

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

«ДВОРЕЦ ДЕТСКОГО (ЮНОШЕСКОГО) ТВОРЧЕСТВА  
ВСЕВОЛОЖСКОГО РАЙОНА»

«ПРИНЯТО»

На заседании экспертно-  
методического совета  
протокол № 1  
от «30» августа 2017 г.

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор   
приказ № 431  
от «30» августа 2017 г.



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
«ЯХТИНГ, ПАРУСНОЕ ДЕЛО»

Автор (составитель): **Заборщиков Виктор Васильевич**

Направленность программы: техническая

Возраст детей, осваивающих программу: 11-17 лет

Срок реализации программы: 3 года

Всеволожск

2017

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

### Нормативно-правовая база

Дополнительная общеразвивающая программа технической направленности «Яхтинг, парусное дело» разработана на основе:

- Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» (№ 273-ФЗ от 29.12.12);
- Концепции развития дополнительного образования детей в Российской Федерации до 2020 года (№ 1726-р от 04.09.14);
- Приказа Министерства образования и науки РФ «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (№ 1008 от 29.08.13);
- Санитарно-эпидемиологических требований к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей (СанПиН 2.4.4.3172-14);
- Приоритетного проекта «Доступное дополнительное образование для детей» (протокол заседания президиума Совета при Президенте РФ от 30.11.2016 г. № 11);
- Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (№ 996-р от 29.05.15);
- Государственной программы «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации на 2016-2020 гг.» (№ 1493 от 30.12.15);
- Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 года (№ 1101 от 07.08.09);
- Концепции общенациональной системы выявления и развития молодых талантов (№ Пр-827 от 03.07.12);
- Постановления Правительства РФ «Об утверждении Правил выявления детей, проявивших выдающиеся способности, сопровождения и мониторинга их дальнейшего развития» (№ 1239 от 17.11.15);
- Программы развития воспитания в Ленинградской области до 2020 года (№ 167-р от 25.01.17).
- Устава МБОУДО ДДЮТ;
- Положения о дополнительных общеразвивающих программах, реализуемых в МБОУДО ДДЮТ.

### Актуальность программы

Программа «Яхтинг, парусное дело» вводит учащихся в мир парусного спорта, морских путешествий. Программа предусматривает развитие таких качеств как ответственность, коллективизм, стойкость, умение преодолевать трудности работы в море.

Учащиеся приобретают навыки спортивных состязаний, опыт работы в коллективе, умение выслушивать, воспринимать и выполнять требования руководителей, судей и товарищей.

Летний отдых, морской воздух, много солнца, новые необычные впечатления, рыбалка, здоровый образ жизни, романтика – все это просто необходимо для школьника, как психологическая разрядка в век высоких технологий.

**Программа реализуется в ДДЮТ с 2013 года для подготовки и участия в регате, посвященной дню ВМФ или в регате «Orange Race» Международного Ораниенбаумского Морского фестиваля.**

#### **Отличительные особенности**

Занятия по программе «Яхтинг, парусное дело» имеют своей целью развитие интереса к морскому делу, родному краю, туризму, парусному спорту, привитие любви к морю и морским профессиям, дать юным яхтсменам знания и навыки яхтенного рулевого. Парусное дело и парусный спорт требует от подростка полной сосредоточенности и естественное желание проявить себя максимально. В этом виде деятельности требуются не только физическая подготовка и определенные теоретические знания, но и выдержка, смелость, решительность, умение жить и работать в коллективе. Учащиеся учатся правильно работать с инструментами и знать правила техники безопасности при проведении ремонтных работ на яхте и построении моделей яхт.

В программе предусмотрено обучение правильной работе с инструментами при ремонте и изготовлении рангоута, стоячего и бегучего такелажа яхты, при постройке корпуса парусного судна, знанию правил техники безопасности при проведении судоремонтных и строительных работ, изучению вопросов проектирования и изготовления парусного вооружения яхты, проектирования и постройки парусных судов.

В программе также предусмотрено изучение энергетики и электрооборудования яхты, изучение методов правильной работы с инструментами при проведении технического обслуживания оборудования яхты, правил техники безопасности при проведении этих работ.

Теоретический курс, практические занятия и тренировки, а также летняя плавательная практика на яхте, участие в регатах и морских походах даёт возможность подготовить яхтсменов для крейсерских яхт.

Это позволит по окончании обучения участвовать в одной из регат ежегодного Ораниенбаумского морского фестиваля, в походах в пределах территориальных вод РФ.

Приобретённые знания и умения по программе «ЯХТИНГ, парусное дело», являются первой ступенью при обучении на специальном курсе «Судоводитель Маломерного Судна».

Автор программы - педагог дополнительного образования, яхтенный капитан, спасатель МЧС, имеет допуск и опыт самостоятельного управления

парусными судами с площадью парусов до 60 кв. м, участник регат и дальних морских походов, строитель морских парусных судов.

Методическую помощь при составлении программы оказали специалисты УТЦ (учебно-тренировочный центра) ГУ МРФ им. адм. С.О. Макарова.

**Цель и задачи программы:**

Создание условий для самопознания и самореализации личности, формирование гражданской позиции путем приобщения к общественным ценностям и нравственным нормам посредством обучения парусному делу.

**Воспитательные:**

- популяризация парусного спорта и повышение интереса к морскому делу, к приобретению и совершенствованию знаний, умений и навыков;
- приобщение к спортивным играм, к здоровому образу жизни, туризму;
- решение проблем социализации, адаптации и личностного роста подростков, формирование умения общаться в коллективе;
- воспитывать в детях чувство коллективизма, взаимовыручки и взаимопомощи;
- воспитание спортивных, волевых качеств.

**Развивающие:**

- развитие чувства патриотизма в процессе изучения истории и традиций флота России;
- развитие устойчивого интереса к морскому делу, парусному спорту;
- общефизическое развитие;
- мотивация обучающихся на здоровый образ жизни и туризм.

**Обучающие:**

- ознакомить с физическими основами плавания парусных судов, с принципами их устройства и действия, научить школьников строить простейшие модели;
- дать первоначальные сведения по истории мореплавания, краеведению, парусному спорту;
- познакомить с основными этапами развития парусного флота, строительства и модернизации системы обороны Санкт-Петербурга с моря;
- закреплять и расширять знания, умения и навыки, полученные на уроках по ОБЖ, истории, физике;
- научить основам судостроения, судоремонта и судовождения;
- ознакомить с гидромеханикой и аэродинамикой катамаранов (силами, действующие на яхту), с принципами устройства парусного вооружения катамаранов (преодоление этих сил конструктивными методами);

- научить правилам эксплуатации и технического обслуживания ПЛМ (подвесного лодочного мотора);
- ознакомить с электротехникой в объеме технического обслуживания электрооборудования 12В;
- научить правилам эксплуатации и технического обслуживания электрооборудования яхты.

**Сроки реализации образовательной программы:** 3 года (1-й год обучения – 144 часа, 2-й год обучения -144 часов, 3-й год обучения – 144 часа)

**Возраст учащихся:** 11-17 лет

**Наполняемость группы:** 8-12 человек (1-ый год обучения – 12 человек; 2-ой год обучения – 10-12 человек; 3-ий год обучения – 8-10 человек)

**Режим занятий:** на первом этапе обучения групповые занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 часа, 2 часа в неделю - индивидуальная работа.

**Форма обучения:** очная

**Формы организации образовательной деятельности учащихся:** групповая, индивидуальная.

**Формы занятий:** учебное занятие, тренировка, экскурсия.

**Условия реализации программы**

Необходимым условием для реализации программы является наличие:

- оборудованного учебного класса,
- учебная литература,
- модели,
- материальная часть яхты,
- паруса,
- учебное парусное судно,
- гребная лодка,
- спасательные средства,
- комплекты туристического снаряжения,
- финансирование,
- телевизор;
- видеомагнитофон;
- ноутбук;
- комплект дисков и кассет с морской тематикой,
- наглядные пособия,
- плакаты, стенды,
- справочники,
- энциклопедии,
- учебные приборы.

Одним из условий успешного достижения целей и задач является создание в детском коллективе доброжелательной товарищеской обстановки, что способствует развитию индивидуальных качеств каждого учащегося.

Другим условием является применение педагогом личностно-ориентированного подхода в процессе обучения.

### **Планируемые результаты:**

В результате обучения в кружке в течение полного курса по программе обучения предполагается, что учащиеся

#### **должны знать:**

- Историю развития флота России;
- Основные морские термины;
- Устройство и вооружение парусных судов;
- Основные обязанности шкотового матроса и рулевого парусной яхты;
- Управление яхтой под двигателем и под парусом;
- Такелажное дело;
- Как должен действовать яхтсмен в экстремальных ситуациях;
- Правила и меры безопасности на воде;
- Инструкция по мерам безопасности на воде и при высадке на берег;
- Основы первой медицинской помощи и гигиену яхтсмена;
- Основы здорового образа жизни (ЗОЖ);
- Основы экологических знаний и умений;
- Особенности выживания в походах;
- Историю родного края

#### **должны уметь:**

- Ставить и убирать паруса;
- Изготавливать модели судов;
- Ремонтировать паруса;
- Работать с картами, компасом, штурманскими приборами и инструментами;
- Ориентироваться на местности;
- Ходить на вёслах на гребной лодке;
- Вязать морские узлы;
- Производить судовые ремонтные работы;
- Выполнять команды при швартовках.

### **Система оценки результатов освоения программы**

Оценка знаний и умений проводится в форме экспресс-опросов, бесед, зачетов, и зачетов во время плавательных практик.

Высшей оценкой готовности и теоретической зрелости учащихся к исполнению своих обязанностей является сдача специальных зачётов на допуск и участие:

- а) в летней плавательной практике на парусном морском катамаране;
- б) участие в Ораниенбаумских регатах шкотовым матросом по судовой роли;
- в) участие в дальнем походе рулевым по судовой роли.

## Аттестация

Программой предусмотрено, что в процессе обучения проводится текущий контроль знаний и умений, а в конце программы учащиеся сдают «Зачёт» по всему курсу и допускаются к практическим занятиям по подготовке к яхтенным регатам ежегодного Ораниенбаумского морского фестиваля.

### Учебно-тематический план 1 й год обучения

| № п/п | Разделы и содержание учебного плана.                    | Всего      | Теория    | Практика   | Форма контроля, промежуточной аттестации |
|-------|---|------------|-----------|------------|--|
| 1.    | Инструктаж по ТБ. Вводный урок. История развития флота. | 2          | 2         | 0          |  |
| 2.    | Кронштадтские форты и их роль в обороне С.-Петербурга   | 2          | 2         | 0          |  |
| 3.    | Право управления парусным судном                        | 2          | 2         | 0          |  |
| 4.    | Школа яхтенного рулевого                                | 25         | 14        | 11         |  |
| 5.    | Судомоделизм  | 30         | 6         | 24         |  |
| 6.    | Такелажное дело   | 26         | 3         | 23         | Обобщающее занятие                       |
| 7.    | Международный флажный свод сигналов, флажный семафор    | 2          | 1         | 1          |  |
| 8.    | Кораблевождение   | 6          | 3         | 3          | опрос                                    |
| 9.    | Правила соревнований по парусному спорту                | 2          | 1         | 1          | опрос                                    |
| 10.   | Медицинская подготовка и гигиена яхтсмена.              | 4          | 2         | 2          |  |
| 11.   | Правила безопасности на воде.                           | 3          | 1         | 2          |  |
| 12.   | ОФП – общефизическая подготовка                         | 18         | 0         | 18         |  |
| 13.   | Спортивное ориентирование                               | 8          | 0         | 8          |  |
| 14.   | Основы туристской подготовки                            | 10         | 0         | 10         | тестирование                             |
| 15.   | Зачёт по всему курсу                                    | 4          | 2         | 2          | зачет                                    |
|       | <b>Всего по разделу:</b>                                | <b>144</b> | <b>41</b> | <b>103</b> |  |

### 2-й год обучения

| № п/п | Разделы и содержание учебного плана.   | Всего | Теория | Практика | Форма контроля, промежуточной аттестации |
|-------|--|-------|--------|----------|--|
| 1.    | Инструктаж по ТБ. Вводный урок. История развития флота в советский период и в период новейшей истории. | 3     | 3      | 0        |  |

|     |  |            |           |           |                    |
|-----|--|------------|-----------|-----------|--------------------|
| 2.  | Кронштадтские форты и их роль в обороне Ленинграда в период Великой Отечественной войны. Состояние фортов в настоящее время. | 3          | 3         | 0         | опрос              |
| 3.  | Право управления парусным судном   | 3          | 1         | 2         |                    |
| 4.  | Школа яхтенного рулевого   | 11         | 7         | 4         |                    |
| 5.  | Судовые работы   | 16         | 9         | 7         | Обобщающее занятие |
| 6.  | Такелажное дело  | 22         | 5         | 17        |                    |
| 7.  | Основы радиосвязи на УКВ   | 6          | 2         | 4         |                    |
| 8.  | Кораблевождение  | 28         | 9         | 19        |                    |
| 9.  | Правила соревнований по парусному спорту   | 3          | 2         | 1         |                    |
| 10. | Медицинская подготовка и гигиена яхтсмена.   | 6          | 3         | 3         |                    |
| 11. | Правила безопасности на воде.  | 3          | 1         | 2         | тестирование       |
| 12. | ОФП – общефизическая подготовка  | 16         | 0         | 16        |                    |
| 13. | Спортивное ориентирование  | 10         | 0         | 10        |                    |
| 14. | Основы туристской подготовки   | 10         | 0         | 10        |                    |
| 15. | Зачёт по всему курсу   | 4          | 2         | 2         | зачет              |
|     | <b>Всего по разделу</b>  | <b>144</b> | <b>47</b> | <b>97</b> |                    |

### 3-й год обучения

| № п/п | Разделы и содержание учебного плана.   | Всего | Теория | Практика | Форма контроля, промежуточной аттестации |
|-------|--|-------|--------|----------|--|
| 1     | Инструктаж по ТБ. Вводный урок. Право управления парусным судном                   | 4     | 4      | 0        |  |
| 2     | Школа яхтенного рулевого   | 12    | 8      | 4        |  |
| 3.1   | Эксплуатация яхты, ремонтные работы по рангоуту и такелажу. Ремонт и пошив парусов | 13    | 1      | 12       |  |
| 3.2   | Эксплуатация яхты, ремонтные работы по корпусу, судостроительные работы.           | 11    | 1      | 10       |  |
| 3.3   | Эксплуатация, техническое обслуживание двигателя и электрооборудования яхты.       | 12    | 3      | 9        |  |
| 4.    | Такелажное дело  | 20    | 0      | 20       | Обобщающее занятие                       |
| 5.    | Кораблевождение  | 16    | 8      | 8        | Обобщающее                               |

|     |  |            |           |            |           |
|-----|--|------------|-----------|------------|-----------|
|     |  |            |           |            | е занятие |
| 6.  | Правила соревнований по парусному спорту   | 4          | 2         | 2          |           |
| 7.  | Основы радиосвязи на УКВ                   | 4          | 2         | 2          |           |
| 8.  | Медицинская подготовка и гигиена яхтсмена. | 4          | 2         | 2          | опрос     |
| 9.  | Правила безопасности на воде.              | 4          | 2         | 2          | опрос     |
| 10. | Основы туристской подготовки               | 12         | 0         | 12         |           |
| 11. | Основы физической подготовки               | 24         | 0         | 24         |           |
| 12. | Зачёт по всему курсу                       | 4          | 2         | 2          |           |
|     | <b>Всего по разделу</b>                    | <b>144</b> | <b>35</b> | <b>109</b> |           |

# Содержание программы

## 1-й год обучения

### **1. Введение (2 часа).**

Инструктаж по ТБ. Вводный урок.

История развития флота Первые парусные суда и их вооружение. Парусные суда древней Руси. Поморские кочи и лодьи.

### **2. Кронштадтские форты и их роль в обороне С.-Петербурга (2 часа).**

Теория - Биография Петра Великого. Морские игры молодого Царя. Строительство Русского Великие Победы Петровского Флота. Основание С.-Петербурга в 1703 году. Необходимость защиты Петербурга с моря. Строительство форта «Кроншлот» зимой 1703-1704 года

### **3. Право управления парусным судном (2 часа).**

Теория - Подготовка судоводителей маломерных судов в РФ. Особенности подготовки яхтсменов. Яхтклубы, стоянки яхт.

### **4. Школа яхтенного рулевого (25 часов).**

Теория - Основные типы парусных яхт и их классификация. Устройство корпуса яхты. Техническое вооружение яхты. Двигатель. Электрооборудование. Навигационное оборудование. Шкотовые лебедки. Рангоут и стоячий такелаж. Бегучий такелаж. Паруса и их части. Дельные вещи и оборудование яхты. Дополнительные и штормовые паруса. Снабжение парусной яхты.

Практика – Основные командные слова при управлении яхтой. Отработка маневров на макетах яхт. Отход от причала. Постановка парусов. Управление рулем, управление швертом. Швартовка к причалу, уборка парусов.

### **5. Судомоделизм (30 часов).**

Теория - Проектирование и постройка судомоделей. Технология изготовления отдельных частей модели. Сборка, покраска, парусное вооружение.

Практика - Практика изготовления судомоделей. Изготовление корпуса яхты. Изготовление отдельных частей модели. Сборка, покраска, парусное вооружение. Изготовление макетов яхт из пластилина и бумаги для отработки в учебном классе практических навыков управления яхтой.

### **6. Такелажное дело (26 часов).**

Теория - Такелажные работы на яхте. Морские узлы их применение в парусном деле. Фалы, шкоты.

Практика - Вязание морских узлов. Штыки, беседочный, шкотовый, ткацкий, прямой, рифовый, встречный, восьмерка, встречная восьмерка, петля-восьмерка, рыбацкая петля, бабочка, простая марка. Фалы, шкоты – крепление на утку, стопор. Проводка фалов и шкотов через блоки.

### **7. Международный флажный свод сигналов, флажный семафор (2 часа).**

Теория - Флаги международного свода и их значение, правила несения флагов на яхте. Организация наблюдения и связи на яхте.

Практика - Флажный семафор.

#### **8. Кораблевождение (6 часов).**

Теория - Навигация - Морские карты, штурманский инструмент. Магнитный компас, румбы, градусы. Пеленг, курсовой угол. Ходовые огни, расположение на яхте, правила несения ходовых огней.

Практика – Определение места в море. Определение курса по карте. Прокладка генерального курса. Взятие пеленга. Движение по магнитному компасу.

#### **9. Правила соревнований по парусному спорту (2 часа).**

Теория - Подготовка яхты к регате. Старт и финиш.

Практика – Отработка старта и финиша на макетах яхт.

#### **10. Медицинская подготовка и гигиена яхтсмена (4 часа).**

Теория – Походная аптечка. Обработка ран. Искусственное дыхание. Личная гигиена и самоконтроль яхтсмена, меры по предупреждению морской болезни,

Практика - Определение необходимости искусственного дыхания, отработка проведения искусственного дыхания. Обработка ран, накладывание повязок и жгутов.

#### **11. Правила безопасности на воде (3 часа).**

Теория - Инструктаж по технике безопасности в морских походах, при высадке на берег. Меры предупреждения переутомления яхтсменов.

Практика - Отработка правил безопасности на воде, при высадке на берег.

#### **12. ОФП – общефизическая подготовка (18 часов).**

Практика - Спортивные игры - волейбол, футбол – как социальный тренинг умения работать в команде и психологическая подготовка к работе в море. Специальные упражнения по преодолению морской болезни.

#### **13. Спортивное ориентирование (8 часов).**

Практика - Умение работать с картами на местности, топография. Движение по пересеченной местности на лыжах и бегом.

#### **14. ОТП - Основы туристской подготовки (10 часов).**

Практика - Туристские навыки, применительно к походной жизни на яхте. Умение стойко переносить холод и высокую влажность. Подготовка продуктов, спальных принадлежностей для походов. Работа с канатами и тросами в спортзале. Правила подхода к берегу и схода на берег. Правила постановки лагеря, установка палаток, тентов, гальюна. Разведение огня и приготовление пищи. Правила пользования водой. Экологическая обстановка в районе и природоохрана.

#### **15. Зачет по всему курсу (4 часа).**

## **2-й год обучения**

### **1. Введение (3 часа).**

Инструктаж по ТБ. Вводный урок.

Эпоха великих географических открытий. Парусные суда 16-19 веков

Современные крейсерские яхты и их вооружение. Кругосветные гонки: «Уитбред», «Вольворейс».

## **2. Кронштадтские форты и их роль в обороне С.-Петербурга (3 часа).**

Теория - Строительство форта «Цитадель» и других южных фортов. Строительство северных фортов. Модернизация фортов. Роль крепости Кронштадт в Великой Отечественной войне.

## **3. Право управления парусным судном (3 часа).**

Теория - Обеспечение безопасности на воде. ГИМС МЧС РФ.

## **4. Школа яхтенного рулевого (11 часов)**

Теория - Теория паруса. Силы действующие на паруса яхты. Увеличение подъемной силы паруса. Истинный и вымпельный ветер. Курс относительно ветра. Центр парусности. Сила бокового сопротивления и центр бокового сопротивления. Прогноз погоды, барометр, местные признаки, дневник погоды.

Практика – Отработка маневров на макетах яхт. Управление яхтой на полных курсах, поворот через фордевинд. Острые курсы и лавировка, поворот «оверштаг». Обгон и расхождение яхт. Преимущество правого галса. Ведение дневника погоды. Наблюдение местных признаков изменения погоды.

## **5. Судовые работы (16 часов).**

Теория - Судовые работы – осмотр, и ремонт корпуса яхты. Судовые работы - дельные вещи, установка и их использование. Судовые работы – осмотр, дефектация и ремонт рангоута и такелажа. Судовые работы – осмотр и дефектация парусов. Ремонт парусов. Боцманский шов. Судовые работы – косметический ремонт кают, систем жизнеобеспечения. Изготовление и подготовка спальных мест. Подготовка яхты к спуску на воду. Уход за яхтой во время навигации, подъем яхты на зимнюю стоянку. Хранение парусов и другого имущества. Особенности ремонта на воде и в море.

Практика - Ремонт парусов – боцманский шов. Простые работы по ремонту парусов.

## **6. Такелажное дело (22 часа).**

Теория - Такелажные работы на яхте. Тросы: структура тросов, крепость тросов. Инструмент для такелажных работ. Применение морских узлов в парусном деле.

Практика – Вязание сложных морских узлов - двойной беседочный, английская шнуровка, мягкий талреп. Крепление швартовов на утку, кнехт, привязка швартовов к палу, дереву, камню. Отработка разных способов завязывания морских узлов.

## **7. Основы радиосвязи на УКВ (6 часов).**

Теория - УКВ – связь, радиостанции, частоты, каналы связи. Правила ведения переговоров по радиосвязи в Российских территориальных водах и при посещении иностранных государств

Практика – Азбука Морзе, аварийные сигналы SOS и «MAYDAY» .

## **8. Кораблевождение (28 часов).**

Теория - Прокладка и определение места яхты в море. Дрейф. Течение. Разметка фарватеров, правила пересечения фарватеров, меры безопасности

при нахождении на фарватерах и их пересечении. Лаг, ручной лаг. Эхолот, ручной лот, футшток. Лоция морей – маяки, створные знаки, буи, вехи. Лоция – плавучие предостерегательные знаки. Движение в районах, обозначенных плавучими предостерегательными знаками. Ходовые огни, расположение на яхте, правила несения ходовых огней.

Практика – Прокладка и определение места яхты в море. Измерение и вычисление пройденного расстояния. Нанесение на карту пройденного расстояния. Определение глубины по карте. Измерение глубины эхолотом, ручным лотом, футштоком. Действия экипажа при подходе к берегу и мелководью. Движение в районах, обозначенных плавучими предостерегательными знаками.

#### **9. Правила соревнований по парусному спорту (3 часа).**

Теория - Расхождение яхт в соответствии с Правилами соревнований. Правило 17 ППСС (Правил предупреждения столкновений судов в море) - Сближение 2х парусных судов. Преимущество правого галса.

Практика - Отработка Правил соревнований по парусному спорту на макетах яхт. Тренировка действий рулевого в соответствии с правилом 17 ППСС.

#### **10. Медицинская подготовка и гигиена яхтсмена (6 часов).**

Теория – Походная аптечка. Искусственное дыхание. Обработка ран. Личная гигиена и самоконтроль яхтсмена, меры по предупреждению морской болезни,

Практика - Определение необходимости искусственного дыхания, отработка проведения искусственного дыхания. Обработка ран, накладывание повязок и жгутов.

#### **11. Правила безопасности на воде (3 часа).**

Теория - Инструктаж по технике безопасности в морских походах, при высадке на берег. Меры предупреждения переутомления яхтсменов.

Практика - Отработка правил безопасности на воде, при высадке на берег.

#### **12. ОФП – общефизическая подготовка (16 часов).**

Практика - Спортивные игры - волейбол, футбол – как социальный тренинг умения работать в команде и психологическая подготовка к работе в море. Специальные упражнения по преодолению морской болезни.

#### **13. Спортивное ориентирование (10 часов).**

Практика - Умение работать с картами на местности, топография. Движение по пересеченной местности на лыжах и бегом.

#### **14. ОТП - Основы туристской подготовки (10 часов).**

Практика - Туристские навыки, применительно к походной жизни на яхте. Приготовление пищи, умение стойко переносить холод и высокую влажность. Подготовка продуктов, спальных принадлежностей для походов. Работа с канатами и тросами в спортзале.

#### **15. Зачет по всему курсу (4 часа).**

## 3-й год обучения

### 1. Введение (4 часа).

Инструктаж по ТБ. Вводный урок.

Право управления парусным судном - Судовая роль, документы на судно и другие документы.

### 2. Школа яхтенного рулевого (12 часов).

Теория - Плавучесть, остойчивость, поворотливость, быстроходность парусной яхты, отличительные особенности парусных катамаранов. Циклоны и антициклоны. Признаки ухудшения погоды.

Практика - Особые случаи управления яхтой: «лечь в дрейф», плавание в свежую погоду, «человек за бортом», постановка на якорь, снятие с якоря, подход к судну, снятие с мели. Действия экипажа при приближении шторма или усилении силы ветра.

### 3. 1. Эксплуатация яхты, ремонтные работы по рангоуту и такелажу. Ремонт и пошив парусов.(13 часов).

Теория - Ремонт и обслуживание мачты, гика, краспиц, вант, ромбовант, форштагов, ахтерштагов, вантпутенсов. Ремонт парусов – грот, стаксель, генакер, штормовые паруса. Боцманский шов. Ремонтные работы рангоута, такелажа и парусов на воде и в море. Практика - Работы с парусами. Ремонт парусов – грот, стаксель, генакер, штормовые паруса. Уход за парусным вооружением яхты и правильное использование парусов во время навигации. Судовые работы – осмотр, дефектация и подготовка к ремонту парусного вооружения яхты. Подготовка парусного вооружения яхты к спуску на воду. Установка мачты на воде.

### 3. 2. Эксплуатация яхты, ремонтные работы по корпусу (11 часов).

Теория – Эксплуатация, техническое обслуживание и ремонт корпуса яхты. Дельные вещи, установка и их использование. Ремонтные работы корпуса яхты и рулей на воде и в море.

Практика - Уход за яхтой во время навигации, очистка корпуса, контроль герметичности корпуса, палубы, надстройки. Подъем яхты на зимнюю стоянку. Судовые работы – осмотр, ревизия корпуса яхты, очистка и консервация на зимнее хранение. Судовые работы – осмотр, дефектация и ремонт корпуса яхты, косметический ремонт кают, внутренних помещений. Подготовка яхты к спуску на воду. Спуск яхты на воду. Проверка герметичности. Швартовые и ходовые испытания яхты.

### 3.3. Эксплуатация, техническое обслуживание двигателя и электрооборудования яхты (12 часов).

Теория - Эксплуатация, техническое обслуживание двигателя и электрооборудования яхты. Электротехника. Источники питания и потребители электросети 12В. Техническая документация по электрооборудованию яхты. Практика - Подготовка оборудования к навигации. Подготовка комплектующих электросети 12 В. Отработка правил пользования электрооборудование сети 12 В. Подготовка ПЛМ (подвесного лодочного мотора) к действию. Включение выключение

ПЛМ. Эксплуатация и обслуживание оборудования в период навигации. Чертеж и изучение схемы электросети 12В.

#### **4. Такелажное дело (20 часов).**

Практика - Отработка вязания морских узлов на скорость и вслепую. Практическое использование узлов в парусном деле.

#### **5. Кораблевождение (16 часов).**

Теория - морские карты, штурманский инструмент. Мореходная астрономия. Основные созвездия и навигационные звезды северного полушария. Правила расхождения во время парусных соревнований и приоритетность правил МПСС, ППВП

Практика - Определение места по пеленгам, по GPS. Прокладка и определение места яхты в море, пользование штурманским инструментом. Отработка правил расхождения. Решение штурманских задач.

#### **6. Правила соревнований по парусному спорту (4 часа).**

Теория - Правила соревнований по парусному спорту - основные положения ППС-13 и ППС-2009.

Практика – Отработка Правил соревнований по парусному спорту на макетах яхт.

#### **7. Основы радиосвязи на УКВ (4 часа).**

Теория - Правила ведения переговоров по УКВ-связи на русском языке. Правила ведения переговоров по УКВ-связи на английском языке.

Практика – Тренировка ведения радиопереговоров на русском и английском языке.

#### **8. Медицинская подготовка и гигиена яхтсмена (4 часа).**

Теория – Искусственное дыхание. Обработка ран.

Практика - Определение необходимости искусственного дыхания, отработка проведения искусственного дыхания. Обработка ран, накладывание повязок и жгутов.

#### **9. Правила безопасности на воде (4 часа).**

Теория - Инструкции по технике безопасности. Инструктаж по технике безопасности в морских походах, при высадке на берег.

Практика - Отработка правил безопасности на воде, при высадке на берег.

#### **10. ОТП - Основы туристской подготовки (12 часов).**

Практика - Туристские навыки, применительно к походной жизни на яхте. Приготовление пищи, умение стойко переносить холод и высокую влажность. Подготовка продуктов, спальных принадлежностей для походов. Работа с канатами и тросами в спортзале.

#### **11. ОФП – общефизическая подготовка (24 часа).**

Практика - Спортивные игры - волейбол, футбол – как социальный тренинг умения работать в команде и психологическая подготовка к работе в море. Специальные упражнения по преодолению морской болезни.

#### **12. Зачет по всему курсу (4 часа).**

# МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ

## ПЕРВЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

| № п/п | Раздел программы  | Формы обучения              | Методы обучения   | Комплекс средств обучения  | Форма контроля                    |
|-------|---|-----------------------------|---|--|-----------------------------------|
| 1     | Инструктаж по ТБ.<br>Вводный урок.<br>История развития флота  | Групповая<br>Индивидуальная | Словесные: рассказ,<br>беседа, объяснение   | Учебник-тетрадь  | Текущий контроль<br>Устный опрос  |
| 2     | Кронштадтские форты и<br>их роль в обороне С.-<br>Петербурга  | Групповая<br>Индивидуальная | Словесные: рассказ,<br>беседа, объяснение   | Учебник-тетрадь  | Текущий контроль<br>Устный опрос  |
| 3     | Право управления<br>парусным судном                           | Групповая<br>Индивидуальная | Словесные: рассказ,<br>беседа, объяснение   | Компьютер.<br>Учебник-тетрадь<br>Дидактический материал<br>Программа ГИМС<br>(Управление<br>маломерным судном) | Текущий контроль<br>Устный опрос. |
| 4     | Школа яхтенного<br>рулевого                                   | Групповая<br>Индивидуальная | Словесные: рассказ,<br>беседа, объяснение<br>Наглядные:<br>Чертежи, модели,<br>макеты | Компьютер.<br>Учебник-тетрадь<br>Дидактический материал<br>Программа ГИМС                                      | Текущий контроль<br>Устный опрос  |
| 5     | Судомоделизм и<br>эксплуатация<br>маломерного судна<br>(яхты) | Групповая<br>Индивидуальная | Словесные: рассказ,<br>беседа, объяснение<br>Наглядные:<br>Чертежи, модели,<br>макеты | Инструменты.<br>Материалы для<br>изготовления моделей<br>Учебник-тетрадь                                       | Текущий контроль<br>Устный опрос  |
| 6     | Такелажное дело   | Групповая<br>Индивидуальная | Наглядные:<br>Чертежи, модели,<br>макеты  | Компьютер<br>Шкертки.<br>Рисунки.  | Текущий контроль<br>Устный опрос. |

|    |  |                             |  |   |  |
|----|--|-----------------------------|--|---|--|
| 7  | Международный флажный свод сигналов, флажный семафор | Групповая<br>Индивидуальная | Словесные: рассказ, беседа, объяснение | Учебник-тетрадь<br>Дидактический материал | Текущий контроль<br>Устный опрос                         |
| 8  | Кораблевождение                                      | Групповая<br>Индивидуальная | Словесные: рассказ, беседа, объяснение | Учебник-тетрадь<br>Дидактический материал | Текущий контроль<br>Устный опрос                         |
| 9  | Правила соревнований по парусному спорту             | Групповая<br>Индивидуальная | Словесные: рассказ, беседа, объяснение | Учебник-тетрадь<br>Дидактический материал | Текущий контроль<br>Устный опрос.                        |
| 10 | ОФП – общефизическая подготовка                      | Групповая<br>Индивидуальная | Словесные: рассказ, беседа, объяснение | Мячи волебольные, футбольные              | Участие в соревнованиях по волейболу<br>Текущий контроль |
| 11 | Спортивное ориентирование                            | Групповая<br>Индивидуальная | Словесные: рассказ, беседа, объяснение | Компас, карты                             | Текущий контроль   |
| 12 | Туризм   | Групповая<br>Индивидуальная | Словесные: рассказ, беседа, объяснение | Туристское снаряжение                     | Текущий контроль   |
| 13 | Медицинская подготовка и гигиена яхтсмена.           | Групповая<br>Индивидуальная | Словесные: рассказ, беседа, объяснение | Учебник-тетрадь<br>Дидактический материал | Текущий контроль<br>Устный опрос                         |
| 14 | Правила безопасности на воде.                        | Групповая<br>Индивидуальная | Словесные: рассказ, беседа, объяснение | Учебник-тетрадь<br>Дидактический материал | Текущий контроль<br>Устный опрос                         |
|    | Зачёт по всему курсу                                 | Групповая<br>Индивидуальная |  |   |  |

## ВТОРОЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

| № п/п | Раздел программы | Формы обучения | Методы обучения | Комплекс средств обучения | Форма контроля |
|-------|------------------|----------------|-----------------|---------------------------|----------------|
|-------|------------------|----------------|-----------------|---------------------------|----------------|

|   |   |                             |   |  |                                   |
|---|---|-----------------------------|---|--|-----------------------------------|
| 1 | Инструктаж по ТБ.<br>Вводный урок.<br>История развития флота  | Групповая<br>Индивидуальная | Словесные: рассказ,<br>беседа, объяснение   | Учебник-тетрадь  | Текущий контроль<br>Устный опрос  |
| 2 | Кронштадтские форты и<br>их роль в обороне С.-<br>Петербурга  | Групповая<br>Индивидуальная | Словесные: рассказ,<br>беседа, объяснение   | Учебник-тетрадь  | Текущий контроль<br>Устный опрос  |
| 3 | Право управления<br>парусным судном                           | Групповая<br>Индивидуальная | Словесные: рассказ,<br>беседа, объяснение   | Компьютер.<br>Учебник-тетрадь<br>Дидактический материал<br>Программа ГИМС<br>(Управление<br>маломерным судном) | Текущий контроль<br>Устный опрос. |
| 4 | Школа яхтенного<br>рулевого                                   | Групповая<br>Индивидуальная | Словесные: рассказ,<br>беседа, объяснение<br>Наглядные:<br>Чертежи, модели,<br>макеты | Компьютер.<br>Учебник-тетрадь<br>Дидактический материал<br>Программа ГИМС                                      | Текущий контроль<br>Устный опрос  |
| 5 | Судомоделизм и<br>эксплуатация<br>маломерного судна<br>(яхты) | Групповая<br>Индивидуальная | Словесные: рассказ,<br>беседа, объяснение<br>Наглядные:<br>Чертежи, модели,<br>макеты | Инструменты.<br>Материалы для<br>изготовления моделей<br>Учебник-тетрадь                                       | Текущий контроль<br>Устный опрос  |
| 6 | Такелажное дело   | Групповая<br>Индивидуальная | Наглядные:<br>Чертежи, модели,<br>макеты  | Компьютер<br>Шкерттики.<br>Рисунки.  | Текущий контроль<br>Устный опрос. |
| 7 | Международный<br>флажный свод сигналов,<br>флажный семафор    | Групповая<br>Индивидуальная | Словесные: рассказ,<br>беседа, объяснение   | Учебник-тетрадь<br>Дидактический материал  | Текущий контроль<br>Устный опрос  |
| 8 | Кораблевождение   | Групповая<br>Индивидуальная | Словесные: рассказ,<br>беседа, объяснение   | Учебник-тетрадь<br>Дидактический материал  | Текущий контроль<br>Устный опрос  |

|    |  |                             |  |   |  |
|----|--|-----------------------------|--|---|--|
| 9  | Правила соревнований по парусному спорту   | Групповая<br>Индивидуальная | Словесные: рассказ, беседа, объяснение | Учебник-тетрадь<br>Дидактический материал | Текущий контроль<br>Устный опрос.                        |
| 10 | ОФП – общефизическая подготовка            | Групповая<br>Индивидуальная | Словесные: рассказ, беседа, объяснение | Мячи волебольные, футбольные              | Участие в соревнованиях по волейболу<br>Текущий контроль |
| 11 | Спортивное ориентирование                  | Групповая<br>Индивидуальная | Словесные: рассказ, беседа, объяснение | Компас, карты                             | Текущий контроль   |
| 12 | Туризм                                     | Групповая<br>Индивидуальная | Словесные: рассказ, беседа, объяснение | Туристское снаряжение                     | Текущий контроль   |
| 13 | Медицинская подготовка и гигиена яхтсмена. | Групповая<br>Индивидуальная | Словесные: рассказ, беседа, объяснение | Учебник-тетрадь<br>Дидактический материал | Текущий контроль<br>Устный опрос                         |
| 14 | Правила безопасности на воде.              | Групповая<br>Индивидуальная | Словесные: рассказ, беседа, объяснение | Учебник-тетрадь<br>Дидактический материал | Текущий контроль<br>Устный опрос                         |
|    | Зачёт по всему курсу                       | Групповая<br>Индивидуальная |  |   |  |

### ТРЕТИЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

| № п/п | Раздел программы   | Формы обучения              | Методы обучения                        | Комплекс средств обучения                                   | Форма контроля                   |
|-------|--|-----------------------------|--|---|----------------------------------|
| 1     | Инструктаж по ТБ.<br>Вводный урок.<br>Право управления парусным судном | Групповая<br>Индивидуальная | Словесные: рассказ, беседа, объяснение | Учебник-тетрадь<br>Дидактический материал<br>Программа ГИМС | Текущий контроль<br>Устный опрос |
| 2     | Школа яхтенного  | Групповая                   | Словесные: рассказ,                    | Компьютер.  | Текущий контроль                 |

|     |   |                             |  |  |                                   |
|-----|---|-----------------------------|--|--|-----------------------------------|
|     | рулевого  | Индивидуальная              | беседа, объяснение<br>Наглядные:<br>Чертежи, модели,<br>макеты                                   | Учебник-тетрадь<br>Дидактический материал<br>Программа ГИМС  | Устный опрос                      |
| 3.1 | Эксплуатация яхты,<br>ремонтные работы по<br>рангоуту и такелажу.<br>Ремонт и пошив парусов | Групповая<br>Индивидуальная | Словесные: рассказ,<br>беседа, объяснение<br>Наглядные:<br>Чертежи, модели,<br>макеты            | Инструменты.<br>Материалы для<br>изготовления моделей<br>Учебник-тетрадь<br>Инструменты для<br>выполнения работ<br>Материалы для<br>выполнения работ | Текущий контроль<br>Устный опрос  |
| 3.2 | Эксплуатация яхты,<br>ремонтные работы по<br>корпусу и<br>судостроительные<br>работы.       | Групповая<br>Индивидуальная | Словесные: рассказ,<br>беседа, объяснение<br>Наглядные:<br>Чертежи, модели,<br>макеты.           | Инструменты.<br>Материалы для<br>изготовления моделей<br>Учебник-тетрадь<br>Инструменты для<br>выполнения работ<br>Материалы для<br>выполнения работ | Текущий контроль<br>Устный опрос  |
| 3.3 | Эксплуатация яхты,<br>техническое<br>обслуживание ПЛМ и<br>электрооборудования<br>яхты      | Групповая<br>Индивидуальная | Словесные: рассказ,<br>беседа, объяснение<br>Наглядные:<br>Чертежи, схемы<br>электрооборудования | Инструменты.<br>Учебник-тетрадь<br>Инструменты для<br>выполнения работ<br>Материалы для<br>выполнения работ  | Текущий контроль<br>Устный опрос  |
| 4   | Такелажное дело   | Групповая<br>Индивидуальная | Наглядные:<br>Чертежи, модели,<br>макеты   | Компьютер<br>Шкерттики.<br>Рисунки.  | Текущий контроль<br>Устный опрос. |
| 5   | Кораблевождение   | Групповая<br>Индивидуальная | Словесные: рассказ,<br>беседа, объяснение  | Учебник-тетрадь<br>Дидактический материал  | Текущий контроль<br>Устный опрос  |

|    |  |                             |  |   |                                   |
|----|--|-----------------------------|--|---|-----------------------------------|
|    |  |                             |  |   |                                   |
| 6  | Правила соревнований по парусному спорту                                   | Групповая<br>Индивидуальная | Словесные: рассказ, беседа, объяснение | Учебник-тетрадь<br>Дидактический материал   | Текущий контроль<br>Устный опрос. |
| 7  | Основы радиосвязи на УКВ. Наблюдение техническими и зрительными средствами | Групповая<br>Индивидуальная | Словесные: рассказ, беседа, объяснение | Учебник-тетрадь<br>Дидактический материал<br>Радиостанция<br>Бинокль<br>Штурманские приборы | Текущий контроль<br>Устный опрос. |
| 8  | Медицинская подготовка и гигиена яхтсмена.                                 | Групповая<br>Индивидуальная | Словесные: рассказ, беседа, объяснение | Учебник-тетрадь<br>Дидактический материал   | Текущий контроль<br>Устный опрос  |
| 9  | Правила безопасности на воде.  | Групповая<br>Индивидуальная | Словесные: рассказ, беседа, объяснение | Учебник-тетрадь<br>Дидактический материал   | Текущий контроль<br>Устный опрос  |
| 10 | Зачёт по всему курсу   | Индивидуальная              |  |   |                                   |

## **СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**

### ***Список использованной литературы для педагогов:***

1. Григорьев Н.В. и др. Парусный спорт Изд. «ФиС» М.1955г.
2. Крючков Ю.С., Лапин В.И. Парусные катамараны. Изд. «Судостроение» Л.1967 г.
3. И. В. Макаров, Морское дело, «Транспорт», 1989г.
4. П.А. Грищук. Военно-морской словарь для юношества.-М.:Доссаф. 1987 г
5. В.В. Дмитриев. Морской энциклопедический словарь.- Л.: Судостроение. 1991г
6. А.П. Михайловский. Практическое кораблевождение. МО. 1988 г.
7. К.Х. Марквард. Рангоут, такелаж и паруса судов 18 века. Л.Судостроение 1991 г
8. Л.А. Вятки, Е.В. Сидорчук, Туризм и спортивное ориентирование» ФК «Академия» М.2008г
9. А.А. Коструб Медицинский справочник туриста. М. Профиздат. 1986 г
10. Алешин В.М. Топография, карты в спортивном ориентировании М.1985 г
11. Чехихина В.В. ФП в спортивном ориентировании. М 1999 г.
12. С.А. Лисицын История и культура Ленинградской земли с древнейших времен до наших дней, 2003, 376 с.
13. Узнай и люби Санкт-Петербург: Пособие по историческому краеведению – СПб,1997.
14. А.В.Даринский Ленинградская область.- Л.:Лениздат,1975, 348с.

Интернет-ресурсы: Ораниенбаумский морской фестиваль международный – «В контакте»

<https://vk.com/omfestival>

### ***Список использованной литературы для обучающихся и их родителей:***

1. А.А. Коструб Медицинский справочник туриста. М. Профиздат. 1986 г
2. С.А. Лисицын История и культура Ленинградской земли с древнейших времен до наших дней, 2003, 376 с.
3. Чехихина В.В. ФП в спортивном ориентировании. М 1999 г.
4. А.П. Михайловский. Практическое кораблевождение. МО. 1988 г.

Интернет-ресурсы: Ораниенбаумский морской фестиваль международный – «В контакте»

<https://vk.com/omfestival>

В данном документе пронумеровано, прошнуровано  
и скреплено печатью

23 (главизам) н/кн ) лист 2

Директор А.Т. Моржинский



СВЯТОСЛАВСКАЯ ПЕЧАТЬ

Свято-Славская печать

1. Копия № 1/1 от 17.01.1997 г. № 1/1 от 17.01.1997 г.

2. Копия № 1/1 от 17.01.1997 г. № 1/1 от 17.01.1997 г.

3. И. В. Моржов, директор, 17.01.1997 г.

4. И. А. Третьяк, директор, 17.01.1997 г.

5. И. В. Моржов, директор, 17.01.1997 г.

6. А. Е. Моржов, директор, 17.01.1997 г.

7. И. В. Моржов, директор, 17.01.1997 г.

8. И. В. Моржов, директор, 17.01.1997 г.

9. А. Е. Моржов, директор, 17.01.1997 г.

10. А. Е. Моржов, директор, 17.01.1997 г.

11. И. В. Моржов, директор, 17.01.1997 г.

12. И. В. Моржов, директор, 17.01.1997 г.

№ 200/200

И. В. Моржов, директор, 17.01.1997 г.

И. В. Моржов, директор, 17.01.1997 г.