми	Кількість годин	З них: практичні	Очікувані результати навчання. Після вивчення теми здобувач освіти:	Форми та методи організації навчання
4.2	Безпека тимчасового табору та маскування слідів перебування.	2	1	знає правила вибору безпечного місця укриття; вміє облаштовувати укриття з урахуванням маскування; вміє маскувати сліди перебування в різних типах місцевості.	практикум з маскування об'єктів та облаштування укриття; вправа «займи позицію непомітно»; групова оцінка ефективності маскування.
5	Модуль 5. Домедична допомога	9	8		
5.1	Рефреш MARCH: повторення та вирівнювання після шкільного курсу TCCC.	3	3	відтворює етапи MARCH та пояснює логіку кожного; виконує алгоритм самостійно на симуляторі без підказок; виявляє і усуває типові помилки зі шкільного відпрацювання.	швидке повторення алгоритму MARCH (15 хв. теорія); парне відпрацювання на симуляторах; станційний метод: кожна станція - один етап MARCH; AAR: що пам'ятали, що забули, що виправили.
5.2	BLS: серцево-легенева реанімація, утоплення, удушення.	4	4	виконує алгоритм CPR (CAB, 100–120/хв., глибина 5–6 см) без підказок 2 хв.; знає, що при утопленні алгоритм починається з 5 вдихів (гіпоксія - первинна причина); виконує прийом Геймліха для дорослого, вагітної та здійснює самодопомогу;	інструктаж до 15 хв.; відпрацювання на манекені (критерій виходу: 2 хв. без зупинки); відпрацювання сценарію утоплення на манекені; парна вправа: позиція рук Геймліха без тиску, потім - на манекені.

№ з/п	Назва модуля / назва теми	Кількість годин	З них: практичні	Очікувані результати навчання. Після вивчення теми здобувач освіти:	Форми та методи організації навчання
				при втраті свідомості від удушення переходить до CPR.	
5.3	Допомога при невідкладних станах (судоми, інсульт, термічні травми).	2	2	знає ознаки критичних станів; вміє надавати допомогу при судомах, інсульті, перегріві, переохолодженні; формує навички особистої безпеки в польових умовах.	кейс-метод: розбір типових ситуацій; практичне моделювання; пам'ятка-інструкція.
6	Модуль 6. Тактика та інженерні перешкоди	4	4		
6.1	Групова взаємодія у складі «трійок». Лідерство в полі: призначення командира без попередження.	3	3	знає принципи пересування у складі «трійок»; виконує функції командира: збір і підрахунок групи, розподіл ролей, контроль строю; розуміє призначення строю як інструменту управління; проходить ротацію командирів на кожному польовому занятті.	призначення командира без попередження на початку кожного польового заняття; вправи на координацію «трійок»; стрій і підрахунок — обов'язковий елемент кожного виходу; AAR після кожного виконання.
6.2	Хімічна загроза.	1	1	знає ознаки хімічної загрози і базові дії захисту.	-
7	Модуль 7. Навігація, зв'язок та інженерія	5	4		

№ з/п	Назва модуля / назва теми	Кількість годин	З них: практичні	Очікувані результати навчання. Після вивчення теми здобувач освіти:	Форми та методи організації навчання
7.1	Орієнтування: компас, паперова карта, офлайн- навігація.	2	2	визначає азимут і рухається за ним 200 м з відхиленням не більше 10 м; знаходить місцезнаходження на паперовій топографічній карті; читає рельєф за горизонталями і вимірює відстань за масштабом; відкриває карти MilChat та підтримує роботу без доступу до Інтернету; зчитує й передає координати у форматі для радіозв'язку	практична робота з компасом і картою на місцевості; завдання: знайти місцезнаходження за картою; завантаження офлайн-карти, навігація без інтернету; вправа: зчитати координати та передати їх у форматі для радіозв'язку
7.2	Радіозв'язок: налаштування, радіодисципліна, формати передачі повідомлень.	2	2	вміє налаштовувати рацію та дотримуватися радіодисципліни; передає повідомлення за форматами SALUTE, 3D; вміє передати координати і доповісти про контакт.	ознайомлення з типами радіостанцій (10 хв.); модельовання радіообміну в групі; вправа: доповідь у форматі 3D / SALUTE під часовим тиском; практикум відновлення спотвореного повідомлення.
7.3	РЕБ та радіолокатори: логіка застосування, кейси 2024–2026.	1	0	розуміє логіку РЕБ: чому телефон небезпечний на позиції; знає як РЕБ впливає на БПЛА і зв'язок; аналізує зміни тактики FPV у 2024–2026 у відповідь на РЕБ.	коротка лекція: логіка, не специфікації (20 хв.); обговорення кейсів із відкритих джерел; дискусія: що змінилося за останні 2 роки.

№ з/п	Назва модуля / назва теми	Кількість годин	З них: практичні	Очікувані результати навчання. Після вивчення теми здобувач освіти:	Форми та методи організації навчання
8	Модуль 8. БПЛА та протидія дронам	4	3		
8.1	БПЛА: типи, призначення, загрози. Правила поведінки при виявленні ворожого дрона.	2	1	розрізняє типи БПЛА (мультиротори, FPV, крила) та їх призначення; знає базові правила поведінки при виявленні ворожого дрона над позицією; розуміє можливості та обмеження БПЛА для розвідки і логістики; усвідомлює загрозу FPV-дрона і алгоритм дій.	ознайомлення з типами БПЛА (10 хв.); демонстрація відео реального застосування; кейс-розбір: «дрон над позицією - що робиш»; обговорення правил поведінки.
8.2	Основи пілотування БПЛА. Симулятор для цивільних коптерів та FPV.	2	2	виконує базові вправи на симуляторі цивільного коптера; виконує базові вправи на симуляторі FPV; знає правила польоту та заборонені зони; вміє підготувати апарат до польоту за інструкцією.	базові вправи на симуляторі цивільного коптера; базові вправи на симуляторі FPV; вивчення інструкції по експлуатації; практичні польоти за заданим маршрутом (якщо є обладнання).
9	Модуль 9. Вогнева підготовка	5	5		
9.1	Правила поводження зі зброєю, будова та розкладання. Рефреш після шкільного курсу.	1	1	відтворює заходи безпеки при поводженні зі зброєю; виконує розкладання і складання зброї самостійно;	рефреш: повторення заходів безпеки (10 хв.); практичне розкладання/складання;

№ з/п	Назва модуля / назва теми	Кількість годин	З них: практичні	Очікувані результати навчання. Після вивчення теми здобувач освіти:	Форми та методи організації навчання
				знає порядок зберігання зброї та боєприпасів.	перевірка засвоєння через демонстрацію.
9.2	Стрілецькі тренування: маніпуляції зі зброєю, стрільба з різних положень.	4	4	демонструє безпечне поводження зі зброєю під час пересування; виконує техніку стрільби з різних положень (стоячи, з коліна, лежачи); виявляє і усуває несправності при стрільбі.	демонстрація способів носіння та положень для стрільби; стрілецькі тренування – маніпуляції зі зброєю; навчання стрільби із застосуванням навчально-тренувальних засобів (лазертаг, симулятор тир); визначення та виправлення несправностей.
10	Модуль 10. Професійна орієнтація в межах сил оборони	2	2		
10.1	Аналіз власної спеціальності через призму оборонних потреб.	2	2	аналізує власну спеціальність і виокремлює навички, затребувані в системі оборони; знає принцип подвійного застосування цивільного фаху; визначає конкретні військові ролі, посади або добровольчі функції, де його спеціальність є перевагою; розуміє які додаткові компетентності потрібні для переходу від цивільної до оборонної ролі;	коротке введення викладача: принцип dual use (10 хв.) кожна цивільна спеціальність має відповідник в обороні; індивідуальна вправа «Карта мого фаху»: здобувач освіти самостійно заповнює 3 колонки – що вмію, де це потрібне в обороні, що треба додатково освоїти; малі групи за суміжними спеціальностями: обмін картами, доповнення одне одного;

№ з/п	Назва модуля / назва теми	Кількість годин	З них: практичні	Очікувані результати навчання. Після вивчення теми здобувач освіти:	Форми та методи організації навчання
					презентація 2–3 груп перед аудиторією;
11	Модуль 11. Підсумкове оцінювання	2	2		
11.1	Комплексний наскрізний сценарій: медицина + тактика + зв'язок + орієнтування.	2	2	діє в умовах комплексної кризової ситуації без підказки щодо «теми»; надає допомогу, евакуює, передає координати, виконує роль командира або підлеглого; демонструє інтегроване застосування навичок курсу.	сценарій без попередження – двоє постраждалих, евакуація, зв'язок; оцінювання за критеріями «знати– вміти–діяти»; взаємооцінювання в групі.
РАЗОМ:		45	36		

