



муниципальное бюджетное учреждение
дополнительного образования города Новосибирска
«Детский морской центр «КАРАВЕЛЛА»
имени А. Москаленко»

Принято на заседании
педагогического совета
от "09" августа 2019 г.
Протокол № 5

Утверждаю:
Директор МБУДО ДМЦ «Каравелла»
М.А. Глазачев
« 20 » г.



**Дополнительная общеобразовательная программа
гражданско-патриотической, профориентационной
направленности "Юный моряк"
на 2019 – 2020 учебный год**

Возраст учащихся: 11-18 лет

Срок реализации: 5 лет

Автор - составитель:

Бочарова Ксения Сергеевна
педагог организатор

Ещенко Александр Владимирович
педагог дополнительного образования

Комиссаров Павел Алексеевич

педагог дополнительного образования

Ларионова Виктория Викторовна

педагог дополнительного образования

Матвеев Владимир Сергеевич

педагог дополнительного образования

Оглавление

Раздел № 1 «Комплекс основных характеристик программы»	3
1.1. Пояснительная записка	3
1.2. Цель и задачи программы.....	5
1.3. Содержание программы.....	6
1.4. Планируемые результаты	6
Раздел № 2 «Комплекс организационно-педагогических условий»	9
2.1. Учебно-тематический план	9
2.2. Условия реализации программы.....	67
2.3. Формы аттестации.....	71
2.4. Методические материалы.....	73
2.5. Список литературы	74
Приложение №1	78
Приложение №2	79
Приложение №3	79

Раздел № 1 «Комплекс основных характеристик программы»

1.1. Пояснительная записка

Направленность программы

Дополнительная общеобразовательная программа «Юный моряк» имеет общую направленность гражданско-патриотическая, профориентационная как прикладной аспект воспитания личности, её качеств.

Форма организации содержания и процесса педагогической деятельности: комплексная программа.

Уровни реализации программы – разноуровневая программа со сроком реализации 5 лет.

Актуальность программы и ее концептуальные основы

Воспитание гражданственности и патриотизма подрастающего поколения является одной из приоритетных задач в современной России. Это связано с проблемами модернизации российского общества и новыми явлениями в социальной среде, которые с различных сторон воздействуют на личность.

Организация деятельности муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования детей города Новосибирска «Детский морской центр «Каравелла» имени А. Москаленко» подразумевает воспитание подрастающего поколения, как на основе богатых традиций России, так и с учетом новейших направлений развития современного социума. Осуществление воспитания в новых сложных условиях подразумевает необходимость формирования настоящего гражданина. Именно воспитание гражданских качеств личности (гражданина, гражданственности) дает возможность подростку и молодому человеку совершить осознанный выбор – работать, действовать на благо человека и общества, по-настоящему служить Родине, что и является высшим проявлением патриотизма. Грамотный, знающий, воспитанный, способный жить и действовать в кризисном, нестабильном обществе, добиваться успеха, знать и соблюдать законы, готовый защищать идеалы и ценности Отечества, в случае возникновения такой необходимости – настоящий гражданин и патриот – является ориентиром в организации работы МБУ ДО г. Новосибирска «ДМЦ «Каравелла».

Преимущество данной программы, имеющей концептуальный характер, выражается в целостном, системно-деятельностном подходе с выраженной ориентацией на воспитание учащегося, как достойного гражданина России, готового к созидательной жизнедеятельности в сложных условиях трансформирующегося современного общества. Программа опирается на идеи гуманизма, позволяющие выстраивать диалогические отношения между представителями различных культур и поколений, способствует непрерывному поступательному формированию и развитию социально-значимых и востребованных отношений как через подготовку учащихся ДМЦ «Каравелла» к данным взаимодействиям, так и через выполнение своего гражданского долга перед Родиной.

Программа включает в себя описание основных элементов педагогического процесса, в том числе условий его практической реализации, диагностики и совершенствования, что позволяет говорить о ее завершенности и целостности как с позиции теоретического подхода, так и с точки зрения возможностей практической реализации.

Подробные научно-теоретические основания прописаны в базовой программе.

Адресат программы. Особенности обучающихся данного возрастного периода.

Программа рассчитана на работу с учащимися в группах. Группы могут быть разновозрастными или разновозрастными. Они формируются с учётом возрастных и индивидуальных особенностей учащихся, по медицинским показателям (предоставляется медицинская справка), желанию ребёнка и заявлению родителей. Комплектование групп завершается с момента начала образовательного процесса. В группы второго года обучения и старше (т.е. базового и углубленного уровня) принимаются учащиеся, прошедшие предыдущий курс и предоставившие медицинскую справку о состоянии здоровья.

Рекомендуемый возраст учащихся с 11 до 18 лет.

Распределение по уровням:

- начальный уровень с 11 – 13 лет;

- базовый уровень с 14 – 16 лет;
- углубленный уровень с 16 – 18 лет.

Основные характеристики и особенности возраста учащихся указаны в базовой программе (раздел №1, «Адресат программы»)

Возраст учащихся с 11 до 18 лет это подростковый и юношеский возраст.

Подростковый период охватывает возраст от 10-11 до 15 лет. Подростковый, отроческий возраст является переходным, прежде всего в биологическом смысле, поскольку это возраст полового созревания, параллельно которому достигают в основном зрелости и другие биологические системы организма. В социальном плане подростковая фаза – продолжение первичной социализации. Все подростки этого возраста – школьники, находящиеся на иждивении родителей или государства. Социальный статус подростка мало чем отличается от детского. Психологически этот возраст крайне противоречив. Для него характерны максимальные диспропорции в уровне и темпах развития. Подростковое чувство взрослости – главным образом новый уровень притязаний, предвосхищающий положение, которого подросток фактически еще не достиг. Отсюда – типичные возрастные конфликты и их преломление в самосознании подростка. В целом это период завершения детства и начала "вырастания" из него.

Этот возраст особенно благоприятен для педагогического стимулирования и развития самосознания, самовоспитания.

Подростковый возраст отличается способностью к творческому воображению и фантазии, точностью и глубиной мыслительной деятельности, повышенным интересом к любимым предметам. Наряду с признанием отдельных для него авторитетов, подросток всякий раз стремится высказать свое критическое суждение, проявить свое позитивное или негативное отношение к происходящему.

Таким образом, можно говорить о том, что подростковый возраст можно рассматривать как сенситивный период жизни для формирования и развития личности – это период психофизиологических изменений. В данном возрасте особую значимость имеет процесс формирования и развития ценностных ориентаций личности, мировоззрения подростка, нравственных и моральных представлений и норм поведения, а также положительного отношения к другим людям и миру в целом.

Так же достаточно самобытным является и период ранней юности.

По сравнению с предыдущим возрастом, ранняя юность имеет свою ситуацию развития, перед старшеклассниками встают новые жизненные задачи, в решении которых происходит их психосоциальное развитие. Прежде всего – это серьезная задача выбора дальнейшего жизненного пути. В связи с этим меняется и ситуация взаимодействия юноши с социальным окружением. Происходит смена значимых лиц и перестройка взаимоотношений со взрослыми. Возникает особый интерес к общению с взрослыми.

В этот период молодые люди часто сосредотачиваются на профессиональном самоопределении. Оно предполагает самоограничение, отказ от подростковых фантазий, в которых человек мог стать представителем любой, самой привлекательной профессии. Профессиональное самоопределение стимулирует развитие новых интересов к учебным дисциплинам. Нередко родители прививают интерес к определенным дисциплинам и видам деятельности. Юность – это время выбора жизненного пути.

Юность – решающий этап формирования мировоззрения. Мировоззрение, это не только система знаний и опыта, но и система убеждений, переживание которых сопровождается чувством их истинности, правильности. Поэтому мировоззрение связано с решением в юности смысловых проблем. Явлений действительности интересуют юношу не сами по себе, а в связи с его собственным отношением к ним.

Режим занятий.

Учебный процесс организовывается с учётом СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей» (утверждены Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 года № 41).

Периодичность занятий:

1. количество занятий в неделю:

- 1,2 год обучения - 2 занятия;
- 3,4,5 год обучения - 3 занятия.
- 2. количество часов в неделю:
 - 1,2 год обучения - 6 часов;
 - 3 год обучения - 7 часов;
 - 4,5 год обучения – 8 часов.
- 3. общее количество часов в год:
 - 1,2 год обучения - 192 часа;
 - 3 год обучения - 224 часа;
 - 4,5 год обучения – 256 часов.
- 4. продолжительность занятия - 45 минут;
- 5. перерыв между учебными занятиями – 10 минут;
- 6. наполняемость групп:
 - 1 год обучения - 13 человек;
 - 2 год обучения - 11-12 человек;
 - 3 год обучения – 8-10 человек;
 - 4 год обучения – 8-9 человек;
 - 5 год обучения – 7-8 человек.

Допускается комплектование групп, занятия в которых проходят в утренние часы (для учащихся обучающиеся во II смену в образовательных учреждениях) бóльшим количеством учащихся и учащимися 3 и 4 года обучения. Оперативное комплектование группы в количестве 10 человек осуществляется на основе приказа директора ДМЦ «Каравелла» на проведение занятия в бассейне.

7. форма обучения – очная;

8. особенности набора - набор в группы без конкурсного отбора, ребёнок может посещать занятия при отсутствии противопоказаний к занятиям по физической культуре (медицинская справка обязательно).

Особенности организации образовательного процесса.

Форма занятий: традиционные, с применением элементов дистанционных технологий или электронного обучения, возможно на основе сетевого взаимодействия.

1.2. Цель и задачи программы

Цель программы: формирование и развитие личности гражданина и патриота малой и большой Родины, творческого, самостоятельного, социально ответственного, коммуникативного, с развитой потребностной сферой познания окружающего мира и самопознания, способного, при необходимости, осознанно встать на защиту Родины и способного к самореализации с учетом индивидуальности, самосовершенствования, саморазвития и самовоспитания; человека чести, социальной справедливости, заботящегося об окружающих людях, природе, о сохранении и развитии культуры.

Задачи программы

- формирование гражданского самосознания (русской идентичности), включая чувства патриотизма на основе работы в коллективе, приобщения к социальной деятельности, российским культурным и историческим ценностям и традициям; понимание роли России в мировой истории и судьбах мира, развитие чувства гордости за лучшие традиции русского государства, русского общества и русской культуры;
- создание целостного пространства гражданско-патриотического, военно-спортивного воспитания, в том числе сочетающего формальное и неформальное образование с профессиональной и технической ориентацией, просвещение и стимулирование позитивной социальной общественной активности подростков;

- усвоение и использование на практике основ гражданского образования, включая знания о правах человека, о государстве, о выборах, понимание прав и обязанностей гражданина Российской Федерации, умения критически мыслить, сотрудничать с другими людьми, анализировать социальные и политические ситуации, ценности (солидарности, справедливости, гражданского долга, уважения к правам других, толерантности), а также необходимые социальные компетенции;
- формирование непосредственных навыков деятельности учащихся в военно-спортивном и профессиональном направлениях, а так же реализации гражданской позиции личности.

Миссия программы: подготовка подрастающего поколения к деятельности по морским/речным специальностям, а так же к службе в рядах ВМС РФ, формирование любви к водным просторам России, привитие ответственности и заботы о водных ресурсах, формирование навыков по сохранению экологии, понимание необходимости и формирование практических навыков по сохранению и улучшению состояния уникальных водных ресурсов Родины через формирование гражданственности личности, способности человека к саморазвитию и самосовершенствованию, способности к созидательному труду на благо общества.

1.3. Содержание программы

Учебный план программы

	начальный уровень		базовый уровень		углубленный уровень	Общее кол-во
	1 год обучения	2 год обучения	3 год обучения	4 год обучения	5 год обучения	
Курс гуманитарной подготовки	32	32	32	32	32	160
Курс старшин шлюпок	64	64	64	64	64	320
Курс военной подготовки	32	32	32	32	32	160
Основы военно-морского дела	—	—	32	64	64	160
Общефизическая подготовка	64	64	64	64	64	320
ИТОГО:	192	192	224	256	256	1120

1.4. Планируемые результаты

В результате реализации программы учащиеся будут **знать**:

- основные составляющие и сущностное содержание понятий мораль, нравственность, этика, ответственность, гражданин, гражданский долг, патриотизм;
- структуру, особенности и направления развития российского общества в различных сферах;
- основные события и особенности истории и культуры родного края (Сибири, г.Новосибирска);
- государственное устройство, государственные символы и базовые законодательные акты Российской Федерации;
- устройство вооружённых сил России, общие положения уставов, историю и традиции армии и флота;
- лучших представителей Российского государства в политике, спорте, военной сфере (лучшие представители морского корпуса, армии, героев войн, труда, ведущие представители спорта);

- общие основы флотской и военной службы и специальные своды положений и правил её регулирующих;
- устройство, снабжение и мореходные качества шлюпок;
- основы навигации, лоции и гидрографии;
- основы управления шлюпкой на вёслах и под парусом;
- назначение, устройство, тактико-технические характеристики и применение стрелкового оружия;
- теорию устройства корабля, маневренные характеристики судна, основы навигации и лоции;
- основы морского и военного дела;
- правила безопасного обращения с оружием и боеприпасами;
- основы тактики действия мотострелкового отделения в бою;
- общие правила физической подготовки;
- общие основы здоровьесбережения и выживания в сложных ситуациях.

В результате реализации программы учащиеся будут **уметь**:

- ориентироваться в правовом поле Российской Федерации;
- пользоваться историческими знаниями в формировании собственной жизненной позиции и объяснении существенных социо-культурных изменений;
- принимать ответственные решения и совершать осознанные действия в сложных социальных ситуациях, в том числе связанных с совершением морального выбора;
- соблюдать меры безопасности при обращении со стрелковым оружием;
- готовить оружие к стрельбе, вести стрельбу и анализировать результаты стрельбы;
- выполнять приёмы строевой подготовки;
- готовить к выходу шлюпку;
- управлять шлюпкой на веслах и под парусами;
- исполнять обязанности членов экипажа шлюпки;
- владеть приёмами флажного семафора;
- вязать морские узлы по нормативному времени;
- действовать в сложных, критических ситуациях, в том числе связанных с обеспечением выживания в лесистой местности;

В результате реализации программы учащиеся будут **владеть**:

- навыками поведения в системе жизни в нестабильном трансформирующемся обществе;
- способами организации деятельности в современной социальной сфере;
- умениями использовать правовые, исторические, общесоциальные и иные знания в организации деятельности в различных сферах общества;
- навыкам участия в культурной жизни общества;
- специфическими умениями морского дела, военно-морской службы;
- способностями к выполнению функций по защите государства, общества, отдельных граждан в специфических условиях военной или иной связанной с ней государственной службы, а так же в условиях техногенных или природных катастроф;
- основами профессионального мастерства по выбранному направлению.

У учащихся будут развиты следующие **личностные качества**:

- чувство любви к Родине, гражданское сознание, верность Отечеству, готовность к выполнению конституционной обязанности – защита Родины, уважительное отношение к героической истории нашего государства, его вооруженным силам;
- проявление уважения к культуре, истории, к народным (национальным) традициям, языку, стремление к их сохранению и развитию;
- нравственность, этика. Готовность к совершению этически обоснованного морального, нравственного выбора;

- социальная и гражданская ответственность, в том числе умения принимать решения и нести за них ответственность;
- потребность в регулярных занятиях физической культурой, осмысленное отношение к ним как способу самореализации и личностно значимому проявлению человеческих способностей;
- сознательная дисциплина, сила воли, умения концентрироваться на выполнение поставленной цели.

В процессе освоения программы учащиеся будут иметь возможность приобрести опыт освоения универсальных компетенций, определяющиеся в четырех основных блоках: личностные (л.к.), регулятивные (р.к.), познавательные (п.к.) и коммуникативные действия (к.к.), и проявить их через:

- демонстрацию критического мышления, потребность, способность и готовность к анализу и принятию решений;
- стремление к познанию, самообучению, саморазвитию, самореализации;
- креативность - потребность, способность и готовность к созданию нового, в том числе и в технической и в культурной сферах;
- коммуникативные навыки – потребность, способность и готовность к общению; потребность, способность и готовность к сотрудничеству, взаимодействию, ситуативной децентрализации общения и совместной деятельности;
- способность к самопрезентации - потребность, способность и готовность представить свое мнение, суждение, отношение и собственные результаты в процессе сотрудничества;
- проявление физических способностей, связанных с приверженностью к здоровому образу жизни, физической активности;
- способности регулировать свое поведение и действия в рамках одобряемых социумом позитивных нравственно-этических ценностей, культуры, при развитых социально-значимых чувствах;
- умения пользоваться специфическими навыками специальной подготовки;
- системную деятельность, направленную на профессиональную подготовку по выбранному направлению и другие.

Раздел № 2 «Комплекс организационно-педагогических условий»

2.1. Учебно-тематический план

Перечень тем и расчет количества часов по программе «Юный моряк»

Перечень тем и количества часов по разделу «Курс гуманитарной подготовки»

№ пп	Наименование раздела, темы	Кол-во часов	Место проведения	Материальное и информационное обеспечение занятия	Форма и метод контроля
1 год обучения					
	Вводное занятие	1	Класс истории флота	видеопроектор, ПК	наблюдение, беседа
Раздел I. Гуманитарная подготовка					
1.	По страницам истории клуба	2	Класс истории флота	стенды класса, ПК	беседа
2.	Морские традиции	9	Класс истории флота	видеопроектор, ПК, стенды класса	наблюдение, беседа опрос
3.	«Чтоб одним хорошим парнем стало больше на Земле»	2	Класс истории флота	видеопроектор, ПК	наблюдение, беседа
4.	Вальс	4	Кают-компания	мультимедиа, ПК	наблюдение, зачет
5.	«Волшебная сила искусства»	2	Класс истории флота	краски, кисти, бумага, ножницы, клей, фломастеры, карандаши	наблюдение, беседа
6.	«Подари себе праздник»	2	Кают-компания	мультимедиа, тематический реквизит.	наблюдение, беседа
7.	«Служу Отечеству!»	1	Класс истории флота	конспект занятия	наблюдение, беседа
8.	Мастерская настроений	2	Класс истории флота	бланки тестов, карандаши цветные, фломастеры, ручки.	наблюдение, беседа
Раздел II. История флота					
9	Дни воинской славы	1	Класс истории флота	видеопроектор, ПК	беседа
10	Мореплавание и судостроение в Киевской	2	Класс истории	видеопроектор, ПК, стенды	наблюдение, беседа,

№ пп	Наименование раздела, темы	Кол-во часов	Место проведения	Материальное и информационное обеспечение занятия	Форма и метод контроля
	Руси и Московском государстве		флота	класса	опрос
11	Регулярный военный флот Петра Великого с 1696 по 1725г.	4	Класс истории флота	видеопроектор, ПК, стенды класса	наблюдение, беседа, интерактивная игра
2 год обучения					
	Вводное занятие	1	Класс истории флота	видеопроектор	наблюдение, беседа
Раздел I. Гуманитарная подготовка					
2.	Морские традиции	3	Класс истории флота	видеопроектор, ПК, стенды класса	наблюдение, беседа
3.	«Чтоб одним хорошим парнем стало больше на Земле»	4	Класс истории флота	видеопроектор, ПК	наблюдение, беседа, зачёт
4.	Вальс	2	Кают-компания	мультимедиа, ПК	наблюдение, зачет
5.	«Волшебная сила искусства»	2	Кают-компания, Класс истории флота	краски, кисти, бумага, ножницы, клей, фломастеры, карандаши	наблюдение, беседа
6.	«Подари себе праздник»	3	Кают-компания	мультимедиа, тематический реквизит	наблюдение, беседа
7.	«Служу Отечеству!»	1	Класс истории флота	конспект занятия	наблюдение, беседа
8.	Мастерская настроений	2	Класс истории флота	бланки тестов, карандаши цветные, фломастеры, ручки	наблюдение, беседа
Раздел II. История флота					
9	Дни воинской славы	1	Класс истории флота	видеопроектор, ПК	беседа
11	Регулярный военный флот Петра Великого с 1696 по 1725г.	3	Класс истории флота	видеопроектор, ПК, стенды класса	наблюдение, беседа, интерактивная игра
12	Русский флот в послепетровский период 18 века	5	Класс истории флота	видеопроектор, ПК, стенды класса	наблюдение, беседа, опрос
13	Русский парусный флот в 19 век	5	Класс истории	видеопроектор, ПК,	наблюдение, беседа,

№ пп	Наименование раздела, темы	Кол-во часов	Место проведения	Материальное и информационное обеспечение занятия	Форма и метод контроля
			флота	стенды класса	интерактивная игра
3 год обучения					
	Вводное занятие	1	Класс истории флота	видеопроектор	беседа
Раздел I. Гуманитарная подготовка					
2	Морские традиции	3	Класс истории флота	видеопроектор, ПК, стенды класса	наблюдение, беседа
3	«Чтоб одним хорошим парнем стало больше на Земле»	3	Класс истории флота	видеопроектор, ПК	наблюдение, беседа
4	Вальс	1	Кают-компания	мультимедиа	наблюдение, зачет
5	«Волшебная сила искусства»	2	Класс истории флота	краски, кисти, бумага, ножницы, клей, фломастеры, карандаши	наблюдение, беседа
6	«Подари себе праздник»	4	Кают-компания	мультимедиа, тематический реквизит	наблюдение, беседа
7	«Служу Отечеству!»	3	Класс истории флота	видеопроектор, ПК, сборник стихов	наблюдение, беседа
8	Мастерская настроений	2	Класс истории флота	бланки тестов, карандаши цветные, фломастеры, ручки	наблюдение, беседа
Раздел II. История флота					
9	Дни воинской славы	1	Класс истории флота	видеопроектор, ПК	беседа
13	Русский парусный флот в 19 веке	6	Класс истории флота	видеопроектор, ПК, стенды класса	наблюдение, опрос, беседа
14	Паровой и броненосный флот (1856-1905)	6	Класс истории флота	видеопроектор, ПК	наблюдение, беседа, викторина
4 год обучения					
	Вводное занятие	1	Класс истории флота	видеопроектор	беседа
Раздел I. Гуманитарная подготовка					

№ пп	Наименование раздела, темы	Кол-во часов	Место проведения	Материальное и информационное обеспечение занятия	Форма и метод контроля
2.	Морские традиции	1	Класс истории флота	видеопроектор, ПК стенды класса	наблюдение, беседа
3.	«Чтоб одним хорошим парнем стало больше на Земле»	3	Класс истории флота	видеопроектор, ПК	наблюдение, беседа
5.	«Волшебная сила искусства»	2	Класс истории флота	мультимедиа, краски, кисти, бумага, ножницы, клей, фломастеры, карандаши	наблюдение, беседа
6.	«Подари себе праздник»	6	Кают-компания	мультимедиа, тематический реквизит	наблюдение, беседа
7.	«Служу Отечеству!»	5	Класс истории флота	видеопроектор, ПК, сборник стихов	наблюдение, беседа
8.	Мастерская настроений	2	Класс истории флота	бланки тестов, карандаши цветные, фломастеры, ручки	наблюдение, беседа
Раздел II. История флота					
9	Дни воинской славы	1	Класс истории флота	видеопроектор, ПК	беседа
15	Флот накануне и в период Первой мировой Гражданской войн (1906-1920 гг.)	6	Класс истории флота	видеопроектор, ПК	наблюдение, беседа, опрос, тест
16	Становление Советского флота (1921-1937 гг.)	5	Класс истории флота	видеопроектор, ПК	наблюдение, беседа, викторина
5 год обучения					
	Вводное занятие	1	Класс истории флота	видеопроектор	беседа
Раздел I. Гуманитарная подготовка					
3	«Чтоб одним хорошим парнем стало больше на Земле»	2	Класс истории флота	видеопроектор, ПК	наблюдение, беседа
5	«Волшебная сила искусства»	3	Класс истории флота	мультимедиа, краски, кисти, бумага, ножницы, клей, фломастеры,	наблюдение, беседа

№ пп	Наименование раздела, темы	Кол-во часов	Место проведения	Материальное и информационное обеспечение занятия	Форма и метод контроля
				карандаши.	
6	«Подари себе праздник»	6	Кают-компания	мультимедиа, тематический реквизит.	наблюдение, беседа
7	«Служу Отечеству!»	6	Класс истории флота	видеопроектор, ПК, бумага, ручки	сочинение, беседа, наблюдение
8	Мастерская настроений	2	Класс истории флота	мультимедиа, игровые бланки	наблюдение, беседа
Раздел II. История флота					
9	Дни воинской славы	1	Класс истории флота	видеопроектор, ПК	беседа
17	Флот накануне и в период Великой Отечественной войны (1938-1945 гг.)	6	Класс истории флота	видеопроектор, ПК	беседа, опрос
18	Послевоенное десятилетие флота (1946-1956 гг.)	2	Класс истории флота	видеопроектор, ПК	беседа, опрос
19	Современный ракетно-ядерный флот	3	Класс истории флота	видеопроектор, ПК	интерактивная игра

№ п/п	Наименование тем	1 год обучения			2 год обучения			3 год обучения			4 год обучения			5 год обучения			ИТОГО
		теоретическое	практическое	всего	теоретическое	практическое	всего	теоретическое	практическое	всего	теоретическое	практическое	всего	теоретическое	практическое	всего	
	Вводное занятие	1	-	1	1	-	1	1	-	1	1	-	1	1	-	1	5
Раздел I. Гуманитарная подготовка																	
1.	По страницам истории клуба	1	1	2	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	2
2.	Морские традиции	3	6	9	-	3	3	-	3	3	-	1	1	-	-	-	16

3.	«Чтоб одним хорошим парнем стало больше на Земле»	2	-	2	3	1	4	3	-	3	3	-	3	2	-	2	14
4.	Вальс	1	3	4	-	2	2	-	1	1	-	-	-	-	-	-	7
5.	«Волшебная сила искусства»	-	2	2	-	2	2	-	2	2	-	2	2	-	3	3	11
6.	«Подари себе праздник»	-	2	2	-	3	3	-	4	4	-	6	6	-	6	6	21
7.	«Служу Отечеству!»	1	-	1	-	1	1	-	3	3	-	5	5	1	5	6	16
8.	Мастерская настроений	-	2	2	-	2	2	-	2	2	-	2	2	-	2	2	10
	ИТОГО:	8	16	24	3	14	17	3	15	18	3	16	19	3	16	19	97
	Раздел II. История флота																
9.	Дни воинской славы	1	-	1	-	1	1	-	1	1	-	1	1	-	1	1	5
10.	Мореплавание и судостроение в Киевской Руси и Московском государстве	2	-	2	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	2
11.	Регулярный военный флот Петра Великого с 1696 по 1725г.	3	1	4	2	1	3	-	-	-	-	-	-	-	-	-	7
12.	Русский флот в послепетровский период 18 века	-	-	-	4	1	5	-	-	-	-	-	-	-	-	-	5
13.	Русский парусный флот в 19 веке	-	-	-	4	1	5	4	2	6	-	-	-	-	-	-	11
14.	Паровой и броненосный флот (1856-1905)	-	-	-	-	-	-	5	1	6	-	-	-	-	-	-	6
15.	Флот накануне и в период Первой мировой Гражданской войн (1906-1920 гг.)	-	-	-	-	-	-	-	-	-	4	2	6	-	-	-	6
16.	Становление Советского флота (1921-1937 гг.)	-	-	-	-	-	-	-	-	-	4	1	5	-	-	-	6
17.	Флот накануне и в период Великой Отечественной войны (1938-1945 гг.)	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	2	4	6	6
18.	Послевоенное десятилетие флота (1946-1956 гг.)	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	2	-	2	2
19.	Современный ракетно-ядерный флот	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	2	1	3	3
	Итого:	6	1	7	10	4	14	9	4	13	8	4	12	6	6	12	58
	ВСЕГО:	15	17	32	14	18	32	13	19	32	12	20	32	10	22	32	160

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ
1 год обучения

№ п/п	Наименование тем	теоретическое	практическое	всего
	Вводное занятие	1	-	1
Раздел I. Гуманитарная подготовка				
1	По страницам истории клуба	1	1	2
2	Морские традиции	3	6	9
3	«Чтоб одним хорошим парнем стало больше на Земле»	2	-	2
4	Вальс	1	3	4
5	«Волшебная сила искусства»	-	2	2
6	«Подари себе праздник»	-	2	2
7	«Служу Отечеству!»	1	-	1
8	Мастерская настроений	-	2	2
	Итого:	8	16	24
Раздел II. История флота				
9	Дни воинской славы	1	-	1
10	Мореплавание и судостроение в Киевской Руси и Московском государстве	2	-	2
11	Регулярный военный флот Петра Великого с 1696 по 1725г.	3	1	4
	Итого:	6	1	7
	ВСЕГО:	15	17	32

Вводное занятие - 1 час

Занятие 1. **Теоретическое.** Знакомство с ДМЦ, обзор программы курса. Требования, предъявляемые на занятиях. Просмотр видеоролика с летних лагерных сборов – 1 час.

Раздел I. Гуманитарная подготовка– 24 часа

Тема 1. По страницам истории клуба -2 часа

Занятие 1.1. **Теоретическое.** Основание клуба, памятные даты, традиции. Личность А. Москаленко. Выпускники, педагоги – клуба – 1 час.

Занятие 1.2. **Практическое.** Разучивание гимна ДМЦ «Каравелла» и его исполнение -1 час.

Тема 2. Морские традиции – 9 часов

Занятие 2.1. **Теоретическое.** Флотские поверья и легенды - 1 час.

Занятие 2.2. **Теоретическое.** История появления формы ВМФ. О правилах ношения формы. Обзор повседневной и парадной форменной одежды моряков -1 час.

Занятие 2.3. **Теоретическое.** Морской порядок. Морская служба. Распорядок дня. Обязанности матроса на корабле - 1 час.

Занятие 2.4. **Практическое.** «О дружбе морской». Разучивание песен о дружбе и море – 3 часа.

Занятие 2.5. **Практическое.** «Поющее море» Роль песни на службе в ВМФ. Разучивание военных песен о морской службе - 3 часа.

Тема 3. «Чтоб одним хорошим парнем стало больше на Земле» - 2 часа

Занятие 3.1. **Теоретическое.** Понятие «гуманность», «гуманные поступки» - 1 час.

Занятие 3.2. **Теоретическое.** Этикет. Правила поведения в общественных местах- 1 час.

Тема 4. Вальс - 4 часа

Занятие 4.1. **Теоретическое.** История возникновения и развития вальса. Виды вальса. Прослушивание различных видов вальса. Позии ног и рук. Линия танца- 1 час.

Занятие 4.2. **Практическое.** Основные движения бального танца - Фигурный вальс: шаг вальса по линии танца, маленький квадрат вальса с правой ноги, большой квадрат вальса с правой ноги, поворот партнерши под рукой, «Лодочка», поворот в паре – 1 час.

Занятие 4.3. **Практическое.** Основные движения бального танца - Фигурный вальс: вальсовая дорожка (променад), раскрытия, «Окошко», вращение в паре вокруг правой оси, шаги вальса по кругу – 1 час

Занятие 4.4. **Практическое.** Углубленная работа над техникой и выразительностью пройденного материала. Составление танцевальных композиций – 1 час.

Тема 5. «Волшебная сила искусства»- 2 часа

Занятие 5.1. **Практическое.** Упражнения на развитие творческих способностей- 2 часа.

Тема 6. «Подари себе праздник» - 2 часа

Занятие 6.1. **Практическое.** Подготовка к культурно-массовым мероприятиям клуба – 2 часа.

Тема 7. «Служу Отечеству!» - 1 час

Занятие 7.1. **Теоретическое.** Понятие «Гражданский долг» - 1 час.

Тема 8. «Мастерская настроений» – 2 часа

Занятие 8.1. **Практическое.** Психологические тест на личностные характеристики – 1 час.

Занятие 8.2. **Практическое.** Психологические тест на личностные характеристики – 1 час.

Раздел II. История флота – 7 часов

Тема 9. Дни Воинской славы- 1 час

Занятие 9.1. **Теоретическое.** Понятие «День воинской славы». Обзор памятных дат - 1 час.

Тема 10. Мореплавание и судостроение в Киевской Руси и Московском государстве - 2 часа.

Занятие 10.1. **Теоретическое.** Зарождение и развитие судостроения и судоходства у восточных славян в 607 веках. Судостроение и мореплавание в Киевской Руси.- 1 час.

Занятие 10.2. **Теоретическое.** Первый русский военный корабль «Орел», построенный в 1667 г. – 1 час.

Тема 11. Регулярный военный флот Петра Великого с 1696 по 1725г.- 4 часа

Занятие 11.1. **Теоретическое.** Личность Петра I -1 час.

Занятие 11.2. **Теоретическое.** Строительство Азовского флота. «Морским судам быть!» - 1 час.

Занятие 11.3. **Теоретическое.** Основание Санкт-Петербурга и адмиралтейства. Строительство Балтийского флота –1 час.

Занятие 11.4. **Практическое.** Итоговая игра «Морским судам быть!» - 1 час.

2 год обучения

№ п/п	Наименование тем	теоретическое	практическое	всего
	Вводное занятие	1	-	1

Раздел I. Гуманитарная подготовка				
2	Морские традиции	-	3	3
3	«Чтоб одним хорошим парнем стало больше на Земле»	3	1	4
4	Вальс	-	2	2
5	«Волшебная сила искусства»	-	2	2
6	«Подари себе праздник»	-	3	3
7	«Служу Отечеству!»	-	1	1
8	Мастерская настроений	-	2	2
	Итого:	3	14	17
Раздел II. История флота				
9	Дни воинской славы	-	1	1
11	Регулярный военный флот Петра Великого с 1696 по 1725г.	2	1	3
12	Русский флот в послепетровский период 18 века	4	1	5
13	Русский парусный флот в 19 веке	4	1	5
	Итого:	10	4	14
	ВСЕГО:	14	18	32

Вводное занятие - 1 час

Занятие 1. **Теоретическое.** Обзор программы курса – 1 час.

Раздел I. Гуманитарная подготовка – 16 часов

Тема 2. Морские традиции – 2 часа

Занятие 2.1. **Практическое.** «О дружбе морской». Разучивание песен о дружбе и море – 1 час.

Занятие 2.2. **Практическое.** «Поющее море» Разучивание военных песен о морской службе- 1 час.

Тема 3. «Чтоб одним хорошим парнем стало больше на Земле» - 4 часа

Занятие 3.1. **Теоретическое.** Понятие «Честь», «Мужество» и «Отвага». Поступки, достойные уважения - 2 часа.

Занятие 3.2. **Теоретическое.** Этикет. Правила поведения за столом. О сервировке и приборах - 1 час.

Занятие 3.3. **Практическое.** Сервировка стола – 1 час.

Тема 4. Вальс - 2 часа

Занятие 4.1. **Практическое.** Основные движения бального танца – Венский вальс - 1 час.

Занятие 4.2. **Практическое.** Углубленная работа над техникой и выразительностью пройденного материала. Составление танцевальных композиций - 1 час.

Тема 5. «Волшебная сила искусства» - 2 часа

Занятие 5.1. **Практическое.** Упражнения на развитие творческих способностей - 2 часа.

Тема 6. «Подари себе праздник» - 3 часа

Занятие 6.1. **Практическое.** Подготовка к культурно-массовым мероприятиям клуба – 3 часа.

Тема 7. «Служу Отечеству!» - 1 час

Занятие 7.1. **Теоретическое.** О Военно-морской службе - 1 час.

Тема 8. «Мастерская настроений» - 2 часа

Занятие 8.1. **Практическое.** Психологические проективные тесты – 2 часа.

Раздел II. истории флота – 14 часов

Тема 9. Дни Воинской славы- 1 час

Занятие 9.1. **Теоретическое.** Понятие «День воинской славы». Обзор памятных дат - 1 час.

Тема 11. Регулярный военный флот Петра Великого с 1696 по 1725г.- 3 часа

Занятие 11.1. **Теоретическое.** Морское сражения при Гангуте - 1 час.

Занятие 11.2. **Практическое.** Просмотр фильма «Гангутское сражение» -1 час.

Занятие 11.3. **Теоретическое.** Сражение у острова Эзель. Гренгамское сражение - 1 час.

Тема 12. Русский флот в послепетровский период 18 века – 5 часов

Занятие 12.1. **Теоретическое.** Война с Турцией в 1768-1774 гг. Строительство Черноморского флота – 1 час.

Занятие 12.2. **Теоретическое.** Победоносное Чесменское сражение – 1 час.

Занятие 12.3. **Теоретическое.** Война с Турцией и Францией в 1787-1799 гг.- 1 час.

Занятие 12.4. **Теоретическое.** Адмирал Ушаков Ф.Ф. и его победы в Керченском проливе, у мыса Калиакрия, взятие Корфы - 1 час.

Занятие 12.5. **Практическое.** Просмотр документального фильма «Первая и Вторая Камчатская экспедиции. Великая Сибирская экспедиция» – 1 час.

Тема 13. Русский парусный флот в 19 веке - 5 часов

Занятие 13.1. **Теоретическое.** Флот в Отечественной войне 1812 г. – 1 час

Занятие 13.2. **Теоретическое.** Архипелагские экспедиции русского флота – 1 час.

Занятие 13.3. **Теоретическое.** Наваринское сражение с турецко-египетским флотом в 1827 г. – 1 час.

Занятие 13.4. **Теоретическое.** Строительство последних парусных линейных кораблей – 1 час.

Занятие 13.5. **Практическое.** Итоговая игра – 1 час.

3 год обучения

№ п/п	Наименование тем	теоретическое	практическое	всего
	Вводное занятие	1	-	1
Раздел I. Гуманитарная подготовка				
2	Морские традиции	-	3	3
3	«Чтоб одним хорошим парнем стало больше на Земле»	3	-	3
4	Вальс	-	1	1

5	«Волшебная сила искусства»	-	2	2
6	«Подари себе праздник»	-	4	4
7	«Служу Отечеству!»	-	3	3
8	Мастерская настроений	-	2	2
	Итого:	3	15	18
Раздел II. История флота				
9	Дни воинской славы	-	1	1
13	Русский парусный флот в 19 веке	4	2	6
14	Паровой и броненосный флот (1856-1905)	5	1	6
	Итого:	9	4	13
	ВСЕГО:	13	19	32

Вводное занятие - 1 час

Занятие 1. **Теоретическое.** Обзор программы курса. Обзор культурно-массовых мероприятий в учебном году – 1 час.

Раздел I. Гуманитарная подготовка– 17 часов

Тема 2. Морские традиции – 3 часа

Занятие 2.1. **Практическое.** «О дружбе морской». Разучивание песен о дружбе и море – 1 час.

Занятие 2.2. **Практическое.** «Поющее море» Разучивание военных песен о морской службе - 2 часа.

Тема 3. «Чтоб одним хорошим парнем стало больше на Земле»- 3 часа

Занятие 3.1. **Теоретическое.** Мужественные и отважные поступки офицеров ВМФ – 2 часа.

Занятие 3.2. **Теоретическое.** Этикет: правила общения – 1 час.

Тема 4. Вальс - 1 час

Занятие 4.1. **Практическое.** Составление танцевальных композиций - 1 час.

Тема 5. «Волшебная сила искусства» - 2 часа

Занятие 5.1. **Практическое.** Упражнения на развитие творческих способностей - 2 часа.

Тема 6. «Подари себе праздник» - 4 часа

Занятие 6.1. **Практическое.** Подготовка к культурно-массовым мероприятиям клуба – 4 часа.

Тема 7.«Служу Отечеству!» – 3 часа

Занятие 5.1. **Практическое.** Просмотр художественного фильма военно-морской тематики - 1 час.

Занятие 5.2. **Практическое.** Памятная дата 9 мая. Разучивание песен о войне. Чтение стихов - 2 часа.

Тема 8. «Мастерская настроений» - 1 час

Занятие 6.1. **Практическое.** Психологические проективные тесты – 1 час.

Раздел II. История флота – 13 часов

Тема 9. Дни Воинской славы- 1 час

Занятие 1.1. **Практическое.** Понятие «День воинской славы». Обзор памятных дат. Интерактивная игра - 1 час.

Тема 13. Русский парусный флот в 19 веке – 6 часов

Занятие 2.1. **Теоретическое.** Корабль «Азов» - 1 час.

Занятие 2.2. **Практическое.** Просмотр документального фильма о подвиге экипажа брига «Меркурий» – 1 час.

Занятие 2.3. **Теоретическое.** Награды ВМФ – 1 час.

Занятие 2.4. **Теоретическое.** Победа в Синопском сражении- 1 час.

Занятие 2.5. **Теоретическое.** Адмирал П.С. Нахимов – 1 час.

Занятие 2.6. **Практическое.** Просмотр документального фильма «Золотой век русских исследований Мирового океана» – 1 час.

Тема 14. Паровой и броненосный флот (1856-1905)- 6 часов

Занятие 3.1. **Теоретическое.** Первое русское паровое судно «Елизавета» (1815 г.) Фрегаты, корветы, клиперы- 1 час.

Занятие 3.2 **Теоретическое.** Брустверно-башенный броненосец «Петр Великий»- 1 час.

Занятие 3.3. **Теоретическое.** Русские эскадренные миноносцы – 1 час.

Занятие 3.4. **Теоретическое.** Подвиг крейсера «Варяг»- 1 час.

Занятие 3.5. **Теоретическое.** Флот в обороне Порт-Артура. Адмирал С.О. Макаров. Цусимское сражение и поражение России – 1 час.

Занятие 3.6. **Практическое.** Итоговая викторина – 1 час.

4 год обучения

№ п/п	Наименование тем	теоретическое	практическое	всего
	Вводное занятие	1	-	1
Раздел I. Гуманитарная подготовка				
2	Морские традиции		1	1
3	«Чтоб одним хорошим парнем стало больше на Земле»	3	-	3
5	«Волшебная сила искусства»	-	2	2
6	«Подари себе праздник»	-	6	6
7	«Служу Отечеству!»	-	5	5
8	Мастерская настроений	-	2	2
	Итого:	3	16	19
Раздел II. История флота				
9	Дни воинской славы	-	1	1
15	Флот накануне и в период Первой мировой Гражданской войн (1906-1920 гг.)	4	2	6

16	Становление Советского флота (1921-1937 гг.)	4	1	5
	Итого:	8	4	12
	ВСЕГО:	12	20	32

Вводное занятие - 1 час

Занятие 1. **Теоретическое.** Обзор программы курса. Обзор культурно-массовых мероприятий в учебном году – 1 час.

Раздел I. Гуманитарная подготовка– 19 часов

Тема 2. Морские традиции – 1 часа

Занятие 2.1. **Практическое.** «Поющее море» Разучивание военных песен о морской службе- 1 час

Тема 3. «Чтоб одним хорошим парнем стало больше на Земле»- 3 часа

Занятие 3.1. **Теоретическое.** Честь мундира. Мужественные и отважные поступки офицеров ВМФ – 2 часа.

Занятие 3.2. **Теоретическое.** Этикет: культура речи -1 час.

Тема 4. «Мастерская настроений»- 1час

Занятие 4.1. **Практическое.** Психологические проективные тесты – 1 часа.

Тема 5. «Подари себе праздник»- 6 часов

Занятие 5.1. **Практическое.** Подготовка к культурно-массовым мероприятиям клуба – 6 часов.

Тема 6. «Волшебная сила искусства»- 2 часа

Занятие 6.1. **Практическое.** Упражнения на развитие творческих способностей- 2 часа.

Тема 7 «Служу Отечеству!»- 5 часов

Занятие 7.1. **Практическое.** Просмотр художественного фильма военно-морской тематики- 1 час.

Занятие 7.2. **Практическое.** Беседа: «Служить Отечеству» -1 час.

Занятие 7.3. **Практическое.** Памятная дата 9 мая. Чтение стихов – 1 час.

Занятие 7.4. **Практическое.** Подготовка к параду- 2 часа

Раздел II. История флота – 12 часов

Тема 9. Дни Воинской славы- 1 час

Занятие 1.1. **Практическое.** Понятие «День воинской славы». Обзор памятных дат. Интерактивная игра - 1 час.

Тема 15. Флот накануне и в период Первой мировой, Гражданской войн (1906-1920 гг.)- 6 часов

Занятие 2.1. **Теоретическое.** Возрождение флота после русско-японской войны - 1 час.

Занятие 2.2. **Теоретическое** Проектирование и строительство линейных кораблей-дредноутов типа «Севастополь» – 1 час.

Занятие 2.3. **Теоретическое.** Подводные лодки И.Г. Бубнова - 1 час.

Занятие 2.4. **Теоретическое.** Флот в годы Первой мировой войны. Гражданская война - 1 час.

Занятие 2.5. **Практическое.** Просмотр документальных фильмов: Арктические экспедиции Г.Я. Седова – 1 час.

Занятие 2.6. **Практическое.** Просмотр документальных фильмов: Экспедиции Б.А. Вилькицкого и А.В. Колчака на ледокольных пароходах «Вайгач» и «Таймыр» - 1 час.

Тема 16. Становление Советского флота (1921-1937 гг.)- 5 часов

Занятие 3.1. **Теоретическое.** Зарождение советского военного кораблестроения. Первые торпедные катера, сторожевые катера, сторожевые корабли типа «Ураган» и подводные лодки типа «Декабрист» – 1 час.

Занятие 3.2. **Теоретическое** Эсминцы типа «Гневный», лидеры типа «Ленинград» - 1 час.

Занятие 3.3. **Теоретическое** крейсера типа «Киров» – 1 час.

Занятие 3.4. **Теоретическое** Подводные лодки типа «Ленинец», «Щука», «Малютка» – 1 час.

Занятие 3.5. **Практическое.** Итоговая проверка знаний – викторина – 1 час.

5 год обучения

№ п/п	Наименование тем	теоретическое	практическое	всего
	Вводное занятие	1	-	1
	Раздел I. Гуманитарная подготовка			
2	Морские традиции	-	-	-
3	«Чтоб одним хорошим парнем стало больше на Земле»	2	-	2
5	«Волшебная сила искусства»	-	3	3
6	«Подари себе праздник»	-	6	6
7	«Служу Отечеству!»	1	5	6
8	Мастерская настроений	-	2	2
	Итого:	3	16	19
	Раздел II. История флота			
9	Дни воинской славы	-	1	1
17	Флот накануне и в период Великой Отечественной войны (1938-1945 гг.)	2	4	6
18	Послевоенное десятилетие флота (1946-1956 гг.)	2	-	2
19	Современный ракетно-ядерный флот	2	1	3
	Итого:	6	6	12
	Всего:	10	22	32

Вводное занятие - 1 час

Занятие 1. **Теоретическое.** Обзор программы курса. Обзор культурно-массовых мероприятий в учебном году – 1 час.

Раздел I. Гуманитарная подготовка– 19 часов

Тема 2. «Чтоб одним хорошим парнем стало больше на Земле» - 2 часа.

Занятие 2.1. **Теоретическое.** Мужественные и отважные поступки офицеров ВМФ – 1 час.

Занятие 2.2. **Теоретическое.** Этикет: публичные выступления-1 час.

Тема 3. «Подари себе праздник» - 6 часов

Занятие 3.1. **Практическое.** Подготовка к культурно-массовым мероприятиям клуба – 6 часов.

Тема 5. «Волшебная сила искусства»- 3 часа

Занятие 4.1. **Практическое.** Упражнения на развитие творческих способностей- 3 часа.

Тема 7. «Служу Отечеству!» – 6 часов

Занятие 5.1. **Теоретическое.** «Служу Отечеству!». Обзор высших военных и военно-морских учреждений – 1 час.

Занятие 5.2. **Практическое.** Сочинение на тему «Служить Отечеству» - 1 час

Занятие 5.3. **Практическое.** Просмотр художественного фильма военно-морской тематики -2 часа.

Занятие 5.4. **Практическое.** Памятная дата 9 мая. Подготовка к параду -2 часа.

Тема 8. «Мастерская настроений»- 1 час

Занятие 1.7. **Практическое.** Психологическая игра «Сириус» – 1 час.

Раздел II. История флота – 12 часов

Тема 9. Дни Воинской славы- 1 час

Занятие 1.1. **Практическое.** Понятие «День воинской славы». Обзор памятных дат. Интерактивная игра - 1 час.

Тема 17. Флот накануне и в период Великой Отечественной войны (1938-1945 гг.) – 6 часов

Занятие 2.1. **Теоретическое.** Программа строительства Большого флота- 1 час.

Занятие 2.2. **Теоретическое.** Корабли- герои. Линкоры «Парижская коммуна», «Октябрьская революция», «Марат»- 1 час.

Занятие 2.3 **Теоретическое.** Крейсера «Киров», «Красный Кавказ»- 1 час.

Занятие 2.4 **Теоретическое.** Подводные лодки - 1 час.

Занятие 2.5. **Теоретическое.** Эсминцы и торпедные катера - 1 час.

Занятие 2.6. **Практическое.** Просмотр документального фильма - 1 час.

Тема 18. Послевоенное десятилетие флота (1946-1956 гг.) – 2 часа

Занятие 3.1. **Теоретическое.** Крейсера типа «Свердлов» и эсминцы типа «Огневой», «тридцатки-бис» и типа «Внушительный» – 1 час

Занятие 3.2 **Теоретическое.** Массовое строительство средних и больших дизель-аккумуляторных подводных лодок проектов 611 и 613. Первые пуски ракет с подводных лодок – 1 час.

Тема 19. Современный ракетно-ядерный флот – 3 часа

Занятие 4.1 **Теоретическое.** Авианесущие и ракетные крейсера. Большие противолодочные и сторожевые корабли – 1 час.

Занятие 2.3. **Теоретическое.** Атомные крейсера типа «Адмирал Ушаков» (бывший Киров)) – 1 час.

Занятие 2.3 **Теоретическое.** Первая подводная лодка «Ленинский комсомол» и ее поход подо льдом к Северному полюсу – 1 час.

Занятие 2.5 **Практическое.** Итоговая проверка знаний «Своя игра» - 1 час.

Перечень тем и расчет количества часов по «Курсу старшин шлюпок»

№ пп	Наименование раздела, темы	Кол-во часов	Место проведения	Материальное и информационное обеспечение занятия	Форма и метод контроля
------	----------------------------	--------------	------------------	---	------------------------

1 год обучения					
	Вводное занятие	1	Специализированные классы	ПК, видеопроектор	Опрос
1.	Стажёрский курс	21	Специализированные классы	Вязальные концы, секундомер, семафорные флажки, семафорные карточки, секундомер, судовой колокол, методичка «Стажёрский курс»	Опрос, наблюдение, снятие контрольных нормативов, зачет
2.	Такелажное дело	10	Специализированные классы	Вязальные концы, секундомер	Наблюдение, снятие контрольных нормативов
3.	Сигнализация и связь	12	Кают-компания, местность	Семафорные флажки, семафорные карточки, секундомер	Наблюдение, снятие контрольных нормативов
4.	Шлюпочное дело	14	Специализированные классы	ПК, видеопроектор, Плакат ЯЛ-6, учебные карточки, секундомер	Опрос, наблюдение, снятие контрольных нормативов
5.	Меры безопасности на воде	2	Специализированные классы	ПК, видеопроектор, спасательный жилет, спасательный круг, конец Александра	Опрос, наблюдение, зачет
6.	Морское многоборье	4	Специализированные классы, кают-компания, местность	Вязальные концы, секундомер, семафорные флажки, семафорные карточки, секундомер	Наблюдение, снятие контрольных нормативов, соревнования
2 год обучения					
	Вводное занятие	1	Специализированные классы	ПК, видеопроектор	Опрос
1.	Такелажное дело	17	Специализированные классы	Вязальные концы, секундомер	Наблюдение, снятие контрольных нормативов
2.	Сигнализация и связь	12	Кают-компания, местность	Семафорные флажки, семафорные карточки, секундомер	Наблюдение, снятие контрольных нормативов
3.	Шлюпочное дело	6	Специализированные классы	ПК, видеопроектор, Плакат ЯЛ-6, учебные карточки, секундомер	Опрос, наблюдение, снятие контрольных нормативов
4.	Парусное дело	19	Специализированные классы	ПК, видеопроектор, Плакат ЯЛ-6, учебные карточки, секундомер	Опрос, наблюдение, снятие контрольных нормативов
5.	Меры безопасности на	2	Специализированные классы	ПК, видеопроектор, спасательный жилет,	Опрос, наблюдение,

	воде			спасательный круг, конец Александрова	зачет
6.	Морское многоборье	7	Специализированные классы, кают-компания, местность	Вязальные концы, секундомер, семафорные флажки, семафорные карточки, секундомер	Наблюдение, снятие контрольных нормативов, соревнования
3 год обучения					
	Вводное занятие	1	Специализированные классы	ПК, видеопроектор	Опрос
1.	Такелажное дело	15	Специализированные классы	Вязальные концы, секундомер	Наблюдение, снятие контрольных нормативов
2.	Сигнализация и связь	14	Кают-компания, местность	Семафорные флажки, семафорные карточки, секундомер	Наблюдение, снятие контрольных нормативов
3.	Шлюпочное дело	6	Специализированные классы	ПК, видеопроектор, Плакат ЯЛ-6, учебные карточки, секундомер	Опрос, наблюдение, снятие контрольных нормативов
4.	Парусное дело	17	Специализированные классы	ПК, видеопроектор, Плакат ЯЛ-6, учебные карточки, секундомер	Опрос, наблюдение, снятие контрольных нормативов
5.	Меры безопасности на воде	2	Специализированные классы	ПК, видеопроектор, спасательный жилет, спасательный круг, конец Александрова	Опрос, наблюдение, зачет
6.	Морское многоборье	9	Специализированные классы, кают-компания, местность	Вязальные концы, секундомер, семафорные флажки, семафорные карточки, секундомер	Наблюдение, снятие контрольных нормативов, соревнования
4 год обучения					
	Вводное занятие	1	Специализированные классы	ПК, видеопроектор	Опрос
1.	Такелажное дело	18	Специализированные классы	Вязальные концы, секундомер	Наблюдение, снятие контрольных нормативов
2.	Сигнализация и связь	9	Кают-компания, местность	Семафорные флажки, семафорные карточки, секундомер	Наблюдение, снятие контрольных нормативов
3.	Шлюпочное дело	5	Специализированные классы	ПК, видеопроектор, Плакат ЯЛ-6, учебные карточки, секундомер	Опрос, наблюдение, снятие контрольных нормативов
4.	Парусное дело	23	Специализированные классы	ПК, видеопроектор, Плакат ЯЛ-6, учебные	Опрос, наблюдение,

				карточки, секундомер	снятие контрольных нормативов
5.	Меры безопасности на воде	2	Специализированные классы	ПК, видеопроектор, спасательный жилет, спасательный круг, конец Александра	Опрос, наблюдение, зачет
6.	Морское многоборье	6	Специализированные классы, кают-компания, местность	Вязальные концы, секундомер, семафорные флажки, семафорные карточки, секундомер	Наблюдение, снятие контрольных нормативов, соревнования
5 год обучения					
	Вводное занятие	1	Специализированные классы	ПК, видеопроектор	Опрос
2.	Такелажное дело	13	Специализированные классы	Вязальные концы, секундомер	Наблюдение, снятие контрольных нормативов
3.	Сигнализация и связь	12	Кают-компания, местность	Семафорные флажки, семафорные карточки, секундомер	Наблюдение, снятие контрольных нормативов
4.	Шлюпочное дело	4	Специализированные классы	ПК, видеопроектор, Плакат ЯЛ-6, учебные карточки, секундомер	Опрос, наблюдение, снятие контрольных нормативов
5.	Парусное дело	23	Специализированные классы	ПК, видеопроектор, Плакат ЯЛ-6, учебные карточки, секундомер	Опрос, наблюдение, снятие контрольных нормативов
6.	Меры безопасности на воде	2	Специализированные классы	ПК, видеопроектор, спасательный жилет, спасательный круг, конец Александра	Опрос, наблюдение, зачет
7.	Морское многоборье	9	Специализированные классы, кают-компания, местность	Вязальные концы, секундомер, семафорные флажки, семафорные карточки, секундомер	Наблюдение, снятие контрольных нормативов, соревнования

№ пп	Тема занятий	1 год обучения			2 год обучения			3 год обучения			4 год обучения			5 год обучения			Итого
		теоретическое	практическое	всего	теоретическое	практическое	всего	теоретическое	практическое	всего	теоретическое	практическое	всего	теоретическое	практическое	всего	
	Вводное занятие	1	-	1	1	-	1	1	-	1	1	-	1	1	-	1	5
1.	Стажёрский курс	8	13	21	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	21
2.	Такелажное дело	-	10	10	1	16	17	-	15	15	-	18	18	2	11	13	73
3.	Сигнализация и связь	-	12	12	1	11	12	1	13	14	2	7	9	5	7	12	59
4.	Шлюпочное дело	9	5	14	6	-	6	5	1	6	5	-	5	4	-	4	35
5.	Парусное дело	-	-	-	15	4	19	14	3	17	21	2	23	20	3	23	82
6.	Меры безопасности на воде	2	-	2	2	-	2	1	1	2	2	-	2	2	-	2	10
7.	Морское многоборье	1	3	4	2	5	7	4	5	9	2	4	6	3	6	9	35
Итого:		21	43	64	28	36	64	26	38	64	23	41	64	37	27	64	320

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1 год обучения

№ пп	Наименование темы	теоретическое	практическое	всего
	Вводное занятие	1	-	1
1.	Стажёрский курс	8	13	21
2.	Такелажное дело	-	10	10
3.	Сигнализация и связь	-	12	12
4.	Шлюпочное дело	9	5	14
6.	Меры безопасности на воде	2	-	2
7.	Морское многоборье	1	3	4
Итого:		21	43	64

Вводное занятие – 1 час

Занятие В 1.1. **Теоретическое.** Знакомство с ДМЦ, обзор программы курса. Требования, предъявляемые на занятиях. Просмотр видеоролика с летних лагерных сборов – 1 час.

1. Стажерский курс – 21 час

Занятие СК 1.1. **Теоретическое.** Морская терминология – 1 час.

Занятие СК 1.2. **Теоретическое.** История появления судового колокола на корабле. Понятие рында, склянки – 1 час.

Занятие СК 1.3. **Теоретическое.** Порядок отбития склянок – 1 час.

Занятие СК 1.4. **Теоретическое.** Вахта на корабле. Атрибуты вахтенной службы – 1 час.

Занятие СК 1.5. **Теоретическое.** Обязанности вахтенного у трапа. Обязанности подвахтенного – 1 час.

Занятие СК 1.6. **Практическое.** Изучение морских узлов: рифовый, беседочный – 1 час.

Занятие СК 1.7. **Практическое.** Изучение морских узлов: шкотовый, простой штык – 1 час.

Занятие СК 1.8. **Практическое.** Изучение морских узлов: шлюпочный, удавка – 1 час.

Занятие СК 1.9. **Практическое.** Раскладка шести концов, вязание на скорость – 1 час.

Занятие СК 1.10. **Практическое.** Раскладка шести концов, вязание на скорость – 1 час.

Занятие СК 1.11. **Практическое.** Раскладка шести концов, вязание на скорость – 1 час.

Занятие СК 1.12. **Практическое.** Раскладка шести концов, вязание на скорость – 1 час.

Занятие СК 1.13. **Практическое.** Понятие «Семафор», изучение букв (а, у, к, т, и(й), ь(ъ)) – 1 час.

Занятие СК 1.14. **Практическое.** Изучение парных букв семафорной азбуки (б-д, в-г, е(ё)-с, э) – 1 час.

Занятие СК 1.15. **Практическое.** Изучение парных букв семафорной азбуки (н-о, п-р, ф-ы, х) – 1 час.

Занятие СК 1.16. **Практическое.** Изучение парных букв семафорной азбуки (ц-ч, ш-щ, ю-я) – 1 час.

Занятие СК 1.17. **Практическое.** Служебные знаки, передача пар букв по карточкам – 1 час.

Занятие СК 1.18. **Теоретическое.** Сдача зачета по теме «Морская терминология» – 1 час.

Занятие СК 1.19. **Теоретическое.** Сдача зачета по теме «Порядок отбития склянок» – 1 час.

Занятие СК 1.20. **Практическое.** Сдача зачета по такелажу: вязание шести узлов на время – 1 час.

Занятие СК 1.21. **Практическое.** Сдача зачета по семафору: передача семафорной азбуки на время – 1 час.

2. Такелажное дело – 10 часов

- Занятие Т 1.1. **Практическое.** Узлы для утолщения троса: простой, восьмерка, стивидорный, кровавый – 1 час.
- Занятие Т 1.2. **Практическое.** Узлы для связывания двух тросов: прямой, бабий – 1 час.
- Занятие Т 1.3. **Практическое.** Самостоятельная работа. Сделать подвесную банку с помощью узлов для утолщения троса и узлов для связывания двух концов – 1 час.
- Занятие Т 1.4. **Практическое.** Узлы беседочный, удавка, шлюпочный, полуштык, штык их назначение – 1 час.
- Занятие Т 1.5. **Практическое.** Отработка швартовки и буксировки шлюпки в такелажном классе – 1 час.
- Занятие Т 1.6. **Практическое.** Узел многократная восьмерка. – 1 час.
- Занятие Т 1.7. **Практическое.** Вязание 6 спортивных узлов на время. Технология забрасывания концов на банку – 1 час.
- Занятие Т 1.8. **Практическое.** Подготовка к соревнованиям. Совершенствование техники вязания 6-ти спортивных узлов – 1 час.
- Занятие Т 1.9. **Практическое.** Подготовка к соревнованиям. Совершенствование техники вязания 6-ти спортивных узлов – 1 час.
- Занятие Т 1.10. **Практическое.** Подготовка к соревнованиям. Совершенствование техники вязания 6-ти спортивных узлов – 1 час.

3. Сигнализация и связь – 12 часов

- Занятие СС 1.1. **Практическое.** Служебные знаки, передача пар букв по карточкам – 1 час.
- Занятие СС 1.2. **Практическое.** Прием пар букв. Работа на тренажере, скорость 15, 20, 30 знаков – 1 час.
- Занятие СС 1.3. **Практическое.** Прием пар букв. Работа на тренажере, скорость 15, 20, 30 знаков – 1 час.
- Занятие СС 1.4. **Практическое.** Тренировка в парах (прием-передача пары букв). Нарращивание скорости передачи – 1 час.
- Занятие СС 1.5. **Практическое.** Тренировка в парах (прием-передача пары букв). Нарращивание скорости передачи – 1 час.
- Занятие СС 1.6. **Практическое.** Тренировка в парах (прием-передача пары букв). Нарращивание скорости передачи – 1 час.
- Занятие СС 1.7. **Практическое.** Тренировка в парах (прием-передача пары букв). Нарращивание скорости передачи – 1 час.
- Занятие СС 1.8. **Практическое.** Составление слов. Улучшение «почерка» передачи – 1 час.
- Занятие СС 1.9. **Практическое.** Тренировка в парах (прием-передача морских терминов). Нарращивание скорости передачи – 1 час.
- Занятие СС 1.10. **Практическое.** Тренировка в парах (прием-передача морских терминов). Нарращивание скорости передачи – 1 час.
- Занятие СС 1.11. **Практическое.** Тренировка в парах (прием-передача морских терминов). Нарращивание скорости передачи – 1 час.
- Занятие СС 1.12. **Практическое.** Тренировка в парах (прием-передача морских терминов). Нарращивание скорости передачи – 1 час.

4. Шлюпочное дело – 14 часов

- Занятие ШД 1.1. **Теоретическое.** Назначение шлюпок их характеристика – 1 час.
- Занятие ШД 1.2. **Теоретическое.** Типы шлюпок их классификация – 1 час.
- Занятие ШД 1.3. **Теоретическое.** Силовой набор шлюпки Ял-4(Ял-6) – 1 час.
- Занятие ШД 1.4. **Теоретическое.** Силовой набор шлюпки Ял-4(Ял-6) – 1 час.
- Занятие ШД 1.5. **Теоретическое.** Крепление частей силового набора между собой – 1 час.
- Занятие ШД 1.6. **Теоретическое.** Обшивка. Внутреннее устройство – 1 час.
- Занятие ШД 1.7. **Теоретическое.** Съёмные детали, их назначение и устройство – 1 час.
- Занятие ШД 1.8. **Практическое.** Тест по устройству шлюпки Ял-4(Ял-6) – 1 час
- Занятие ШД 1.9. **Практическое.** Тест по устройству шлюпки Ял-4(Ял-6) – 1 час.

Занятие ШД 1.10. **Теоретическое.** Предметы снабжения шлюпок, их назначение, устройство и штатные места, спасательные средства – 1 час.

Занятие ШД 1.11. **Теоретическое.** Содержание и мытьё шлюпок. Хранение в зимний период. Подготовка шлюпок к навигации – 1 час.

Занятие ШД 1.12. **Практическое.** Посадка гребцов в шлюпке – 1 час.

Занятие ШД 1.13. **Практическое.** Посадка гребцов в шлюпке – 1 час.

Занятие ШД 1.14. **Теоретическое.** Командные слова (команды) подаваемые при гребле – 1 час.

6. Меры безопасности – 2 часа

Занятие МБ 1.1. **Теоретическое.** Меры безопасности при действиях на воде – 1 час.

Занятие МБ 1.2. **Теоретическое.** Правила поведения гребцов в шлюпке – 1 час.

7. Морское многоборье – 4 часа

Занятие ММН 1.1. **Теоретическое.** Соревнования по морскому многоборью; история их проведения. Виды: семафор, такелаж, устройство шлюпки – 1 час.

Занятие ММН 1.2. **Практическое.** Подготовка к соревнованиям по зимнему морскому многоборью – 1 час.

Занятие ММН 1.3. **Практическое.** Подготовка к соревнованиям по зимнему морскому многоборью – 1 час.

Занятие ММН 1.4. **Практическое.** Подготовка к соревнованиям по такелажу им. Ф.Ф. Ушакова – 1 час.

2 год обучения

№ пп	Наименование темы	теоретическое	практическое	всего
	Вводное занятие	1	-	1
2.	Такелажное дело	1	16	17
3.	Сигнализация и связь	1	11	12
4.	Шлюпочное дело	6	-	6
5.	Парусное дело	15	4	19
6.	Меры безопасности на воде	2	-	2
7.	Морское многоборье	2	5	7
Итого:		28	36	64

Вводное занятие – 1 час

Занятие В 2.1. **Теоретическое.** Обзор программы курса. Значение парусного флота в истории и перспективы его развития в будущем – 1 час.

2. Такелажное дело – 17 часов

Занятие Т 2.1. **Практическое.** Узлы «пожарная лестница», штык со шлагом, штык с обносом и их назначение – 1 час.

Занятие Т 2.2. **Практическое.** Узлы для связывания двух тросов: дубовый, хирургический, академический, брам-шкотовый – 1 час.

Занятие Т 2.3. **Практическое.** Затягивающиеся узлы: коровий, выбленочный, «констриктор» – 1 час.

Занятие Т 2.4. **Практическое.** Затягивающиеся петли: бегущий простой, скользящая восьмерка, кандальный – 1 час.

Занятие Т 2.5. **Практическое.** Узел тросовый талреп, осаживание вант. Вязание восьмерки на нагеле и кнехте – 1 час.

Задание Т 2.6. **Практическое.** Отработка поднятия рея с помощью удавки, закрепление фала на банке – 1 час.

Занятие Т 2.7. **Практическое.** Закрепление шкотов и галсов на парусе с помощью шкотового, брам-шкотового узлов – 1 час.

Занятие Т 2.8. **Теоретическое.** Тросы и линии. Виды тросов. Уход за тросами и их содержание. Меры безопасности при работе со стальными тросами – 1 час.

Занятие Т 2.9. **Практическое.** Сплесневание тросов. Наложение марок и бензелей – 1 час.

Занятие Т 2.10. **Практическое.** Сплесневание тросов. Наложение марок и бензелей – 1 час.

Занятие Т 2.11. **Практическое.** Вязание шести узлов на технику – 1 час.

Занятие Т 2.12. **Практическое.** Вязание шести узлов на технику – 1 час.

Занятие Т 2.13. **Практическое.** Нарращивание скорости вязания шести узлов – 1 час.

Занятие Т 2.14. **Практическое.** Нарращивание скорости вязания шести узлов – 1 час.

Занятие Т 2.15. **Практическое.** Нарращивание скорости вязания шести узлов – 1 час.

Занятие Т 2.16. **Практическое.** Нарращивание скорости вязания шести узлов – 1 час.

Занятие Т 2.17. **Практическое.** Нарращивание скорости вязания шести узлов – 1 час.

3. Сигнализация и связь – 12 часов

Занятие СС 2.1. **Теоретическое.** Понятие семафор, обязанности сигнальщика, повторение семафорной азбуки – 1 час.

Занятие СС 2.2. **Практическое.** Тренировка в парах (прием-передача двухбуквенных кодов) – 1 час.

Занятие СС 2.3. **Практическое.** Тренировка в парах (прием-передача двухбуквенных кодов) – 1 час.

Занятие СС 2.4. **Практическое.** Тренировка в парах (прием-передача коротких слов из 3-х, 4-х букв) – 1 час.

Занятие СС 2.5. **Практическое.** Тренировка в парах (прием-передача коротких слов из 3-х, 4-х букв) – 1 час.

Занятие СС 2.6. **Практическое.** Тренировка в парах (прием-передача морской терминологии) – 1 час.

Занятие СС 2.7. **Практическое.** Тренировка в парах (прием-передача морской терминологии) – 1 час.

Занятие СС 2.8. **Практическое.** Тренировка в парах (прием-передача морской терминологии) – 1 час.

Занятие СС 2.9. **Практическое.** Тренировка в парах (прием-передача морской терминологии) – 1 час.

Занятие СС 2.10. **Практическое.** Прием пар букв. Работа на тренажере, скорость 30, 40, 50, 60 знаков – 1 час.

Занятие СС 2.11. **Практическое.** Прием пар букв. Работа на тренажере, скорость 30, 40, 50, 60 знаков – 1 час.

Занятие СС 2.12. **Практическое.** Прием пар букв. Работа на тренажере, скорость 30, 40, 50, 60 знаков – 1 час.

4. Шлюпочное дело – 6 часов

Занятие ШД 2.1. **Теоретическое.** Повторение устройства шлюпки Ял-4 (Ял-6). Силовой набор, предметы снабжения шлюпки, дельные вещи. Написание теста по устройству шлюпки – 1 час.

Занятие ШД 2.2. **Теоретическое.** Тактико-технические данные Ял-4 (Ял-6). Главные размерения и плоскости. Мореходные качества шлюпки – 1 час.

Занятие ШД 2.3. **Теоретическое.** Подход к пирсу и отход от пирса в тихую погоду – 1 час.

Занятие ШД 2.4. **Теоретическое.** Подход к трапу корабля (пирсу) в свежую погоду. Отход от трапа корабля (пирса) в свежую погоду – 1 час.

Занятие ШД 2.5. **Теоретическое.** Снятие шлюпки с мели. Постановка шлюпки на дрек. Съёмка с дрека – 1 час.

Занятие ШД 2.6. **Теоретическое.** Подход шлюпки к берегу во время прибоя. Отход шлюпки от берега во время прибоя. Буксировка шлюпки – 1 час.

5. Парусное дело – 19 часов

Занятие П 2.1. **Теоретическое.** Рейковое вооружение Ял-4 (Ял-6), рангоут и такелаж, их назначение и устройство – 1 час.

Занятие П 2.2. **Теоретическое.** Рейковое вооружение Ял-4 (Ял-6), рангоут и такелаж, их назначение и устройство – 1 час.

Занятие П 2.3. **Теоретическое.** История паруса, виды парусов, устройство парусного вооружения Ял-4 (Ял-6) – 1 час.

Занятие П 2.4. **Теоретическое.** История паруса, виды парусов, устройство парусного вооружения Ял-4 (Ял-6) – 1 час.

Занятие П 2.5. **Теоретическое.** Постановка рангоута и подъем парусов. Уборка парусов и рангоута – 1 час.

Занятие П 2.6. **Практическое.** Написание теста по парусному вооружению шлюпки – 1 час.

Занятие П 2.7. **Теоретическое.** Размещение гребцов в шлюпке. Обязанности матроса – 1 час.

Занятие П 2.8. **Теоретическое.** Ветра и курсы шлюпки относительно ветра. Истинный, курсовой и вымпельный ветра. Работа паруса на острых и полных курсах – 1 час.

Занятие П 2.9. **Теоретическое.** Ветра и курсы шлюпки относительно ветра. Истинный, курсовой и вымпельный ветра. Работа паруса на острых и полных курсах – 1 час.

Занятие П 2.10. **Теоретическое.** Влияние крена и дифферента на управление шлюпкой.

Удифферентовка шлюпки – 1 час.

Занятие П 2.11. **Теоретическое.** Влияние крена и дифферента на управление шлюпкой.

Удифферентовка шлюпки – 1 час.

Занятие П 2.12. **Теоретическое.** Факторы, влияющие на разворот. Уваливание, приведение, полуповороты – 1 час.

Занятие П 2.13. **Теоретическое.** Факторы, влияющие на разворот. Уваливание, приведение, полуповороты – 1 час.

Занятие П 2.14. **Теоретическое.** Порядок выполнения поворотов оверштаг и через фордевинд – 1 час.

Занятие П 2.15. **Теоретическое.** Порядок выполнения поворотов оверштаг и через фордевинд – 1 час.

Занятие П 2.16. **Теоретическое.** Команды, выполняемые при движении под парусом - 1 час.

Занятие П 2.17. **Теоретическое.** Правила движения под парусом на открытой воде – 1 час.

Занятия П 2.18. **Теоретическое.** Управление шлюпкой при шквалах – 1 час.

Занятия П 2.19. **Теоретическое.** Укладка парусов – 1 час.

6. Меры безопасности – 2 часа

Занятие МБ 2.1. **Теоретическое.** Меры безопасности при действиях на воде – 1 час.

Занятие МБ 2.2. **Теоретическое.** Правила поведения гребцов в шлюпке при движении под парусом – 1 час.

7. Морское многоборье – 7 часов

Занятие ММН 2.1. **Теоретическое.** Порядок проведения соревнований по плаванию, устройству шлюпки и парусному вооружению – 1 час.

Занятие ММН 2.2. **Теоретическое.** Правила проведения соревнований по гребле и под парусом – 1 час.

Занятие ММН 2.3. **Практическое.** Подготовка к зимним соревнованиям по морскому многоборью – 1 час.

Занятие ММН 2.3. **Практическое.** Подготовка к зимним соревнованиям по морскому многоборью – 1 час.

Занятие ММН 2.3. **Практическое.** Подготовка к зимним соревнованиям по морскому многоборью – 1 час.

Занятие ММН 2.4. **Практическое.** Подготовка к городским соревнованиям по такелажу им. Ф. Ф. Ушакова – 1 час.

Занятие ММН 2.4. **Практическое.** Подготовка к городским соревнованиям по такелажу им. Ф. Ф. Ушакова – 1 час.

3 год обучения

№ пп	Наименование темы	теоретическое	практическое	всего
	Вводное занятие	1	-	1
2.	Такелажное дело	-	15	15
3.	Сигнализация и связь	1	13	14
4.	Шлюпочное дело	5	1	6
5.	Парусное дело	14	3	17
6.	Меры безопасности на воде	1	1	2
7.	Морское многоборье	4	5	9
Итого:		26	38	64

Вводное занятие – 1 час

Занятие В 3.1. **Теоретическое.** Обзор программы курса. Значение военно-морского флота в современной России – 1 час.

2. Такелажное дело – 15 часов

Занятие Т 3.1. **Практическое.** Узлы: коечный штык, рыбацкий штык (якорный) – 1 час.

Занятие Т 3.2. **Практическое.** Узлы для связывания двух тросов: «тещин», воровской, плоский, травяной – 1 час.

Занятие Т 3.3. **Практическое.** Узлы: фламандский, фламандская петля, двойной беседочный – 1 час.

Занятия Т 3.4. **Практическое.** Особые морские узлы: гачный, «кошачья лапа», бочечный – 1 час.

Занятия Т 3.5. **Практическое.** Узлы для рыболовных снастей: глухой, рыбацкая восьмерка, черепашка – 1 час.

Занятия Т 3.6. **Практическое.** Заделка огонов. Изготовление матов – 1 час.

Занятия Т 3.7. **Практическое.** Заделка огонов. Изготовление матов – 1 час.

Занятие Т 3.8. **Практическое.** Изготовление кранцев – 1 час.

Занятие Т 3.9. **Практическое.** Подача легости – 1 час.

Занятие Т 3.10. **Практическое.** Подача легости – 1 час.

Занятие Т 3.11. **Практическое.** Отработка крепления паруса к рею – 1 час.

Занятие Т 3.12. **Практическое.** Выхаживание парусов – 1 час.

Занятие Т 3.13. **Практическое.** Нарращивание скорости вязания шести узлов на время – 1 час.

Занятие Т 3.14. **Практическое.** Нарращивание скорости вязания шести узлов на время – 1 час.

Занятие Т 3.15. **Практическое.** Нарращивание скорости вязания шести узлов на время – 1 час.

3. Сигнализация и связь – 14 часов

Занятие СС 3.1. **Практическое.** Повторение семафорной азбуки, работа в парах – 1 час.

- Занятие СС 3.2. **Практическое.** Работа в парах прием-передача коротких слов – 1 час.
- Занятие СС 3.3. **Практическое.** Работа в парах прием-передача коротких слов – 1 час.
- Занятие СС 3.4. **Практическое.** Работа в парах прием-передача длинных слов – 1 час.
- Занятие СС 3.5. **Практическое.** Работа в парах прием-передача длинных слов – 1 час.
- Занятие СС 3.6. **Практическое.** Работа на тренажере, прием 60, 70, 80, 90 знаков в минуту – 1 час.
- Занятие СС 3.7. **Практическое.** Работа на тренажере, прием 60, 70, 80, 90 знаков в минуту – 1 час.
- Занятие СС 3.8. **Практическое.** Работа на тренажере, прием 60, 70, 80, 90 знаков в минуту – 1 час.
- Занятие СС 3.9. **Практическое.** Игра в «глухой телефон» - 1 час.
- Занятие СС 3.10. **Практическое.** Работа в парах на время, улучшение почерка передачи – 1 час.
- Занятие СС 3.11. **Практическое.** Работа в парах на время, улучшение почерка передачи – 1 час.
- Занятие СС 3.12. **Практическое.** Работа в парах на время, улучшение почерка передачи – 1 час.
- Занятие СС 3.13. **Практическое.** Работа в парах на время, улучшение почерка передачи – 1 час.
- Занятие СС 3.14. **Теоретическое.** Флаги международного свода сигналов – 1 час.

4. Шлюпочное дело – 6 часов

- Занятие ШД 3.1. **Теоретическое.** Повторение устройства шлюпки Ял-4 (ЯЛ-6). Тактико-технические данные Ял-4 (ЯЛ-6). Силовой набор, дельные вещи и предметы снабжения. Главные размерения и плоскости. Мореходные качества шлюпки. Написание теста по устройству шлюпки – 1 час.
- Занятие ШД 3.2. **Теоретическое.** Повторение устройства шлюпки Ял-4 (ЯЛ-6). Тактико-технические данные Ял-4 (ЯЛ-6). Силовой набор, дельные вещи и предметы снабжения. Главные размерения и плоскости. Мореходные качества шлюпки. Написание теста по устройству шлюпки – 1 час.
- Занятие ШД 3.3. **Теоретическое.** Классификация шлюпок и спортивных судов – 1 час.
- Занятие ШД 3.4. **Теоретическое.** Спасение человека, упавшего за борт в тихую и свежую погоду – 1 час.
- Занятие ШД 3.5. **Теоретическое.** Спуск и подъем шлюпок. Техническое обслуживание шлюпок – 1 час.
- Занятие ШД 3.6. **Теоретическое.** Организация соревнований на веслах. Обязанности судьи – 1 час.

5. Парусное дело – 17 часов

- Занятие П 3.1. **Теоретическое.** Повторение парусного вооружения шлюпки Ял-4 (ЯЛ-6), назначение и устройство – 1 час.
- Занятие П 3.2. **Теоретическое.** Действие ветра на парус – 1 час.
- Занятие П 3.3. **Теоретическое.** Понятие лавировки. Техника выполнения – 1 час.
- Занятие П 3.4. **Теоретическое.** Повороты оверштаг и через фордевинд при управлении без руля – 1 час.
- Занятие П 3.5. **Практическое.** Тренировка выполнения поворотов оверштаг и через фордевинд при прохождении дистанции «пеший по-водному» – 1 час.
- Занятие П 3.6. **Теоретическое.** Постановка парусов «бабочкой» – 1 час.
- Занятие П 3.7. **Теоретическое.** Взятие рифов – 1 час.
- Занятие П 3.8. **Теоретическое.** Подход, отход к причалу под парусом – 1 час.
- Занятие П 3.9. **Практическое.** Отработка подхода к причалу и отхода от него, «пеший по-водному» – 1 час.
- Занятие П 3.10. **Теоретическое.** Действия старшины и гребцов в случае опрокидывания шлюпки – 1 час.
- Занятие П 3.11. **Теоретическое.** Подход к опрокинувшейся шлюпке и оказание помощи ее команде – 1 час.
- Занятие П 3.12. **Теоретическое.** Предстартовый маневр – 1 час.
- Занятие П 3.13. **Практическое.** Тактика ведения гонки, действия у знака – 1 час.
- Занятие П 3.14. **Практическое.** Прохождение дистанции парусной регаты «пеший по-водному» – 1 час.
- Занятие П 3.15. **Практическое.** Сдача зачетов на классного специалиста третьего класса – 1 час.
- Занятие П 3.16. **Теоретическое.** Устройство и парусное вооружение швертбота «Оптимист» – 1 час.

Занятие П 3.17. **Теоретическое.** Устройство и парусное вооружение швертбота «Оптимист» – 1 час.

6. Меры безопасности – 2 часа

Занятие МБ 3.1. **Теоретическое.** Меры безопасности при действиях на воде. Оказание первой медицинской помощи при утоплении – 1 час.

Занятие МБ 3.2. **Теоретическое.** Правила поведения гребцов в шлюпке, на веслах и под парусом – 1 час.

7. Морское многоборье – 9 часов

Занятие ММН 3.1. **Теоретическое.** Порядок проведения парусных соревнований. Старт и дистанция. Терминология. – 1 час.

Занятие ММН 3.2. **Теоретическое.** Правила расхождения. – 1 час.

Занятие ММН 3.3. **Теоретическое.** Правила комплексных и крейсерских гонок – 1 час.

Занятие ММН 3.4. **Теоретическое.** Гребно-парусное многоборье на Ял-6 – 1 час.

Занятие ММН 3.5. **Практическое.** Подготовка к зимним соревнованиям по морскому многоборью – 1 час.

Занятие ММН 3.6. **Практическое.** Подготовка к зимним соревнованиям по морскому многоборью – 1 час.

Занятие ММН 3.7. **Практическое.** Подготовка к зимним соревнованиям по морскому многоборью – 1 час.

Занятие ММН 3.8. **Практическое.** Подготовка к городским соревнованиям по такелажу им. Ф. Ф. Ушакова – 1 час.

Занятие ММН 3.9. **Практическое.** Подготовка к городским соревнованиям по такелажу им. Ф. Ф. Ушакова – 1 час.

4 год обучения

№ пп	Наименование темы	теоретическое	практическое	всего
	Вводное занятие	1	-	1
2.	Такелажное дело	-	18	18
3.	Сигнализация и связь	2	7	9
4.	Шлюпочное дело	5	-	5
5.	Парусное дело	21	2	23
6.	Меры безопасности на воде	2	-	2
7.	Морское многоборье	2	4	6
Итого:		23	41	64

Вводное занятие – 1 час

Занятие В 4.1. **Теоретическое.** Обзор программы курса. Морская доктрина России – 1 час.

2. Такелажное дело – 18 часов

Занятие Т 4.1. **Практическое.** Помощь в организации проведения занятий со стажерами – 1 час.

Занятие Т 4.2. **Практическое.** Помощь в организации проведения занятий со стажерами – 1 час.

Занятие Т 4.3. **Практическое.** Узлы для связывания двух концов: кинжальный, рыбацкий, ткацкий – 1 час.

Занятие Т 4.4. **Практическое.** Затягивающиеся узлы: самозатягивающийся, качельный, битенговый – 1 час.

Занятие Т 4.5. **Практическое.** Незатягивающиеся петли: бурлацкая петля, боцманский, топовый – 1 час.

Занятие Т 4.6. **Практическое.** Быстро развязывающиеся петли: развязывающийся ткацкий, ведерный – 1 час

Занятие Т 4.7. **Практическое.** Особые морские узлы: мешочный, сваечный, «мартышкина цепочка» - 1 час.

Занятие Т 4.8. **Практическое.** Незатягивающиеся узлы: буксирный, портовый – 1 час.

Занятие Т 4.9. **Практическое.** Узлы королевский, четырехпетельный, тройной плетеный узел – 1 час.

Занятие Т 4.10. **Практическое.** Зачет по такелажу – 1 час.

Занятие Т 4.11. **Практическое.** Вязание шести узлов на время – 1 час.

Занятие Т 4.12. **Практическое.** Вязание шести узлов на время – 1 час.

Занятие Т 4.13. **Практическое.** Вязание шести узлов на время – 1 час.

Занятие Т 4.14. **Практическое.** Вязание шести узлов на время – 1 час.

Занятие Т 4.15. **Практическое.** Вязание морских узлов на количество – 1 час.

Занятие Т 4.16. **Практическое.** Подача легости – 1 час.

Занятие Т 4.17. **Практическое.** Подача легости – 1 час.

Занятие Т 4.18. **Практическое.** Подача легости – 1 час.

3. Сигнализация и связь – 9 часов

Занятие СС 4.1. **Практическое.** Повторение семафорной азбуки. Флаги международного свода сигналов – 1 час.

Занятие СС 4.2. **Практическое.** МСС-65. Набор флажных сигналов на фале – 1 час.

Занятие СС 4.3. **Практическое.** Работа в парах (прием-передача, сложные карточки) – 1 час.

Занятие СС 4.4. **Практическое.** Работа в парах (прием-передача, сложные карточки) – 1 час.

Занятие СС 4.5. **Практическое.** Работа в парах (прием-передача, сложные карточки) – 1 час.

Занятие СС 4.6. **Практическое.** Работа на тренажере максимальная скорость передачи знаков за минуту – 1 час.

Занятие СС 4.7. **Практическое.** Работа на тренажере максимальная скорость передачи знаков за минуту – 1 час.

Занятие СС 4.8. **Теоретическое.** Правила плавания на парусно-гребной шлюпке согласно МППСС-72 – 1 час.

Занятие СС 4.9. **Теоретическое.** Правила плавания на парусно-гребной шлюпке согласно МППСС-72 – 1 час.

4. Шлюпочное дело – 5 часов

Занятие ШД 4.1. **Теоретическое.** Повторение устройства шлюпки ЯЛ-4 (ЯЛ-6). Тактико-технические данные ЯЛ-4 (ЯЛ-6). Силовой набор, дельные вещи и предметы снабжения. Главные размерения и плоскости. Мореходные качества шлюпки – 1 час.

Занятие ШД 4.2. **Теоретическое.** Повторение устройства шлюпки ЯЛ-4 (ЯЛ-6). Тактико-технические данные ЯЛ-4 (ЯЛ-6). Силовой набор, дельные вещи и предметы снабжения. Главные размерения и плоскости. Мореходные качества шлюпки – 1 час.

Занятие ШД 4.3. **Теоретическое.** Планирование и подготовка шлюпочных походов – 1 час.

Занятие ШД 4.4. **Теоретическое.** Планирование и подготовка шлюпочных походов – 1 час.

Занятие ШД 4.5. **Теоретическое.** Высадка на берег и действия личного состава на берегу – 1 час.

5. Парусное дело – 23 часа

Занятие П 4.1. **Теоретическое.** Повторение парусного вооружения шлюпки Ял-4 (ЯЛ-6), назначение и устройство. Постановка и уборка парусов – 1 час.

Занятие П 4.2. **Теоретическое.** Повторение парусного вооружения шлюпки Ял-4 (ЯЛ-6), назначение и устройство. Постановка и уборка парусов – 1 час.

- Занятие П 4.3. **Теоретическое.** Техника огибания знаков. Тактическая борьба при огибании знаков на шлюпке Ял-4 (ЯЛ-6) – 1 час.
- Занятие П 4.4. **Теоретическое.** Лавировка на гоночной дистанции – 1 час.
- Занятие П 4.5. **Теоретическое.** Лавировка на гоночной дистанции – 1 час.
- Занятие П 4.6. **Теоретическое.** Повторение устройства и парусного вооружения швертбота «Оптимист» – 1 час.
- Занятие П 4.7. **Теоретическое.** Повторение устройства и парусного вооружения швертбота «Оптимист» – 1 час.
- Занятие П 4.8. **Теоретическое.** Выполнение поворотов оверштаг и фордевинд на швертботе «Оптимист» – 1 час.
- Занятие П 4.9. **Теоретическое.** Устройство и парусное вооружение швертбота «Кадет» – 1 час.
- Занятие П 4.10. **Теоретическое.** Устройство и парусное вооружение швертбота «Кадет» – 1 час.
- Занятие П 4.11. **Теоретическое.** Выполнение поворотов оверштаг и через фордевинд на швертботе «Кадет» – 1 час.
- Занятие П 4.12. **Теоретическое.** Работа грота на полных и крутых курсах – 1 час.
- Занятие П 4.13. **Теоретическое.** Работа стакселя на полных и крутых курсах – 1 час.
- Занятие П 4.14. **Теоретическое.** Настройка и работа спинакером, натяжение гика на ходу – 1 час.
- Занятие П 4.15. **Теоретическое.** Техника огибания знаков, тактика прохождения гоночной дистанции на швертботе – 1 час.
- Занятие П 4.16. **Теоретическое.** Техника огибания знаков, тактика прохождения гоночной дистанции на швертботе – 1 час.
- Занятие П 4.17. **Теоретическое.** Просмотр учебного фильма «Гонки Оптимистов» – 1 час.
- Занятие П 4.18. **Теоретическое.** Типы парусных судов – 1 час.
- Занятие П 4.19. **Теоретическое.** Учебные парусные суда «Мир», «Седов», «Крузенштерн», «Надежда» – 1 час.
- Занятие П 4.20. **Теоретическое.** Участие в парусном походе. Планирование, подготовка, проведение – 1 час.
- Занятие П 4.21. **Теоретическое.** Участие в парусном походе. Планирование, подготовка, проведение – 1 час.
- Занятие П 4.22. **Теоретическое.** Участие в парусном походе. Планирование, подготовка, проведение – 1 час.
- Занятие П 4.23. **Практическое.** Сдача зачета на классного специалиста второго класса – 1 час.

6. Меры безопасности – 2 часа

- Занятие МБ 4.1. **Теоретическое.** Меры безопасности при действиях на воде. Оказание первой медицинской помощи при утоплении – 1 час.
- Занятие МБ 4.2 **Теоретическое.** Правила поведения гребцов в шлюпке на веслах и под парусом – 1 час.

7. Морское многоборье – 6 часов

- Занятие ММН 4.1. **Теоретическое.** Правила яхтенных гонок – 1 час.
- Занятие ММН 4.2. **Теоретическое.** Подготовка швертбота к гонкам, обязанности яхтенного рулевого – 1 час.
- Занятие ММН 4.3. **Практическое.** Подготовка к зимним соревнованиям по морскому многоборью – 1 час.
- Занятие ММН 4.4. **Практическое.** Подготовка к зимним соревнованиям по морскому многоборью – 1 час.
- Занятие ММН 4.5. **Практическое.** Подготовка к городским соревнованиям по такелажу им. Ф. Ф. Ушакова – 1 час.
- Занятие ММН 4.6. **Практическое.** Подготовка к городским соревнованиям по такелажу им. Ф. Ф. Ушакова – 1 час.

5 год обучения

№ пп	Наименование темы	теоретические	практические	всего
	Вводное занятие	1	-	1
2.	Такелажное дело	2	11	13
3.	Сигнализация и связь	5	7	12
4.	Шлюпочное дело	4	-	4
5.	Парусное дело	20	3	23
6.	Меры безопасности на воде	2	-	2
7.	Морское многоборье	3	6	9
Итого:		37	27	64

1. Вводное занятие – 1 час

Занятие В 5.1. **Теоретическое.** Обзор программы курса. Перспектива развития флота – 1 час.

2. Такелажное дело – 13 часов

Занятие Т 5.1. **Практическое.** Помощь в организации проведения занятий со стажерами – 1 час.

Занятие Т 5.2. **Практическое.** Помощь в организации проведения занятий со стажерами – 1 час.

Занятие Т 5.3. **Практическое.** Зачет по такелажу – 1 час.

Занятие Т 5.4. **Практическое.** Вязание шести узлов на время – 1 час.

Занятие Т 5.5. **Практическое.** Вязание шести узлов на время – 1 час.

Занятие Т 5.6. **Практическое.** Вязание шести узлов на время – 1 час.

Занятие Т 5.7. **Практическое.** Вязание шести узлов на время – 1 час.

Занятие Т 5.8. **Практическое.** Вязание морских узлов на количество – 1 час.

Занятие Т 5.9. **Практическое.** Вязание морских узлов на количество – 1 час.

Занятие Т 5.10. **Практическое.** Подача легости – 1 час.

Занятие Т 5.11. **Практическое.** Подача легости – 1 час.

Занятие Т 5.12. **Практическое.** Подача легости – 1 час.

Занятие Т 5.13. **Практическое.** Подача легости – 1 час.

3. Сигнализация и связь – 12 часов

Занятие СС 5.1. **Практическое.** Повторение семафорной азбуки. Флаги международного свода сигналов – 1 час.

Занятие СС 5.2. **Практическое.** МСС-65. Набор флажных сигналов на фале – 1 час.

Занятие СС 5.3. **Практическое.** Работа в парах (прием-передача, сложные карточки) – 1 час.

Занятие СС 5.4. **Практическое.** Работа в парах (прием-передача, сложные карточки) – 1 час.

Занятие СС 5.5. **Практическое.** Работа в парах (прием-передача, сложные карточки) – 1 час.

Занятие СС 5.6. **Практическое.** Работа на тренажере максимальная скорость передачи знаков за минуту – 1 час.

Занятие СС 5.7. **Практическое.** Работа на тренажере максимальная скорость передачи знаков за минуту – 1 час.

Занятие СС 5.8. **Теоретическое.** МППСС-72 – 1 час.

Занятие СС 5.9. **Теоретическое.** МППСС-72 – 1 час.

Занятие СС 5.10. **Теоретическое.** МППСС-72 – 1 час.

Занятие СС 5.11. **Теоретическое.** МППСС-72 – 1 час.

Занятие СС 5.12. **Практическое.** Зачет по МППСС-72 (огни) – 1 час.

4. Шлюпочное дело – 4 часа

Занятие ШД 5.1. **Теоретическое.** Повторение устройства шлюпки ЯЛ-4 (ЯЛ-6). Тактико-технические данные ЯЛ-4 (ЯЛ-6). Силовой набор, дельные вещи и предметы снабжения. Главные размерения и плоскости. Мореходные качества шлюпки – 1 час.

Занятие ШД 5.2. **Теоретическое.** Планирование и подготовка шлюпочных походов – 1 час.

Занятие ШД 5.3. **Теоретическое.** Планирование и подготовка шлюпочных походов – 1 час.

Занятие ШД 5.4. **Теоретическое.** Планирование и подготовка шлюпочных походов – 1 час.

5. Парусное дело – 23 часа

Занятие П 5.1. **Теоретическое.** Повторение парусного вооружения шлюпки Ял-4 (ЯЛ-6), назначение и устройство. Постановка и уборка парусов – 1 час.

Занятие П 5.2. **Теоретическое.** Повторение парусного вооружения шлюпки Ял-4 (ЯЛ-6), назначение и устройство. Постановка и уборка парусов – 1 час.

Занятие П 5.3. **Теоретическое.** Повторение типов парусного вооружения – 1 час.

Занятие П 5.4. **Теоретическое.** История возникновения парусного спорта – 1 час.

Занятие П 5.5. **Теоретическое.** Самые известные и престижные регаты мира – 1 час.

Занятие П 5.6. **Теоретическое.** Самые известные и престижные регаты мира – 1 час.

Занятие П 5.7. **Теоретическое.** Традиционные регаты на Обском водохранилище – 1 час.

Занятие П 5.8. **Теоретическое.** Устройство и парусное вооружение килевой яхты (на примере яхты класса «Ассоль») – 1 час.

Занятие П 5.9. **Теоретическое.** Устройство и парусное вооружение килевой яхты (на примере яхты класса «Ассоль») – 1 час.

Занятие П 5.10. **Теоретическое.** Выполнение поворотов оверштаг и через фордевинд на килевой яхте – 1 час.

Занятие П 5.11. **Теоретическое.** Рейковое и рангоутное вооружение парусных судов – 1 час.

Занятие П 5.12. **Теоретическое.** Рейковое и рангоутное вооружение парусных судов – 1 час.

Занятие П 5.13. **Теоретическое.** Устройство и работа парусов на парусных судах – 1 час.

Занятие П 5.14. **Теоретическое.** Устройство и работа парусов на парусных судах – 1 час.

Занятие П 5.15. **Теоретическое.** Такелаж мачт и реев – 1 час.

Занятие П 5.16. **Теоретическое.** Такелаж мачт и реев – 1 час.

Занятие П 5.17. **Теоретическое.** Такелаж парусов – 1 час.

Занятие П 5.18. **Теоретическое.** Такелаж парусов – 1 час.

Занятие П 5.19. **Теоретическое.** Участие в парусном походе. Планирование, подготовка, проведение. – 1 час.

Занятие П 5.20. **Теоретическое.** Участие в парусном походе. Планирование, подготовка, проведение. – 1 час.

Занятие П 5.21. **Теоретическое.** Участие в парусном походе. Планирование, подготовка, проведение. – 1 час.

Занятие П 5.22. **Теоретическое.** Участие в парусном походе. Планирование, подготовка, проведение. – 1 час.

Занятие П 5.23. **Практическое.** Сдача зачета на классного специалиста первого класса – 1 час.

6. Меры безопасности – 2 часа

Занятие МБ 5.1. **Теоретическое.** Меры безопасности при действиях на воде. Оказание первой медицинской помощи при утоплении – 1 час.

Занятие МБ 5.2 **Теоретическое.** Правила поведения гребцов в шлюпке на веслах и под парусом – 1 час.

7. Морское многоборье – 9 часов

Занятие ММН 5.1. **Теоретическое.** Правила яхтенных гонок – 1 час.

Занятие ММН 5.2. **Теоретическое.** Правила яхтенных гонок – 1 час.

Занятие ММН 5.3. **Теоретическое.** Подготовка швертбота к гонкам, обязанности яхтенного рулевого – 1 час.

Занятие ММН 5.4. **Практическое.** Подготовка к зимним соревнованиям по морскому многоборью – 1 час.

Занятие ММН 5.5. **Практическое.** Подготовка к зимним соревнованиям по морскому многоборью – 1 час.

Занятие ММН 5.6. **Практическое.** Подготовка к зимним соревнованиям по морскому многоборью – 1 час.

Занятие ММН 5.7. **Практическое.** Подготовка к городским соревнованиям по такелажу им. Ф. Ф. Ушакова – 1 час.

Занятие ММН 5.8. **Практическое.** Подготовка к городским соревнованиям по такелажу им. Ф. Ф. Ушакова – 1 час.

Занятие ММН 5.9. **Практическое.** Подготовка к городским соревнованиям по такелажу им. Ф. Ф. Ушакова – 1 час.

Перечень тем и расчет количества часов по «Курсу военной подготовки»

№ пп	Наименование раздела, темы	Кол-во часов	Место проведения	Материальное и информационное обеспечение занятия	Форма и метод контроля
1 год обучения					
1.	Уставы ВС РФ	5	класс	Общевоинские уставы ВС РФ	опрос
2.	Строевая подготовка	10	класс, кают-компания	Строевой устав ВС РФ, методика СП	наблюдение, соревнование
3.	Огневая подготовка	6	класс, стрелковый тир	наставление по стрелковому делу, пневматические винтовки	наблюдение
4.	Тактическая подготовка	6	класс, местность	ПК, видеопроектор, полевая форма одежды, Боевой устав сухопутных войск	опрос, наблюдение, соревнование
5.	Военная топография	5	класс, местность	ПК, видеопроектор, компасы	опрос, наблюдение, соревнование
2 год обучения					
1.	Уставы ВС РФ	2	класс	Общевоинские уставы ВС РФ	опрос
2.	Строевая подготовка	6	класс, кают-компания	Строевой устав ВС РФ, методика СП	наблюдение, соревнование
3.	Огневая подготовка	8	класс, стрелковый тир	наставление по стрелковому делу, пневматические винтовки, учебные плакаты	наблюдение
4.	Тактическая подготовка	9	класс, местность	ПК, видеопроектор, полевая форма одежды, Боевой устав сухопутных войск	опрос, наблюдение, соревнование
5.	Военная топография	5	класс, местность	ПК, видеопроектор, компасы	опрос, наблюдение, соревнование
6.	Радиационная химическая	2	класс, кают-компания	ПК, видеопроектор, противогазы, ОЗК	опрос, наблюдение

	биологическая защита				
3 год обучения					
1.	Уставы ВС РФ	2	класс	Общевоинские уставы ВС РФ	опрос
2.	Строевая подготовка	4	класс, кают-компания	Строевой устав ВС РФ, методика СП	наблюдение, соревнование
3.	Огневая подготовка	8	класс, стрелковый тир	наставление по стрелковому делу, пневматические винтовки, учебные плакаты, ММГ АК	опрос, наблюдение, соревнование, зачет
4.	Тактическая подготовка	8	класс, местность	ПК, видеопроектор, полевая форма одежды, Боевой устав сухопутных войск	опрос, наблюдение, соревнование
5.	Военная топография	7	класс, местность	ПК, видеопроектор, компасы, учебные карты	опрос, наблюдение, соревнование
6.	Радиационная химическая биологическая защита	2	класс, кают-компания	ПК, видеопроектор, противогазы	опрос, наблюдение
4 год обучения					
1.	Уставы ВС РФ	2	класс	Общевоинские уставы ВС РФ	опрос
2.	Строевая подготовка	5	класс, кают-компания	Строевой устав ВС РФ, методика СП	наблюдение, соревнование
3.	Огневая подготовка	9	класс, стрелковый тир	наставление по стрелковому делу, пневматические винтовки, учебные плакаты, ММГ АК и ПМ	опрос, наблюдение, соревнование, зачет
4.	Тактическая подготовка	5	класс, местность	ПК, видеопроектор, полевая форма одежды, Боевой устав сухопутных войск	опрос, наблюдение, соревнование
5.	Военная топография	6	класс, местность	ПК, видеопроектор, компасы, учебные карты	опрос, наблюдение, соревнование
6.	Радиационная химическая биологическая защита	1	класс, кают-компания	ПК, видеопроектор, противогазы	опрос, наблюдение
7.	Разведывательная подготовка	4	класс, местность	Боевой устав сухопутных войск, Наставление по разведке	опрос, наблюдение
5 год обучения					
1.	Уставы ВС РФ	2	класс	Общевоинские уставы ВС РФ	опрос
2.	Строевая подготовка	6	класс, кают-компания	Строевой устав ВС РФ, методика СП	наблюдение, соревнование
3.	Огневая подготовка	9	класс, стрелковый тир	наставление по стрелковому делу, пневматические винтовки, учебные	опрос, наблюдение, соревнование, зачет

				плакаты, ММГ АК и ПМ	
4.	Тактическая подготовка	8	класс, местность	ПК, видеопроектор, полевая форма одежды, Боевой устав сухопутных войск	опрос, наблюдение, соревнование
5.	Военная топография	2	класс, местность	ПК, видеопроектор, компасы, учебные карты	опрос, наблюдение, соревнование
6.	Разведывательная подготовка	3	класс, местность	Боевой устав сухопутных войск, Наставление по разведке	опрос, наблюдение
7.	Военно-инженерная подготовка	2	класс, местность	Боевой устав сухопутных войск, учебник «Военно-инженерная подготовка»	опрос, наблюдение, соревнование

№ пп	Наименование тем	1 год обучения			2 год обучения			3 год обучения			4 год обучения			5 год обучения			итого
		теоретическое	практическое	всего	теоретическое	практическое	всего	теоретическое	практическое	всего	теоретическое	практическое	всего	теоретическое	практическое	всего	
1.	Уставы ВС	3	2	5	2	-	2	2	-	2	-	2	2	2	-	2	13
2.	Строевая подготовка	2	8	10	2	4	6	1	3	4	2	3	5	2	4	6	31
3.	Огневая подготовка	2	4	6	3	5	8	2	6	8	3	6	9	2	7	9	40
4.	Тактическая подготовка	2	4	6	2	7	9	2	6	8	1	4	5	3	5	8	36
5.	Военная топография	2	3	5	2	3	5	2	5	7	2	4	6		2	2	25
6.	Радиационная химическая биологическая защита	-	-	-	1	1	2	2	1	3	1	-	1	-	-	-	6
7.	Разведывательная подготовка	-	-	-	-	-	-	-	-	-	1	3	4	1	2	3	7
8.	Военно-инженерная подготовка	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	1	1	2	2
	ИТОГО:	11	21	32	12	20	32	11	21	32	10	22	32	11	21	32	160

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1 год обучения

№ пп	Наименование тем	теоретическое	практическое	всего
1.	Уставы ВС	3	2	5
2.	Строевая подготовка	2	8	10
3.	Огневая подготовка	2	4	6
4.	Тактическая подготовка	2	4	6
5.	Военная топография	2	3	5
	ИТОГО:	11	21	32

1. Общевоинские уставы ВС РФ – 5 часов

Занятие ОВУ 1.1. **Теоретическое.** Виды Уставов, их назначение и применение – 1 час.

Занятие ОВУ 2.1. **Практическое.** Воинские звания. Форма одежды и знаки различия - 2 часа.

Занятие ОВУ 3.1. **Теоретическое.** Правила ношения формы одежды - 1 час

Занятие ОВУ 4.1. **Теоретическое.** Обязанности курсанта ДМЦ «Каравелла» -1 час.

2. Строевая подготовка – 10 часов

Занятие СП 1.1. **Теоретическое.** Строевая стойка. Выполнение команд «Становись!», «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно!» - 1 час.

Занятие СП 1.2. **Практическое.** Строевая стойка. Выполнение команд «Становись!», «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно!» - 1 час.

Занятие СП 2.1. **Практическое.** Повороты на месте – 1 час

Занятие СП 3.1. **Практическое.** Строевой шаг на месте -1 час.

Занятие СП 4.1. **Практическое.** Выход из строя, возвращение в строй – 1 час.

Занятие СП 4.2. **Практическое.** Подход к начальнику, возвращение в строй - 1 час.

Занятие СП 5.1. **Теоретическое.** Движение строевым шагом – 1 час.

Занятие СП 5.2. **Практическое.** Движение строевым шагом – 2 часа.

Занятие СП 5.3. **Практическое.** Повороты в движении - 1 час.

3. Огневая подготовка – 6 часов

Занятие ОП 1.1. **Теоретическое.** Меры безопасности при стрельбе в тире - 1 час.

Занятие ОП 2.1. **Теоретическое.** Положение при стрельбе лежа. Прицеливание. Заряжание пневматической винтовки – 1 час.

Занятие ОП 2.2. **Практическое.** Положение при стрельбе лежа. Прицеливание. Заряжание пневматической винтовки – 1 час.

Занятие ОП 3.1. **Практическое.** Стрельба из пневматической винтовки на кучность – 3 часа.

4. Тактическая подготовка – 6 часов

Занятие ТП 1.1. **Теоретическое.** Боевой и походный порядок отделения – 1 час.

Занятие ТП 1.2. **Практическое.** Боевой и походный порядок отделения – 1 час.

Занятие ТП 2.1. **Теоретическое.** Действия солдата в бою – 1 час.

Занятие ТП 2.2. **Практическое.** Действия солдата в бою – 1 час.

Занятие ТП 3.1. **Практическое.** Способы передвижения солдата в бою. В пешем порядке, перебежками, по-пластунски – 2 часа.

5. Военная топография – 5 часов

Занятие ВТ 1.1. **Теоретическое.** Сущность ориентирования на местности - 1 час.

Занятие ВТ 2.1. **Теоретическое.** Способы определения сторон горизонта и направлений – 1 час.

Занятие ВТ 2.2. **Практическое.** Способы определения сторон горизонта и направлений – 1 час.

2 год обучения

№ пп	Наименование тем	теоретическое	практическое	всего
1.	Уставы ВС	2	-	2
2.	Строевая подготовка	2	4	6
3.	Огневая подготовка	3	5	8
4.	Тактическая подготовка	2	7	9
5.	Военная топография	2	3	5
6.	Радиационная химическая биологическая защита	1	1	2
	ИТОГО:	12	20	32

1. Уставы Вооруженных Сил РФ – 2 часа

Занятие ОВУ 1.1. **Теоретическое.** Военнослужащие ВС РФ и взаимоотношения между ними - 1 час.

Занятие ОВУ 2.1. **Теоретическое.** Внутренний порядок - 1 час.

2. Строевая подготовка – 6 часов

Занятие СП 1.1. **Теоретическое.** Строи подразделения – 1 час.

Занятие СП 1.1. **Практическое.** Строи подразделения – 1 час.

Занятие СП 2.1. **Теоретическое.** Передвижения в составе подразделения – 1 час.

Занятие СП 2.2. **Практическое.** Передвижения в составе подразделения – 3 часа.

3. Огневая подготовка – 8 часов

Занятие ОП 1.1. **Теоретическое.** Материальная часть пневматической винтовки ИЖ-38 – 1 час.

Занятие ОП 1.2. **Практическое.** Материальная часть пневматической винтовки ИЖ-38 – 1 час.

Занятие ОП 2.1. **Практическое.** Средняя точка попадания. Корректировка стрельбы - 1 час.

Занятие ОП 3.1. **Практическое.** Стрельба из пневматической винтовки - 2 часа

Занятие ОП 4.1. **Теоретическое.** Материальная часть малокалиберной винтовки ТОЗ-78 - 1 час.

Занятие ОП 5.1. **Практическое.** Стрельба из малокалиберной винтовки - 1 час.

Занятие ОП 6.1. **Теоретическое.** Ручные осколочные гранаты - 1 час.

4. Тактическая подготовка – 9 часов

Занятие ТП 1.1. **Теоретическое.** Походный и боевой порядки взвода - 1 час.

Занятие ТП 1.2. **Практическое.** Походный и боевой порядки взвода - 1 час.

Занятие ТП 2.1. **Практическое.** Обязанности солдата в бою - 1 час.

Занятие ТП 3.1. **Практическое.** Передвижения солдата в бою - 2 часа.

Занятие ТП 4.1. **Теоретическое.** Действия солдата в наступлении. Действия солдата в обороне. Действия солдата, назначенного наблюдателем - 1 час.

Занятие ТП 4.2 **Практическое.** Действия солдата в наступлении. Действия солдата в обороне. Действия солдата, назначенного наблюдателем - 3 часа.

5. Военная топография - 5 часов

Занятие ВТ 1.1. **Практическое.** Движение по азимутам - 1 час.

Занятие ВТ 2.1. **Теоретическое.** Особенности ориентирования при действиях в различных условиях - 1 час.

Занятие ВТ 2.2. **Практическое.** Особенности ориентирования при действиях в различных условиях - 1 час.

Занятие ВТ 3.1. **Теоретическое.** Топографические карты (назначение, характеристика). Определение расстояний по карте - 1 час.

Занятие ВТ 3.2. **Практическое.** Топографические карты (назначение, характеристика). Определение расстояний по карте - 1 час.

6. РХЗБЗ – 2 часа.

Занятие РХБЗ 1.1. **Теоретическое.** Ядерное оружие. Поражающие факторы ядерного взрыва - 1 час.

Занятие РХБЗ 2.1. **Практическое.** Способы защиты от поражающих факторов ядерного взрыва - 1 час.

3 год обучения

№ пп	Наименование тем	теоретическое	практическое	всего
1.	Уставы ВС	2	-	2
2.	Строевая подготовка	1	3	4
3.	Огневая подготовка	2	6	8
4.	Тактическая подготовка	2	6	8
5.	Военная топография	2	5	7
6.	Радиационная химическая биологическая защита	2	1	3
	ИТОГО:	11	21	32

1. Уставы Вооруженных Сил РФ – 2 часа

Занятие ОВУ 1.1. **Теоретическое.** Общие положения Дисциплинарного Устава ВС РФ – 1 час.

Занятие ОВУ 1.2. **Теоретическое.** Виды поощрений и дисциплинарных взысканий – 1 час.

2. Строевая подготовка – 4 часа

Занятие СП 1. 1. **Теоретическое.** Движение строевым и походным шагом. Исполнение песни в пешем строю. Движение бегом - 1 час.

Занятие СП 1. 2. **Практическое.** Движение строевым и походным шагом. Исполнение песни в пешем строю. Движение бегом - 1 час.

Занятие СП 2. 1. **Практическое.** Повороты в движении - 2 часа.

3. Огневая подготовка – 8 часов

Занятие ОП 1. 1. **Теоретическое.** Материальная часть автомата Калашникова – 1 час.

Занятие ОП 1. 2. **Практическое.** Материальная часть автомата Калашникова – 1 час.

Занятие ОП 2. 1. **Практическое.** Приемы и правила стрельбы из автомата Калашникова - 2 часа.

Занятие ОП 3. 1. **Теоретическое.** Уход за автоматом Калашникова, порядок его неполной разборки, сборки после неполной разборки, чистки и смазки – 1 час.

Занятие ОП 3. 2. **Практическое.** Уход за автоматом Калашникова, порядок его неполной разборки, сборки после неполной разборки, чистки и смазки – 2 часа.

Занятие ОП 3. 3. **Практическое.** Порядок хранения и сбережения автомата Калашникова - 1 час.

4. Тактическая подготовка – 8 часов

Занятие ТП 1. 1. **Теоретическое.** Условные обозначения, применяемые в рабочей карте командира - 1 час.

Занятие ТП 1. 2. **Практическое.** Условные обозначения, применяемые в рабочей карте командира - 1 час.

Занятие ТП 2. 1. **Теоретическое.** Элементы боевого порядка, в которых может действовать отделение - 1 час.

Занятие ТП 2. 2. **Практическое.** Элементы боевого порядка, в которых может действовать отделение - 2 часа.

Занятие ТП 3. 1. **Практическое.** Действия командира отделения в различных видах боя - 3 часа.

5. Военная топография – 7 часов

Занятие ВТ 1. 1. **Теоретическое.** Изучение рельефа и местных предметов по карте - 1 час.

Занятие ВТ 1. 2. Условные обозначения топографических карт - 2 час.

Занятие ВТ 2. 1. **Теоретическое.** Работа с топографической картой на местности (ориентирование и движение с помощью карты) - 2 часа.

Занятие ВТ 2. 2. **Практическое.** Работа с топографической картой на местности (ориентирование и движение с помощью карты) - 2 часа.

6. РХЗБЗ – 3 часа

Занятие РХБЗ 1. 1. **Теоретическое.** Химическое оружие. Принцип действия и способы защиты от него – 1 час

Занятие РХБЗ 2. 1. **Практическое.** Средства индивидуальной защиты органов дыхания. Назначение различных видов противогазов – 1 час.

Занятие РХБЗ 2. 2. **Практическое.** Средства индивидуальной защиты органов дыхания. Назначение различных видов противогазов – 1 час.

4 год обучения

№ пп	Наименование тем	теоретическое	практическое	всего
1.	Уставы ВС	-	2	2
2.	Строевая подготовка	2	3	5
3.	Огневая подготовка	3	6	9
4.	Тактическая подготовка	1	4	5
5.	Военная топография	2	4	6
6.	Радиационная химическая биологическая защита	1	-	1
7.	Разведывательная подготовка	1	3	4
	ИТОГО:	10	22	32

1. Уставы Вооруженных Сил РФ – 2 часа

Занятие ОВУ 1.1. **Практическое.** Порядок проведения занятий по общевоинским уставам ВС РФ по теме «Взаимоотношения между военнослужащими» – 2 часа.

2. Строевая подготовка – 5 часов

Занятие СП 1.1. **Теоретическое.** Управление строем взвода (экипажа) в пешем порядке – 1 час.

Занятие СП 1.2. **Практическое.** Управление строем взвода (экипажа) в пешем порядке – 1 час.

Занятие СП 2.1. **Теоретическое.** Порядок проведения занятий по строевой подготовке по теме «Строевые приемы без оружия» - 1 час.

Занятие СП 2.2. **Практическое.** Порядок проведения занятий по строевой подготовке по теме «Строевые приемы без оружия» - 2 часа.

3. Огневая подготовка – 9 часов

Занятие ОП 1.1. **Теоретическое.** Правила ведения огня из автомата – 1 час.

Занятие ОП 1.2. **Практическое.** Правила ведения огня из автомата – 1 час.

Занятие ОП 2.1. **Теоретическое.** Ручные осколочные гранаты – 1 час.

Занятие ОП 3.1. **Теоретическое.** Материальная часть пистолета Макарова – 1 час.

Занятие ОП 3.2. **Практическое.** Материальная часть пистолета Макарова – 1 час.

Занятие ОП 4.1. **Практическое.** Выполнение учебных стрельб из различных видов оружия – 4 часа.

4. Тактическая подготовка 5 часов.

Занятие ТП 1.1. **Теоретическое.** Сущность и виды современного общевойскового боя. Характерные черты современного общевойскового боя – 1 час.

Занятие ТП 2.1. **Практическое.** Порядок проведения занятия по тактической подготовке по теме «Действия солдата в бою» - 4 часа.

5. Военная топография – 6 часов

Занятие ВТ 1.1. **Теоретическое.** Подготовка по карте данных для движения по азимутам – 1 час.

Занятие ВТ 1.2. **Практическое.** Составление схемы местности – 1 час.

Занятие ВТ 2.1. **Теоретическое.** Порядок проведения занятий по военной топографии по теме «Определение магнитного азимута» – 1 час.

Занятие ВТ 2.2. **Практическое.** Порядок проведения занятий по военной топографии по теме «Определение магнитного азимута» – 3 часа.

6. РХЗБЗ – 1 час

Занятие РХБЗ 1.1. **Теоретическое.** Бактериологическое оружие. Принцип действия и способы защиты от него – 1 час.

7. Разведывательная подготовка – 4 часа

Занятие РП 1.1. **Теоретическое.** Подготовка, планирование маршрута, движение в составе разведывательной группы, движение ночью – 1 час.

Занятие РП 1.2. **Практическое.** Подготовка, планирование маршрута, движение в составе разведывательной группы, движение ночью – 1 час.

Занятие РП 2.1. **Практическое.** Выполнение мероприятий маскировки – 2 часа.

5 год обучения

№ пп	Наименование тем	теоретическое	практическое	всего
1.	Уставы ВС	2	-	2
2.	Строевая подготовка	2	4	6
3.	Огневая подготовка	2	7	9
4.	Тактическая подготовка	3	5	8
5.	Военная топография		2	2
7.	Разведывательная подготовка	1	2	3
8.	Военно-инженерная подготовка	1	1	2
	ИТОГО:	11	21	32

1. Общевоинские Уставы ВС РФ – 2 часа

Занятие ОВУ 1.1. **Теоретическое.** Порядок приведения к военной присяге. Ритуал подъема и спуска государственного флага российской федерации, порядок его хранения, содержания и использования при отдавании воинских почестей – 1 час.

Занятие ОВУ 2.1. **Теоретическое.** Организация и несение гарнизонной и комендантской службы – 1 час.

2. Строевая подготовка – 6 часов

Занятие СП 1.1. **Практическое.** Строевые приемы и движение с оружием – 2 часа.

Занятие СП 2.1. **Теоретическое.** Строевой смотр роты, батальона и полка – 1 час.

Занятие СП 2.2. **Практическое.** Строевой смотр роты, батальона и полка – 1 час.

Занятие СП 3.1. **Теоретическое.** Таблица сигналов для управления строем – 1 час.

Занятие СП 3.2. **Практическое.** Таблица сигналов для управления строем – 1 час.

3. Огневая подготовка – 9 часов

Занятие ОП 1.1. **Теоретическое.** Сведения из внутренней и внешней баллистики. Явление выстрела. Начальная скорость пули – 1 час.

Занятие ОП 2.1. **Практическое.** Основные нормативы по огневой подготовке для стрелкового оружия. Выполнение нормативов: Изготовка к стрельбе из различных положений (лежа, с колена, стоя, из-за укрытия) – 1 час.

Занятие ОП 2.2. **Практическое.** Основные нормативы по огневой подготовке для стрелкового оружия. Выполнение норматива: Снаряжение магазина патронами – 1 час.

Занятие ОП 3.1. **Теоретическое.** Возможные неисправности и задержки при стрельбе из стрелкового оружия и порядок их устранения – 1 час.

Занятие ОП 3.2. **Практическое.** Возможные неисправности и задержки при стрельбе из стрелкового оружия и порядок их устранения – 1 час.

Занятие ОП 4.1. **Практическое.** Практическое выполнение упражнений учебных стрельб из различных видов стрелкового оружия – 4 часа.

4. Тактическая подготовка – 8 часов

Занятие ТП 1.1. **Теоретическое.** Основы управления в бою. – 1 час.

Занятие ТП 1.2. **Практическое.** Связь, как основное средство управления подразделениями в бою – 1 час.

Занятие ТП 2.1. **Теоретическое.** Подготовка и ведение боя ночью – 1 час.

Занятие ТП 2.2. **Практическое.** Подготовка и ведение боя ночью – 1 час.

Занятие ТП 3.1. **Теоретическое.** Порядок действия подразделения в походном охранении – 1 час.

Занятие ТП 3.2. **Практическое.** Порядок действия подразделения в походном охранении – 3 часа.

5. Военная топография – 2 часа

Занятие ВТ 1.1. **Практическое.** Выполнение норматива: «Определение направления (азимута на местности)» - 1 час.

Занятие ВТ 1.2. **Практическое.** Выполнение норматива: «Измерение расстояний (углов) на местности с помощью бинокля (линейки с миллиметровыми делениями)» – 1 час.

6. Разведывательная подготовка – 3 часа

Занятие РП 1.1. **Теоретическое.** Подразделение в боевом разведывательном дозоре – 1 час.

Занятие РП 1.2. **Практическое.** Подразделение в боевом разведывательном дозоре – 2 часа.

7. Военно-инженерная подготовка – 2 часа

Занятие ВИП 1.1. **Теоретическое.** Устройство и преодоление инженерных заграждений – 1 час.

Занятие ВИП 1.1. **Практическое.** Устройство и преодоление инженерных заграждений – 1 час.

Перечень тем и расчет количества часов по курсу «Основы военно-морского дела»

№ пп	Наименование темы	Кол-во часов	Место проведения	Материальное и информационное обеспечение занятия	Форма и метод контроля
3 год обучения					
	Вводное занятие	1	Специализированный класс	ПК, видеопроектор	Опрос
1.	Основы ТУС и МКС*	5	Специализированный класс	ПК, видеопроектор	Опрос, наблюдение, зачет
2.	Сигнализация и связь	10	Специализированный класс	ПК, видеопроектор	Опрос, наблюдение, зачет
3.	Основы метеорологии	5	Специализированный класс	ПК, видеопроектор	Опрос, наблюдение, зачет
4.	Военно-морские силы	6	Специализированный класс	ПК, видеопроектор	Опрос, наблюдение, зачет
5.	Специальная подготовка	5	Специализированный класс	ПК, видеопроектор	Опрос, наблюдение, зачет
4 год обучения					
	Вводное занятие	1	Специализированный класс	ПК, видеопроектор	Опрос
1.	Основы ТУС и МКС*	9	Специализированный класс	ПК, видеопроектор	Опрос, наблюдение, зачет
2.	Сигнализация и связь	13	Специализированный класс	ПК, видеопроектор	Опрос, наблюдение, зачет
3.	Основы метеорологии	10	Специализированный класс	ПК, видеопроектор	Опрос, наблюдение, зачет
4.	Военно-морские силы	6	Специализированный класс	ПК, видеопроектор	Опрос, наблюдение, зачет
5.	Специальная подготовка	11	Специализированный класс	ПК, видеопроектор	Опрос, наблюдение, зачет
6.	Навигация и логия	14	Специализированный класс	ПК, видеопроектор	Опрос, наблюдение, зачет
5 год обучения					
	Вводное занятие	1	Специализированный класс	ПК, видеопроектор	Опрос
1.	Основы ТУС и МКС*	10	Специализированный класс	ПК, видеопроектор	Опрос, наблюдение, зачет
2.	Сигнализация и связь	13	Специализированный класс	ПК, видеопроектор	Опрос, наблюдение, зачет
3.	Основы метеорологии	13	Специализированный класс	ПК, видеопроектор	Опрос, наблюдение, зачет
4.	Военно-морские силы	6	Специализированный класс	ПК, видеопроектор	Опрос, наблюдение, зачет
5.	Специальная подготовка	11	Специализированный класс	ПК, видеопроектор	Опрос, наблюдение, зачет
6.	Навигация и логия	12	Специализированный класс	ПК, видеопроектор	Опрос, наблюдение, зачет

* - теория устройства судна и маневренные качества судов

№ пп	Тема занятий	3 год обучения			4 год обучения			5 год обучения			Итого часов
		теоретические	практические	всего	теоретические	практические	всего	теоретические	практические	всего	
	Вводное занятие	1	-	1	1	-	1	1	-	1	3
1.	Основы ТУС и МКС*	3	2	5	6	3	9	6	3	9	23
2.	Сигнализация и связь	4	6	10	6	7	13	6	7	13	36
3.	Основы метеорологии	3	2	5	7	3	10	7	5	12	27
4.	Военно-морские силы	6	-	6	6	-	6	6	-	6	18
5.	Специальная подготовка	3	2	5	6	5	11	6	5	11	27
6.	Навигация и лоция	-	-	-	8	6	14	6	6	12	26
	Итого часов:	20	12	32	40	24	64	38	26	64	160

* - теория устройства судна и маневренные качества судов

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ 3 год обучения

№ пп	Тема занятий	теоретические	практические	всего
	Вводное занятие	1	-	1
1.	Основы ТУС и МКС*	3	2	5
2.	Сигнализация и связь	4	6	10
3.	Основы метеорологии	3	2	5
4.	Военно-морские силы	6	-	6
5.	Специальная подготовка	3	2	5
6.	Навигация и лоция	-	-	-
	Итого часов:	20	12	32

* - теория устройства судна и маневренные качества судов

Вводное занятие – 1 час.

Занятие **Теоретическое.** Обзор программы курса. – 1 час.

1. Основы теории устройства судна и маневренных качеств судов (Т) – 5 часов.

Занятие Т 1.1. **Теоретическое.** Общее устройство судна – 1 час.

Занятие Т 1.2. **Практическое.** Общее устройство судна – 1 час.

Занятие Т 1.3. **Теоретическое.** Главные плоскости судна – 1 час.

Занятие Т 1.4. **Теоретическое.** Главные размерения судна – 1 час.

Занятие Т 1.5. **Практическое.** Главные размерения судна – 1 час.

2. Сигнализация и связь (СС) – 10 часов.

Занятие СС 2.1. **Теоретическое.** Изучение азбуки Морзе - 1 час.

Занятие СС 2.2. **Практическое.** Изучение азбуки Морзе – 4 час.

Занятие СС 2.3. **Теоретическое.** Отработка передачи сигналов ключом - 1 час.

Занятие СС 2.3. **Практическое.** Отработка передачи сигналов ключом - 4 часа.

3. Основы метеорологии (М)– 5 часов.

Занятие М 3.1. **Теоретическое.** Погодные приметы: устойчивой, улучшения, ухудшения, штормовой, приближения шквала – 2 час.

Занятие М 3.2. **Практическое.** Погодные приметы: устойчивой, улучшения, ухудшения, штормовой, приближения шквала – 1 час.

Занятие М 3.3. **Теоретическое.** Факсимильные карты погоды – 1 час.

Занятие М 3.4. **Практическое.** Факсимильные карты погоды – 1 час.

4. Военно-морские силы (В) – 6 часов.

Занятие В 4.1. **Теоретическое.** Структура ВМФ РФ – 2 час.

Занятие В 4.2. **Теоретическое.** Управление ВМФ РФ - 1 час.

Занятие В 4.3. **Практическое.** Управление ВМФ РФ - 1 час.

Занятие В 4.4. **Теоретическое.** Основы корабельной организации - 2 часа.

5. Специальная подготовка (СП) – 5 часов

Занятие СП 5.1. **Теоретическое.** Безопасность на море - 1 час.

Занятие СП 5.2. **Практическое.** Безопасность на море - 1 час.

Занятие СП 5.3. **Теоретическое.** Индивидуальные и групповые средства спасения - 1 час.

Занятие СП 5.4. **Практическое.** Индивидуальные и групповые средства спасения - 2 часа.

4 год обучения

№ пп	Тема занятий	теоретические	практические	всего
	Вводное занятие	1	-	1
1.	Основы ТУС и МКС*	6	3	9
2.	Сигнализация и связь	6	7	13
3.	Основы метеорологии	7	3	10
4.	Военно-морские силы	6	-	6
5.	Специальная подготовка	6	5	11
6.	Навигация и лоция	8	6	14
	Итого часов:	40	24	64

* - теория устройства судна и маневренные качества судов

Вводное занятие – 1 час

Занятие **Теоретическое.** Обзор программы курса. Значение военно-морского флота в современной России – 1 час.

1. Основы Теории Устройства Судна и Маневренных Качеств Судов (Т) – 9 часов

Занятие Т 1.1. **Теоретическое.** Эксплуатационные качества судна – 2 часа.

Занятие Т 1.2. **Практическое.** Эксплуатационные качества судна – 1 час.

Занятие Т 1.3. **Теоретическое.** Мореходные качества судна – 2 часа.

Занятие Т 1.4. **Практическое.** Мореходные качества судна – 1 час.

Занятие Т 1.5. **Теоретическое.** Судовые устройства – 2 часа.

Занятие Т 1.6. **Практическое.** Судовые устройства – 1 час.

2. Сигнализация и связь (СС) – 13 часов

Занятие СС 2.1. **Теоретическое.** Изучение Международного Свода Сигналов (МСС) - 2 часа.

Занятие СС 2.2. **Практическое.** Изучение Международного Свода Сигналов (МСС) - 4 часа.

Занятие СС 2.3. **Теоретическое.** Соответствие флагов МСС буквенному обозначению - 2 часа.

Занятие СС 2.4. **Практическое.** Соответствие флагов МСС буквенному обозначению - 5 часов.

3. Основы метеорологии (ОМ) – 10 часов.

Занятие М 3.1. **Теоретическое.** Ветер. Шкала ветра – 2 часа.

Занятие М 3.2. **Практическое.** Ветер. Шкала ветра – 3 часа.

Занятие М 3.3. **Теоретическое.** Волновой режим. Шкала волнений - 2 часа.

Занятие М 3.4. **Практическое.** Волновой режим. Шкала волнений - 3 часа.

4. Военно-морские силы (В) – 6 часов

Занятие В 4.1. **Теоретическое.** Корабельный устав ВМФ РФ - 2001 -2 часа.

Занятие В 4.2. **Практическое.** Корабельный устав ВМФ РФ - 2001 -1 час.

Занятие В 4.3. **Теоретическое.** Типы кораблей, вооружение - 2 часа.

Занятие В 4.4. **Практическое.** Типы кораблей, вооружение - 1 час.

5. Специальная подготовка (СП) – 11 часов

Занятие СП 5.1. **Теоретическое.** Оказание первой помощи, выживание на море - 2 часа.

Занятие СП 5.2. **Практическое.** Оказание первой помощи, выживание на море - 3 часа.

Занятие СП 5.3. **Теоретическое.** Действия во время и после кораблекрушения - 2 часа.

Занятие СП 5.4. **Практическое.** Действия во время и после кораблекрушения - 4 часа.

6. Навигация и лоция (Н) – 14 часов

Занятие Н 6.1. **Теоретическое.** Морские карты – 1 час.

Занятие Н 6.2. **Практическое.** Морские карты – 1 час.

Занятие Н 6.3. **Теоретическое.** Определение места судна – 2 часа.

Занятие Н 6.4. **Практическое.** Определение места судна – 2 часа.

Занятие Н 6.5. **Теоретическое.** Навигационное оборудование – 2 часа.

Занятие Н 6.6. **Практическое.** Навигационное оборудование – 2 часа.

Занятие Н 6.7. **Теоретическое.** Навигационные огни и знаки – 2 часа.

Занятие Н 6.8. **Практическое.** Навигационные огни и знаки – 2 часа.

5 год обучения

№ пп	Тема занятий	теоретические	практические	всего
	Вводное занятие	1	-	1
1.	Основы ТУС и МКС*	6	3	9
2.	Сигнализация и связь	6	7	13
3.	Основы метеорологии	7	5	12
4.	Военно-морские силы	6	-	6
5.	Специальная подготовка	6	5	11
6.	Навигация и лоция	6	6	12
	Итого часов:	38	26	64

* - теория устройства судна и маневренные качества судов

Вводное занятие – 1 час

Занятие **Теоретическое.** Обзор программы курса. Морская доктрина России. Перспектива развития флота – 1 час.

1. Основы Теории Устройства Судна и Маневренных Качеств Судов (Т) – 9 часов

Занятие Т 1.1. **Теоретическое.** Факторы влияющие на управляемость – 3 часа.

Занятие Т 1.2. **Теоретическое.** Понятие узкости и мелководья с точки зрения управления судном – 3 часа.

Занятие Т 1.3. **Теоретическое.** Гидродинамическое взаимодействие судов – 3 часа.

2. Сигнализация и связь (СС) – 13 часов

Занятие СС 2.1. **Теоретическое.** Передача сигналов семафорным фонарем - 6 часов.

Занятие СС 2.2. **Практическое.** Отработка передачи сигналов семафорным фонарем - 7 часов.

3. Основы метеорологии (М) – 12 часов

Занятие М 3.1. **Теоретическое.** Современные способы получения информации о погоде - 6 часов.

Занятие М 3.2. **Практическое.** Обработка полученной информации, анализ, планирование плавания – 6 часов.

4. Военно-морские силы (В) – 6 часов

Занятие В 4.1. **Теоретическое.** ВМС иностранных государств - 2 часа.

Занятие В 4.2. **Практическое.** ВМС иностранных государств - 1 час.

Занятие В 4.3. **Теоретическое.** Взаимодействие родов войск в структуре ВМС - 2 часа.

Занятие В 4.4. **Практическое.** Взаимодействие родов войск в структуре ВМС - 1 час.

5. Специальная подготовка (СП) – 11 часов.

Занятие СП 5.1. **Теоретическое.** Борьба с пожарами - 3 часа.

Занятие СП 5.2. **Практическое.** Борьба с пожарами - 2 часа.

Занятие СП 5.3. **Теоретическое.** Борьба с водой – 4 часа.

Занятие СП 5.4. **Практическое.** Борьба с водой - 2 часа.

6. Навигация и лоция (Н) – 12 часов

Занятие Н 6.1. **Теоретическое.** Морские карты – 2 часа.

Занятие Н 6.2. **Практическое.** Морские карты – 2 часа.

Занятие Н 6.3. **Теоретическое.** Магнитный компас. Гироскоп. Курсы и пеленги – 1 час.

Занятие Н 6.4. **Практическое.** Магнитный компас. Гироскоп. Курсы и пеленги – 3 часа.

Занятие Н 6.5. **Теоретическое.** Электронное навигационное оборудование – 2 часа.

Занятие Н 6.6. **Практическое.** Электронное навигационное оборудование – 2 часа.

Перечень тем и расчет количества часов по курсу «Общая физическая подготовка»

№ пп	Наименование раздела, темы	Кол-во часов	Место проведения	Материальное и информационное обеспечение занятия	Форма и метод контроля
1 год обучения					
	Вводное занятие	1	Штурманский класс	Видео проектор, презентация	опрос, беседа
1	Легкая атлетика	11	Спортивная площадка	Свисток, стартовые конусы, малые мячи для метания	наблюдение, беседа, принятие нормативов
2	Гимнастика, акробатика	9	Зал рукопашного боя	Гимнастические маты, перекладина,	наблюдение, беседа, принятие нормативов
3	Силовая тренировка без предмета	14	Зал рукопашного боя	Гимнастические маты, свисток	наблюдение, беседа, принятие нормативов
4	Силовая тренировка с отягощением	4	Зал рукопашного боя	Гимнастические маты, бодибары, мед.болы, гантели 1 кг.	наблюдение, беседа, принятие нормативов
5	Спортивные игры	17	Игровой зал, игровая площадка	Волейбольная сетка, волейбольные мячи, стартовые конусы, баскетбольные кольца, баскетбольные мячи, футбольные ворота, футбольные мячи, свисток	наблюдение, опрос, беседа, принятие нормативов
6	Спортивные соревнования и контрольные нормативы	8	Игровая площадка	Волейбольная сетка, волейбольные мячи, баскетбольные кольца, баскетбольные мячи, футбольные ворота, футбольные мячи, свисток	наблюдение, зачет, беседа
2 год обучения					
	Вводное занятие	1	Штурманский класс	Видео проектор, презентация	опрос, беседа
1	Легкая атлетика	10	Спортивная площадка	Свисток, стартовые конусы, малые мячи для метания	беседа, наблюдение, принятие нормативов
2	Гимнастика, акробатика	10	Зал рукопашного боя	Гимнастические маты, перекладина	беседа, наблюдение, принятие нормативов
3	Силовая тренировка без предмета	13	Зал рукопашного боя	Гимнастические маты, свисток	беседа, наблюдение, принятие нормативов
4	Силовая тренировка с отягощением	8	Зал рукопашного боя	Гимнастические маты, бодибары, мед.болы, гантели 1 кг	беседа, наблюдение, принятие нормативов
5	Спортивные игры	14	Игровой зал, игровая площадка	Волейбольная сетка, волейбольные мячи, стартовые конусы, баскетбольные кольца,	наблюдение, опрос, беседа, принятие нормативов

№ пп	Наименование раздела, темы	Кол-во часов	Место проведения	Материальное и информационное обеспечение занятия	Форма и метод контроля
				баскетбольные мячи, футбольные ворота, футбольные мячи, свисток	
6	Контрольные нормативы и спортивные соревнования	8	Игровая площадка	Волейбольная сетка, волейбольные мячи, баскетбольные кольца, баскетбольные мячи, футбольные ворота, футбольные мячи, свисток	наблюдение, зачет
3 год обучения					
	Вводное занятие	1	Штурманский класс	Видео проектор	Опрос, презентация, беседа
1	Легкая атлетика	10	Спортивная площадка	Свисток, стартовые конусы, малые мячи для метания	беседа, наблюдение, принятие нормативов
2	Гимнастика, акробатика	9	Зал рукопашного боя	Гимнастические маты, перекладина	беседа, наблюдение, принятие нормативов
3	Силовая тренировка без предмета	13	Зал рукопашного боя	Гимнастические маты, свисток	беседа, наблюдение, принятие нормативов
4	Силовая тренировка с отягощением	9	Зал рукопашного боя	Гимнастические маты, бодибары, мед.болы, гантели 1,3 кг	беседа, наблюдение, принятие нормативов
5	Спортивные игры	14	Игровой зал, игровая площадка	Волейбольная сетка, волейбольные мячи, стартовые конусы, баскетбольные кольца, баскетбольные мячи, футбольные ворота, футбольные мячи, свисток	наблюдение, опрос, беседа, принятие нормативов
6	Контрольные нормативы и спортивные соревнования	8	Игровая площадка	Волейбольная сетка, волейбольные мячи, баскетбольные кольца, баскетбольные мячи, футбольные ворота, футбольные мячи, свисток	наблюдение, зачет
4 год обучения					
	Вводное занятие	1	Штурманский класс	Видео проектор, презентация	Опрос, беседа
1	Легкая атлетика	10	Спортивная площадка	Свисток, стартовые конусы, малые мячи для метания	Наблюдение, опрос, принятие нормативов
2	Гимнастика, акробатика	9	Зал рукопашного боя	Гимнастические маты, перекладина	беседа, наблюдение, принятие нормативов
3	Силовая тренировка без предмета	13	Зал рукопашного боя	Гимнастические маты, перекладина	беседа, наблюдение,

№ пп	Наименование раздела, темы	Кол-во часов	Место проведения	Материальное и информационное обеспечение занятия	Форма и метод контроля
					принятие нормативов
4	Силовая тренировка с отягощением	9	Зал рукопашного боя	Гимнастические маты, бодибары, мед.болы, гантели 1,3,5 кг	беседа, наблюдение, принятие нормативов
5	Спортивные игры	14	Игровой зал, игровая площадка	Волейбольная сетка, волейбольные мячи, стартовые конусы, баскетбольные кольца, баскетбольные мячи, футбольные ворота, футбольные мячи, свисток	наблюдение, опрос, беседа, наблюдение, принятие нормативов
6	Контрольные нормативы и спортивные соревнования	8	Игровая площадка	Волейбольная сетка, волейбольные мячи, баскетбольные кольца, баскетбольные мячи, футбольные ворота, футбольные мячи, свисток.	наблюдение, зачет
5 год обучения					
	Вводное занятие	1	Штурманский класс	Видео проектор, презентация	Опрос, беседа
1	Легкая атлетика	10	Спортивная площадка	Свисток, стартовые конусы, малые мячи для метания	беседа, наблюдение, принятие нормативов
2	Гимнастика, акробатика	8	Зал рукопашного боя	Гимнастические маты, перекладина	беседа, наблюдение, принятие нормативов
3	Силовая тренировка без предмета	12	Зал рукопашного боя	Гимнастические маты, перекладина	беседа, наблюдение, принятие нормативов
4	Силовая тренировка с отягощением	12	Зал рукопашного боя	Гимнастические маты, бодибары, мед.болы, гантели 1,3,5 кг	беседа, наблюдение, беседа, наблюдение, принятие нормативов
5	Спортивные игры	13	Игровой зал, игровая площадка	Волейбольная сетка, волейбольные мячи, стартовые конусы, баскетбольные кольца, баскетбольные мячи, футбольные ворота, футбольные мячи, свисток	наблюдение, опрос, беседа, принятие нормативов
6	Контрольные нормативы и спортивные соревнования	8	Игровая площадка	Волейбольная сетка, волейбольные мячи, баскетбольные кольца, баскетбольные мячи, футбольные ворота, футбольные мячи, свисток.	наблюдение, зачет

№ пп	Наименование тем	1 год обучения			2 год обучения			3 год обучения			4 год обучения			5 год обучения			всего
		теоретическое	практическое	всего	теоретическое	практическое	всего	теоретическое	практическое	всего	теоретическое	практическое	всего	теоретическое	практическое	всего	
	Вводное занятие	1	-	1	1	-	1	1	-	1	1	-	1	1	-	1	5
1.	Легкая атлетика	1	10	11	-	10	10	-	10	10	-	10	10	-	10	10	51
2.	Гимнастика, акробатика	1	8	9	-	10	10	-	9	9	-	9	9	-	8	8	45
3.	Силовая тренировка без предмета	1	13	14	1	12	13	-	13	13	-	13	13	-	12	12	65
4.	Силовая тренировка с отягощением	1	3	4	-	8	8	-	9	9	-	9	9	-	12	12	42
5.	Спортивные игры	1	16	17	1	13	14	1	13	14	1	13	14	-	13	13	72
6.	Контрольные нормативы и спортивные соревнования	2	6	8	1	7	8	1	7	8	1	7	8	1	7	8	40
	Итого	8	56	64	4	60	64	3	61	64	3	61	64	2	62	64	320

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ
1 год обучения

№ пп	Наименование темы	теоретическое	практическое	всего
	Вводное занятие	1	-	1
1.	Легкая атлетика	1	10	11
2.	Гимнастика, акробатика	1	8	9
3.	Силовая тренировка без предмета	1	13	14
4.	Силовая тренировка с отягощением	1	3	4
5.	Спортивные игры	1	16	17
6.	Контрольные нормативы и спортивные соревнования	2	6	8
	Итого:	8	56	64

Занятие В. 1.1. **Теоретическое** Организационно-методические требования на занятиях по ОФП.

1. Легкая атлетика - 11 часов

Занятие ЛА 1.1. **Теоретическое.** Техника безопасности и правила соревнований по л/а-1 час.

Занятие ЛА 1.2. **Практическое.** Бег 30 метров, СБУ – 1 час.

Занятие ЛА 1.3. **Практическое.** Техника высокого старта, СБУ-1 час.

Занятие ЛА 1.4. **Практическое.** Техника челночного бега, СБУ-1 час.

Занятие ЛА 1.5. **Практическое.** Спринтерский бег. Эстафетный бег-1 час.

Занятие ЛА 1.6. **Практическое.** Метание мяча на дальность. СБУ-1 час.

Занятие ЛА 1.7. **Практическое.** Техника прыжка в длину с двух ног. СБУ- 1 час.

Занятие ЛА 1.8. **Практическое.** Равномерный бег. Развитие выносливости- 2 час.

Занятие ЛА 1.9. **Практическое.** Броски малого мяча на точность- 1 час.

Занятие ЛА 1.10. **Практическое.** Преодоление легкоатлетической полосы препятствий- 1 час.

2. Гимнастика и акробатика - 9 часов

Занятие ГА 1.1. **Теоретическое.** Техника безопасности и способы страховки на занятиях гимнастикой и акробатикой – 1 час.

Занятие ГА 1.2. **Практическое.** Строевые упражнения и акробатические комбинации- 1 час.

Занятие ГА 1.3. **Практическое.** Ритмическая гимнастика и ОФП- 1 час.

Занятие ГА 1.4. **Практическое.** Техника кувырка вперед, ОФП- 1 час.

Занятие ГА 1.5. **Практическое.** Техника кувырка назад, ОФП– 1 час.

Занятие ГА 1.6. **Практическое.** Акробатическая комбинация из кувырков, ОФП-1 час.

Занятие ГА 1.7. **Практическое.** Ритмическая гимнастика и ОФП- 1 час.

Занятие ГА 1.8. **Практическое.** Техника подтягивания, ОФП- 1 час.

Занятие ГА 1.9. **Практическое.** Сдача нормативов по ОФП– 1 час.

3. Силовая тренировка без предмета - 14 часов

Занятие СТБ 1.1. **Теоретическое.** Знания о выполнении силовых упражнений- 1 час.

Занятие СТБ 1.2. **Практическое.** ОФП, упражнения на силу рук- 2 часа.

Занятие СТБ 1.3. **Практическое.** ОФП, упражнения на силу брюшного пресса- 2 часа.

Занятие СТБ 1.4. **Практическое.** ОФП, упражнения на силу мышц спины- 2 часа.

Занятие СТБ 1.5. **Практическое.** ОФП, упражнения на силу ног-2 час.

Занятие СТБ 1.6. **Практическое.** ОФП, комплекс силовых упражнений на верхний плечевой пояс- 1 час.

Занятие СТБ 1.7. **Практическое.** ОФП, комплекс силовых упражнений на мышцы туловища- 2 часа.

Занятие СТБ 1.8. **Практическое.** ОФП, комплекс силовых упражнений на силу ног- 1 час.

Занятие СТБ 1.9. **Практическое.** Сдача контрольных нормативов- 1 час.

4. Силовая тренировка с отягощением - 4 часа

Занятие СТО 1.1. **Теоретическое.** Знания о выполнении силовых упражнений с отягощением. Техника безопасности- 1 час.

Занятие СТО 1.2. **Практическое.** ОФП, упражнения на силу рук- 1 час.

Занятие СТО 1.3. **Практическое.** ОФП, упражнения на силу брюшного пресса и спины- 1 час.

Занятие СТО 1.4. **Практическое.** ОФП, упражнения на силу ног- 1 час.

5. Спортивные игры - 17 часов

Занятие СИ 1.1. **Теоретическое.** Техника безопасности и правила спортивных игр- 1 час.

Занятие СИ 1.2. **Практическое.** Волейбол. Передача мяча сверху двумя руками- 1 час.

Занятие СИ 1.3. **Практическое.** Волейбол. Техника передачи мяча снизу двумя руками- 1 час.

Занятие СИ 1.4. **Практическое.** Волейбол. Техника прием мяча сверху- 1 час.

Занятие СИ 1.5. **Практическое.** Волейбол. Техника приема мяча снизу- 1 час.

Занятие СИ 1.6. **Практическое.** Волейбол. Игра по упрощённым правилам- 1 час.

Занятие СИ 1.7. **Практическое.** Баскетбол. Ведение мяча-1 час.

Занятие СИ 1.8. **Практическое.** Баскетбол. Броски мяча в корзину-1 час.

Занятие СИ 1.9. **Практическое.** Баскетбол. Вырывание мяча, передача одной рукой- 1 час.

Занятие СИ 1.10. **Практическое.** Баскетбол. Игра по упрощённым правилам-1 час.

Занятие СИ 1.11. **Практическое.** Футбол. Техника ведения мяча ногами- 1 час.

Занятие СИ 1.12. **Практическое.** Футбол. Техника передачи мяча ногами- 1 час.

Занятие СИ 1.13. **Практическое.** Футбол. Жонглирование мячом ногами- 1 час.

Занятие СИ 1.14. **Практическое.** Футбол. Игра по правилам- 1 час.

6. Контрольные нормативы и спортивные межэкипажные соревнования - 8 часов

Занятие КИ 1.1. **Теоретическое.** Правила сдачи нормативов и правила соревнований- 1 час.

Занятие КИ 1.2. **Практическое.** Сдача нормативов по ОФП- 3 часа.

Занятие КИ 1.3. **Практическое.** Межэкипажные соревнования по волейболу- 1 час.

Занятие КИ 1.4. **Практическое.** Межэкипажные соревнования по баскетболу- 1 час.

Занятие КИ 1.5. **Практическое.** Межэкипажные соревнования по футболу- 1 час.

Занятие КИ 1.6. **Теоретическое.** Подведение итогов межэкипажных соревнований по спортивным играм- 1 час.

2 год обучения

№ пп	Наименование тем	теоретическое	практическое	всего
	Вводное занятие	1	-	1
1.	Легкая атлетика	-	10	10
2.	Гимнастика, акробатика	-	10	10
3.	Силовая тренировка без предмета	1	12	13
4.	Силовая тренировка с отягощением	-	8	8
5.	Спортивные игры	1	13	14
6.	Контрольные нормативы и спортивные соревнования	1	7	8
	Итого:	4	60	64

Занятие В. 1.1. **Теоретическое.** Организационно-методические требования на занятиях по ОФП – 1 час.

1. Легкая атлетика - 10 часов

Занятие ЛА.2.1. **Практическое.** Техника безопасности и правила соревнований по лёгкой атлетике -1 час.

Занятие ЛА. 2.2. **Практическое.** Бег 30 метров, 60 метров, СБУ – 1 час.

Занятие ЛА. 2.3. **Практическое.** Техника старта с опорой на одну руку, СБУ – 1 час.

Занятие ЛА. 2.4. **Практическое.** Метание малого мяча на дальность, СБУ – 1 час.

Занятие ЛА. 2.5. **Практическое.** Спринтерский бег. Эстафетный бег-1 час, СБУ – 1 час.

Занятие ЛА. 2.6. **Практическое.** Равномерный бег. Развитие выносливости- 3 часа.

Занятие ЛА. 2.7. **Практическое.** Прыжки в длину с места, СБУ- 1 час.

Занятие ЛА. 2.8. **Практическое.** Преодоление легкоатлетической полосы препятствий- 1 час.

2. Гимнастика и акробатика - 10 часов

Занятие ГА 2.1.**Теоретическое.** Строевые упражнения и акробатические комбинации- 1 час.

Занятие ГА 2.2. **Практическое.** Ритмическая гимнастика и ОФП- 2 часа.

Занятие ГА 2.3. **Практическое.** Кувырок назад, кувырок вперед- 1 час.

Занятие ГА 2.4. **Практическое.** Длинный кувырок, ОФП- 1 час.

Занятие ГА 2.5. **Практическое.** Кувырок назад с выходом на руки, ОФП- 1 час.

Занятие ГА 2.6. **Практическое.** Акробатическая комбинация из кувырков,ОФП-2 часа.

Занятие ГА 2.9. **Практическое.** Техника подтягивания с выходом на прямые руки- 1 час.

Занятие ГА 2.10. **Практическое.** Сдача нормативов- 1 час.

3. Силовая тренировка без предмета - 13 часов

Занятие СТБ 2.1.**Теоретическое.** Знания о выполнении силовых упражнений с отягощением. Техника безопасности- 1 час.

Занятие СТБ 2.2. **Практическое.** ОФП, упражнения на силу рук- 2 часа.

Занятие СТБ 2.3. **Практическое.** ОФП, упражнения на силу брюшного пресса- 2 часа.

Занятие СТБ 2.4. **Практическое.** ОФП, упражнения на силу мышц спины- 2 часа.

Занятие СТБ 2.5. **Практическое.** ОФП, упражнения на силу ног-2 часа.

Занятие СТБ 2.6. **Практическое.** ОФП, комплекс силовых упражнений на верхний плечевой пояс- 1 час.

Занятие СТБ 2.7. **Практическое.** ОФП, комплекс силовых упражнений на мышцы туловища- 1 час.

Занятие СТБ 2.8. **Практическое.** ОФП, комплекс силовых упражнений на силу ног- 1 час.

Занятие СТБ 2.9. **Практическое.** Сдача контрольных нормативов- 1 час.

4. Силовая тренировка с отягощением - 8 часа

Занятие СТО 2.1. **Практическое.** ОФП, упражнения на силу рук- 1 час.

Занятие СТО 2.2. **Практическое.** ОФП, упражнения на силу плечевого пояса - 1 час.

Занятие СТО 2.3. **Практическое.** ОФП, упражнения на силу брюшного пресса- 1 час.

Занятие СТО 2.4. **Практическое.** ОФП, упражнения на силу мышц спины- 1 час.

Занятие СТО 2.5. **Практическое.** ОФП, упражнения на силу ног- 1 час.

Занятие СТО 2.6. **Практическое.** ОФП, комплекс силовых упражнений на мышцы туловища- 2 часа.

Занятие СТО 2.7. **Практическое.** Сдача контрольных нормативов, подготовка к соревнованиям- 1 час.

5. Спортивные игры - 14 часов

Занятие СИ 2.1.**Теоретическое.** Техника безопасности и правила спортивных игр- 1 час.

Занятие СИ 2.2. **Практическое.** Волейбол. Передача мяча сверху двумя руками- 1 час.

Занятие СИ 2.3. **Практическое.** Волейбол. Техника передачи мяча снизу двумя руками- 1 час.

Занятие СИ 2.4. **Практическое.** Волейбол. Прием мяча снизу, нижняя прямая подача- 1 час.

Занятие СИ 2.5. **Практическое.** Волейбол. Игра по упрощённым правилам- 1 час.

Занятие СИ 2.6. **Практическое.** Баскетбол. Ведение мяча, стойка баскетболиста- 1 час.

- Занятие СИ 2.7. **Практическое.** Баскетбол. Броски в корзину двумя руками в прыжке - 1 час.
 Занятие СИ 2.8. **Практическое.** Баскетбол. Тактические действия- 1 час.
 Занятие СИ 2.9. **Практическое.** Баскетбол. Игра в баскетбол- 1 час.
 Занятие СИ 2.10. **Практическое.** Футбол. Техника ведения мяча- 1 час.
 Занятие СИ 2.11. **Практическое.** Футбол. Техника ударов по катящемуся мячу ногой- 1 час.
 Занятие СИ 2.12. **Практическое.** Футбол. Техника передачи мяча ногами- 1 час.
 Занятие СИ 2.13. **Практическое.** Футбол. Жонглирование мячом-1 час.
 Занятие СИ 2.14. **Практическое.** Игра в футбол-1 час.

6. Контрольные нормативы и спортивные межэкипажные соревнования - 8 часов

- Занятие КИ 2.1. **Практическое.** Сдача нормативов по ОФП- 3 часа.
 Занятие КИ 2.2. **Практическое.** Межэкипажные соревнования по волейболу- 1 час.
 Занятие КИ 2.3. **Практическое.** Межэкипажные соревнования по баскетболу- 2 часа.
 Занятие КИ 2.4. **Практическое.** Межэкипажные соревнования по футболу- 1 час.
 Занятие КИ 2.5. **Теоретическое.** Подведение итогов межэкипажных соревнований по спортивным играм- 1 час.

3 год обучения

№ пп	Наименование тем	теоретическое	практическое	всего
	Вводное занятие	1	-	1
1.	Легкая атлетика	-	10	10
2.	Гимнастика, акробатика	-	9	9
3.	Силовая тренировка без предмета	-	13	13
4.	Силовая тренировка с отягощением	-	9	9
5.	Спортивные игры	1	13	14
6.	Контрольные нормативы и спортивные соревнования	1	7	8
	Итого:	3	61	64

Занятие В. 3.1. **Теоретическое.** Организационно-методические требования на занятиях по ОФП.

1. Легкая атлетика - 10 часов

- Занятие ЛА 3.1. **Практическое.** Бег на короткие дистанции, СБУ- 2 часа.
 Занятие ЛА 3.2. **Практическое.** Прыжок в длину с места, СБУ- 1 час.
 Занятие ЛА 3.3. **Практическое.** Прыжок в длину с разбега, СБУ – 1 час.
 Занятие ЛА 3.4. **Практическое.** Равномерный бег, развитие выносливости- 3 часа.
 Занятие ЛА 3.5. **Практическое.** Броски малого мяча на дальность-1 час.
 Занятие ЛА 3.6. **Практическое.** Бег по пересеченной местности- 2 часа.

2. Гимнастика и акробатика - 9 часов

- Занятие ГА 3.1. **Практическое.** Строевые упражнения и акробатические комбинации- 1 час.
 Занятие ГА 3.2. **Практическое.** Ритмическая гимнастика и ОФП- 1 час.
 Занятие ГА 3.3. **Практическое.** Кувырок назад, кувырок назад с выходом на руки- 1 час.
 Занятие ГА 3.4. **Практическое.** Кувырок назад с выходом на руки, ОФП- 1 час.
 Занятие ГА 3.5. **Практическое.** Длинный кувырок, акробатическое соединение- 1 час.
 Занятие ГА 3.6. **Практическое.** Акробатическая комбинация из кувырков, ОФП-1 час.
 Занятие ГА 3.7. **Практическое.** Техника подтягивания с выходом на прямые руки- 1 час.
 Занятие ГА 3.8. **Практическое.** Подъем переворотом- 1 час.

Занятие ГА 3.9. **Практическое.** Сдача нормативов- 1 час.

3. Силовая тренировка без предмета - 13 часов

Занятие СТБ 3.1. **Практическое.** ОФП, упражнения на силу рук- 1 час.

Занятие СТБ 3.2. **Практическое.** ОФП, упражнения на силу рук, подтягивания- 1 час.

Занятие СТБ 3.3. **Практическое.** ОФП, упражнения на силу брюшного пресса- 2 часа.

Занятие СТБ 3.4. **Практическое.** ОФП, упражнения на силу мышц спины- 2 часа.

Занятие СТБ 3.5. **Практическое.** ОФП, упражнения на силу ног-2 часа.

Занятие СТБ 3.6. **Практическое.** ОФП, комплекс силовых упражнений на плечевой пояс- 2 часа.

Занятие СТБ 3.7. **Практическое.** ОФП, комплекс силовых упражнений на мышцы туловища- 1 час.

Занятие СТБ 3.8. **Практическое.** ОФП, комплекс силовых упражнений на силу ног- 1 час.

Занятие СТБ 3.9. **Практическое.** Сдача нормативов- 1 час.

4. Силовая тренировка с отягощением - 9 часов

Занятие СТО 3.1. **Практическое.** ОФП, упражнения на силу рук- 1 час.

Занятие СТО 3.2. **Практическое.** ОФП, упражнения на силу плечевого пояса - 1 час.

Занятие СТО 3.3. **Практическое.** ОФП, упражнения на силу брюшного пресса- 1 час.

Занятие СТО 3.4. **Практическое.** ОФП, упражнения на силу мышц спины- 1 час.

Занятие СТО 3.5. **Практическое.** ОФП, упражнения на силу ног- 1 час.

Занятие СТО 3.6. **Практическое.** ОФП, комплекс силовых упражнений на мышцы туловища- 3 часа.

Занятие СТО 3.7. **Практическое.** Сдача контрольных нормативов, подготовка к соревнованиям- 1 час.

5. Спортивные игры - 14 часов

Занятие СИ 3.1. **Теоретическое.** Техника безопасности и правила спортивных игр- 1 час.

Занятие СИ 3.2. **Практическое.** Волейбол. Передача мяча сверху, снизу двумя руками в прыжке и назад- 1 час.

Занятие СИ 3.3. **Практическое.** Волейбол. Передача мяча снизу, нижняя прямая и боковая подачи- 1 час.

Занятие СИ 3.4. **Практическое.** Волейбол. Прямой нападающий удар- 1 час.

Занятие СИ 3.5. **Практическое.** Волейбол. Игра по правилам- 1 час.

Занятие СИ 3.6. **Практическое.** Баскетбол. Ведение мяча, стойка баскетболиста- 1 час.

Занятие СИ 3.7. **Практическое.** Баскетбол. Передвижение, повороты, броски мяча в корзину- 1 час.

Занятие СИ 3.8. **Практическое.** Баскетбол. Передачи и броски мяча в корзину- 1 час.

Занятие СИ 3.9. **Практическое.** Баскетбол. Игра по правилам- 1 час.

Занятие СИ 3.10. **Практическое.** Футбол. Удары по мячу подъемом ноги- 1 час.

Занятие СИ 3.11. **Практическое.** Футбол. Удары по катящемуся мячу подъемом ноги- 1 час.

Занятие СИ 3.12. **Практическое.** Футбол. Вбрасывание мяча- 1 час.

Занятие СИ 3.13. **Практическое.** Футбол. Футбольные упражнения с мячом- 1 час.

Занятие СИ 3.14. **Практическое.** Футбол. Игра в футбол- 1 час.

6. Контрольные нормативы и спортивные межэкипажные соревнования - 8 часов

Занятие КИ 3.1. **Практическое.** Сдача нормативов по ОФП- 3 час.

Занятие КИ 3.2. **Практическое.** Межэкипажные соревнования по волейболу- 1 час.

Занятие КИ 3.3. **Практическое.** Межэкипажные соревнования по баскетболу- 2 часа.

Занятие КИ 3.4. **Практическое.** Межэкипажные соревнования по футболу- 1 час.

Занятие КИ 3.5. **Теоретическое.** Подведение итогов межэкипажных соревнований по спортивным играм- 1 час.

4 год обучения

№ пп	Наименование тем	теоретическое	практическое	всего
	Вводное занятие	1	-	1
1.	Легкая атлетика	-	10	10
2.	Гимнастика, акробатика	-	9	9
3.	Силовая тренировка без предмета	-	13	13
4.	Силовая тренировка с отягощением	-	9	9
5.	Спортивные игры	1	13	14
6.	Контрольные нормативы и спортивные соревнования	1	7	8
	Итого:	3	61	64

Занятие В. 4.1. **Теоретическое.** Организационно-методические требования на занятиях по ОФП.

1. Легкая атлетика - 10 часов

Занятие ЛА 4.1. **Практическое.** Бег на короткие дистанции, СБУ- 1 час.

Занятие ЛА 4.2. **Практическое.** Бег на средние дистанции, СБУ- 1 час.

Занятие ЛА 4.3. **Практическое.** Прыжок в длину с места, СБУ- 1 час.

Занятие ЛА 4.4. **Практическое.** Прыжок в длину с разбега, СБУ – 1 час.

Занятие ЛА 4.5. **Практическое.** Броски малого мяча на дальность и точность- 1 час.

Занятие ЛА 4.6. **Практическое.** Равномерный бег, развитие выносливости- 2 час.

Занятие ЛА 4.7. **Практическое.** Бег по пересеченной местности- 2 часа.

Занятие ЛА 4.8. **Практическое.** Бег по пересеченной местности- 1 час.

2. Гимнастика и акробатика - 9 часов

Занятие ГА 4.1. **Практическое.** Строевые упражнения и акробатические комбинации- 1 час.

Занятие ГА 4.2. **Практическое.** Ритмическая гимнастика и ОФП- 1 час.

Занятие ГА 4.3. **Практическое.** Длинный кувырок с разбега- 1 час.

Занятие ГА 4.4. **Практическое.** Кувырок назад в упор стоя ноги врозь, ОФП- 1 час.

Занятие ГА 4.5. **Практическое.** Длинный кувырок, акробатическое соединение- 1 час.

Занятие ГА 4.6. **Практическое.** Стойка на голове, ОФП-1 час.

Занятие ГА 4.7. **Практическое.** Техника подтягивания с выходом на прямые руки- 1 час.

Занятие ГА 4.8. **Практическое.** Подъем переворотом- 1 час.

Занятие ГА 4.9. **Практическое.** Сдача нормативов- 1 час.

3. Силовая тренировка без предмета – 13 часов

Занятие СТБ 4.1. **Практическое.** ОФП, упражнения на силу рук- 1 час.

Занятие СТБ 4.2. **Практическое.** ОФП, упражнения на силу рук, подтягивания- 1 час.

Занятие СТБ 4.3. **Практическое.** ОФП, упражнения на силу брюшного пресса- 2 час.

Занятие СТБ 4.4. **Практическое.** ОФП, упражнения на силу мышц спины- 2 часа.

Занятие СТБ 4.5. **Практическое.** ОФП, упражнения на силу ног-2 часа.

Занятие СТБ 4.6. **Практическое.** ОФП, комплекс силовых упражнений на плечевой пояс- 2 часа.

Занятие СТБ 4.7. **Практическое.** ОФП, комплекс силовых упражнений на мышцы туловища- 1 час.

Занятие СТБ 4.8. **Практическое.** ОФП, комплекс силовых упражнений на силу ног- 1 час.

Занятие СТБ 4.9. **Практическое.** Сдача нормативов- 1 час.

4. Силовая тренировка с отягощением - 9 часов

Занятие СТО 4.1. **Практическое.** ОФП, упражнения на силу рук- 1 час.

Занятие СТО 4.2. **Практическое.** ОФП, упражнения на силу плечевого пояса - 1 час.

Занятие СТО 4.3. **Практическое.** ОФП, упражнения на силу брюшного пресса- 1 час.

Занятие СТО 4.4. **Практическое.** ОФП, упражнения на силу мышц спины- 1 час.

Занятие СТО 4.5. **Практическое.** ОФП, упражнения на силу ног- 1 час.

Занятие СТО 4.6. **Практическое.** ОФП, комплекс силовых упражнений на мышцы туловища- 3 час.

Занятие СТО 4.7. **Практическое.** Сдача контрольных нормативов, подготовка к соревнованиям- 1 час.

5. Спортивные игры - 14 часов

Занятие СИ 4.1. **Теоретическое.** Техника безопасности и правила спортивных игр- 1 час.

Занятие СИ 4.2. **Практическое.** Волейбол. Передача мяча сверху, снизу двумя руками в прыжке и назад- 1 час.

Занятие СИ 4.3 **Практическое.** Волейбол. Прямая верхняя подача- 1 час.

Занятие СИ 4.4. **Практическое.** Волейбол. Прямой нападающий удар- 1 час.

Занятие СИ 4.5. **Практическое.** Волейбол. Игра по правилам- 1 час.

Занятие СИ 4.6. **Практическое.** Баскетбол. Ведение мяча, стойка баскетболиста- 1 час.

Занятие СИ 4.7. **Практическое.** Баскетбол. Передвижение , повороты, броски мяча в корзину- 1 час.

Занятие СИ 4.8. **Практическое.** Баскетбол. Передачи и броски мяча в корзину- 1 час.

Занятие СИ 4.9. **Практическое.** Баскетбол. Игра по правилам- 1 час.

Занятие СИ 4.10. **Практическое.** Футбол. Удары по мячу подъемом ноги- 1 час.

Занятие СИ 4.11. **Практическое.** Футбол. Удары по катящемуся мячу подъемом ноги- 1 час.

Занятие СИ 4.12. **Практическое.** Футбол. Футбольные упражнения с мячом- 1 час.

Занятие СИ 4.13. **Практическое.** Футбол. Футбольные упражнения с мячом- 1 час.

Занятие СИ 4.14. **Практическое.** Футбол. Игра в футбол- 1 час.

6. Контрольные нормативы и спортивные межэкипажные соревнования - 8 часов

Занятие КИ 4.1. **Практическое.** Сдача нормативов по ОФП- 3 час.

Занятие КИ 4.2. **Практическое.** Межэкипажные соревнования по волейболу- 1 час.

Занятие КИ 4.3. **Практическое.** Межэкипажные соревнования по баскетболу- 2 час.

Занятие КИ 4.4. **Практическое.** Межэкипажные соревнования по футболу- 1 час.

Занятие КИ 4.5. **Теоретическое.** Подведение итогов межэкипажных соревнований по спортивным играм- 1 час.

5 год обучения

№ пп	Наименование тем	теоретическое	практическое	всего
	Вводное занятие	1	-	1
1.	Легкая атлетика	-	10	10
2.	Гимнастика, акробатика	-	8	8
3.	Силовая тренировка без предмета	-	12	12
4.	Силовая тренировка с отягощением	-	12	12
5.	Спортивные игры	-	13	13
6.	Контрольные нормативы и спортивные соревнования	1	7	8
	Итого:	2	62	64

Занятие В. 5.1 **Теоретическое.** Организационно-методические требования на занятиях по ОФП – 1 час

1. Легкая атлетика - 10 часов

Занятие ЛА 5.1. **Практическое.** Бег на средние дистанции, СБУ- 2 часа.

Занятие ЛА 5.3. **Практическое.** Прыжок в длину с места, с разбега СБУ- 1 час.

Занятие ЛА 5.4. **Практическое.** Бег по пересеченной местности, СБУ – 4 часа.

Занятие ЛА 5.5. **Практическое.** Броски малого мяча на дальность и точность- 1 час.

Занятие ЛА 5.6. **Практическое.** Равномерный бег, развитие выносливости- 2 часа.

2. Гимнастика и акробатика - 8 часов

Занятие ГА 5.1. **Практическое.** Ритмическая гимнастика и ОФП- 1 час.

Занятие ГА 5.2. **Практическое.** Кувырок назад в упор стоя ноги врозь, ОФП- 1 час.

Занятие ГА 5.3. **Практическое.** Длинный кувырок, акробатическое соединение- 1 час.

Занятие ГА 5.4. **Практическое.** Стойка на голове, ОФП-1 час.

Занятие ГА 5.5. **Практическое.** Техника подтягивания с выходом на прямые руки- 1 час.

Занятие ГА 5.6. **Практическое.** Подъем переворотом- 2 часа.

Занятие ГА 5.7. **Практическое.** Сдача нормативов- 1 час.

3. Силовая тренировка без предмета - 12 часов

Занятие СТБ 5.1. **Практическое.** ОФП, упражнения на силу рук- 1 час.

Занятие СТБ 5.2. **Практическое.** ОФП, упражнения на силу рук, подтягивания- 1 час.

Занятие СТБ 5.3. **Практическое.** ОФП, упражнения на силу брюшного пресса- 2 часа.

Занятие СТБ 5.4. **Практическое.** ОФП, упражнения на силу мышц спины- 2 часа.

Занятие СТБ 5.5. **Практическое.** ОФП, упражнения на силу ног-2 час.

Занятие СТБ 5.6. **Практическое.** ОФП, комплекс силовых упражнений на плечевой пояс- 1 час.

Занятие СТБ 5.7. **Практическое.** ОФП, комплекс силовых упражнений на мышцы туловища- 1 час.

Занятие СТБ 5.8. **Практическое.** ОФП, комплекс силовых упражнений на силу ног- 1 час.

Занятие СТБ 5.9. **Практическое.** Сдача нормативов- 1 час.

4. Силовая тренировка с отягощением - 12 часов

Занятие СТО 5.1. **Практическое.** ОФП, упражнения на силу рук- 1 час

Занятие СТО 5.2. **Практическое.** ОФП, упражнения на силу плечевого пояса - 1 час

Занятие СТО 5.3. **Практическое.** ОФП, упражнения на силу брюшного пресса- 2 часа

Занятие СТО 5.4. **Практическое.** ОФП, упражнения на силу мышц спины- 2 часа

Занятие СТО 5.5. **Практическое.** ОФП, упражнения на силу ног- 2 часа

Занятие СТО 5.6. **Практическое.** ОФП, комплекс силовых упражнений на мышцы туловища- 3 часа

Занятие СТО 5.7. **Практическое.** Сдача контрольных нормативов, подготовка к соревнованиям- 1 час

5. Спортивные игры - 13 часов

Занятие СИ 5.1. **Теоретическое.** Техника безопасности и правила спортивных игр- 1 час.

Занятие СИ 5.2. **Практическое.** Волейбол. Передача мяча сверху, снизу двумя руками в прыжке и назад- 1 час.

Занятие СИ 5.3. **Практическое.** Волейбол. Прямая верхняя подача, нападающий удар- 1 час.

Занятие СИ 5.4. **Практическое.** Волейбол. Игра по правилам- 1 час.

Занятие СИ 5.5. **Практическое.** Баскетбол. Ведение мяча, стойка баскетболиста- 1 час.

Занятие СИ 5.6. **Практическое.** Баскетбол. Передвижение, повороты, выбивание, вырывание мяча броски мяча в корзину- 1 час.

Занятие СИ 5.7. **Практическое.** Баскетбол. Тактические действия - 1 час.

Занятие СИ 5.8. **Практическое.** Баскетбол. Игра по правилам- 1 час.

Занятие СИ 5.9. **Практическое.** Футбол. Удары по мячу подъемом ноги- 1 час.

Занятие СИ 5.10. **Практическое.** Футбол. Удары по катящемуся мячу подъемом ноги- 1 час.

Занятие СИ 5.11. **Практическое.** Футбол. Футбольные упражнения с мячом- 2 часа.

Занятие СИ 5.12. **Практическое.** Футбол. Игра в футбол- 1 час.

6. Контрольные нормативы и спортивные межэкипажные соревнования - 8 часов

Занятие КИ 5.1. **Практическое.** Сдача нормативов по ОФП- 3 часа.

Занятие КИ 5.2. **Практическое.** Межэкипажные соревнования по волейболу- 1 час.

Занятие КИ 5.3. **Практическое.** Межэкипажные соревнования по баскетболу- 2 час.

Занятие КИ 5.4. **Практическое.** Межэкипажные соревнования по футболу- 1 час.

Занятие КИ 5.5. **Теоретическое.** Подведение итогов межэкипажных соревнований по спортивным играм- 1 час.

2.2. Условия реализации программы

План изучения дисциплины

1 год обучения

	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя	5 неделя	6 неделя	7 неделя	8 неделя
КГП	В	Т1.1	Т1.2	Т9.1	Т10.1	Т2.1	Т2.2	Т2.3
КСШ	В Т1ск 1.1	Т1ск 1.2 Т1ск 1.3	Т1ск 1.4 Т1ск 1.5	Т1ск 1.6 Т1ск 1.7	Т1ск 1.8 Т1ск 1.9	Т1ск 1.10 Т1ск 1.11	Т1ск 1.12 Т1ск 1.13	Т1ск 1.14 Т1ск 1.15
КВП	Т1ову1.1	Т1ову2.1	Т5вт1.1	Т4тп1.1	Т4тп2.1	Т5вт2.1	Т1ову2.1	Т3оп1.1
ОФП	В Т1ла1.1	Т1ла1.2 Т1ла1.3	Т1ла1.4 Т1ла1.5	Т1ла1.6 Т1ла1.7	Т2га1.1 Т2га1.2	Т2га1.3 Т2га1.4	Т2га1.5 Т2га1.6	Т2га1.7 Т2га1.8

	9 неделя	10 неделя	11 неделя	12 неделя	13 неделя	14 неделя	15 неделя	16 неделя
КГП	Т2.4	Т2.4	Т2.4	Т10.2	Т2.5	Т2.5	Т2.5	Т3.1
КСШ	Т1ск 1.16 Т1ск 1.17	Т1ск 1.18 Т1ск 1.19	Т1ск 1.20 Т1ск 1.21	Т2т 1.1 Т3сс 1.1	Т2т 1.2 Т4шд 1.1	Т7ммн 1.1 Т7ммн 1.2	Т3сс 1.2 Т7ммн 1.3	Т2т 1.3 Т4шд 1.2
КВП	Т3оп2.1	Т3оп3.1	Т1ову3.1	Т1ову4.1	Т2сп1.1	Т2сп1.2	Т2сп2.1	Т2сп3.1
ОФП	Т2га1.9 Т3стб1.1	Т3стб1.2	Т6ки1.1 Т6ки1.2	Т3стб1.3	Т3стб1.4	Т3стб1.5	Т3стб1.6 Т4сто1.1	Т3стб1.7

	17 неделя	18 неделя	19 неделя	20 неделя	21 неделя	22 неделя	23 неделя	24 неделя
КГП	Т3.2	Т4.1	Т4.2	Т4.3	Т4.4	Т5.1	Т5.1	Т6.1
КСШ	Т2т 1.4 Т3сс 1.3	Т2т 1.5 Т3сс 1.4	Т2т 1.6 Т3сс 1.5	Т2т 1.7 Т3сс 1.6	Т2т 1.8 Т3сс 1.7	Т2т 1.9 Т3сс 1.8	Т3сс 1.9 Т7ммн 1.4	Т2т 1.10 Т3сс 1.10
КВП	Т5вт2.2	Т3оп2.2	Т3оп3.1	Т5вт3.1	Т4тп1.2	Т4тп2.2	Т4тп3.1	Т2сп4.1
ОФП	Т3стб1.8 Т4сто1.2	Т3стб1.9 Т4сто1.3	Т4сто1.4 Т4сто1.5	Т3стб1.10	Т1ла1.8	Т1ла1.9 Т1ла1.10	Т6ки1.2 Т5си1.1	Т5си1.2 Т5си1.3

	25 неделя	26 неделя	27 неделя	28 неделя	29 неделя	30 неделя	31 неделя	32 неделя
КГП	Т6.1	Т7.1	Т8.1	Т8.2	Т11.1	Т11.2	Т11.3	Т11.4
КСШ	Т3сс 1.11 Т4шд 1.3	Т3сс 1.12 Т4шд 1.4	Т4шд 1.5 Т4шд 1.6	Т4шд 1.7 Т4шд 1.8	Т6мб 1.2 Т4шд 1.9	Т4шд 1.10 Т4шд 1.11	Т4шд 1.12 Т4шд 1.13	Т4шд 1.14 Т6мб 1.1
КВП	Т2сп4.2	Т2сп5.1	Т2сп5.2	Т3оп3.1	Т2сп5.2	Т2сп5.3	Т5вт3.1	Т4тп3.1
ОФП	Т5си1.4 Т5си1.5	Т5си1.6 Т5си1.7	Т5си1.8 Т5си1.9	Т5си1.10 Т5си1.11	Т5си1.12 Т5си1.13	Т6ки1.3 Т5си1.14	Т6ки1.4 Т6ки1.5	Т6ки1.2 Т6ки1.6

2 год обучения

	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя	5 неделя	6 неделя	7 неделя	8 неделя
КГП	В	Т8.1	Т6.1	Т2.1	Т2.2	Т2.2	Т3.1	Т3.1
КСШ	Т2т 2.1 Т3сс 2.1	Т2т 2.2 Т3сс 2.2	Т2т 2.3 Т3сс 2.3	Т2т 2.4 Т3сс 2.4	Т2т 2.5 Т3сс 2.5	Т2т 2.6 Т3сс 2.6	Т2т 2.7 Т3сс 2.7	Т2т 2.8 Т3сс 2.8
КВП	Т1ову1.1	Т5вт1.1	Т5вт2.1	Т4тп1.1	Т4тп1.2	Т3оп1.1	Т3оп1.2	Т3оп2.1
ОФП	В Т1ла.2.1	Т1ла.2.2 Т1ла.2.3	Т1ла.2.4 Т1ла.2.5	Т1ла.2.6 Т1ла.2.6	Т1ла.2.6 Т1ла.2.7	Т1ла.2.8 Т2га2.1	Т2га2.2 Т2га2.2	Т2га2.3 Т2га2.4

	9 неделя	10 неделя	11 неделя	12 неделя	13 неделя	14 неделя	15 неделя	16 неделя
КГП	Т3.2	Т3.3	Т4.1	Т4.2	Т6.1	Т5.1	Т5.1	Т7.1
КСШ	Т2т 2.9 Т3сс 2.9	Т2т 2.10 Т3сс 2.10	Т2т 2.11 Т3сс 2.11	Т2т 2.12 Т3сс 2.12	Т7ммн 2.1 Т7ммн 2.2	Т7ммн 2.3 Т7ммн 2.3	Т7ммн 2.3 Т4шд 2.1	Т2т 2.13 Т4шд 2.2
КВП	Т4тп2.1	Т3оп3.1	Т4тп3.1	Т4тп3.1	Т1ову2.1	Т2сп1.1	Т2сп2.1	Т2сп2.2
ОФП	Т2га2.6 Т2га2.6	Т2га2.5 Т2га2.9	Т6ки2.1 Т2га2.10	Т3стб2.1 Т3стб2.2	Т3стб2.2 Т3стб2.3	Т3стб2.3 Т3стб2.4	Т3стб2.4 Т3стб2.5	Т3стб2.5 Т3стб2.6

	17 неделя	18 неделя	19 неделя	20 неделя	21 неделя	22 неделя	23 неделя	24 неделя
КГП	Т6.1	Т9.1	Т11.1	Т11.2	Т11.3	Т12.1	Т12.2	Т12.3
КСШ	Т2т 2.14 Т5п 2.1	Т2т 2.15 Т5п 2.2	Т2т 2.16 Т5п 2.3	Т2т 2.17 Т5п 2.4	Т4шд 2.3 Т5п 2.5	Т4шд 2.4 Т5п 2.6	Т7ммн 2.4 Т7ммн 2.4	Т4шд 2.5 Т5п 2.7
КВП	Т5вт2.2	Т2сп2.2	Т2сп2.2	Т2сп2.2	Т4тп4.1	Т4тп4.2	Т4тп4.2	Т4тп4.2
ОФП	Т3стб2.7 Т4сто2.1	Т3стб2.8 Т4сто2.2	Т3стб2.9 Т4сто2.3	Т4сто2.4 Т4сто2.5	Т4сто2.6 Т4сто2.6	Т4сто2.7 Т5си2.1	Т6ки2.1 Т5си2.2	Т5си2.3 Т5си2.4

	25 неделя	26 неделя	27 неделя	28 неделя	29 неделя	30 неделя	31 неделя	32 неделя
КГП	Т12.4	Т12.5	Т13.1	Т13.2	Т13.3	Т13.4	Т13.5	Т8.1
КСШ	Т4шд 2.6 Т5п 2.8	Т5п 2.9 Т5п 2.10	Т5п 2.11 Т5п 2.12	Т5п 2.13 Т5п 2.14	Т6мб 2.2 Т5п 2.15	Т5п 2.16 Т5п 2.17	Т5п 2.18 Т5п 2.19	Т5п 2.20 Т6мб 2.1
КВП	Т3оп4.1	Т3оп5.1	Т3оп3.1	Т3оп6.1	Тбрхбз1.1	Тбрхбз2.1	Т5вт3.1	Т5вт3.2
ОФП	Т5си2.5 Т5си2.6	Т5си2.7 Т5си2.8	Т5си2.9 Т5си2.10	Т5си2.11 Т5си2.12	Т5си2.13 Т5си2.14	Т6ки2.2 Т6ки2.4	Т6ки2.3 Т6ки2.3	Т6ки2.1 Т6ки2.5

3 год обучения

	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя	5 неделя	6 неделя	7 неделя	8 неделя
КГП	В	Т8.1	Т9.1	Т6.1	Т2.1	Т2.2	Т2.2	Т3.1
КСШ	В Т2т 3.1	Т2т 3.2 Т3сс 3.1	Т2т 3.3 Т3сс 3.2	Т2т 3.4 Т3сс 3.3	Т2т 3.5 Т3сс 3.4	Т2т 3.6 Т3сс 3.5	Т2т 3.7 Т3сс 3.6	Т2т 3.8 Т3сс 3.7
КВП	Т1ову1.1	Т1ову1.2	Т2сп1.1	Т4тп1.1	Т4тп1.2	Т3оп1.1	Т3оп1.2	Т3оп2.1
ОВМД	В	Т1т1.1	Т1т1.2	Т1т1.3	Т1т1.4	Т1т1.5	Т2сс2.1	Т2сс2.2
ОФП	В Т1ла3.1	Т1ла3.1 Т1ла3.2	Т1ла3.3 Т1ла3.4	Т1ла3.4 Т1ла3.4	Т1ла3.6 Т1ла3.6	Т2га3.1 Т2га3.2	Т2га3.3 Т2га3.4	Т2га3.5 Т2га3.6

	9 неделя	10 неделя	11 неделя	12 неделя	13 неделя	14 неделя	15 неделя	16 неделя
КГП	Т3.1	Т3.2	Т4.1	Т7.1	Т6.1	Т5.1	Т5.1	Т13.1
КСШ	Т2т 3.9 Т3сс 3.8	Т2т 3.10 Т3сс 3.9	Т2т 3.11 Т3сс 3.10	Т2т 3.12 Т3сс 3.11	Т2т 3.13 Т3сс 3.12	Т7ммн 3.5 Т7ммн 3.6	Т7ммн 3.7 Т2т 3.14	Т2т 3.15 Т3сс 3.13
КВП	Т4тп2.1	Т3оп2.1	Т4тп2.2	Т4тп2.2	Т5вт1.1	Т5вт1.2	Т5вт1.2	Т2сп1.2
ОВМД	Т3м3.1	Т2сс2.2	Т3м3.1	Т2сс2.2	Т3м3.2	Т2сс2.2	Т3м3.3	Т2сс2.3
ОФП	Т2га3.7 Т2га3.8	Т2га3.9 Т3стб3.1	Т6ки3.1 Т3стб3.2	Т3стб3.3 Т3стб3.3	Т3стб3.4 Т3стб3.4	Т3стб3.5 Т3стб3.5	Т3стб3.6 Т3стб3.6	Т3стб3.7 Т4сто3.1

	17 неделя	18 неделя	19 неделя	20 неделя	21 неделя	22 неделя	23 неделя	24 неделя
КГП	Т6.1	Т13.2	Т13.3	Т13.4	Т6.1	Т13.5	Т13.6	Т14.1
КСШ	Т3сс 3.14 Т4шд 3.1	Т4шд 3.2 Т5п 3.1	Т4шд 3.3 Т5п 3.2	Т4шд 3.4 Т5п 3.3	Т4шд 3.5 Т5п 3.4	Т4шд 3.6 Т5п 3.5	Т7ммн 3.8 Т7ммн 3.9	Т5п 3.6 Т5п 3.7
КВП	Т5вт2.1	Т5вт2.1	Т2сп2.1	Т2сп2.1	Т4тп3.1	Т4тп3.1	Т4тп3.1	Т6рхбз1.1
ОВМД	Т2сс2.4	Т3м3.4	Т2сс2.4	Т4в4.1	Т2сс2.4	Т4в4.1	Т2сс2.4	Т4в4.2
ОФП	Т3стб3.8 Т4сто3.2	Т3стб3.9 Т4сто3.3	Т4сто3.4 Т4сто3.5	Т4сто3.6 Т4сто3.6	Т4сто3.6 Т4сто3.7	Т5си3.1 Т5си3.2	Т6ки3.1 Т1ла3.5	Т5си3.3 Т5си3.4

	25 неделя	26 неделя	27 неделя	28 неделя	29 неделя	30 неделя	31 неделя	32 неделя
КГП	Т14.2	Т7.2	Т7.2	Т14.3	Т14.4	Т14.5	Т14.6	Т8.1
КСШ	Т5п 3.8 Т5п 3.9	Т5п 3.10 Т5п 3.11	Т5п 3.12 Т5п 3.13	Т5п 3.14 Т5п 3.15	Т6мб 3.2 Т5п 3.16	Т7ммн 3.1 Т7ммн 3.2	Т7ммн 3.3 Т7ммн 3.4	Т6мб 3.1 Т5п 3.17
КВП	Т3оп3.1	Т3оп3.2	Т3оп3.2	Т3оп3.3	Т6рхбз2.1	Т6рхбз2.2	Т5вт2.2	Т5вт2.2
ОВМД	Т4в4.3	Т4в4.4	Т4в4.4	Т5сп5.1	Т5сп5.2	Т5сп5.3	Т5сп5.4	Т5сп5.4
ОФП	Т5си3.5 Т5си3.6	Т5си3.7 Т5си3.8	Т5си3.9 Т5си3.10	Т5си3.11 Т5си3.12	Т5си3.13 Т5си3.14	Т6ки3.2 Т6ки3.4	Т6ки3.3 Т6ки3.3	Т6ки3.1 Т6ки3.5

4 год обучения

	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя	5 неделя	6 неделя	7 неделя	8 неделя
КГП	В	Т8.1	Т9.1	Т6.1	Т2.1	Т3.1	Т3.1	Т3.2
КСШ	В Т3сс 4.1	Т2т 4.1 Т3сс 4.2	Т2т 4.2 Т3сс 4.3	Т2т 4.3 Т3сс 4.4	Т2т 4.4 Т3сс 4.5	Т2т 4.5 Т3сс 4.6	Т2т 4.6 Т5п 4.1	Т2т 4.7 Т5п 4.2
КВП	Т1ову 1.1	Т1ову 1.1	Т7рп 1.1	Т4тп 1.1	Т4тп 2.1	Т3оп 1.1	Т3оп 1.2	Т3оп 2.1
ОВМД	В Т1т1.1	Т1т1.1 Т2сс2.1	Т1т1.2 Т2сс2.2	Т1т1.3 Т2сс2.1	Т1т1.3 Т2сс2.2	Т1т1.4 Т2сс2.2	Т1т1.5 Т2сс2.2	Т1т1.5 Т2сс2.3
ОФП	В Т1ла4.1	Т1ла4.2 Т1ла4.3	Т1ла4.4 Т1ла4.5	Т1ла4.6 Т1ла4.6	Т1ла4.7 Т1ла4.7	Т2га4.1 Т2га4.2	Т2га4.3 Т2га4.4	Т2га4.5 Т2га4.6

	9 неделя	10 неделя	11 неделя	12 неделя	13 неделя	14 неделя	15 неделя	16 неделя
КГП	Т15.1	Т7.1	Т15.2	Т15.3	Т6.1	Т5.1	Т5.1	Т15.4
КСШ	Т2т 4.8 Т5п 4.3	Т2т 4.9 Т5п 4.4	Т2т 4.10 Т5п 4.5	Т3сс 4.7 Т4шд 4.1	Т7ммн 4.3 Т7ммн 4.4	Т2т 4.11 Т4шд 4.2	Т2т 4.12 Т5п 4.6	Т2т 4.13 Т5п 4.7
КВП	Т2сп 1.1	Т3оп 3.1	Т2сп 1.2	Т2сп 2.1	Т2сп 2.2	Т2сп 2.2	Т5вт 1.1	Т5вт 1.2
ОВМД	Т1т1.6 Т2сс2.4	Т2сс2.3 Т3м3.1	Т2сс2.4 Т3м3.1	Т2сс2.4 Т3м3.2	Т2сс2.4 Т3м3.2	Т2сс2.4 Т3м3.2	Т3м3.3 Т3м3.3	Т3м3.4 Т3м3.4
ОФП	Т2га4.7 Т2га4.8	Т2га4.9 Т3стб4.1	Т3стб4.2 Т3стб4.3	Т3стб4.3 Т6ки4.1	Т3стб4.4 Т3стб4.4	Т3стб4.5 Т3стб4.5	Т3стб4.6 Т3стб4.6	Т3стб4.7 Т4сто4.1

	17 неделя	18 неделя	19 неделя	20 неделя	21 неделя	22 неделя	23 неделя	24 неделя
КГП	Т6.1	Т15.5	Т7.2	Т15.6	Т6.1	Т16.1	Т16.2	Т16.3
КСШ	Т2т 4.14 Т5п 4.8	Т2т 4.15 Т3сс 4.9	Т2т 4.16 Т3сс 4.8	Т2т 4.17 Т4шд 4.3	Т7ммн 4.5 Т7ммн 4.6	Т2т 4.18 Т4шд 4.4	Т4шд 4.5 Т5п 4.9	Т5п 4.10 Т5п 4.11
КВП	Т5вт 2.1	Т7рп 1.2	Т7рп 2.1	Т7рп 2.1	Т4тп 2.1	Т4тп 2.1	Т4тп 2.1	Т6рхбз 1.1
ОВМД	Т3м3.4 Т4в4.1	Т4в4.1 Т4в4.2	Т4в4.3 Т4в4.4	Т5сп5.1 Т6нб6.1	Т5сп5.1 Т6нб6.2	Т5сп5.2 Т6нб6.3	Т5сп5.2 Т6нб6.3	Т5сп5.2 Т6нб6.4
ОФП	Т3стб4.8 Т4сто4.2	Т3стб4.9 Т4сто4.3	Т4сто4.4 Т4сто4.5	Т4сто4.6 Т4сто4.6	Т4сто4.6 Т4сто4.7	Т5си4.1 Т5си4.2	Т6ки4.1 Т1ла4.8	Т5си4.3 Т5си4.4

	25 неделя	26 неделя	27 неделя	28 неделя	29 неделя	30 неделя	31 неделя	32 неделя
КГП	Т6.1	Т7.3	Т7.4	Т7.4	Т16.4	Т16.5	Т6.1	Т8.1
КСШ	Т5п 4.12 Т5п 4.13	Т5п 4.14 Т5п 4.15	Т5п 4.16 Т5п 4.17	Т5п 4.18 Т5п 4.19	Т6мб 4.2 Т5п 4.20	Т5п 4.21 Т5п 4.22	Т7ммн 4.1 Т7ммн 4.2	Т6б 4.1 Т5п 4.23
КВП	Т3оп 3.2	Т3оп 4.1	Т3оп 4.1	Т3оп 4.1	Т3оп 4.1	Т5вт 2.2	Т5вт 2.2	Т5вт 2.2
ОВМД	Т5сп5.3 Т6н6.4	Т5сп5.3 Т6н6.5	Т5сп5.4 Т6н6.5	Т5сп5.4 Т6н6.6	Т5сп5.4 Т6н6.6	Т5сп5.4 Т6н6.7	Т6н6.7 Т6н6.7	Т6н6.8 Т6н6.8
ОФП	Т5си4.5 Т5си4.6	Т5си4.7 Т5си4.8	Т5си4.9 Т5си4.10	Т5си4.11 Т5си4.12	Т5си4.13 Т5си4.14	Т6ки4.2 Т6ки4.4	Т6ки4.3 Т6ки4.3	Т6ки4.1 Т6ки4.5

5 год обучения

	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя	5 неделя	6 неделя	7 неделя	8 неделя
КГП	В	Т8.1	Т9.1	Т6.1	Т3.1	Т3.2	Т17.1	Т17.2
КСШ	Т1ову1.1	Т1ову2.1	Т7рп1.1	Т4тп1.1	Т4тп1.2	Т3оп1.1	Т3оп2.1	Т3оп2.2
КВП	В Т2т5.1	Т2т5.2 Т3се5.1	Т2т5.3 Т3се5.2	Т2т5.4 Т3се5.3	Т2т5.5 Т3се5.4	Т2т5.6 Т3се5.5	Т2т5.7 Т3се5.6	Т2т5.8 Т3се5.7
ОВМД	В Т1т1.1	Т1т1.1 Т2се2.1	Т1т1.1 Т2се2.2	Т1т1.2 Т2се2.1	Т1т1.2 Т2се2.2	Т1т1.2 Т2се2.1	Т1т1.3 Т2се2.2	Т1т1.3 Т2се2.1
ОФП	В Т1ла5.1	Т1ла5.1 Т1ла5.3	Т1ла5.4 Т1ла5.4	Т1ла5.4 Т1ла5.4	Т2га5.1 Т2га5.2	Т2га5.3 Т2га5.4	Т2га5.5 Т2га5.6	Т2га5.6 Т2га5.7

	9 неделя	10 неделя	11 неделя	12 неделя	13 неделя	14 неделя	15 неделя	16 неделя
КГП	Т17.3	Т7.1	Т17.4	Т7.3	Т6.1	Т5.1	Т5.1	Т5.1
КСШ	Т2т5.9 Т3се5.8	Т2т5.10 Т3се5.9	Т2т5.11 Т3се5.10	Т7ммн 5.4 Т4шд5.1	Т7ммн 5.5 Т7ммн 5.6	Т4шд5.2 Т5п5.1	Т4шд5.3 Т5п5.2	Т4шд5.4 Т5п5.3
КВП	Т4тп2.1	Т4тп2.2	Т3оп3.1	Т3оп4.1	Т2сп1.1	Т2сп1.1	Т2сп2.1	Т2сп2.2
ОВМД	Т1т1.3 Т2се2.2	Т2се2.1 Т2се2.2	Т2се2.1 Т2се2.2	Т2се2.2 Т3м3.1	Т3м3.1 Т3м3.2	Т3м3.1 Т3м3.2	Т3м3.1 Т3м3.2	Т3м3.1 Т3м3.2
ОФП	Т3ст65.1 Т3ст65.2	Т3ст65.3 Т3ст65.3	Т3ст65.4 Т3ст65.4	Т6ки5.1 Т3ст65.5	Т3ст65.5 Т4сто5.1	Т3ст65.6 Т4сто5.2	Т3ст65.7 Т4сто5.3	Т3ст65.8 Т4сто5.3

	17 неделя	18 неделя	19 неделя	20 неделя	21 неделя	22 неделя	23 неделя	24 неделя
КГП	Т6.1	Т7.2	Т17.5	Т17.6	Т6.1	Т18.1	Т18.2	Т19.1
КСШ	Т5п5.4 Т5п5.5	Т2т5.12 Т3се5.11	Т2т5.13 Т3се5.12	Т7ммн 5.7 Т5п5.6	Т7ммн 5.8 Т7ммн 5.9	Т5п5.7 Т5п5.8	Т5п5.9 Т5п5.10	Т5п5.11 Т5п5.12
КВП	Т2сп3.1	Т2сп3.2	Т7рп1.2	Т7рп1.2	Т4тп3.1	Т4тп3.2	Т4тп3.2	Т4тп3.2
ОВМД	Т3м3.1 Т3м3.2	Т3м3.2 Т4в4.1	Т4в4.1 Т4в4.2	Т4в4.3 Т4в4.3	Т4в4.4 Т5сп5.1	Т5сп5.1 Т5сп5.1	Т5сп5.2 Т6н6.1	Т5сп5.2 Т6н6.1
ОФП	Т3ст65.9 Т4сто5.4	Т4сто5.4 Т4сто5.5	Т4сто5.5 Т4сто5.6	Т4сто5.6 Т4сто5.6	Т1ла5.5 Т4сто5.7	Т1ла5.6 Т1ла5.6	Т6ки5.1 Т5си5.1	Т5си5.2 Т5си5.3

	25 неделя	26 неделя	27 неделя	28 неделя	29 неделя	30 неделя	31 неделя	32 неделя
КГП	Т6.1	Т7.3	Т7.4	Т7.4	Т19.3	Т19.4	Т6.1	Т8.1
КСШ	Т5п5.13 Т5п5.14	Т5п5.15 Т5п5.16	Т5п5.17 Т5п5.18	Т5п5.19 Т5п5.20	Т5п5.21 Т6мб 5.2	Т5п5.22 Т7ммн 5.1	Т7ммн 5.2 Т7ммн 5.3	Т5п5.23 Т6мб 5.1
КВП	Т3оп3.2	Т3оп4.1	Т3оп4.1	Т3оп4.1	Т5вт1.1	Т5вт1.2	Т8вип1.1	Т8вип1.1
ОВМД	Т5сп5.3 Т6н6.2	Т5сп5.3 Т6н6.2	Т5сп5.3 Т6н6.3	Т5сп5.3 Т6н6.4	Т5сп5.4 Т5сп5.4	Т6н6.4 Т6н6.4	Т6н6.5 Т6н6.5	Т6н6.6 Т6н6.6
ОФП	Т5си5.4 Т5си5.5	Т5си5.6 Т5си5.7	Т5си5.8 Т5си5.9	Т5си5.10 Т5си5.12	Т5си5.11 Т5си5.11	Т6ки5.2 Т6ки5.4	Т6ки5.3 Т6ки5.3	Т6ки5.1 Т6ки5.5

Материально-техническое, учебно-методическое оснащение образовательного процесса позволяет обеспечить реализацию образовательной программы «Юный моряк».

1. Специально оборудованные кабинеты:

- класс истории флота;
- музей-землянка;
- штурманский класс;
- такелажный класс;
- кают – компания;
- зал атлетических тренажёров;
- зал рукопашного боя;
- капитанская;
- стрелковый тир.

2. Учебно-методические материалы и оборудование:

- персональные компьютеры;
- мультимедийный проектор;
- программное обеспечение;
- средства связи (рации);
- видеозаписи парусных и гребных гонок на соревнованиях разных уровней;
- наглядные пособия, плакаты, макеты;
- специальная литература;
- раздаточный материал, как в электронном, так и в печатном виде;
- специализированное программное обеспечение.

3. Плавсредства:

- шлюпки Ял -4 с парусным вооружением и комплектом спасательных средств;
- шлюпки Ял -6 с парусным вооружением и комплектом спасательных средств;
- парусный катамаран «Простор»;
- парусный тримаран «Янтарь-Турист»;
- надувная резиновая лодка Солар-380 с подвесным мотором Suzuki DT-15S;
- надувные резиновые лодки (гребные);
- спортивные швертботы «Кадет»;
- спортивные швертботы «Оптимист»;
- спасательные жилеты.

4. Стрелковое дело:

- пневматические винтовки типа МР, ИЖ;
- пневматические пистолеты МР;
- макеты массо-габаритные АК;
- страйкбольное оборудование;
- интерактивный лазерный комплекс ИЛТ-110 «Кадет».

2.3. Формы аттестации

Реализация программы предусматривает входной, текущий контроль, промежуточную и итоговую аттестацию учащихся.

Входной контроль осуществляется в начале учебного года для понимания уровня готовности учащихся к обучению по программе, а так же обучения на основе критериев оценки результативности освоения программы:

- критерии оценки уровня теоретической подготовки;
- критерии оценки уровня практической подготовки;
- критерии оценки уровня творческой активности.

Текущий контроль, промежуточная и итоговая аттестация проводятся в соответствии с утвержденными локальными актами.

Текущий контроль включает следующие формы: соревнование, зачетные занятия.

Промежуточная аттестация проводится в декабре и мае учебного года в форме зачета.

Итоговая аттестация проводится по окончании обучения в форме зачёта.

Результаты итоговой аттестации учащихся фиксируются приказом директора по Учреждению.

Результаты итоговой аттестации учащихся определяют:

- насколько достигнуты прогнозируемые результаты дополнительной образовательной программы каждым учащимся;
- полноту выполнения дополнительной образовательной программы;
- результативность самостоятельной деятельности обучающегося в течение всех годов обучения.

Параметры подведения итогов обучения по дополнительным общеобразовательным программам:

- количество учащихся (%), полностью освоивших дополнительную образовательную программу, освоивших программу в необходимой степени, не освоивших программу;
- причины не освоения детьми образовательной программы;
- необходимость коррекции программы.

Оценка уровня теоретической подготовки		
Уровень	Содержание показателей	Соотнесение с блоками компетенций
высокий уровень	учащийся освоил практически весь объём знаний (более 80%), предусмотренных программой за конкретный период; специальные термины употребляет осознанно и в полном соответствии с их содержанием.	<i>Л.К.; Р.К.; П.К.; К.К.</i>
средний уровень	у учащегося объём усвоенных знаний составляет 50-70%; сочетает специальную терминологию с бытовой.	
низкий уровень	учащийся овладел менее чем 50% объёма знаний, предусмотренных программой; учащийся, как правило, избегает употреблять специальные термины.	
Оценка уровня практической подготовки		
высокий уровень	учащийся показывает реализацию умений и практику овладения знаниями предусмотренных конкретной программой более чем на 80% за конкретный период; работает с оборудованием самостоятельно, не испытывает особых трудностей; выполняет практические задания с элементами творчества.	<i>Л.К.; Р.К.; П.К.; К.К.</i>
средний уровень	у учащегося объём в реализации умений и практики овладения знаниями составляет 70-50% от предусмотренных конкретной программой; работает с оборудованием с помощью педагога; в основном, выполняет задания на основе образца.	
низкий уровень	учащийся овладел менее чем 50%, предусмотренных возможностей в реализации умений и практики овладения знаниями; испытывает серьёзные затруднения при работе с оборудованием; в состоянии выполнять лишь простейшие практические задания педагога.	
Оценка уровня творческой активности		
высокий уровень	учащийся проявляет ярко выраженный интерес к творческой деятельности, к достижению наилучшего результата, коммуникабелен, активен, склонен к самоанализу, генерирует идеи	<i>Л.К.; Р.К.</i>
средний уровень	учащийся имеет устойчивый интерес к творческой деятельности, стремится к выполнению заданий педагога, к достижению результата в обучении, инициативен.	
низкий	учащийся пассивен, безынициативен, неудачи способствуют снижению	

уровень	мотивации, нет стремления к совершенствованию в выбранной сфере деятельности, не может работать самостоятельно	
Оценка уровней коммуникативных компетенций, критического мышления самопрезентации обучающихся		
высокий уровень	учащийся демонстрирует высокую заинтересованность в учебной и творческой деятельности; демонстрирует углублённый уровень владения материалом, выходящий за рамки планируемых результатов, указанных в программе; принимает активное участие в общественной деятельности и мероприятиях начиная с городского и заканчивая региональным или международным уровнем. Принимает активное участие в проектной деятельности.	<i>Л.К.; Р.К.; П.К.; К.К.</i>
средний уровень	учащийся демонстрирует достаточную заинтересованность в учебной и творческой деятельности; уровень усвоения материала соответствует планируемым результатам, указанным в программе; участвует в местных, районных и городских мероприятиях, отражающих содержание программы. При итоговом контроле показывает хорошие результаты.	
низкий уровень	учащийся демонстрирует слабую заинтересованность в учебной и творческой деятельности, сталкиваясь с трудностями, не доводит начатую работу до конца; уровень усвоения материала ниже планируемых результатов, указанных в программе.	
Оценка удовлетворенности качеством образовательного процесса родителей		
высокий уровень	более 80% родителей (законных представителей) удовлетворены качеством организации образовательного процесса и условиями реализации программы.	<i>Внешняя оценка, а так же определение соответности с реальными потребностями среды</i>
средний уровень	50-70% родителей (законных представителей) удовлетворены качеством организации образовательного процесса и условиями реализации программы.	
низкий уровень	Менее 50% родителей (законных представителей) удовлетворены качеством организации образовательного процесса и условиями реализации программы.	

2.4. Методические материалы

Форма обучения: очная.

Особенности организации образовательного процесса: традиционная форма.

Методы обучения, которые используются в программе:

- словесный;
- наглядный;
- практический;
- репродуктивный;
- игровой;
- дискуссионный;
- упражнение;
- стимулирование;
- мотивация и др.

Форма организации образовательного процесса - индивидуально-групповая, групповая.

Формы организации учебного занятия: беседа, встреча с интересными людьми, лекция, практическое занятие, экскурсия, экзамен, и др.

Педагогические технологии, используемые в программе: индивидуального обучения, группового обучения, коллективного взаимообучения, разноуровневого обучения, и др.

Дидактические материалы, используемые в программе:

- раздаточные материалы;

- инструкционные, технологические карты;
- задания;
- упражнения.

2.5. Список литературы

При разработке и реализации программы использованы нормативно-правовые акты, методические материалы

Нормативно-правовые акты и документы

- Федеральный закон РФ от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный закон РФ от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации»;
- Концепция развития дополнительного образования детей (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 04.09.2014 № 1726-р);
- Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р);
- Приказ Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. N 196 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам";
- Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 г № 3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ»;
- Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы для учреждений дополнительного образования детей СанПиН 2.4.4.1251-03 (утверждены Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 03.04.2004 № 27).

Локальные нормативные акты

- Положение об основаниях возникновения, изменения и прекращения образовательных отношений в ДМЦ «Каравелла»;
- Положение о порядке зачисления, перевода и отчисления учащихся;
- Положение о формах, порядке и периодичности промежуточной и итоговой аттестации учащихся;
- Положение об организации дистанционного обучения в учреждении;
- Правила внутреннего трудового распорядка учащихся;
- Правила внутреннего трудового распорядка;
- Правила приема учащихся в образовательную организацию (на обучение по основным общеобразовательным программам и дополнительным образовательным программам);
- Положение об обучении по индивидуальному плану (индивидуальной траектории) и осуществление индивидуального учёта результатов освоения учащимися образовательных программ и хранения в архивах информации об этих результатах на бумажных и (или) электронных носителях;
- Положение о проведении культурно-массовых мероприятий и участии в них;
- Коллективный договор;
- Положение о проведении аттестации в целях подтверждения соответствия педагогических работников занимаемым ими должностям (на основе порядка, установленного федеральным органом исполнительной власти)

Литература для педагога

1. Абрашкин А.А. Предки русских в древнем мире. – М.: Изд-во «Вече», 2002. – 448с.
2. Андреева И.Г. Возможности и пределы воспитательного воздействия. М., 2011. – 201 с.
3. Апакидзе В.В., Дуков Р.Г. Методика строевой подготовки. Строевая подготовка. Учеб. пособие. Под ред. Меримского В.А. – М.: Воениздат, 1987.
4. Бабанский Ю.Н. Педагогика. – М.: Просвещение, 1983. – 479 с.
5. Багрянцев Б.И., Решетов П.И. Учись морскому делу. Москва, ДОСААФ, 1986
6. Безкопыльный Л.П. Морское многоборье. Москва, ДОСААФ, 1972
7. Беликова Е.В. Теория и методика воспитания [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Беликова Е.В., Битаева О.И., Елисеева Л.В.— Электрон. текстовые данные.— Саратов: Научная книга, 2012.— 159 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/6346>.
8. Беловолов, В.А. О периодизации этапов патриотического воспитания в России в XX веке. «Патриотическое и гражданское воспитание молодежи в современной России». - Новосибирск: ООО «Архивариус – Н», 2002. – с.70 -79.
9. Боевой устав по организации и ведению общевойскового боя. Ч. III. – М.: Воениздат, 2005.
10. Бондаревская, Е.В. Воспитание как возрождение гражданина, человека культуры и нравственности.- Ростов - н /Д: «Феникс», 1995.- 276с.
11. Бондаревская, Е.В. Ценностные основания личностно-ориентированного образования // Педагогика. – М., 1995. – №4. - с.
12. Бызов Б.Е. Военная топография / Б.Е. Бызов, А.Н. Коваленко. – М.: Воениздат, 1990.
13. Вайнштейн Л.М. Основы стрелкового мастерства. М., 1960;
14. Воловикова, М.И. Представления русских о нравственном идеале.- М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2004. – 312с.
15. Воловикова, М.И. Системный подход к патриотическому воспитанию // Современная психология: состояние и перспективы. – т.1, М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2002. - 276 с.
16. Воспитание патриотизма в условиях социальных перемен: теоретико-методологические и прикладные основы: монография / А. Н. Вырщиков и др. ; под общ. ред. С. В. Дармодехина, А. К. Быкова. - Москва: Государственный НИИ семьи и воспитания, 2007. - 328 с.
17. Выготский, Л.С. Педагогическая психология / Л.С. Выготский. – М.: Педагогика, 1991г. – 480с.
18. Вьюнов, Ю.А. Русский культурный архетип. Учебное пособие / Ю.В. Вьюнов. – М.: Наука: Флинта, 2005. – 480с.
19. Города-герои. Города воинской славы России. Росвоенцентр. Армпресс. 2013.
20. Гражданская оборона. Учебник. МЧС России, 2014
21. Гревцева Г.Я., Циулина М. В. Воспитание гражданина и патриота: теория и практика. Челябинск: Цицеро, 2014. – 300с.
22. Грибоедова, Т.П. От понятия патриотизма к патриотическому воспитанию. «Патриотическое воспитание. От теории к практике» - Новокузнецк./ Т.П. Грибоедова // Новокузнецк: ИПК, 2004. – с.5-12.
23. Дворкин А.Д. Пневматическое оружие. Москва, издательство ДОСААФ СССР, 1986г.;
24. Дейч, Б. А. Внешкольная работа с детьми в теории и практике социального воспитания: историко-педагогический анализ: [монография] / Б. А. Дейч, Т. А. Ромм, И. Ю. Юрочкина; [под науч. ред. Т. А. Ромм] ; Новосиб. гос. пед. ун-т. - Новосибирск: НГПУ, 2014. - 481 с. - Библиогр. в сносках и с. 453-481. - Ред. указ. на обороте тит. л.- Подготовлено и издано в рамках поддержанного РГНФ научного проекта № 13-06-00162. - ISBN 978-5-903978-53-3.
25. Дейч, Б.А. Социальная педагогика и дополнительное образование / Б.А. Дейч. – Новосибирск: Изд. НГПУ, 2005.

26. Дорога в море. Артек. Молодёжная Морская лига. Москва. 2018
27. Евладова, Е.Б. Организация дополнительного образования детей / Е.Б. Евладова, Л.Г. Логинова. – М.: ВЛАДОС, 2003.
28. Еленин Ф.В. Основы военно-морской подготовки. Учебное пособие для довузовских общеобразовательных учреждений. Санкт-Петербург ФГКОУ «Нахимовское военно-морское училище МО РФ», 2016
29. Жук А.Б. Справочник по стрелковому оружию. Революеры, пистолеты, пистолеты-пулеметы, винтовки, автоматы. – М.: Военное издательство, 1993;
30. Золотарева А.В. Дополнительное образование детей: Теория и методика социально-педагогической деятельности. – Ярославль: Академия развития, 2004.
31. И.М. Платкин Действия солдата, мотострелкового отделения (танка) в бою. Издательство КамчатГТУ, Петропавловск-Камчатский, 2007.
32. Иванов Л.Н., Хомяков И.И., Вдовиченко Н.П., Загарин И.А. Шлюпка. Устройство и управление. Москва, Воениздат, 1976
33. Исполком Стрелкового Союза России «Правила соревнований по пулевой стрельбе». М.2010 г.
34. Календарь-справочник основных памятных дат и событий военно-патриотической истории России. Москва – 2016.
35. Копп М.М. Курс подготовки старшин шлюпок. Москва, ДОСААФ, 1974
36. Корабельный Устав Военно-Морского Флота (утв. приказом Главнокомандующего Военно-Морским Флотом от 01.09.2001 N 350)
37. Королев А.Н., Жохов В.П. Надувные лодки – ЧОУ «Школа ОСВОД», Красноярск, 2001
38. Кофман Л.Б. Настольная книга учителя физической культуры. – М., Физкультура и спорт, 1998.
39. Крапивин В. П. Фрегат «Звонящий». Москва 1998
40. Крылов М.М. Справочник сигнальщика. Москва. Военное издательство. 1983
41. Курти О. Постройка моделей судов. Издательство «Судостроение», Ленинград, 1977
42. Кусмарцев М.Б. Патриотическое воспитание детей и молодёжи: от образа Победы к духовной идентичности с поколением Победителей: монография. – Волгоград: Изд-во ВолГМУ, 2013. – 207с.
43. Лебедев О.Е. Компетентностный подход в образовании//Школьные технологии. 2004, №5.
44. Лях В. И. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1 – 9 классов - М.: Просвещение, 2011.
45. Лях В.И., Зданевич А.А. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1–11-х классов–М.: Просвещение, 2011.
46. Маркин, А.В. Основы тактической подготовки современного солдата. – М.: АСТ, 2006.
47. Махрай Ч. Теория плавания под парусами, издательство «Физкультура и спорт», Москва 1970
48. Наставление по физической подготовке в Вооруженных Силах Российской Федерации (НФП-2009). МО РФ, 2009
49. Настольная книга учителя физической культуры: справ-метод. Пособие/ сост. Б.И. Мишин. – М.: ООО «Издательство Астрель», 2007г.
50. Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации. – М.: Воениздат, 2008.
51. Огневая подготовка, под редакцией Ю.Б. Торгованова. Красноярск СФУ, 2015;
52. Помбрик И.Д. Карта офицера. М., Воениздат, 1985г.
53. Приемы и способы действия солдата в бою: учеб. пособие – М.: Воениздат, 1988.
54. Садикова Н.Б. 1000+1 совет туристу: школа выживания. Минск, Современный литератор, 1999.

55. Сборник нормативов по боевой подготовке сухопутных войск. Кн. 1. – М.: Воениздат, 1991.
56. Скородумов А.И. Учебник сержанта мотострелковых войск. Москва. Военное издательство, 2003.
57. Скрягин Л.Н. Морские узлы – М.: Транспорт, 1984.
58. Соколов И.А. Топографическая карта и местность. М., ДОСААФ, 1975.
59. Стрелковая подготовка. Методические рекомендации. – М.: «Дрофа», 2010.
60. Учебно-методическое пособие по подготовке судоводителей маломерных судов, редакция №3, ЧОУ «Школа ОСВОД», Красноярск, 2008
61. Физическая культура. 8—9 классы // под общ. ред. Ляха В. И. М.: Просвещение, 2011.
62. Фришман, И.И. Методика работы педагога дополнительного образования./ И.И. Фришман. – М., 2001.
63. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Практикум по теории и методике физического воспитания 2001г.
64. Цидельников В.Ф. Основы военно-морского дела. Военное издательство, МО СССР, Москва, 1981
65. Чельцов М. В. Формирование гражданской позиции молодежи вуза в современных условиях. - Новосибирск: НГПУ, 2012. - 182 с.
66. Чельцов М. В., Тетерина А.И. Гражданственность и патриотизм молодежи города Новосибирска и Новосибирской области: состояние, проблемы и перспективы. - Новосибирск: НГПУ, 2014. - 85 с.
67. Чельцов М.В. Генезис понятия «патриотизм» в социальной и педагогической сферах до конца XIX века // Материалы Всероссийской научно-практической конференции «Наука и социум». Новосибирск, 2017.
68. Чуклинов А.Н. Морское многоборье. Правила соревнований. Москва, ДОСААФ, 1985
69. Чумаков А.А. Школа парусного спорта. Москва, Физкультура и спорт, 1981
70. Юрьев А.А. Пулевая спортивная стрельба. М., 1973;

Основные электронные (интернет) платформы:

1. отечество.рф (<http://xn--b1afa8admefdd2c.xn--p1ai/>)
2. <http://podvignaroda.mil.ru/>
3. <http://www.gospatriotprogramma.ru/>
4. <http://rospatriotcentr.ru/center>
5. <http://www.fadm.gov.ru/directions/patrioticheskoe-vozpitanie/>
6. <http://www.vounb.volgograd.ru/>
7. <http://refwin.ru/>
8. <https://yungi.gumrf.ru/>
9. <https://www.mmliga.ru/>

Приложение №1

УСЛОВИЯ ПРИНЯТИЯ ЗАЧЁТА У УЧАЩИХСЯ СТАЖЁРСКОГО КУРСА

Предметы	Знания, умения, нормативы	Экзаменатор
Семафор	Передача всех знаков алфавита – не более 1 мин Приём знаков алфавита – не менее 20 зн. за 1 мин Даётся 2 попытки, лучшая в зачёт	
Такелаж	Знать: - название 6 узлов; - порядок завязывания 6 узлов. Уметь:- завязывать 6 узлов за 1 мин	
Отбитие склянок	Знать: - время отбития склянок; - порядок отбития склянок. Уметь:- отбить указанное преподавателем время.	
Морские термины	Знать морские термины и уметь объяснить их значение	
Строевая подготовка	Знать: - основные элементы строя; - порядок приведения к присяге. Уметь:- выполнять элементы строевой подготовки: строевая стойка, «Становись», «Равняйсь», «Смирно», «Вольно», «Заправиться», повороты на месте, движение строевым шагом, выход из строя, подход к начальнику и отход от него.	
Общевойсковые уставы	Знать: - воинские звания военнослужащих ВС РФ; - форму одежды военнослужащих ВМФ; - правила ношения формы одежды. Уметь:- по погонам различать воинские звания военнослужащих ВС РФ.	
Общеспортивная подготовка	Сдача нормативов: — приседание – количество раз в минуту; — пресс - количество раз в минуту; — подтягивание на перекладине – кол-во раз без учёта времени; — отжимание от пола – кол-во раз в минуту.	
Государственные символы РФ	Знать Государственные символы РФ.	
Гимн РФ	Знать текст Гимна Российской Федерации наизусть.	
Гимн ДМЦ «Каравелла»	Знать текст гимна ДМЦ «Каравелла» наизусть.	
Присяга курсанта ДМЦ «Каравелла»	Знать текст присяги курсанта ДМЦ «Каравелла» наизусть.	
Обязанности курсанта	Знать обязанности курсанта ДМЦ «Каравелла» наизусть.	

*) разрешается сдавать предмет один раз в день.

**) последовательность сдачи предметов произвольная.

Приложение №2

ЗАЧЁТНЫЕ НОРМАТИВЫ ПО КСШ

	Стажерский курс	1 курс	2 курс	3 курс	4 курс	5 курс
Такелаж, сек						
«Удовлетворительно»	60	35	30	25	20	18
«Хорошо»		30	25	20	18	16
«Отлично»		25	20	18	16	14
Флажный семафор, знак/мин.						
«Удовлетворительно»	20	20	30	40	60	80
«Хорошо»		25	40	50	70	90
«Отлично»		30	50	60	80	100
Устройство шлюпки (тест), мин.						
«Удовлетворительно»	-	20	25	20	17	12
«Хорошо»		15	20	17	15	10
«Отлично»		10	17	15	12	7

(1 курс тест без парусного вооружения)

Приложение №3

НОРМАТИВЫ ПО ОБЩЕФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ

Нормативы для 1 года обучения (11 лет)						
Упражнения	Мальчики			Девочки		
	отлично	хорошо	удов.	отлично	хорошо	удов.
Отжимания в упоре лежа за 1 мин. кол-во раз.	20	15	10	17	12	8
Подъем туловища за 1 мин из положения лежа (прес), кол-во раз.	40	35	25	35	30	20
Приседания за 1 мин. кол-во раз.	40	35	25	35	30	20
Подтягивание на перекладине из виса, кол-во раз.	8	6	4	-	-	-

Нормативы для 2 года обучения (12-13 лет)						
Упражнения	Мальчики			Девочки		
	отлично	хорошо	удов.	отлично	хорошо	удов.
Отжимания в упоре лежа за 1 мин. кол-во раз.	25	20	15	20	15	10
Подъем туловища за 1 мин из положения лежа (прес), кол-во раз.	48	43	38	38	33	25
Приседания за 1 мин. кол-во раз.	48	43	38	38	33	25
Подтягивание на перекладине из виса, кол-во раз.	10	8	5	-	-	-

Нормативы для 3 года обучения (14-15 лет)						
Упражнения	Мальчики			Девочки		
	отлично	хорошо	удов.	отлично	хорошо	удов.
Отжимания в упоре лежа за 1 мин. кол-во раз.	30	25	20	25	20	15
Подъем туловища за 1 мин из положения лежа (прес), кол-во раз.	50	45	35	40	35	26
Приседания за 1 мин. кол-во раз.	50	45	35	40	35	26
Подтягивание на перекладине из виса, кол-во раз.	12	10	7	-	-	-

Нормативы для 4, 5 года обучения (16 и более лет)						
Упражнения	Мальчики			Девочки		
	отлично	хорошо	удов.	отлично	хорошо	удов.
Отжимания в упоре лежа за 1 мин. кол-во раз.	40	35	30	30	22	15
Подъем туловища за 1 мин из положения лежа (прес), кол-во раз.	55	50	45	45	40	35
Приседания за 1 мин. кол-во раз.	55	50	45	45	40	35
Подтягивание на перекладине из виса, кол-во раз.	15	12	10	-	-	-