МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ АСТРАХАНСКОЙ ОБЛАСТИ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ АСТРАХАНСКОЙ ОБЛАСТИ

«ЦЕНТР ЭСТЕТИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ И МОЛОДЕЖИ»

Принята на заседании
педагогического совета ГАУ ДО АО «ЦЭВДиМ»

от «31» 08 2026г.
Протокол № 01

Утверждаю
Директор ГАУ ДО АО «ЦЭВДиМ»

Боярский Д.В.
«31» 08 2026г.

Приказ № 167 от 31 августа 2026г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности

«Под парусом»

Возраст учащихся: 9 - 18 лет
Срок реализации: 2 года

Авторы-составители: педагоги
дополнительного
образования
Шихалиев Р.Н.,
Андрияускас М.П.

Астрахань,
2026г.

ОГЛАВНЕНИЕ

I. Комплекс основных характеристик программы	3
Пояснительная записка	3
Учебный план	6
Учебно-тематический план	7
Содержание программы	8-9
Прогнозируемая результативность	10-11
II. Комплекс организационно-педагогических условий	12
Материально-технические условия реализации программы	12
Методическое обеспечение	12-16
Глоссарий	17-19
Список рекомендуемой литературы	20-23
III. Приложения	24
Диагностическая карта результативности освоения программы	24-25
Учебно-методический комплект	26-28
Оценочные материалы	29-30
Календарный учебный график	31

I.Комплекс основных характеристик программы

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Парусный спорт - виды спорта, в которых спортсмены соревнуются, используя снаряжение, главным образом, лодки и суда, специальные сани для снега или льда, а также тележки для передвижения по твердой поверхности, приводимые в движение парусами.

Одним из самых ярких видов парусного спорта является яхтинг, поначалу ставший популярным на территории Голландии, а по истечении некоторого времени и возле английских берегов. Первые упоминания в летописях о гонках на парусных яхтах датируются 1662 годом. Постепенно яхтинг перекочевал в Америку и Россию.

Парусный спорт в дореволюционной России был доступен преимущественно господствующим классам. И хотя перед первой мировой войной в него пришло немало любителей из небогатых слоев интеллигенции и учащейся молодежи, решить задачу демократизации парусного спорта в то время было невозможно. Только после Великой Октябрьской социалистической революции парусный спорт смог превратиться в один из любимых видов спорта трудящихся, стать школой мореплавания, спортивного мастерства, массовым средством отдыха и укрепления здоровья.

В настоящее время яхтенный спорт очень популярен и как вид спорта и как вид отдыха и доступен всем желающим.

Парусный спорт - один из тех немногочисленных видов спорта, занимаясь которым человек не только соревнуется в мастерстве с другими яхтсменами, но и сталкивается лицом к лицу с силами природы. В борьбе со стихией спортсмен развивается физически, становится выносливым и закаленным. Плавания на яхтах способствуют воспитанию таких черт характера, как смелость и решительность, находчивость и инициатива, воля к победе.

Велико и прикладное значение парусного спорта. Наряду с высокими физическими и моральными качествами каждый яхтсмен, в зависимости от своей квалификации, непременно должен обладать комплексом специальных знаний, быть хорошо подготовленным к грамотному и умелому управлению яхтой при любой погоде, к содержанию судна и его вооружения в хорошем состоянии.

Поскольку парусный спорт - это не только гонки на ограниченной дистанции, но и длительные крейсерские гонки, и дальние плавания на яхтах, яхтсмен должен также иметь определенные знания в области судовождения, морской практики, метеорологии и других морских наук. А чтобы хорошо подготовить яхту к выходу в плавание, нужно знать столярное и малярное дело, владеть слесарным и такелажным инструментом. Поэтому трудно переоценить значение парусного спорта как хорошей школы начальной морской подготовки.

И, наконец, в парусном спорте, как нигде, на человека активно воздействуют три основных оздоровительных фактора - солнце, свежий воздух и вода. Они способствуют закаливанию организма и создают отличные условия для превосходного активного отдыха.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа ГАУ ДО АО «ЦЭВДиМ» «Под парусом» предназначена для учащихся в возрасте **от 9 до 18 лет.** Направленность – **физкультурно-спортивная.**

Цель программы - совершенствование технического мастерства учащихся в управлении парусным судном шверботах класса «Луч», «Кадет», «Оптимист».

Основные задачи программы:

образовательные:

- ознакомление с назначением, классификацией, устройством парусных судов;
- изучение основ гидрометеорологии;

- обучение такелажным работам, управлению парусными судами;

развивающие:

- формирование навыков управления парусным судном;
- укрепление физического здоровья;
- развитие силы, выносливости, ловкости;

воспитательные

- воспитание всесторонне развитых, активных граждан России;
- развитие навыков самостоятельной работы, самоконтроля и взаимоконтроля;
- воспитание смелости, решительности, находчивости, инициативы, воли к победе;
- воспитание патриотизма, духовно-нравственных качеств личности.

Срок реализации программы «Под парусом» - 1 год (108 часов в год). Занятия проводятся 3 раза в неделю по 1 часу. 2 год (72 часа в год). Занятия проводятся 1 раз в неделю по 2 часа.

Основная форма работы с учащимися в рамках программного содержания - групповые занятия. Форма обучения – **очная.**

Мониторинг уровня достижения учащимися планируемых результатов проводится в ГАУ ДО АО «ЦЭВДиМ» 3 раза в год: входящая диагностика (сентябрь), промежуточная (декабрь), итоговая (май) и фиксируется педагогом ДО в диагностической карте.

Формы подведения итогов реализации программы:

- результаты участия в парусных гонках;
- выполнение тестовых заданий;
- педагогическое наблюдение;
- собеседование;
- зачеты по видам деятельности.

Работа с родителями

1. Родительские собрания (организационное в начале учебного года, итоговое – в конце, тематическое – в течение года).
2. Индивидуальные беседы с родителями по интересующим их вопросам.

Методическая работа

1. Изучение специальной, педагогической, психологической литературы.
2. Проведение открытых занятий в I и II полугодиях.
3. Участие в различных семинарах (в течение года)

Работа по самообразованию

1. Посещение открытых занятий, мастер-классов педагогов, работающих в данном направлении, семинаров, курсов повышения квалификации.
2. Изучение инновационных форм воспитательной работы.
3. Изучение новейших технологий образовательно-воспитательного процесса для использования в работе.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

Год обучения	Количество учебных недель	Количество учебных занятий в неделю	Количество учебных занятий в год	Количество часов в неделю	Количество часов в год		
					Теория	Практика	Всего
1	36	1	72	2	14	58	72
2	36	3	108	3	22	86	108

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

1 ГОД ОБУЧЕНИЯ

Тема (раздел)	Количество часов		
	Всего	Теория	Практика
1. Плавательская практика. Управление килевой парусной яхтой.	35	-	35
2. Повышение парусного мастерства.	12	6	6
3. Такелажные работы	6	1	5
4. Основы гидрометеорологии.	4	2	2
5. Речная и морская навигация и лоция.	5	2	3
6. Движение, маневрирование и стоянка килевой парусной яхты.	10	3	7
Итого:	**72**	**14**	**58**

2 ГОД ОБУЧЕНИЯ

Тема (раздел)	Количество часов			Формы аттестации/контроля
	Всего	Теория	Практика	
1. Плавательская практика. Управление швертботами.	50	-	50	педагогическое наблюдение, устный опрос
2. Повышение парусного мастерства.	16	8	8	педагогическое наблюдение, устный опрос, практический тест
3. Такелажные работы	8	2	6	педагогическое наблюдение, контрольный опрос
4. Основы гидрометеорологии.	8	2	6	педагогическое наблюдение
5. Речная и морская лоция.	10	5	5	педагогическое наблюдение, устный опрос
6. Движение, маневрирование и стоянка судов.	16	5	11	педагогическое наблюдение, устный опрос, контрольный опрос
Итого:	***108***	***22***	***86***	

СОДЕРЖАНИЕ

1 ГОД ОБУЧЕНИЯ

ТЕМА 1. ПЛАВАТЕЛЬСКАЯ ПРАКТИКА. УПРАВЛЕНИЕ ПАРУСНЫМИ СУДАМИ

Содержание практической части. Выход на шлюпке под парусом, отработка поворотов оверштаг и фердевинд. Выход на шлюпе под парусом, управление на острых, полных курсах. Поднятие паруса и его регулирование относительно ветра. Управление яхтой в дневное и в ночное время. Швартовка кормой и бортом в различных метеоусловиях. Управление яхтой в условиях ограниченной акватории. Постановка на якорь под парусами. Снятие с якоря под парусами. Эффективное управление яхтой при различных направлениях ветра. Подготовка яхты к плаванию в штормовых условиях. Навигация и плавание в условиях ограниченной видимости.

ТЕМА 2. ПОВЫШЕНИЕ ПАРУСНОГО МАСТЕРСТВА

Содержание теоретической части. Курсы и галсы яхты относительно ветра. Лавировка, повороты оверштаг и фордевинд. Истинный, курсовой и вымпельный ветер. Постановка и уборка парусов, управление парусами. Взятие рифов на стоянке и на ходу. Опрокидывание и восстановление парусных судов. Правила расхождения парусных судов. Команда и обязанности экипажа при уборке и постановке рангоута и парусов и управления шкотами на шлюпе, идущей под парусами. Подход и отход от берега, причала, бочки под парусом. Спасение человека, упавшего за борт, медицинская помощь на борту. Соревнования по парусным гонкам: старт, дистанция, финиш. Буксировка парусных судов, шлюпок.

Содержание практической части. Работа с плакатами, схемами. Уменьшение площади. Оказание первой медицинской помощи.

ТЕМА 3. ТАКЕЛАЖНЫЕ РАБОТЫ

Содержание теоретической Судовые работы, подготовка к ремонту. Зимовка судна. Спуск на воду и вооружение яхты, шлюпа. Разоружение и уборка яхты по окончании навигации. Техника безопасности: «Судовые работы», «Подъём и спуск парусных судов, шлюпок».***части.*** Такелажные работы, инструмент. Марки, силесни, огоны.

Содержание практической части. Накладывание марки, сращивание концов двух тросов. Работа с инструментом (скребок, шпатель, стомеска, кисть), используемые для проведения судовых работ.

ТЕМА 4. ОСНОВЫ ГИДРОМЕТЕОРОЛОГИИ

Содержание теоретической части. Понятие погоды, дневные изменения погоды. Прогнозирование погоды. Ветры, местные ветры. Штормы, торнадо, ураганы. Причины тумана. Барометры, карты погоды. Происхождение приливов, приливные течения, волновой режим, школа волнений.

Содержание практической части. Работа с картами, плакатами, таблицами. Изучение устройства барометра и правила пользования.

ТЕМА 5. РЕЧНАЯ И МОРСКАЯ ЛОЦИЯ

Содержание теоретической части. Общие сведения и терминология. Берега и образования в русле. Судоходная обстановка на внутренних водных путях. Знаки береговые, плавучие. Ориентирование и выбор курса. Проверка правильности курса. Морская и береговая зона. Средства навигационного оборудования.

Содержание практической части. Работа с плакатами, таблицами, схемами.

ТЕМА 6. ДВИЖЕНИЕ, МАНЕВРИРОВАНИЕ И СТОЯНКА СУДОВ

Содержание теоретической части. Безопасная скорость, предупреждение аварийной ситуации. Особые обстоятельства, особые случаи буксировки и толкания. Расхождение и обгон скоростных судов, расхождение судов. Расхождение судов с плотовыми составами,

обгон судов, составов. Прохождение непросматриваемых и затруднительных участков, мостов, шлюзов и канатных переправ. Прохождение мимо дноуглубительных и дноочистительных снарядов и судов, занятых подводными работами. Расхождение и обгон маломерных и парусных судов. Якорная стоянка, рейд. Плавание судов при ограниченной видимости. Применение, порядок движения. Расхождение (пропуск) судов, обгон судов.

Содержание практической части. Работа с плакатами, схемами.

2 ГОД ОБУЧЕНИЯ

ТЕМА 1. ПЛАВАТЕЛЬСКАЯ ПРАКТИКА. УПРАВЛЕНИЕ ПАРУСНЫМИ СУДАМИ

Содержание практической части. Выход на шлюпке под парусом, отработка поворотов оверштаг и фердевинд. Выход на шлюпе под парусом, управление на острых, полных курсах. Поднятие паруса и его регулирование относительно ветра. Управление яхтой в дневное и в ночное время. Швартовка кормой и бортом в различных метеоусловиях. Управление яхтой в условиях ограниченной акватории. Постановка на якорь под парусами. Снятие с якоря под парусами. Эффективное управление яхтой при различных направлениях ветра. Подготовка яхты к плаванию в штормовых условиях. Навигация и плавание в условиях ограниченной видимости.

ТЕМА 2. ПОВЫШЕНИЕ ПАРУСНОГО МАСТЕРСТВА

Содержание теоретической части. Курсы и галсы яхты относительно ветра. Лавировка, повороты оверштаг и фордевинд. Истинный, курсовой и вымпельный ветер. Постановка и уборка парусов, управление парусами. Взятие рифов на стоянке и на ходу. Опрокидывание и восстановление парусных судов. Правила расхождения парусных судов. Команда и обязанности экипажа при уборке и постановке рангоута и парусов и управления шкотами на шлюпе, идущей под парусами. Подход и отход от берега, причала, бочки под парусом. Спасение человека, упавшего за борт, медицинская помощь на борту. Соревнования по парусным гонкам: старт, дистанция, финиш. Буксировка парусных судов, шлюпок.

Содержание практической части. Работа с плакатами, схемами. Уменьшение площади. Оказание первой медицинской помощи.

ТЕМА 3. ТАКЕЛАЖНЫЕ РАБОТЫ

Содержание теоретической Судовые работы, подготовка к ремонту. Зимовка судна. Спуск на воду и вооружение яхты, шлюпа. Разоружение и уборка яхты по окончании навигации. Техника безопасности: «Судовые работы», «Подъём и спуск парусных судов, шлюпок».***части.*** Такелажные работы, инструмент. Марки, силесни, огоны.

Содержание практической части. Накладывание марки, сращивание концов двух тросов. Работа с инструментом (скребок, шпатель, стомеска, кисть), используемые для проведения судовых работ.

ТЕМА 4. ОСНОВЫ ГИДРОМЕТЕОРОЛОГИИ

Содержание теоретической части. Понятие погоды, дневные изменения погоды. Прогнозирование погоды. Ветры, местные ветры. Штормы, торнадо, ураганы. Причины тумана. Барометры, карты погоды. Происхождение приливов, приливные течения, волновой режим, школа волнений.

Содержание практической части. Работа с картами, плакатами, таблицами. Изучение устройства барометра и правила пользования.

ТЕМА 5. РЕЧНАЯ И МОРСКАЯ ЛОЦИЯ

Содержание теоретической части. Общие сведения и терминология. Берега и образования в русле. Судоходная обстановка на внутренних водных путях. Знаки береговые, плавучие. Ориентирование и выбор курса. Проверка правильности курса. Морская и береговая зона. Средства навигационного оборудования.

Содержание практической части. Работа с плакатами, таблицами, схемами.

ТЕМА 6. ДВИЖЕНИЕ, МАНЕВРИРОВАНИЕ И СТОЯНКА СУДОВ

Содержание теоретической части. Безопасная скорость, предупреждение аварийной ситуации. Особые обстоятельства, особые случаи буксировки и толкания. Расхождение и обгон скоростных судов, расхождение судов. Расхождение судов с плотовыми составами, обгон судов, составов. Прохождение непросматриваемых и затруднительных участков, мостов, шлюзов и канатных переправ. Прохождение мимо дноуглубительных и

дноочистительных снарядов и судов, занятых подводными работами. Расхождение и обгон маломерных и парусных судов. Якорная стоянка, рейд. Плавание судов при ограниченной видимости. Применение, порядок движения. Расхождение (пропуск) судов, обгон судов.

Содержание практической части. Работа с плакатами, схемами.

ПРОГНОЗИРУЕМАЯ РЕЗУЛЬТАТИВНОСТЬ

В структуре планируемых результатов дополнительной общеразвивающей программы выделяются следующие уровни:

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ, (отражаются в индивидуальных качественных свойствах учащихся), ***ВКЛЮЧАЮТ*** три блока:

- *самоопределение* - сформированность внутренней позиции учащегося - принятие и освоение новой социальной роли учащегося; становление основ российской гражданской идентичности личности как чувства гордости за свою Родину, народ, историю и осознание своей этнической принадлежности; развитие самоуважения и способности адекватно оценивать себя и свои достижения, видеть сильные и слабые стороны своей личности;
- *смыслоообразование* - поиск и установление личностного смысла (т. е. «значения для себя») учения обучающимися на основе устойчивой системы учебно познавательных и социальных мотивов; понимания границ того, «что я знаю», и того, «что я не знаю» и стремления к преодолению этого разрыва; способности адекватно судить о причинах своего успеха/неуспеха в учении; умение видеть свои достоинства и недостатки, уважать себя и верить в успех;
- *морально этическая ориентация* - знание основных моральных норм и ориентация на их выполнение на основе понимания их социальной необходимости; способность к моральной децентрации - учёту позиций, мотивов и интересов участников моральной дилеммы при её разрешении; развитие этических чувств - стыда, вины, совести как регуляторов морального поведения.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ (характеризуют уровень сформированности качественных универсальных способностей учащихся, проявляющихся в активном применении знаний и умений в познавательной и предметно-практической деятельности***), ОТРАЖАЮЩИЕ:***

– умение самостоятельно определять цели и составлять планы, осознавая приоритетные и второстепенные задачи, использовать различные ресурсы для достижения целей; выбирать успешные стратегии в трудных ситуациях;

– умение продуктивно общаться и взаимодействовать с коллегами по совместной деятельности, учитывать позиции другого, эффективно разрешать конфликты;

– владение навыками познавательной деятельности; способность и готовность к самостоятельному поиску методов решения практических задач, применению различных методов познания для изучения различных сторон окружающей действительности;

– готовность и способность к самостоятельной и ответственной информационной деятельности, включая умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию, получаемую из различных источников;

– умение самостоятельно оценивать и принимать решения, определяющие стратегию поведения, с учётом гражданских и нравственных ценностей;

– владение языковыми средствами: умение ясно, логично и точно излагать свою точку зрения, использовать языковые средства, адекватные обсуждаемой проблеме;

– владение навыками познавательной рефлексии как осознания совершаемых действий и мыслительных процессов, их результатов и оснований, границ своего знания и незнания, новых познавательных задач и средств их достижения.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ, включающие освоенные учащимися в ходе изучения предмета умения, специфические для данной предметной области, виды деятельности по получению нового знания в рамках предмета, его преобразованию и применению в различных ситуациях; владение научной терминологией, ключевыми понятиями, методами и приёмами.

Знания (учащиеся должны знать)	Умения (учащиеся должны уметь)
1. Технику безопасности на занятиях (в помещении и на воде). 2. Устройство и вооружение типичного швертбота, яхты, катамарана. 3. Приёмы управления парусным судном. 4. Мореходные качества парусных судов. Правила проведения парусных гонок. 5. Навигационное оборудование и приборы. 6. Основы аэро и гидродинамики 7. Правила плавания на внутренних водных путях.	1. Работать со схемами, графическими рисунками, плакатами, атласами, макетами судов. 2. Вооружать швербот, регулировать паруса. 3. Пользоваться индивидуальными спасательными средствами. 4. Управлять парусными судами. 5. Выполнять такелажные работы, пользоваться инструментом.

Формы контроля

Реализация дополнительной общеразвивающей программы «Под парусом» предусматривает: текущий и итоговый контроль освоения обучающимися Программы.

Текущий контроль обучающихся проводится с целью установления фактического уровня теоретических знаний по темам образовательной программы, их практических умений и навыков.

Итоговый контроль – с целью определения уровня усвоения обучающимися материала образовательной программы в целом, выявления уровня развития способностей и личностных качеств обучающегося и их соответствия прогнозируемым результатам настоящей образовательной программы.

Средства и способы контроля

Средствами контроля уровня освоения обучающимися пройденного материала в данной Программе являются:

- педагогическое наблюдение;
- опрос;
- парусные гонки.

Формы аттестации

Мониторинг уровня достижения учащимися планируемых результатов проводится в ГАУ ДО АО «ЦЭВДиМ» 3 раза в год: входная диагностика (сентябрь), промежуточная (январь), итоговая (май) и фиксируется педагогом ДО в диагностической карте (Приложение № 1).

II.Комплекс организационно-педагогических условий реализации Программы

Материально-технические условия реализации Программы:

№п/п	Наименование объекта с перечнем оборудования
1	Учебный кабинет
2	Стол ученический
3	Стул ученический
4	Кулер напольный
5	Ноутбук
6	Принтер
7	Музыкальная колонка
8	Мегафон с ручкой
9	Тренажерный комплекс
10	Эллинг для хранения яхт
11	Швертбот «Луч»
12	Швертбот «Оптимист»
14	Швертбот «Кадет»
15	Катер сопровождения «Sky Boat»
16	Мотолодка зеленая
17	Причальный понтон
18	Специальная спортивная яхтенная экипировка (гидрокостюмы, спасательные жилеты, гидроботы)

Методическое обеспечение

Процесс обучения в парусном спорте представляет собой специально организованную совместную деятельность педагога и его учащихся, направленную на решение задач обучения и воспитания.

Обучение в парусном спорте, как в любом другом виде познавательной деятельности, осуществляется на основе общих законов познания человеком окружающего мира.

Для повышения эффективности процесса обучения педагогу ДО необходимо знание основных исходных положений – принципов, которыми он должен руководствоваться в своей деятельности.

Принципы обучения определяют характер совместной деятельности педагога и учащихся.

Принцип всестороннего развития

Принцип всестороннего развития указывает на необходимость развития в процессе обучения логического мышления, воображения, воли, характера, духовных потребностей.

Всестороннее развитие яхтсменов педагог может осуществлять, используя различные средства и методы, позволяющие совершенствовать их способности, внимание, память, творческое мышление, а путем варьирования степенью доступности учебного материала вырабатывать характер и волю.

Принцип научности

Развитие человека осуществляется в процессе познания им действительности. Яхтсмен в ходе обучения вооружается необходимыми знаниями, которые определены учеными в области метеорологии, аэро и гидродинамики, физиологии, психологии, педагогики и т.д. Полученные знания в значительной степени смогут расширить познавательные возможности учащихся и обеспечат их активное и сознательное участие в процессе обучения.

Принцип систематичности

Педагог ДО должен планировать учебный материал таким образом, чтобы усвоение отдельных частей его осуществлялось в их логической связи и последовательности. Знания, сообщаемые учащимся систематично и последовательно, как правило, усваиваются гораздо быстрее и легче, чем беспорядочно изложенные. Эффективность принципа систематичности в значительной степени зависит от расположения учебного материала в правильной методической последовательности, что предполагает изучение каждого нового элемента на прочно усвоенном предыдущем учебном материале. Систематичность требует и соблюдения постепенного усложнения поставленных перед учащимся задач. Целесообразная последовательность освоения программного материала может быть определена следующими методическими правилами: «от легкого к трудному», «от известного к неизвестному», «от простого к сложному».

При прочих равных условиях педагоги начинают обучение в лодках или аппаратах, оборудованных балансирными устройствами. Однако в ряде случаев усвоение более сложных, но подводящих к сути основного учебного задания упражнений, может оказаться более правильным приемом обучения. Это может найти свое выражение в том, когда педагог, учитывая предварительную подготовку яхтсмена (занятия видами спорта, развивающие высокие координационные способности), начинает обучение новичков непосредственно в гоночных лодках.

Правильное, последовательное и регулярное проведение занятий с учетом возрастных анатомо-физиологических, психологических и педагогических закономерностей будет способствовать успешной реализации принципа систематичности.

Принцип доступности

Базируется на необходимости построения обучения в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями учащихся, уровнем их подготовленности. Одним из признаков доступности является связь между получаемыми знаниями.По существу, доступно в обучении все то, что базируется на имеющихся в сознании яхтсмена знаниях, которые были им, получены не только в процессе обучения парусным спортом, но и в результате семейного воспитания, общения с другими людьми, чтения специальной литературы и т.д.

Обучение любому технически сложному элементу представляет для яхтсмена определенную трудность. Расширение познавательных возможностей учащихся происходит в процессе последовательного усложнения тех учебных и практических задач, которые выдвигаются перед ними в ходе учебного процесса и вызывают напряжение умственных и физических сил. Правильное определение степени и характера трудностей в учебном процессе составляет главный способ в руках педагога вызвать движущую силу учения и расширить познавательные возможности учащихся.

В принципе доступности выделяются три основные стороны:

– сообщаемая система знаний должна быть основана на имеющихся у занимающихся знаниях, на их жизненном опыте;

– система изучаемых знаний должна быть достаточной, чтобы выявить достигнутый уровень развития, способствовать переходу на более высокий уровень;

– в конкретных условия обучения должна быть очевидна необходимость данного учебного материала, направленного на дальнейшее развитие учащихся.

Принцип сознательности и творческой активности

Принцип подразумевает оптимально благоприятное соотношение педагогического руководства со стороны педагога с активной и творческой деятельностью учащегося.

Сознательность яхтсмена проявляется с осмысления целей и задач обучения, необходимости предстоящей деятельности, в возникновении интереса к ней.

Сознательное отношение к обучению в значительной степени зависит от мотивов, побудивших ребенка заниматься яхтингом. Интерес к обучению, желание заниматься парусным спортом во многом определяют успех обучения. Большую роль в развитии сознательного и активного участия в учебном процессе самих учащихся играет стимулирование развития их творческих проявлений. Уже на первых тренировочных занятиях

следует воспитывать у яхтсменов умение самостоятельного решения отдельных двигательных задач. Это достигается систематическим вооружением занимающихся определенным комплексом знаний в области метеорологии, аэро и гидродинамики, физиологии. Педагогу следует обосновывать целесообразность изучаемых действий. Ясное, осмысленное представление о технике управления шверботом, например, а не бездумное копирование действий педагога поможет яхтсмену, используя свои индивидуальные особенности, а также приобретенные в процессе обучения навыки и умения, создать свой стиль движений.

Одним из обязательных элементов первоначального обучения, направленного на сознательное усвоение учебного материала, является создание у новичков правильного представления о парусном спорте. Это: образцовый показ техники управления яхтой; раскрытие закономерностей, свойственных сложной системе парусного спорта; ознакомление с основными свойствами водной среды и спортивного инвентаря, с терминами, применяемыми в парусном спорте и правилами поведения на воде.

А краткие сведения о развитии парусного спорта в нашей стране и за рубежом, о достижениях российских яхтсменов, о традициях, которые сложились в коллективе, и о его успехах вне меньшей степени будут способствовать повышению сознательного отношения спортсменов к процессу обучения.

Поддержанию интереса к занятиям способствуют поощрительные замечания и выполнение самостоятельных заданий. Вовремя сказанной одобрительной фразой, удачной шуткой, предложением проанализировать движения своего товарища, словом, вниманием к учащемуся можно значительно повысить его интерес к обучению.

Принцип наглядности

Осуществление этого принципа предполагает создание у занимающихся ясного представления об изучаемых движениях и действиях. Наглядное пособие является средством активизации мыслительной деятельности и создания в сознании человека чувственного образа, который и является основным в обучении, а не само наглядное пособие. Особое значение принцип наглядности приобретает при занятиях с детьми, у которых мышление развивается от конкретного к абстрактному, и еще сильно развито подражание.

Принцип прочности результатов обучения

Данный принцип предполагает необходимость прочного овладения знаниями, умениями и навыками. Под прочностью двигательных навыков необходимо понимать не только сохранение их в течение длительного времени, но и их устойчивость, выражающуюся в способности применять навыки в разных условиях, например при управлении яхтой в неблагоприятных метеорологических условиях, при решении сложных тактических задач и т.д. Принцип прочности исходит из того положения, что овладение содержанием обучения и развитие познавательных сил человека – две тесно связанные стороны одного и того же процесса. Поэтому прочное усвоение необходимых яхтсмену знаний и навыков должно осуществляться при оптимальном напряжении всех его познавательных сил, в частности творческого воображения, памяти (логической и моторной), активного творческого мышления, способности мобилизации имеющихся знаний.

Прочность знаний, умений и навыков обеспечивается активным повторением и закреплением учебного материала.

Принцип прочности результатов обучения должен удовлетворять следующим положениям:

При распределении учебного материала необходимо принимать во внимание степень его трудности, объем и тематику. Содержание занятий должно соответствовать силам и возможностям учащегося. Если педагог предлагает своему учащемуся сразу несколько задач, то, как правило, процесс обучения затягивается. В тоже время излишне ограниченный объем изучаемого материала делает занятия однообразными, малоинтересными, что также не способствует прочному закреплению двигательных навыков.

Следует систематически закреплять результаты обучения. Практическое осуществление этого предполагает повторение пройденного на фоне изучения нового материала. В этом случае необходимо найти такую меру повторения, которая, не замедляя процесс обучения,

закрепляла бы достигнутые рубежи. Весьма полезно акцентировать внимание на моментах, составляющих основу правильного движения. Наибольшая прочность двигательных навыков достигается не простым повторением, а выполнением разучиваемых движений в разнообразной обстановке и в различных вариантах.

Методы обучения

Для достижения поставленной цели и реализации задач предмета используются следующие методы обучения:

Методы организации учебной деятельности

– ***Словесные*** (методы устного изложения материала). К ним относятся: рассказ, лекция, беседа, работа с учебной и справочной литературой. Традиционно эти методы используются для передачи учебной информации. Но в процессе беседы (рассказа, лекции) можно не только передавать информацию, но и отвечать на возникающие вопросы учащихся, а продуманной системой вопросов педагога вызывать их мыслительную активность.

Работа со справочной литературой также может использоваться по-разному. Это может быть просто поиск нужной информации, или исследование, когда разыскивается информация для ответа на определенные вопросы. Иначе говоря, рассказ, лекция, беседа (словесные методы обучения) - это общеизвестные, традиционные методы, но они должны в современных условиях рассматриваться не только в плане сообщения готовой информации, а в большей степени как средство развития мышления учащихся, их творческих способностей.

– ***Наглядные.*** Главной особенностью этих методов является то, что основным источником информации при их использовании является не слово, а различного рода объекты, явления, технические и наглядные средства. Эти методы применяются в сочетании со словесными методами обучения. Они используются с целью подкрепления информации, данной педагогом (показ опыта), но могут быть использованы и с элементами проблемного обучения, носить творческий характер.

– ***Практические.*** К практическим методам относятся в частности - *упражнения.* Основой этого метода обучения является установление физиологической связи новой информации с уже имеющимися знаниями. Упражнения имеют свою специфику в каждом учебном предмете, однако можно назвать некоторые наиболее общие требования, предъявляемые к ним. Прежде всего, это сознательное отношение к их выполнению; учащиеся должны знать и понимать, на какой учебный материал дано данное упражнение (или задача); с какой целью выполняется данное упражнение (для заучивания, или для уяснения сути нового материала); каким образом должно выполняться упражнение (образец выполнения).

Метод стимулирования и мотивации, формирующий интерес учащегося к обучению (поощрения: одобрение, похвала, проявление доверия и восхищения, заботы и внимания, прощение за проступок; наказания: замечание, общественное порицание, отстранение от важного дела; соревнования учащихся).

Метод активного обучения (формирование творческих способностей) деловые игры, дидактические или учебные игры, игровые ситуации, ролевые игры игровые приемы и процедуры, имитационные модели, имитационные игры.

Репродуктивный метод (неоднократное воспроизведение полученных знаний, умений, навыков)

Репродуктивное обучение включает в себя восприятие фактов, явлений их осмысление (установление связей, выделение главного и т.д.), что приводит к пониманию. Репродуктивный характер мышления предполагает активное восприятие и запоминание сообщаемой преподавателем или другим источником информации.

Практические работы репродуктивного характера отличаются тем, что в ходе их учащиеся применяют по образцу ранее или только что усвоенные знания. При этом в ходе практической работы учащиеся не осуществляют самостоятельного приращения знаний.

Репродуктивные упражнения особенно эффективно содействуют отработке практических умений и навыков, так как превращение в навык требует неоднократных действий по образцу.

Основными формами работы с учащимися в рамках программного содержания являются: групповые занятия; индивидуальные занятия; участие в соревнованиях различного ранга; теоретические занятия; занятия в условиях учебно-тренировочного сбора; медико-восстановительные мероприятия; культурно-массовые мероприятия, участие в конкурсах и смотрах.

Основные формы теоретических занятий:

- Лекции;
- Групповые или индивидуальные инструктажи на серию или отдельную гонку, включая изучение гоночной инструкции, особенностей дистанции, акватории гонок;
- Игровые (настольные или компьютерные игры парусной тематики);
- Свободные беседы, групповые обсуждения профессиональных тем.

Основные формы практических занятий:

- Групповые тренировочные занятия;
- Подготовка к соревнованиям, гонкам;
- Медико-восстановительные мероприятия.

Формы подведения итогов реализации программы:

- результаты участия в парусных гонках;
- выполнение тестовых заданий;
- педагогическое наблюдение;
- собеседование;
- зачеты по видам деятельности.

Учебно-методическое обеспечение:

Создание и накопление методического материала позволяет результативно использовать учебное время, учитывает индивидуальный интерес учащихся, воспитывает самостоятельность, творческий поиск решения различных задач, осуществляет дифференцированный подход в обучении.

Для успешной реализации общеразвивающей образовательной программы «Под парусом» необходимо иметь следующий учебно-методический комплект:

- банк методических разработок по проведению практических занятий;
- банк учебно-наглядных пособий (фотографии, схемы, карты, таблицы и т.д.);
- банк технических средств обучения

ГЛОССАРИЙ

Ахтерштевень – набор брусьев и книц, ограничивающих корпус судна с кормы.

Ба́кен - плавучий знак, устанавливаемый на якоре для обозначения навигационных опасностей на пути следования судов или для ограждения фарватеров.

Бакшта́г - одна из снастей стоячего такелажа, поддерживающих с боков рангоутные деревья, боканцы, шлюпбалки, стеньги, дымовые трубы и пр.

Бейдевинд - курс судна относительно ветра: ветер дует с носа и в борт (диаметральная плоскость судна образует с линией ветра угол меньше 90°) Делится на *полный бейдевинд* (ближе к 90°), собственно бейдевинд и *крутой бейдевинд* (ближе к 0°).

Бе́йфут - кусок троса, обшитый кожей, с помощью которого рей или гафель удерживается в обхват у мачты или стеньги.

Биза́нь - косой парус, ставящийся на бизань-мачте, верхняя шкаторина которого шнуруется к гафелю, а нижняя растягивается по гику бизань-шкотом; нижний прямой парус, ставящийся на бегин-рее бизань-мачты.

Бинет - узкий парус, который в хорошую погоду пристегивают к нижней части парусов для увеличения площади парусности.

Битсы - деталь судового рангоута - деревянные планки на реях, гафелях и гиках, под которыми проходят снасти, служащие для растягивания парусов.

Блинд - парус, который ставили под бушпритом.

Бо́чка - плавучее приспособление в виде большого полого резервуара, закреплённого цепью за дно, служащее для швартования к нему кораблей, находящихся на рейде.

Ва́нты- снасти стоячего судового такелажа. Изготавливаются из стального или пенькового троса и служат для укрепления мачты, являясь оттяжками к борту.

Ватерли́ния - линия соприкосновения спокойной поверхности воды с корпусом плавающего судна.

Верп - вспомогательный судовой якорь меньшей массы, чем становой, служащий для снятия судна с мели путём его завоза на шлюпках.

Водоизмещение – масса воды, вытесняемая судном, и равная массе самого судна. Объем вытесняемой судном воды называется объемным водоизмещением, выражается в кубических метрах.

Гик - горизонтальное рангоутное дерево, одним концом (пяткой) подвижно скреплённое с нижней частью мачты парусного судна.

Грот - общее название средней (самой высокой) мачты у парусных кораблей; прямой парус, самый нижний на второй мачте от носа (грот-мачте), привязывается к грота-рею.

Де́льные вещи - литые, кованые и другие части и детали оборудования судна. К дельным вещам относятся: кнехты, утки, погоны, киповые планки, винтовые талрепы, леерные стойки, иллюминаторы, тентовые стойки, крышки люков, рымы, клюзы и т. д.

Диффере́нт - разность углубления между носом и кормой; если разность в сторону углубления кормой, говорят, что судно имеет дифферент на корму; в противном случае судно имеет дифферент на нос.

Дрейф - медленное постоянное перемещение чего-либо.

Киль – основная нижняя непрерывная продольная связь (балка), проходящая в диаметральной плоскости по всей длине судна от форт штевня до ахтерштевня и соединенная с ними.

Кнехт - парная тумба с общим основанием на палубе судна или на причале для крепления тросов

Кра́нец - приспособление временное или постоянное, служащее для предохранения борта судна от ударов и трения о причал или другое судно. В качестве кранца используют деревянные брусья, парусиновые или плетённые из троса мешки, набитые крошенной пробкой, пеньковыми или синтетическими отходами (редко песком), цилиндрические резиновые баллоны (иногда надувные - пневмокранцы).

Кубрик – жилое помещение команды.

Лавировать - продвигаться на парусном судне к цели переменными курсами вследствие неблагоприятного ветра.

Левентик - курс судна относительно ветра: ветер дует прямо в нос. Парусное судно таким курсом идти не может. На парусниках этот курс используется для остановки судна (*привести судно к ветру*).

Ликтро́с - мягкий трос, которым обшивают кромки парусов.

Марка - несколько плотно наложенных один к другому шлагов каболки на конце троса для предотвращения его расплетания.

Марсель - прямой парус, ставящийся на марса-рее над нижним парусом. В зависимости от принадлежности к той или иной мачте он соответственно получает название: на фок-мачте - фор-марсель, на грот-мачте - грот-марсель и на бизань-мачте - крюйс-марсель. На больших судах марсели могут быть разрезными: верхний и нижний.

Ма́чта - вертикально стоящая конструкция на судне (корабле), обычно поддерживаемая растяжками, т. н.ва́нтами, часть парусного вооружения на яхтах и парусниках.

Мушкель - деревянный молоток.

Нагель - деревянный гвоздь.

Обво́ды - внешние очертания корпуса судна, характеризуемые теоретическим чертежом.

Обши́вка - внешняя оболочка корпуса судна, обеспечивающая водонепроницаемость.

Огон - это метод образования петли на канате или тросе путём переплетения его прядей аналогично сплесню.

Парус - основной движитель судов и кораблей до изобретения паровой машины. Представляет собой аэродинамическую плоскость, на которой в результате обтекания ветра возникают силы тяги и дрейфа.

Планширь – брус, прикрывающий фальшборт или леерное ограждение.

Прихвати́ть - слегка закрепить; наскоро привязать. Прихватить что-либо каболкой - это значит подвязать временно.

Рангоу́т - на судах: деревянные брусья или стальные трубы, предназначенные для постановки парусов, для подъёма сигналов, для подъёмных приспособлений и т. п.

Рангоу́т (рангоу́тное де́рево, рангоу́тные дерева́) - общее название устройств для постановки парусов (их подъёма, растягивания и удержания в штатном /рабочем/ положении), выполнения грузовых работ, подъёма сигналов и т. д. К рангоуту относятся: мачты, стеньги, реи, гафели, гики, бушприт, стрелы, выстрелы, утлегарь, лисель-спирты и пр. Ранее на судах парусного флота рангоут изготавливался из дерева (в связи с чем и назывался *рангоутным деревом*), впоследствии все главные части рангоута (мачты, бушприт, реи) стали изготавливать из стали или композитных материалов.

Реёк - небольшая поперечная балка, подвешенная за середину к мачте, предназначенная для крепления парусов.

Рея (рей) - горизонтальное рангоутное дерево, подвешенное за середину при помощи боргов и бейфута к мачте или стеньге.

Руль - вертикальная пластина (перо руля), поворачивающаяся на оси (баллере) в кормовой подводной части судна. Служит для поворота судна в ту или иную сторону.

Румпель - часть рулевого устройства корабля. Передаёт крутящий момент от усилия, создаваемого рулевой машиной или вручную.

Слаблинь, славлинь - тонкий линь, которым шлюпочные паруса пришнуровываются к рейкам.

Сплесень - способ сращивания двух разных синтетических, растительных и стальных тросов путем переплетения составляющих их прядей без излома троса. Полученное соединение при правильном изготовлении имеет высокую прочность. Различают:

Ста́кселя - косые паруса треугольной формы, обычно ставятся впереди мачты. Передней шкаториной опираются на штаг. Отличие стакселя от **кливера** в том, что нижняя шкаторина стакселя расположена над палубой, а у кливера - вне палубы.

Степс – брус, в который упирается шпор мачты.

Стоя́чий такела́ж - такелаж, который служит для поддержки и укрепления рангоута. В отличие от бегучего такелажа не перемещается.

Такела́ж - общее наименование всех снастей, составляющее вообще вооружение судна или вооружение рангоутного дерева. Такелаж, служащий для удержания рангоута в надлежащем положении, называется стоячим, весь же остальной - бегучим.

Трап – лестница на судне

Три́сель - косой четырёхугольный парус, верхней шкаториной шнурующийся к гафелю, а нижней растягивающийся по гику.

Тросы - общее наименование канатно-веревочных изделий.

Фордун - снасть стоячего такелажа, являющаяся креплением стеньг. Нижние концы фордунов крепятся к бортам судна, позади вант и бакштагов.

Швартóвка - подход и закрепление судна с помощью канатов (тросов) к причалу, пирсу, бочке, стенке или набережной или к другому судну.

Швартóвное устрóйство - шпили, кнехты, клюзы, киповые планки, вьюшки и пр., предназначенные для удержания судна у причала или у борта другого судна.

Шверт - выдвижной плавник, препятствующий сносу судна под ветер. Яхта, оснащённая швертом, но не имеющая балластного киля, именуется швертботом.

Шкот - снасть бегучего такелажа, предназначенная для растягивания нижних (шкотовых) углов парусов по рею или гику. Также с помощью **шкотов** оттягивают назад углы парусов, не имеющих рангоута.

Я́корь - специальной формы литая, кованая или сварная конструкция, предназначенная для удержания корабля, подлодки, плота или другого плавающего объекта на одном месте за счёт взаимодействия с грунтом и связанная с объектом удержания посредством якорной цепи или троса.

СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

НОРМАТИВНАЯ БАЗА:

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ (ред. от 31.07.2020) «Об образовании в Российской Федерации» (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.08.2020).
2. Федеральный закон от 31 июля 2020 г. № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся».
3. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года.
4. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы): приложение к письму Министерства образования и науки Российской Федерации от 18 ноября 2015 г. № 09-3242.
5. Приказ Минпросвещения РФ от 30.09.2020 N 533 «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 N 196»
6. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09 ноября 2018 N 196 (ред. от 05.09.2019) «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
7. Приказ Минобрнауки России от 23.08.2017 № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».
8. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;
9. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 30.06.2020 № 16 «Об утверждении СП 3.1/2.4.3598-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19).

ДЛЯ ПЕДАГОГА:

1. Алексеевский, Ф. Такелажные работы / Ф. Алексеевский. – М., 1962. – 281 с.
2. Григорьев, В., Грязнов, В. Судовые такелажные работы / В. Григорьев, В. Грязнов. – М., 1967. – 202 с.
3. Григорьев, Н., Каракулин, К. Школа яхтенного капитана / Н. Григорьев, К. Каракулин. – М., 1968. – 400 с.
4. Дремлюг, В., Шифрин, Л. Навигационная гидрометеорология / В. Дремлюг, Л. Шифрин. – М., 1970. – 211 с.
5. Коровельский, Д. Тактика парусных гонок / Д. Коровельский. – М., 1952. – 111с.
6. Мархай, Ч. Теория плавания под парусами / Ч. Мархай. – М., 1970. – 385 с.
7. Микулинский, Е. Предупреждение столкновений судов в море / Е. Микулинский. – М., 1966. – 176 с.
8. Шульт, И. Под парусом / И. Шульт. – М., 1960. – 271 с.
9. Эльвстрем, П. Искусство плавания под парусами / П. Эльвстрем. – М., 1990. – 290 с.

10. Яскевич, А., Раховецкий, А. ППСС в вопросах и ответах / А. Яскевич, А. Раховецкий. – М., 1969. – 479 с.
11. «Школа яхтенного рулевого» Н.В. Григорьев, Д.Н. Коровельский, Е.П. Леонтьев
12. 1974 г.
13. Эльвстрем П. «Искусство плавания под парусами» / П. Эльвстрем - М. 1990
14. «Подготовка яхтсмена-гонщика» Ларин Ю.А., Пильчин Ю.В. 1981 г.
15. «Стартовать, чтобы побеждать» Твайнэйм Э. 1979 г.
16. «Справочник яхтсмена» Б.Бонд. 1999 г.
17. «Морская навигация. Практическое пособие для яхтсменов» Акатьев С. 2011г.
18. «Яхтенный капитан» Ватрунин В. 2012 г.
19. «Теория плавания под парусами» Мархай Ч. 2011 г.
20. «Технологии подготовки в парусном спорте» Акименко В. 2010 г.
21. «Морская практика в картинках» Харальд Шварцлозе, Роберт Дас 2014 г.
22. «Плавание под парусом: ветер волнение и течения» Ян Проктор 1981г.
23. Настройка гоночной яхты» Билл Гладстоун. 2009 г.
24. «Настройка парусов и такелажа» Ивар Дедекам. 2007 г.
25. «Международные правила парусных гонок 2021 – 2024 (ППГ-21)» Всероссийская федерация парусного спорта 2021 г.
26. «Правила плавания по внутренним водным путям Российской Федерации» АО "ЦНИИМФ" 2018 г.
27. «Международные правила предупреждения столкновений судов в море»
28. Г. Н. Шарлай МППСС-72 с комментариями. М. Моркнига 2017 г.
29. «Пособие по такелажным и палубным работам» Писаревский М.М. 1977 г.
30. «Морские узлы, фалы, лини» П. Бывальцев 2003 г.
31. «Учимся вязать узлы» Сафроненко В. М. 1999 г.
32. «Морские узлы в обиходе» Джарман К. 2010 г.
33. «Основы навигации. Практический опыт капитана» А.Е. Селезнев. 2008 г.
34. «Навигация и лоция» Григорян В.Л., Дмитриев В.И., Катенин В.А. 2007 г.
35. «Морская навигация. Практическое пособие для яхтсменов» С. Акатьев. 2011 г.
36. «Навигация на яхте» С. Акатьев 2016 г.
37. «Метеорология. Погода на Земле» Вайсберг Дж 1980 г.
38. «Прогноз погоды здесь и сейчас» Алан Ваттс. 2015 г.
39. «Атлас погоды. Атмосферные явления и прогнозы» Сторм Данлоп 2010 г.
40. «Гидрометеорологическое обеспечение яхтинга» Никитин Г.А. 2011 г.
41. «Погода и приливы. Практическое пособие для яхтсменов» В. Буслаев 2012 г.
42. «Метеорология» Варбанец Т.В. 2008 г.
43. «Занимательная метеорология» Т.Н. Кладо, Д.О Святский 2020 г.

ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ И РОДИТЕЛЕЙ:

1. Григорьев, Н., Каракулин, К. Школа яхтенного капитана / Н. Григорьев, К. Каракулин. – М., 1968. – 400 с.
2. Коровельский, Д. Тактика парусных гонок / Д. Коровельский. – М., 1952. – 111с.
3. Яскевич, А., Раховецкий, А. ППСС в вопросах и ответах / А. Яскевич, А. Раховецкий. – М., 1969. – 479 с.
4. «Школа яхтенного рулевого» Н.В. Григорьев, Д.Н. Коровельский, Е.П. Леонтьев, 1974 г.
5. Эльвстрем П. «Искусство плавания под парусами» / П. Эльвстрем - М. 1990
6. «Подготовка яхтсмена-гонщика» Ларин Ю.А., Пильчин Ю.В. 1981 г.
7. «Стартовать, чтобы побеждать» Твайнэйм Э. 1979 г.
8. «Справочник яхтсмена» Б.Бонд. 1999 г.
9. «Морская навигация. Практическое пособие для яхтсменов» Акатьев С. 2011г.
10. «Яхтенный капитан» Ватрунин В. 2012 г.

11. «Теория плавания под парусами» Мархай Ч. 2011 г.
12. «Технологии подготовки в парусном спорте» Акименко В. 2010 г.
13. «Морская практика в картинках» Харальд Шварцлозе, Роберт Дас 2014 г.
14. «Плавание под парусом: ветер волнение и течения» Ян Проктор 1981г.
15. Настройка гоночной яхты» Билл Гладстоун. 2009 г.
16. «Настройка парусов и такелажа» Ивар Дедекам. 2007 г.
17. «Международные правила парусных гонок 2021 – 2024 (ППГ-21)» Всероссийская федерация парусного спорта 2021 г.
18. «Правила плавания по внутренним водным путям Российской Федерации» АО "ЦНИИМФ" 2018 г.
19. «Международные правила предупреждения столкновений судов в море»
20. Г. Н. Шарлай МППСС-72 с комментариями. М. Моркнига 2017 г.
21. «Пособие по такелажным и палубным работам» Писаревский М.М. 1977 г.
22. «Морские узлы, фалы, лини» П. Бывальцев 2003 г.
23. «Учимся вязать узлы» Сафроненко В. М. 1999 г.
24. «Морские узлы в обиходе» Джарман К. 2010 г.
25. «Основы навигации. Практический опыт капитана» А.Е. Селезнев. 2008 г.
26. «Навигация и лоция» Григорян В.Л., Дмитриев В.И., Катенин В.А. 2007 г.
27. «Морская навигация. Практическое пособие для яхтсменов» С. Акатьев. 2011 г.
28. «Навигация на яхте» С. Акатьев 2016 г.
29. «Метеорология. Погода на Земле» Вайсберг Дж 1980 г.
30. «Прогноз погоды здесь и сейчас» Алан Ваттс. 2015 г.
31. «Атлас погоды. Атмосферные явления и прогнозы» Сторм Данлоп 2010 г.
32. «Гидрометеорологическое обеспечение яхтинга» Никитин Г.А. 2011 г.
33. «Погода и приливы. Практическое пособие для яхтсменов» В. Буслаев 2012 г.
34. «Метеорология» Варбанец Т.В. 2008 г.
35. «Занимательная метеорология» Т.Н. Кладо, Д.О Святский 2020 г.

Электронные ресурсы:

1. Официальный сайт Всероссийской федерации парусного спорта https://rusyf.ru/
2. Дельные вещи: http://morez.ru/delne-veshhi-sudna
3. Морские узлы: http://proboating.ru/articles/howto/boating-knots/ https://yandex.ru/video/preview/?filmId=19215290727470804 75&source=tabbar&text=%D0%BC%D0%BE%D1%80%D1%81%D0%BA%D0%B8%D0%B5%20%D1%83%D0%B7%D0%BB%D1%8B
4. Правила парусных гонок: http://www.parusniy-sport.org/pravila-sorevnovaniy
5. Играем в правила парусных гонок: http://game.finckh.net/indexrus.htm
6. Курсы яхты относительно ветра, теория работы паруса: https://wind-sail.ru/sail/kak-rabotaet-parus/
7. Швертбот оптимист (обучающий курс): https://www.youtube.com/watch?v=ahxzIqWRXDc&t=14s
8. Вооружение швертбота Лазер/Луч: https://www.youtube.com/watch?v=Wk0UD28GM5E
9. Природа ветра, его виды, характеристики: https://tvoiklas.ru/zirkuliazia-atmosferi/ https://www.youtube.com/watch?time_continue=597&v=bUbEWJVSCAI&feature=emb_logo
10. Метеорология (видеоурок): https://www.youtube.com/watch?v=lf3azwRyeoM
11. Душа - это парус. Ветер - жизнь. Документальный фильм о жизни яхтсменов: https://youtu.be/EXc3hvzcurU
12. Искусство плавания под парусами П. Эльвстрем: http://yacht-com.ru/articles/training/iskustvo-plavanija-pod-parusami-paul-yelvstrem
13. Эрик Твайнэйм «Стартовать, чтобы побеждать»: http://yacht-com.ru/articles/training/yerik-tvainyeim-startovat-chtoby-pobezhdat

14. Ян Проктор «Плавание под парусом»: http://yacht-com.ru/articles/training/plavanie-pod-parusom-jan-proktor
15. Виртуальная регата (приложение для смартфона) https://play.google.com/store/apps/details?id=com.virtualregatta.inshore&hl=ru

Приложение 1

Диагностическая карта результативности освоения дополнительной общеразвивающей программы

Наименование программы _____
Наименование творческого объединения _____
Учебный год _____
Группа ____ Год обучения ____
ФИО педагога _____ подпись _____

№	ФИО учащегося	Знания и мастерство						Личностное и социальное развитие					
	Формирование знаний, умений, навыков по разделам образовательной программы (предметные результаты)	Формирование знаний, умений, навыков (предметные результаты)			Формирование общеучебных способов деятельности (метапредметные результаты)			Развитие личностных свойств и способностей (личностные результаты)			Формирование ключевых компетенций		
		входная	промежуточная	итоговая	входная	промежуточная	итоговая	входная	промежуточная	итоговая	входная	промежуточная	итоговая
1.													
2.													
3.													
4.													
5.													
6.													
7.													
8.													
9.													
10.													
11.													

				Знания и мастерство		Личностное и социальное развитие	
Показатели	**Уровень**	**Баллы**	**Освоение разделов программы**	**Формирование знаний, умений, навыков (предметные результаты)**	**Формирование общеучебных способов деятельности (метапредметные результаты)**	**Развитие личностных свойств и способностей (личностные результаты)**	**Формирование ключевых компетенций**
Критерии оценивания	недостаточный (низкий)	0	менее 1/3 программного материала	Знание (воспроизводит термины, понятия, представления, суждения, гипотезы, теории, концепции, законы и т.д.)	Выполнение со значительной помощью кого-либо (педагога, родителя, более опытного обучающегося)	Ниже возрастных, социальных, индивидуальных норм.	Знание элементарных норм, правил, принципов
	достаточный (средний)	1	1/3 - 1/2 программного материала	Понимание (понимает смысл и значение терминов, понятий, гипотез и т.д., может объяснить своими словами, привести свои примеры, аналогии)	Выполнение с помощью кого-либо (педагога, родителя, более опытного обучающегося)	В соответствии с возрастными, социальными, индивидуальными нормами	Усвоение элементарных норм, правил, принципов по инициативе "извне" (педагог, родители)
	оптимальный	2	Более 1/2 - 2/3	Применение, перенос внутри предмета (использует знания и умения в сходных учебных ситуациях)	Выполнение при поддержке, разовой помощи, консультации кого-либо	В соответствии с возрастными, социальными, индивидуальными нормами	Эмоциональная значимость (ситуативное проявление)
	высокий	3	2/3 - практически полностью	Овладение, самостоятельный перенос и другие предметы и виды деятельности (осуществляет взаимодействие уже имеющихся знаний, умений и навыков с вновь приобретенными; использует их в различных ситуациях; уверенно использует в различных ситуациях; уверенно использует в ежедневной практике)	Самостоятельное построение, выполнение действий, операций.	Выше возрастных, социальных, индивидуальных норм.	Поведение, построенное на убеждении; осознание значения смысла и цели.

Приложение 2

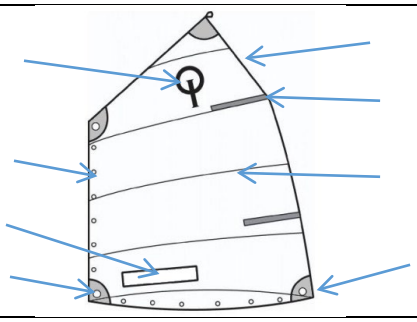
Учебно-методический комплект к дополнительной общеразвивающей программе «Под парусом»

№ п/п	Раздел программ	Тема	Дидактический материал, техническое оснащение занятие	Электронно-образовательный ресурс
1.	Плавательская практика. Управление швертботами.	Плавательская практика. Выход на воду. Старт, дистанция финиш.	Инструкция по технике безопасности на воде. Швертбот «Оптимист», «Кадет», «Луч», «Ракета-270» (экипировка)	Видео: «Технология спорта – парусный спорт» ч.1 youtube.com/watch?v=D3-WrcLmUgQ
		Выход на воду, управление спинакером.		
		Выход на воду, поворот оверштаг и фордевинд.		Видео: «Технология спорта – парусный спорт» ч.2 yachting4u.ru/video/tehnologi-sport...
		Выход на воду, управление на острых полных курсах.		
		Выход на воду, опрокидывание и восстановление швертбота.		Видео: «Технология спорта – парусный спорт» ч.3 fassen.net/show/парусный спорт
		Выход на воду, дрейф, движение задним ходом.		
		Выход на воду, настройка мачты, гика, спинакер гика.		Видео: «Все о парусах» deckofficer.ru/titul/handbook/item/...
		Выход на воду, управление стакселем, гротом.		
		Выход на воду, инерция, циркуляция, глиссирование.		Видео: «Летучий голландец» youtube.com/watch?v=6MdYDDxkK24
		Выход на воду, старт, дистанция, финиш.		Презентация на тему: «Мир спорта моими глазами»
		Закрытие навигации, подъем и разоружение яхт.		
2.	Повышение парусного мастерства.	Зимовка судна. Спуск на воду и вооружение яхты		Презентация: «Каспий – море дружбы»
		Одежда и страховочное снаряжение.		
		Буксировка парусных судов.		Видео: «Осенние паруса» youtube.com/watch?v=qfMMmTsNlR0
		Курсы и галсы яхты относительно ветра.		
		Лавировка, повороты оверштаг и фордевинд		Видео: «Семь футов под килем» nofollow.ru/video.php?c=jzNdNUmkfVM
		Истинный, курсовой и вымпельный ветер.		
		Постановка и уборка парусов, управление парусами. Взятие рифов на стоянке и на ходу.		Презентация: «Русская миля»
		Опрокидывание и восстановление		

		парусных судов.		
		Правила расхождения парусных судов.	Нормативные документы (правила парусных гонок, правила парусных соревнований)	Презентация: «Паруса над океаном»
		Команда и обязанности экипажа при уборке и постановке рангоута и парусов.		
		Подход и отход от берега, причала, бочки под парусом.		Презентация: «Отшельников тянет в открытое море»
		Спасение человека, упавшего за борт, первичная помощь на борту.	Плакат «Спасение человека, упавшего за борт»	
		Соревнования по парусным гонкам: старт, дистанция, финиш.	Нормативные документы (правила парусных гонок, правила парусных соревнований)	Видео: «На встречу волнам» wwportal.com/veter-volny-optimist-v...
3.	Такелажные работы	Такелажные работы инструмент, марки, силесни, огоны.	Плакат «Такелажные работы» (буксирный трос, конец, огон).	
4.	Основы гидрометеорологии.	Понятие погоды, дневные изменения погоды. Прогнозирование погоды.	Схема « Гидрометеорологии» (ветер, шторм, ураган, торнадо)	Видео: «Парусный корабль» masik.tv/parusnyiy-korabl/
		Ветры, местные ветры		
		Штормы, торнадо, ураганы. Причины тумана.		Презентация: «Когда человек начал плавать под парусом?»
		Барометры, карты погоды		
		Происхождение приливов, приливные течения, волновой режим, школа волнений.		Видео: «Спорт и ребенок» video.komarovskiy.net/shkola-doktor
6.	Речная и морская лоция.	Речная и морская лоция. Общие сведения и терминология.	Таблица « Терминология» (знаки береговые, плавучие, навигационные оборудования)	
		Берега и образования в русле.		Видео: «Спасение человека» aweira.ru/video/podvodnie-semki/kur
		Внутренних водных путях. Знаки береговые, плавучие.		
		Ориентирование и выбор курса. Проверка правильности курса		Видео: «Паруса «Крузенштерна»» kmrk.ru/news/detail.php?CODE=tri_vi...
		Морская и береговая зона. Средства навигационного оборудования.		
7.	Движение, маневрирование и стоянка судов.	Движение, маневрирование и стоянка судов. Безопасная скорость.	Таблица « Расхождение и обгон скоростных судов» (мосты, шлюзы, канатные переправы).	Презентация: «На полных парусах»
		Особые обстоятельства, особые случаи буксировки и толкания.		
		Расхождение и обгон скоростных судов. Расхождение судов с плотовыми составами, обгон судов, составов		Видео: «Виндсерфинг – экстремальный вид спорта» nofollow.ru/video.php?c=pJLVgiznByo
		Прохождение не просматриваемых и затруднительных участков, мостов, шлюзов и канатных переправ.		
		Прохождение мимо дноуглубительных и		Видео: «Технологии спорта – парусный спорт»

		дноочистительных снарядов и судов.		часть 3. fassen.net/show/парусный спорт
		Расхождение и обгон маломерных и парусных судов.		
		Якорная стоянка, рейд.		Слайд под музыку с парусами: «Парусные корабли» youtube.com/watch?v=m4mndkbV0gQ
		Эффективное управление яхтой при различных направлениях ветра.		
		Подготовка яхты к плаванию в штормовых условиях.		
		Выход на воду, откренивание яхты.		

Примерный перечень вопросов контрольного опроса

№	Вопрос	Ответ
1.	Перечислите основные правила техники безопасности при проведении занятий на воде	
2.	Перечислите стоячий такелаж яхты «Плуто-800»	
3.	Перечислите палубное оборудование яхты «Плуто-800»	
4.	Дайте определение термину «лавировка», какие курсы относительно ветра применимы на лавировке?	
5.	Сформулируйте 11-е правило части 2 ППГ «На одном галсе, связаны»	
6.	Опишите страховочное снаряжение яхтсмена	
7.	Какие детали парусов изображены на иллюстрации?	
8.	Перечислите навигационные приборы, используемые на парусной яхте, дайте им определение.	
9.	Назовите причину возникновения ветра. Какой ветер меняет своё направление два раза в сутки?	

10.	Перечислите, что необходимо проверить на крейсерской яхте для безопасного выхода.	
11.	Что такое твист паруса? С помощью каких снастей настраивается твист грота?	
12.	О чём свидетельствует заполаскивание «колдунчиков» на подветренной стороне паруса?	
13.	Что надо сделать в гонке для эффективного старта ?	
14.	Дайте определение «связанности» парусных яхт (напишите развернутый ответ)	
15.	Является ли яхта в гонке препятствием для других яхт (напишите развернутый ответ)	