

Департамент образования и науки Костромской области  
Государственное бюджетное учреждение  
дополнительного образования Костромской области  
"Центр научно-технического творчества и  
детско-юношеского туризма "Истоки"

Принята

на заседании педагогического совета  
протокол № 1  
от «14» 09 2021 г.



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
туристско-краеведческой направленности

## Туризм и ориентирование под парусом и на местности

Возраст обучающихся: **8 – 17 лет**  
Срок реализации: **3 года**

**Автор:**  
педагог дополнительного  
образования  
Ефимов Александр Николаевич

**Программу реализует:**  
педагог дополнительного  
образования  
Ефимов Александр Николаевич

Кострома 2021

## Пояснительная записка

Костромская область расположена в центральной части Восточно-Европейской (Русской) равнины и является одной из самых насыщенных водными объектами центральной части России. В области насчитывается более 3100 рек и речек, общей протяженностью около 14700 км, из них длиной от 10 до 100 км – 535 рек, длиной свыше 1 км – 22 реки. В пределах области протяженность Волги 82 км. Самые крупные притоки реки Волги: левые – реки Кострома, Унжа, Ветлуга, Покша; правые – Солоница, Шача, Кубань. Часть Костромской низины с группой озер (Великое, Идоломское и др.) затоплены Костромским водохранилищем (площадью 260 км<sup>2</sup>). На территории области более 50 различных по размерам озер. Крупнейшие озера Костромской области – Галичское (площадь водной поверхности равна 77 км<sup>2</sup>), Чухломское (43,5 км<sup>2</sup>) и поэтому путешествие на парусных яхтах наиболее увлекательный вид водного туризма в нашем регионе, а также привлекает все больше и больше детей, юношей и девушек. Путешествия по воде под парусом сочетают в себе активный отдых, физическое воспитание и элементы познания. Преодоление препятствий на воде в виде очень сильного или слабого ветра, необорудованного берега на обеденных и ночных стоянках, воспитывает у участников такого туристического похода по воде на парусной яхте коллективизм, взаимную выручку и дисциплину, вырабатывает смелость, выносливость, находчивость, самостоятельность в принятии решений по управлению парусным судном, развивает инициативу.

Особенностью этой программы является адаптация программы подготовки яхтенных рулевых и туристических дисциплин для детей среднего и старшего возраста. В результате освоения программы, дети получают представления об устройстве и управлении парусной яхтой, ориентированию на водных внутренних путях, береговых и плавучих навигационных знаках, познакомятся с особенностями водного туризма, снаряжении водного туризма. Важным элементом является формирование у детей экологического сознания. Программа составлена с учетом использования небольших парусных яхт как основного вида судов и предусматривает приобретение учащимися знаний и навыков, необходимых при проведении водного путешествия на судне под парусом. Учебно-тренировочное путешествие должно рассматриваться как обязательный элемент подготовки туристов на небольших парусных судах. Основная задача путешествия – отработка технических навыков в управлении парусным судном, приобретения опыта туризма, повышения физической подготовленности.

Учебная работа по подготовке туристов на парусных яхтах проводится на теоретических и практических занятиях, а также одно-, двух-, трехдневных походах, предусмотренных календарным учебным графиком и учебным расписанием.

**Адресат программы.** Программа предназначена для обучающихся в возрасте 8-17 лет, не имеющих медицинских противопоказаний. Рекомендуемый оптимальный состав группы – 10-12 человек примерно одного возраста. Состав групп является постоянным. На тренировках на воде, в учебно-тренировочных выездах и соревнованиях, состав групп может быть переменным и разного возраста.

Программа рассчитана на **3 года** обучения.

Время, отведенное на обучение составляет 144 учебных часа в год, всего 432 часа.

**Направленность** дополнительной образовательной общеразвивающей программы «Туризм и ориентирование под парусом и на местности» - туристско-краеведческая.

**Актуальность.** Программа отвечает заинтересованности обучающихся в формах активного отдыха. В ходе освоения программы выявляются физические, интеллектуальные, социально-возрастные возможности обучающихся. Программа учит принимать ответственные решения в управлении парусной техникой на воде, способствует формированию здорового образа жизни, развитию умственных и физических способностей, укреплению здоровья, выносливости, терпения, самореализации, самостоятельности и работе в составе команды. За время походов на судах с парусным вооружением учащиеся изучают природу Костромского края, расширяют кругозор и знание гидрографии региона.

Программа актуальна в свете постановления администрации Костромской области от 8 апреля 2014 года N 130-а «Об утверждении государственной программы "Развитие культуры и туризма Костромской области"» (с изменениями на 29 марта 2021 года).

**Новизна.** Данный вид деятельности не предусматривается программами средних общеобразовательных организаций, но дает возможность для саморазвития и самореализации, удовлетворения двигательной активности обучающихся детей. В водных походах на парусных яхтах обучающиеся выполняют не только поставленные задачи по водному туризму на парусной яхте, но и участвуют в природоохранных акциях, занимаются общественно полезной деятельностью.

**Педагогическая целесообразность.** Занятия водным туризмом на парусной яхте содействует укреплению здоровья, развитию физических

качеств, повышению уровня двигательных и функциональных способностей детского организма, развитию наблюдательности, концентрации внимания и умения принимать правильные решения по управлению парусной яхтой.

Обучающиеся по этой программе имеют возможность реализоваться в двигательной и умственной деятельности, изучать уникальную природу Костромского региона с водных объектов. Основная форма проведения практических занятий – занятия на воде и на местности в тренажере яхты. Задачи и содержание занятий должны определяться в зависимости от времени года и погоды, целей занятий, состава занимающихся.

**Образовательная и воспитательная деятельность по реализации данной программы соответствует нормативным документам:**

- Указ Президента РФ от 07.05.2012 г. № 599 «О мерах по реализации государственной политики в области образования и науки»;

- Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- Указ Президента РФ от 01.06.2012 г. № 761 «Об утверждении «Национальной стратегии действий в интересах детей Российской Федерации»;

- Приказ Министерства просвещения России от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Указ Президента РФ от 29.05.2017 г. № 240 «Об объявлении в Российской Федерации Десятилетия детства (2018 – 2027)»;

- Письмо Минобрнауки России от 11.12.2006 г. «Об организации туристско-краеведческой и экскурсионной работы с учащимися»;

- Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 г. № 09 – 3242 «О направлении информации (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»;

- Приказ Министерства просвещения РФ от 03.09.2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития систем дополнительного образования детей»;

- Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 г. № 996 «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;

- Совет при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и приоритетным проектам (протокол от 30.11.2016 г. №11) утвержден приоритетный федеральный проект «Доступное дополнительное образование»;

- Резолюция Генеральной Ассамблеи ООН от 20.11.1989 г. № 44/25 «Конвенция о правах ребенка» (подписана в СССР 15.09.1990 г.);

- Федеральный закон от 24 июля 1998 г. N 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребёнка в Российской Федерации»;

- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи".

#### **Цель программы:**

Создание оптимальных условий для формирования четкой гражданской позиции обучающихся путем приобщения к общественным ценностям и нравственным нормам посредством обучения туризму и ориентированию по водным объектам региона на парусных яхтах.

#### **Воспитательная задача:**

- решение проблем социализации, адаптации и личностного роста обучающихся, формирование умения общаться в коллективе;

- воспитание патриотизма, любви к родному краю, чувства дружбы;

- приобщение к здоровому образу жизни, туризму, спортивным играм;

- формирование разносторонних знаний об истории родного края, его культурного наследия;

- популяризация туризма на парусных яхтах и повышение интереса к речному-морскому делу, к приобретению и совершенствованию знаний, умений и навыков по управлению парусной яхтой;

- воспитывать в обучающихся чувство коллективизма, взаимовыручки и взаимопомощи;

- воспитание волевых и морально-этических качеств личности.

#### **Развивающие задачи:**

- развитие чувства патриотизма в процессе изучения истории и традиций флота России, истории России и Костромской области;

- развитие устойчивого интереса к речному-морскому делу, туризму по водным объектам на парусных яхтах;

- мотивация обучающихся на туризм и здоровый образ жизни;

- общефизическое развитие.

#### **Образовательные задачи:**

- ознакомить с физическими основами плавания парусных судов, с принципами их устройства и действия;

- дать первоначальные сведения по истории мореплавания, краеведению, туризму на парусных яхтах;

- познакомить с основными этапами развития мирового парусного флота, флота России с древнейших времен по настоящее время;
- закреплять и расширять знания, умения и навыки по безопасности туриста на парусной яхте и природе, оказание помощи при различных травмах;
- научить основам судоремонта и судовождения парусных яхт на внутренних водных путях Костромской области;
- ознакомить с силами, действующими на корпус, рангоут и парус яхты, с принципами устройства парусного вооружения парусных яхт (преодоление этих сил конструктивными методами):

**Оздоровительные задачи:**

- оздоровление организма обучающегося в процессе туристско-парусно-спортивной деятельности и общения с природой;
- повышение мышечной активности в результате физической нагрузки.

**Сроки реализации образовательной общеразвивающей программы:**

3 года (1-й год обучения – 144 часа, 2-й год обучения – 144 часа, 3-й год обучения – 144 часа).

**Возраст учащихся:** 8-17 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.

**Форма обучения:** очная

**Формы занятий.** Занятия по данной программе проводятся в теоретической и практической форме как в помещении, так и на открытом воздухе и воде, учебное занятие, тренировка, зачет, экскурсия. Теоретические занятия проводятся в форме лекций и бесед, практические занятия тесно связаны с прохождением теории каждого раздела программы для закрепления навыков управления парусной техникой на воде.

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

**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 коллективе групп доброжелательной товарищеской обстановки, что способствует развитию индивидуальных качеств каждого обучающегося.

**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 яхт;
- Основные обязанности шкотового матроса и рулевого парусной яхты;
- Управление яхтой под парусом;
- Как получить максимальную силу тяги парусов и обеспечить при этом безопасность плавания в любых ветровых, волновых и навигационных условиях;
- Основы навигации и лоции в районе плавания, его особенности;
- Основы метеорологии и определять погодные условия, чтобы предвидеть их изменения;
- Такелажное дело;
- Действия яхтсмена 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, управлять парусной яхтой;
- 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 туристической плавательной практики на парусной яхте.

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

а) в однодневной летней туристической плавательной практике на парусной яхте;

б) участие в многодневном дальнем туристическом походе на парусной яхте по судовой роли (матросом или яхтенным рулевым).

#### **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 туристическим походам по водным объектам на парусной яхте.



## 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.	2	2	0	Текущий опрос
2.	История развития флота РФ от древнейших времен до Крымской войны	16	14	2	Текущий опрос
3.	История развития флота в мире и яхтенного туризма. Особенности океанов. Животный и растительный мир океанов	15	12	3	Текущий опрос
4.	История и география Костромской области	4	1	3	Текущий опрос
5.	Конструкция и устройство парусной яхты (КиУПЯ) (шверботы «Оптимист», «Кадет»)	8	4	4	зачет
6.	Конструкция парусного вооружения (КПВ) (шверботы «Оптимист», «Кадет»)	8	4	4	зачет
7.	Теория движения парусной яхты (ТДПЯ)	8	4	4	зачет
8.	Такелажное дело	12	2	10	Проверка правильности вязания морских узлов
9.	Управление парусной яхтой (УПЯ)	12	6	6	зачет
10.	Навигация и лоция (Нил)	16	14	2	опрос
11.	Метеорология (М)	4	3	1	опрос
12.	Оказание первой помощи	5	2	3	Проверка правильности навыков оказания помощи
13.	Безопасность плавания.	4	2	2	зачет
14.	ОФП - общефизическая подготовка	8	0	8	зачет
15.	Спортивное ориентирование	8	0	8	зачет
16.	Основы туристской подготовки	10	0	10	тестирование
17.	Зачёт по всему курсу	4	2	2	зачет
	<b>Всего по разделу:</b>	<b>144</b>	<b>65</b>	<b>79</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.	2	2	0	Текущий опрос
2.	История развития флота РФ от Крымской войны до настоящего времени	16	14	2	Текущий опрос
3.	Развития в мире яхтенного туризма и спорта	5	5	0	Текущий опрос
4.	История и география Костромской области	4	1	3	Текущий опрос
5.	Конструкция и устройство парусной яхты (КиУПЯ) (шверботы «Ёрш», «Луч»)	8	4	4	зачет
6.	Конструкция парусного вооружения (КПВ) (шверботы «Ёрш», «Луч»)	8	4	4	зачет
7.	Теория движения парусной яхты (ТДПЯ)	8	4	4	зачет
8.	Такелажное дело.	12	2	10	Проверка правильности вязания морских узлов
9.	Управление парусной яхтой (УПЯ)	12	6	6	зачет
10.	Навигация и лоция (НиЛ)	16	14	2	опрос
11.	Судовые работы	10	0	10	
12.	Метеорология (М)	4	3	1	опрос
13.	Оказание первой помощи	5	2	3	Проверка правильности навыков оказания помощи
14.	Безопасность плавания.	4	2	2	зачет
15.	ОФП - общефизическая подготовка	8	0	8	зачет
16.	Спортивное ориентирование	8	0	8	зачет
17.	Основы туристской подготовки	10	0	10	тестирование
18.	Зачёт по всему курсу	4	2	2	зачет
	<b>Всего по разделу:</b>	<b>144</b>	<b>65</b>	<b>79</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.	2	2	0	Текущий опрос
2.	Новейшие проекты надводных и подводных кораблей ВМФ России, морского и речного транспорта.	16	2	14	Рефераты по проектам
3.	Современная техника в яхтенном туризме и спорте	5	5	0	Текущий опрос
4.	История и география Костромской области	4	1	3	Рефераты по проектам
5.	Конструкция и устройство парусной яхты (КиУПЯ) (шверботы «Ёрш», «Луч»)	8	4	4	зачет
6.	Конструкция парусного вооружения (КПВ) (шверботы «Ёрш», «Луч»)	8	4	4	зачет
7.	Теория движения парусной яхты (ТДПЯ)	8	4	4	зачет
8.	Такелажное дело.	12	2	10	Проверка правильности вязания морских узлов
9.	Управление парусной яхтой (УПЯ)	12	6	6	зачет
10.	Навигация и лоция (НиЛ)	16	14	2	опрос
11.	Судовые работы	10	0	10	
12.	Метеорология (М)	4	3	1	опрос
13.	Оказание первой помощи	5	2	3	Проверка правильности навыков оказания помощи
14.	Безопасность плавания.	4	2	2	зачет
15.	ОФП - общефизическая подготовка	18	0	18	зачет
16.	Спортивное ориентирование	8	0	8	зачет
17.	Основы туристской подготовки	10	0	10	тестирование
18.	Зачёт по всему курсу	4	2	2	зачет
	<b>Всего по разделу:</b>	<b>144</b>	<b>53</b>	<b>91</b>	

## Содержание программы

### 1-й год обучения

#### 1. Инструктаж по ТБ. Вводный урок. (2 часа)

Знакомство детей друг с другом, педагогом. Правила по технике безопасности. Ознакомление детей с программой и разделами, изучаемыми на протяжении всего года.

#### 2. История развития флота РФ от древнейших времен до Крымской войны (16 часов)

Зарождение и развитие судостроения и судоходства. Плавание славян по Русскому (Чёрному), Каспийскому, Средиземному, Белому и Баренцевому морям. Типы судов: однодеревка и набойная ладья. Возникновение и развитие судостроительных верфей в Архангельске, Нижнем Новгороде, Казани и Астрахани. Ознакомление с историей ботика Петра I, его нахождение. Назначение кайзер - флага. Борьба России за выход к Азовскому и Чёрному морям. Осада турецкой крепости Азова. Строительство Петром Первым Азовского флота. Постановление Боярской Думы «Морским судам быть». Взятие крепости Азов. Северная война со Швецией (1700 -1721гг.) Основание Санкт-Петербурга и адмиралтейства. Полтавская битва. Кронштадт. Морские сражения при Гангуте и Гренгаме. Выход на Балтийское море. Создание Академии наук и её тесная связь с флотом. Выход России в число великих морских держав. Упадок флота во времена биронщины. Война с Турцией (1735 - 1799гг.) Донская и Днепровская флотилии. Война с Пруссией и Англией (1756 -1763гг.) Вступление русских войск в Берлин. Война с Турцией (1768 - 1774гг.) Строительство Черноморского флота. Чесменское сражение. Подтверждение прав России на Крым и Кубань, свободный выход к Чёрному морю. Война с Турцией и Францией (1787 - 1799гг.) Сражение в Керченском проливе. Взятие Корфы. Вступление русских войск в Рим. Подвиг брига «Александр». Флот в Отечественной войне в 1812г. Архипелагские экспедиции русского флота. Наваринское сражение с турецко-египетским флотом в 1827г. Подвиг экипажа брига «Меркурий». Строительство последних парусных линкоров. Крымская война (1853 - 1855гг.). Синопское сражение. Флот в обороне Севастополя. Сражение с англо-франко-турецкой коалицией.

#### 3. История развития флота в мире и яхтенного туризма (15 часов)

Развитие флота, путешествие вместе со знаменитыми мореплавателями прошлого - первооткрывателями новых земель(Христофор Колумб, Фернандо Магеллан, Афанасий Никитин, Васко Да Гамо, Михаил Лазарев, Фаддей Беллинсгаузен. Характерные особенности каждого из океанов: Атлантического, Северного Ледовитого, Индийского и Тихого. Изучение животного и растительного мира населяющего каждый из океанов: акула, морской слон, морской котик, дельфин, морж, тюлень, пингвин.

#### **4. История и география Костромской области (4 часа)**

История становления Костромской области. « Без Костромы наш флот не полон» - знаменитые граждане Костромской области, связанные с флотом России. Особенности географического положения и гидрология.

#### **5. Конструкция и устройство парусной яхты (КиУПЯ) (шверботы «Оптимист», «Кадет») (8 часов)**

Виды парусных яхт по конструкции корпуса. Устройство килевой яхты. Устройство швербота. Основные размерения яхты. Остойчивость килевой яхты и швербота. Детали и части корпуса килевой яхты. Детали и части корпуса швербота. Рангоут. Стоячий такелаж. Бегучий такелаж. Якорное устройство. Швартовое устройство. Дельные вещи.

#### **6. Конструкция парусного вооружения (КПВ) (шверботы «Оптимист», «Кадет») (8 часов)**

Названия парусов. Материалы парусов. Наименования углов парусов. Детали парусов и мачты. Шкаторины парусов. Способы крепления парусов. Лебёдки, тали, блоки. Настройка паруса на различные ветровые . Взаимодействие стакселя и грота.

#### **7. Теория движения парусной яхты (ТДПЯ) (8 часов)**

Инерция яхты, плавучесть, остойчивость шверботов и килевых яхт. Крен и дифферент. Крен и дифферент на разных курсах. Устойчивость на курсе, поворотливость, маневренность. Влияние крена на сопротивление корпуса. Причины опрокидывания яхт на разных курсах. Выбор парусов на сильный и слабый ветер. Гидродинамическая сила. Глиссирование. Лавировка - движение яхты против ветра. Угол атаки для установки парусов в зависимости от направления ветра. Действие руля при переднем и заднем ходе. Центровка и управляемость яхты. Мореходные качества судна.

#### **8. Такелажное дело (12 часов)**

Прямой узел. Двойной прямой. Беседочный узел. Двойной беседочный. Узел «восьмёрка». Узлы штык, штык с обносом, штык со шлагом, «рыбацкий штык», задвижной штык. Выбленочный узел. Буксирный узел. Шкотовый узел. Брамшкотовый узел. Рифовый узел. Ведерный. Удавка. Шлюпочный. Топовый. Марка. Варианты швартовки на кнехт, битенг, утку.

#### **9. Управление парусной яхтой (УПЯ) (12 часов)**

Курсы яхты относительно ветра . Постановка и уборка парусов. Острые и полные курсы. Привестись, увалиться. Дрейф. Подветренная и наветренная сторона яхты. Смена галса. Управление парусами. Настройка парусов. Техника ведения яхты на лавировке. Поворот оверштаг. Поворот через фордевинд. Влияние других яхт на скорость яхты на лавировке. Выбор пути на курсе фордевинд. Отработка отходов-заходов ветра на лавировке. Переворот швербота. Выполнение поворотов при сильном волнении. Управление яхтой под спинакером (геннакером). Действия при снятии с мели. Подход и отход от причала Буксировка яхты.

#### **10. Навигация и лоция (НиЛ) (16 часов)**

Форма и размеры Земли . Географические координаты. Компас и его использование. Единицы длин и скорости, принятые в кораблевождении.

Лаг, лот, эхолот. Современные приборы для определения местоположения судна. Морские и речные навигационные карты Фарватер (судовой ход). Системы ограждения опасностей (латеральная, кардинальная). Средства ограждения (плавучие и береговые). Расхождение парусных судов с катерами и крупными судами. Сигналы, подаваемые судами с механическим двигателем.

#### **11. Метеорология (М) (4 часа)**

Давление и температура воздуха. Связь температуры воздуха и давления. Ветер – причины возникновения. Глобальная циркуляция воздуха в атмосфере, зоны переноса. Градиентный ветер и влияние на него силы Кориолиса. Погодные системы – циклоны и антициклоны. Изобары на метеокарте. Чтение метеокарты. Градиентный (погодный ветер) и приземный ветер. Шкала Бофорта. Как определить шквал по внешним признакам. Облачность. Волна. Теплый и холодный фронт.

#### **12. Оказание первой помощи (5 часов)**

Перелом или сильный ушиб. Сильное кровотечение, порез. Переохлаждение и обморожение. Искусственное дыхание. Оказание первой помощи утопающему. Тепловой и солнечный удар. Помощь при отравлении. Непрямой массаж сердца. Укус насекомых.

#### **13. Безопасность плавания (БП) (4 часа)**

Правила безопасности плавания на яхтах. Проверка яхты перед выходом.

Правила безопасного поведения на палубе. Помощь находящимся в опасности (ЧЗБ). Действия при аварийных ситуациях: обрыв стоячего такелажа, поломка мачты, рулевого устройства, разрыв парусов, пробоина в корпусе.

#### **14. ОФП - общефизическая подготовка (18 часов)**

Спортивные коллективные игры волейбол, футбол, как социальный тренинг умения работать в команде и психологическая подготовка к работе на воде. Специальные силовые упражнения на тренажерах имитирующих швербот.

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

Изучение сторон горизонта. Обучение работы с компасом, ориентировки на местности по компасу. Обучение ориентировке на местности без компаса в любую погоду днём и ночью по различным местным признакам: по отдельно стоящему дереву, по муравейнику, по солнцу, по мху, по звёздам. Отработка изученного в туристическом походе на парусной яхте. Отработка изученного в походе. Обучение составлению плана местности с помощью условных изображений, соблюдая примерный масштаб. Движение по пересеченной местности бегом.

#### **16. Основы туристической подготовки (10 часов)**

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.

### **17. Зачет по курсу (4 часа)**

## **2-й год обучения**

### **1. Инструктаж по ТБ. Вводный урок. (2 часа)**

Знакомство детей друг с другом, педагогом. Правила по технике безопасности. Ознакомление детей с программой и разделами, изучаемыми на протяжении всего года.

### **2. История развития флота РФ от Крымской войны до настоящего времени (16 часов)**

Первое паровое судно «Елизавета» (1815г.) Первые военные корабли с паровой машиной. Фрегаты, корветы, клиперы. Брустверно-башенный броненосец «Пётр Великий». Война с Турцией (1877-1878гг.) Первое боевое применение мин и торпед. Русско-японская война (1904 - 1905гг.) Подвиг Крейсера «Варяг». Флот в обороне Порт - Артура. Цусимское морское сражение. Эсминец «Новиков». Строительство крейсеров. Проектирование и строительство линейных кораблей - дредноутов типа «Севастополя». Подводные лодки И.Г. Бубнова. Флот в годы Первой мировой войны. Действия флота на Чёрном море и Балтике. Основание Сибирской и Северной флотилий. Первый в мире подводный минный заградитель «Краб». Моонзундское сражение русского флота. Гражданская война. Восстановление флота и верфей после Гражданской войны. Первые плавания кораблей советского флота. Зарождение советского военного кораблестроения. Первые торпедные катера, сторожевые катера, сторожевые корабли типа «Ураган» и подводные лодки типа «Декабрист». Эсминцы типа «Гневный», лидеры типа «Ленинград» и крейсера типа «Киров». Подводные лодки типа «Ленинец», «Щука», «Малютка». Линкоры типа «Советский Союз» и крейсеров типа «Кронштадт» и «Чапаев». Подводные лодки типа «С». Новые тральщики и мониторы. Катера - охотники за подводными лодками. Состав флота к началу Великой Отечественной войны. Флот в обороне Одессы, Севастополя и Ленинграда. Действия речных флотилий. Военные моряки на сухопутных фронтах. Флот в войне с Японией. Авианесущие и ракетные крейсера. Большие противолодочные и сторожевые корабли. Атомные крейсера типа «Адмирал Ушаков»(бывший «Киров»). Корабли на подводных крыльях и воздушной подушке. Экранопланы. Первая атомная подводная лодка «Ленинский комсомол» и её поход подо льдом к Северному полюсу. Подводный флот. Новые мины и торпеды. Современные навигационные комплексы. Спутниковая навигация. Водолазное и спасательное дело на флоте.

### **3. История развития флота в мире и яхтенного туризма (5 часов)**

Развитие флота, современные путешественники (20 и 21 века). Характерные особенности каждого из океанов: Атлантического, Северного

Ледовитого, Индийского и Тихого. Изучение животного и растительного мира населяющего каждый из океанов: акула, морской слон, морской слон, морской котик, дельфин, морж, тюлень, пингвин.

#### **4. История и география Костромской области (4 часа)**

История становления Костромской области. « Без Костромы наш флот не полон» - знаменитые граждане Костромской области, связанные с флотом России. Особенности географического положения и гидрология.

#### **5. Конструкция и устройство парусной яхты (КиУПЯ) (шверботы «Ёрш», «Луч») (8 часов)**

Виды парусных яхт по конструкции корпуса. Устройство килевой яхты. Устройство швертбота. Основные размерения яхты. Остойчивость килевой яхты и швертбота. Детали и части корпуса килевой яхты. Детали и части корпуса швертбота. Рангоут. Стоячий такелаж. Бегучий такелаж. Якорное устройство. Швартовое устройство. Дельные вещи.

#### **6. Конструкция парусного вооружения (КПВ) (шверботы «Ёрш», «Луч») (8 часов)**

Названия парусов. Материалы парусов. Наименования углов парусов. Детали парусов и мачты. Шкаторины парусов. Способы крепления парусов. Лебёдки, тали, блоки. Настройка паруса на различные ветровые . Взаимодействие стакселя и грота.

#### **7. Теория движения парусной яхты (ТДПЯ) (8 часов)**

Инерция яхты, плавучесть, остойчивость швертботов и килевых яхт. Крен и дифферент. Крен и дифферент на разных курсах. Устойчивость на курсе, поворотливость, маневренность. Влияние крена на сопротивление корпуса. Причины опрокидывания яхт на разных курсах. Выбор парусов на сильный и слабый ветер. Гидродинамическая сила. Глиссирование. Лавировка - движение яхты против ветра. Угол атаки для установки парусов в зависимости от направления ветра. Действие руля при переднем и заднем ходе. Центровка и управляемость яхты. Мореходные качества судна.

#### **8. Такелажное дело (12 часов)**

Шлифовка навыков вязания морских узлов на правильность и время. Прямой узел. Двойной прямой. Беседочный узел. Двойной беседочный. Узел «восьмёрка». Узлы штык, штык с обносом, штык со шлагом, «рыбацкий штык», задвижной штык. Выбленочный узел. Буксирный узел. Шкотовый узел. Брамшкотовый узел. Рифовый узел. Ведерный. Удавка. Шлюпочный. Топовый. Марка. Варианты швартовки на кнехт, битенг, утку.

#### **9. Управление парусной яхтой (УПЯ) (12 часов)**

Курсы яхты относительно ветра . Постановка и уборка парусов. Острые и полные курсы. Привестись, увалиться. Дрейф. Подветренная и наветренная сторона яхты. Смена галса. Управление парусами. Настройка парусов. Техника ведения яхты на лавировке. Поворот оверштаг. Поворот через фордевинд. Влияние других яхт на скорость яхты на лавировке. Выбор пути на курсе фордевинд. Отработка отходов-заходов ветра на лавировке. Переворот швертбота. Выполнение поворотов при сильном волнении.



Управление яхтой под спинакером (геннакером). Действия при снятии с мели. Подход и отход от причала Буксировка яхты.

#### **10. Навигация и лоция (НиЛ) (16 часов)**

Форма и размеры Земли . Географические координаты. Компас и его использование. Единицы длин и скорости, принятые в кораблевождении. Лаг, лот, эхолот. Современные приборы для определения местоположения судна. Морские и речные навигационные карты Фарватер (судовой ход). Системы ограждения опасностей (латеральная, кардинальная). Средства ограждения (плавучие и береговые). Расхождение парусных судов с катерами и крупными судами. Сигналы, подаваемые судами с механическим двигателем.

#### **11. Судовые работы (10 часов)**

Осмотр, и ремонт корпуса яхты. Дельные вещи, установка и их использование. Осмотр, дефектация и ремонт рангоута и такелажа. Осмотр и дефектация парусов. Ремонт парусов. Боцманский шов. Косметический ремонт корпуса, руля, шверта, рангоута, такелажа. 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 на воде. Ремонт парусов - боцманский шов. Простые работы по ремонту парусов.

#### **12. Метеорология (М) (4 часа)**

Давление и температура воздуха. Связь температуры воздуха и давления. Ветер – причины возникновения. Глобальная циркуляция воздуха в атмосфере, зоны переноса. Градиентный ветер и влияние на него силы Кориолиса. Погодные системы – циклоны и антициклоны. Изобары на метеокарте. Чтение метеокарты. Градиентный (погодный ветер) и приземный ветер. Шкала Бофорта. Как определить шквал по внешним признакам. Облачность. Волна. Теплый и холодный фронт.

#### **13. Оказание первой помощи (5 часов)**

Перелом или сильный ушиб. Сильное кровотечение, порез. Переохлаждение и обморожение. Искусственное дыхание. Оказание первой помощи утопающему. Тепловой и солнечный удар. Помощь при отравлении. Непрямой массаж сердца. Укус насекомых.

#### **14. Безопасность плавания (БП) (4 часа)**

Правила безопасности плавания на яхтах. Проверка яхты перед выходом.

Правила безопасного поведения на палубе. Помощь находящимся в опасности (ЧЗБ). Действия при аварийных ситуациях: обрыв стоячего такелажа, поломка мачты, рулевого устройства, разрыв парусов, пробоина в корпусе.

#### **15. ОФП - общефизическая подготовка (8 часов)**

Спортивные коллективные игры волейбол, футбол, как социальный тренинг умения работать в команде и психологическая подготовка к работе на воде. Специальные силовые упражнения на тренажерах имитирующих швербот.

**16. Спортивное ориентирование (8 часов)**

Умение работать с картами на местности, топография. Движение по пересеченной местности бегом.

**17. Основы туристической подготовки (10 часов)**

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, галюна. Разведение огня и приготовление пищи. Правила пользования водой. Экологическая обстановка в районе и природоохрана.

**18. Зачет по курсу (4 часа)**

**3-й год обучения**

**1. Инструктаж по ТБ. Вводный урок. (2 часа)**

Знакомство детей друг с другом, педагогом. Правила по технике безопасности. Ознакомление детей с программой и разделами, изучаемыми на протяжении всего года.

**2. Новейшие проекты надводных и подводных кораблей ВМФ России, морского и речного транспорта. (16 часов)**

Устройство современных надводных и подводных кораблей. Тенденции и перспективы развития ВМФ России. Подводный флот. Новые мины и торпеды. Современные навигационные комплексы. Спутниковая навигация. Глубоководные аппараты. «Лошарик». Водолазное и спасательное дело на флоте.

**3. История развития флота в мире и яхтенного туризма (5 часов)**

Развитие флота, современные путешественники (20 и 21 века). Характерные особенности каждого из океанов: Атлантического, Северного Ледовитого, Индийского и Тихого. Изучение животного и растительного мира населяющего каждый из океанов: акула, морской слон, морской слон, морской котик, дельфин, морж, тюлень, пингвин.

**4. История и география Костромской области (4 часа)**

История становления Костромской области. « Без Костромы наш флот не полон» - знаменитые граждане Костромской области, связанные с флотом России. Особенности географического положения и гидрология.

**5. Конструкция и устройство парусной яхты (КиУПЯ) (шверботы «Ёрш», «Луч») (8 часов)**

Виды парусных яхт по конструкции корпуса. Устройство килевой яхты. Устройство швертбота. Основные размерения яхты. Остойчивость килевой яхты и швертбота. Детали и части корпуса килевой яхты. Детали и части корпуса швертбота. Рангоут. Стоячий такелаж. Бегучий такелаж. Якорное устройство. Швартовое устройство. Дельные вещи.

**6. Конструкция парусного вооружения (КПВ) (шверботы «Ёрш», «Луч») (8 часов)**

Названия парусов. Материалы парусов. Наименования углов парусов. Детали парусов и мачты. Шкаторины парусов. Способы крепления парусов. Лебёдки, тали, блоки. Настройка паруса на различные ветровые . Взаимодействие стакселя и грота.

#### **7. Теория движения парусной яхты (ТДПЯ) (8 часов)**

Инерция яхты, плавучесть, остойчивость швертботов и килевых яхт. Крен и дифферент. Крен и дифферент на разных курсах. Устойчивость на курсе, поворотливость, маневренность. Влияние крена на сопротивление корпуса. Причины опрокидывания яхт на разных курсах. Выбор парусов на сильный и слабый ветер. Гидродинамическая сила. Глиссирование. Лавировка - движение яхты против ветра. Угол атаки для установки парусов в зависимости от направления ветра. Действие руля при переднем и заднем ходе. Центровка и управляемость яхты. Мореходные качества судна.

#### **8. Такелажное дело (12 часов)**

Шлифовка навыков вязания морских узлов на правильность и время. Прямой узел. Двойной прямой. Беседочный узел. Двойной беседочный. Узел «восьмёрка». Узлы штык, штык с обносом, штык со шлагом, «рыбацкий штык», задвижной штык. Выбленочный узел. Буксирный узел. Шкотовый узел. Брамшкотовый узел. Рифовый узел. Ведерный. Удавка. Шлюпочный. Топовый. Марка. Варианты швартовки на кнехт, битенг, утку.

#### **9. Управление парусной яхтой (УПЯ) (12 часов)**

Курсы яхты относительно ветра . Постановка и уборка парусов. Острые и полные курсы. Привестись, увалиться. Дрейф. Подветренная и наветренная сторона яхты. Смена галса. Управление парусами. Настройка парусов. Техника ведения яхты на лавировке. Поворот оверштаг. Поворот через фордевинд. Влияние других яхт на скорость яхты на лавировке. Выбор пути на курсе фордевинд. Отработка отходов-заходов ветра на лавировке. Переворот швертбота. Выполнение поворотов при сильном волнении. Управление яхтой под спинакером (геннакером). Действия при снятии с мели. Подход и отход от причала Буксировка яхты.

#### **10. Навигация и лоция (НиЛ) (16 часов)**

Форма и размеры Земли . Географические координаты. Компас и его использование. Единицы длин и скорости, принятые в кораблевождении. Лаг, лот, эхолот. Современные приборы для определения местоположения судна. Морские и речные навигационные карты Фарватер (судовой ход). Системы ограждения опасностей (латеральная, кардинальная). Средства ограждения (плавучие и береговые). Расхождение парусных судов с катерами и крупными судами. Сигналы, подаваемые судами с механическим двигателем.

#### **11. Судовые работы (10 часов)**

Осмотр, и ремонт корпуса яхты. Дельные вещи, установка и их использование. Осмотр, дефектация и ремонт рангоута и такелажа. Осмотр и дефектация парусов. Ремонт парусов. Боцманский шов. Косметический ремонт корпуса, руля, шверта, рангоута, такелажа. 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 на воде. Ремонт парусов - боцманский шов. Простые работы по ремонту парусов.

**12. Метеорология (М) (4 часа)**

Давление и температура воздуха. Связь температуры воздуха и давления. Ветер – причины возникновения. Глобальная циркуляция воздуха в атмосфере, зоны переноса. Градиентный ветер и влияние на него силы Кориолиса. Погодные системы – циклоны и антициклоны. Изобары на метеокарте. Чтение метеокарты. Градиентный (погодный ветер) и приземный ветер. Шкала Бофорта. Как определить шквал по внешним признакам. Облачность. Волна. Теплый и холодный фронт.

**13. Оказание первой помощи (5 часов)**

Перелом или сильный ушиб. Сильное кровотечение, порез. Переохлаждение и обморожение. Искусственное дыхание. Оказание первой помощи утопающему. Тепловой и солнечный удар. Помощь при отравлении. Непрямой массаж сердца. Укус насекомых.

**14. Безопасность плавания (БП) (4 часа)**

Правила безопасности плавания на яхтах. Проверка яхты перед выходом.

Правила безопасного поведения на палубе. Помощь находящимся в опасности (ЧЗБ). Действия при аварийных ситуациях: обрыв стоячего такелажа, поломка мачты, рулевого устройства, разрыв парусов, пробойна в корпусе.

**15. ОФП - общефизическая подготовка (8 часов)**

Спортивные коллективные игры волейбол, футбол, как социальный тренинг умения работать в команде и психологическая подготовка к работе на воде. Специальные силовые упражнения на тренажерах имитирующих швербот.

**16. Спортивное ориентирование (8 часов)**

Умение работать с картами на местности, топография. Движение по пересеченной местности бегом.

**17. Основы туристической подготовки (10 часов)**

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.

**18. Зачет по курсу (4 часа)**

Занятия по программе проходят в очном или дистанционном режимах обучения.

**На 1-м году обучения сдаются зачеты по темам 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 15, 16.**

**На 2-м и 3-м годах обучения сдаются зачеты по темам 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 16, 17.**

**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. Вводный урок.	Групповая Индивидуальная	рассказ, беседа, объяснение	Компьютер. Учебник, тетрадь	Устный опрос.
2.	История развития флота РФ от древнейших времен до Крымской войны	Групповая Индивидуальная	рассказ, беседа, объяснение	Компьютер. Учебник, тетрадь	Устный опрос.
3.	История развития флота в мире и яхтенного туризма. Особенности океанов. Животный и растительный мир океанов	Групповая Индивидуальная	рассказ, беседа, объяснение	Компьютер. Учебник, тетрадь	Устный опрос.
4.	История и география Костромской области	Групповая Индивидуальная	рассказ, беседа, объяснение	Компьютер. Учебник, тетрадь	Устный опрос.
5.	Конструкция и устройство парусной яхты (КиУПЯ) (шверботы «Оптимист», «Кадет»)	Групповая Индивидуальная	рассказ, беседа, объяснение	Компьютер. Учебник, тетрадь, корпуса шверботов	Устный опрос. Зачет
6.	Конструкция парусного вооружения (КПВ) (шверботы «Оптимист», «Кадет»)	Групповая Индивидуальная	рассказ, беседа, объяснение	Компьютер. Учебник, тетрадь, парусное вооружение шверботов	Устный опрос. Зачет
7.	Теория движения парусной яхты (ТДПЯ)	Групповая Индивидуальная	рассказ, беседа, объяснение	Компьютер. Учебник, тетрадь, шверботы	Устный опрос. Зачет
8	Такелажное дело	Групповая Индивидуальная	рассказ, беседа, объяснение	Компьютер. Учебник, тетрадь, штерты, дельные вещи	Устный опрос. Зачет
9	Управление парусной яхтой	Групповая Индивидуальная	рассказ, беседа,	Компьютер. Учебник,	Устный опрос. Зачет

	(УПЯ)		объяснение	тетрадь, шверботы	
10	Навигация и лоция (НиЛ)	Групповая Индивидуальная	рассказ, беседа, объяснение	Компьютер. Учебник, тетрадь, шверботы	Устный опрос. Зачет
11	Метеорология (М)	Групповая Индивидуальная	рассказ, беседа, объяснение	Компьютер. Учебник, тетрадь	Устный опрос. Зачет
12	Оказание первой помощи	Групповая Индивидуальная	рассказ, беседа, объяснение	Компьютер. Учебник, тетрадь, перевязочный материал	Устный опрос. Зачет
13	Безопасность плавания.	Групповая Индивидуальная	рассказ, беседа, объяснение	Компьютер. Учебник, тетрадь	Устный опрос. Зачет
14	ОФП - общефизическая подготовка	Групповая Индивидуальная	рассказ, беседа, объяснение	Мячи, сетки	Устный опрос.
15	Спортивное ориентирование	Групповая Индивидуальная	рассказ, беседа, объяснение	Компас, карты	Устный опрос. Зачет на местности
16	Основы туристской подготовки	Групповая Индивидуальная	рассказ, беседа, объяснение	Компьютер. Учебник, тетрадь, туристское снаряжение	Устный опрос. Зачет по подготовке снаряжения
17	Зачёт по всему курсу	Групповая Индивидуальная			

## ВТОРОЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

№ п/п	Раздел программы	Формы обучения	Методы обучения	Комплекс средств обучения	Форма контроля
1.	Инструктаж по ТБ. Вводный урок.	Групповая Индивидуальная	рассказ, беседа, объяснение	Компьютер. Учебник, тетрадь	Устный опрос.
2.	История развития флота РФ от Крымской войны до настоящего времени	Групповая Индивидуальная	рассказ, беседа, объяснение	Компьютер. Учебник, тетрадь	Устный опрос.
3.	Развития в мире яхтенного туризма и спорта	Групповая Индивидуальная	рассказ, беседа, объяснение	Компьютер. Учебник, тетрадь	Устный опрос.
4.	История и география Костромской	Групповая Индивидуальная	рассказ, беседа, объяснение	Компьютер. Учебник, тетрадь	Устный опрос.

	области				
5.	Конструкция и устройство парусной яхты (КиУПЯ) (шверботы «Ёрш», «Луч»)	Групповая Индивидуальная	рассказ, беседа, объяснение	Компьютер. Учебник, тетрадь, корпуса шверботов	Устный опрос. Зачет
6.	Конструкция парусного вооружения (КПВ) (шверботы «Ёрш», «Луч»)	Групповая Индивидуальная	рассказ, беседа, объяснение	Компьютер. Учебник, тетрадь, парусное вооружение шверботов	Устный опрос. Зачет
7.	Теория движения парусной яхты (ТДПЯ)	Групповая Индивидуальная	рассказ, беседа, объяснение	Компьютер. Учебник, тетрадь, шверботы	Устный опрос. Зачет
8.	Такелажное дело.	Групповая Индивидуальная	рассказ, беседа, объяснение	Компьютер. Учебник, тетрадь, штерты, дельные вещи	Устный опрос. Зачет
9	Управление парусной яхтой (УПЯ)	Групповая Индивидуальная	рассказ, беседа, объяснение	Компьютер. Учебник, тетрадь, шверботы	Устный опрос. Зачет
10	Навигация и логия (Нил)	Групповая Индивидуальная	рассказ, беседа, объяснение	Компьютер. Учебник, тетрадь, шверботы	Устный опрос. Зачет
11	Судовые работы	Групповая Индивидуальная	рассказ, беседа, объяснение	шверботы	Устный опрос. Зачет
12	Метеорология (М)	Групповая Индивидуальная	рассказ, беседа, объяснение	Компьютер. Учебник, тетрадь	Устный опрос. Зачет
13	Оказание первой помощи	Групповая Индивидуальная	рассказ, беседа, объяснение	Компьютер. Учебник, тетрадь, перевязочный материал	Устный опрос. Зачет
14	Безопасность плавания.	Групповая Индивидуальная	рассказ, беседа, объяснение	Компьютер. Учебник, тетрадь	Устный опрос. Зачет
15	ОФП - общефизическая подготовка	Групповая Индивидуальная	рассказ, беседа, объяснение	Мячи, сетки	Устный опрос.
16.	Спортивное ориентирование	Групповая Индивидуальная	рассказ, беседа, объяснение	Компас, карты	Устный опрос. Зачет на местности
17.	Основы	Групповая	рассказ,	Компьютер.	Устный

	туристской подготовки	Индивидуальная	беседа, объяснение	Учебник, тетрадь, туристское снаряжение	опрос. Зачет по подготовке снаряжения
18.	Зачёт по всему курсу	Групповая Индивидуальная			

### ТРЕТИЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

№ п/п	Раздел программы	Формы обучения	Методы обучения	Комплекс средств обучения	Форма контроля
1.	Инструктаж по ТБ. Вводный урок.	Групповая Индивидуальная	рассказ, беседа, объяснение	Компьютер. Учебник, тетрадь	Устный опрос.
2.	Новейшие проекты надводных и подводных кораблей ВМФ России, морского и речного транспорта.	Групповая Индивидуальная	рассказ, беседа, объяснение	Компьютер. Учебник, тетрадь	Устный опрос.
3.	Современная техника в яхтенном туризме и спорте	Групповая Индивидуальная	рассказ, беседа, объяснение	Компьютер. Учебник, тетрадь	Устный опрос.
4.	История и география Костромской области	Групповая Индивидуальная	рассказ, беседа, объяснение	Компьютер. Учебник, тетрадь	Устный опрос.
5.	Конструкция и устройство парусной яхты (КиУПЯ) (шверботы «Ёрш», «Луч»)	Групповая Индивидуальная	рассказ, беседа, объяснение	Компьютер. Учебник, тетрадь, корпуса шверботов	Устный опрос. Зачет
6.	Конструкция парусного вооружения (КПВ) (шверботы «Ёрш», «Луч»)	Групповая Индивидуальная	рассказ, беседа, объяснение	Компьютер. Учебник, тетрадь, парусное вооружение шверботов	Устный опрос. Зачет
7.	Теория движения парусной яхты (ТДПЯ)	Групповая Индивидуальная	рассказ, беседа, объяснение	Компьютер. Учебник, тетрадь, шверботы	Устный опрос. Зачет
8.	Такелажное дело.	Групповая Индивидуальная	рассказ, беседа, объяснение	Компьютер. Учебник, тетрадь, штерты, дельные	Устный опрос. Зачет



				вещи	
9.	Управление парусной яхтой (УПЯ)	Групповая Индивидуальная	рассказ, беседа, объяснение	Компьютер. Учебник, тетрадь, шверботы	Устный опрос. Зачет
10.	Навигация и лоция (НиЛ)	Групповая Индивидуальная	рассказ, беседа, объяснение	Компьютер. Учебник, тетрадь, шверботы	Устный опрос. Зачет
11.	Судовые работы	Групповая Индивидуальная	рассказ, беседа, объяснение	шверботы	Устный опрос. Зачет
12.	Метеорология (М)	Групповая Индивидуальная	рассказ, беседа, объяснение	Компьютер. Учебник, тетрадь	Устный опрос. Зачет
13.	Оказание первой помощи	Групповая Индивидуальная	рассказ, беседа, объяснение	Компьютер. Учебник, тетрадь, перевязочный материал	Устный опрос. Зачет
14.	Безопасность плавания.	Групповая Индивидуальная	рассказ, беседа, объяснение	Компьютер. Учебник, тетрадь	Устный опрос. Зачет
15.	ОФП - общефизическая подготовка	Групповая Индивидуальная	рассказ, беседа, объяснение	Мячи, сетки	Устный опрос.
16.	Спортивное ориентирование	Групповая Индивидуальная	рассказ, беседа, объяснение	Компас, карты	Устный опрос. Зачет на местности
17.	Основы туристской подготовки	Групповая Индивидуальная	рассказ, беседа, объяснение	Компьютер. Учебник, тетрадь, туристское снаряжение	Устный опрос. Зачет по подготовке снаряжения
18.	Зачёт по всему курсу	Групповая Индивидуальная			

## Список литературы

### Список литературы для педагогов:

1. Адмирал Ушаков, сборник документов т. 1-Ш.М, 1956 г.
2. Адмиралы Российского флота. Россия поднимает паруса, С-П., Лениздат., 1995 г.
3. Алешин В.М. Топография, карты в спортивном ориентировании М.1985 г
4. Ананьин И.А. Корабли нашей юности, Л., 1968 г.
5. Атлас географических открытий, Изд-во ДорлингКиндерсли, 1997 г.
6. Ачкасов В.И. Боевой путь Советского военно-морского флота, М, 1974год
7. Басов А.В. Флот в Великой Отечественной войне, М., 1980 г.
8. Бережной С.С. Корабли и суда ВМФ СССР 1928-1945 гг., М, 1988 г.
9. Бестужев Н.А. Опыт истории Российского флота, Л., 1961 г.
10. Боевая летопись русского флота, под ред. Н.В. Новикова, М., 1948 г.
11. Боевые корабли мира, Издательство Полигон, С-П.
12. Боевые корабли России, Издательский дом «Парус», М., 1996 г.
13. Боевые парусники. Энциклопедия Великий час океанов, Издательство Terra, 1998 г.
14. Бонд Б. Справочник яхтсмена. Издательство Судостроение, 1989 г.
15. Буров В.Н. Отечественное военное кораблестроение в третьем столетии своей истории, С-П., 1995 г.
16. Викинги. Серия – Всемирная история для детей, Издательство «Олма-пресс», 1992 г.
17. Военно-морской словарь для юношества, Издательство ДОСААФ СССР, 1988 г.
18. Вятки Л.А., Сидорчук Е.В., Туризм и спортивное ориентирование» ФК «Академия» М.2008 г.
19. Горшков С.Г. Морская мощь государства, М., 1979 г.
20. Григоров А.А. Из истории костромского дворянства», Кострома, 1993.
21. Джефри Кц. Рыбы, серия – что есть, что, Издательство «Слово», 1985.
22. Дмитриев В.Н. Советское подводное кораблестроение, М., 1990 г.
23. Дыгало В.А. А начиналось все с ладьи, М., Просвещение, 1996 г.
24. Зигфрид Ауст. Погода, серия – что есть, что, Издательство «Слово», 1989 г.
25. Зоткин Н.Ф. Краснознаменный Черноморский флот, М., 1987 г.
26. Иванов Л.Н. Шлюпка, М., 1976 г.
27. История Российского флота, Издательство Александр Приит, С-П, 1996 г.
28. Касатонов И.В. Флот выходит в океан, Якутск, 1991 г.
29. Книга юнармейца, М., Издательство ДОСААФ, СССР, 1982 г
30. Коструб А.А. Медицинский справочник туриста. М. Профиздат. 1986 г
31. Крайнова И.Н. Узлы. Простые, забавные, сложные, Кристалл, Невский клуб, С-П, 1997 г.

32. Крапивин В. Фрегат «Звонящий», издательский Дом «Прибой», М., 1997 г.
33. Леонтьев В.П. Школа яхтенного капитана. Мориздат, 1983 г.
34. Леонтьев В.П. Школа яхтенного рулевого, Мориздат, 1974 г.
35. Митрофанов В.П., Митрофанов П.С. Школы под парусами. Учебный парусный флот VIII-IX в.в., Л., Судостроение, 1989 г.
36. Митяев А. Рассказы о русском флоте, М., Русская книга, 1994 г.
37. Усачев А. Мои географические открытия, Веселые учебники, М., «Самовар».
38. Чешихина В.В. ФП в спортивном ориентировании. М 1999 г.
39. Шатров В.И. Устройство и управление шлюпкой, М., «РосКонсульт», 1998 г.

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

1. Антонов В.В., Романов В.В., Маломерные суда на водоемах России. Издательство «Водный путь», Москва 2002 г.
2. Власов Ю.В., Евстратов В.А., Основы эксплуатации прогулочного судна. Учебник судоводителя. Издательство «Рыбацкая Академия», 2009 г.
3. Леонтьев В.П. Школа яхтенного капитана. Мориздат, 1983 г.
4. Леонтьев В.П. Школа яхтенного рулевого, Мориздат, 1974 г.
5. Бонд Б. Справочник яхтсмена. Издательство Судостроение, 1989 г.
6. Елисеев В.К. Водителю-любителю маломерного судна, ДОСААФ СССР, 1988 г.
7. Законодательные и нормативные акты, регламентирующие порядок пользования маломерными судами, поднадзорными ГИМС МЧС России.
8. Правила плавания по внутренним водным путям. Утвержден приказом Министерства транспорта РФ от 19.01.2018 №19.