

Департамент образования мэрии г. Новосибирска

МБУДО «Детский морской центр «Каравелла»  
имени А. Москаленко»

Принято на заседании  
педагогического совета  
от "10" августа 2020 г.  
Протокол № 05

**Утверждаю**  
Директор МБУДО ДМЦ «Каравелла»  
М.А. Глазачев  
«05» августа 20 20 г.

**Дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа  
гражданско-патриотической направленности "Юный моряк"  
на 2020 – 2021 учебный год**

Возраст учащихся: 11-17 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	6
1.3. Содержание программы	7
1.4. Планируемые результаты	7
Раздел № 2 «Комплекс организационно-педагогических условий»	10
2.1. Учебно-тематический план	10
2.1.1. Перечень тем и количества часов по разделу «Курсу гуманитарной подготовки»	10
2.1.2. Перечень тем и расчет количества часов по «Курсу старшин шлюпок»	24
2.1.3. Перечень тем и расчет количества часов по «Курсу военной подготовки»	42
2.1.4. Перечень тем и расчет количества часов по курсу «Основы военно-морского дела»	53
2.1.5. Перечень тем и расчет количества часов по курсу «Общая физическая подготовка»	59
2.2. Условия реализации программы	72
2.3. Формы аттестации	73
2.4. Методические материалы	75
2.5. Список литературы	75
Приложение №1	80
Приложение №2	81
Приложение №3	81

# Раздел № 1 «Комплекс основных характеристик программы»

## 1.1. Пояснительная записка

В России в последние годы происходят серьезные изменения в области системы образования. Эти изменения не обходят стороной и морские отрасли. Изменения в социально-политической и экономической жизни страны, а также международные конвенции, предъявляющие все более серьезные требования к квалификации современного специалиста (ПДМНВ-78/95) стали основной причиной реформ морского образования в России. От моряка требуется большое количество знаний, позволяющих обеспечить безопасность, эффективную эксплуатацию и управление судном и экипажем, а также принятие правильных решений в экстремальных ситуациях.

В документе, определяющем государственную политику Российской Федерации в области морской деятельности до 2030 года – Морская доктрина Российской Федерации, к принципам национальной морской политики относится сохранение и совершенствование системы подготовки кадров, обучение и воспитание молодежи.

Согласно Морской доктрине, кадровое обеспечение всех видов морской деятельности имеет первостепенное значение и предусматривает:

- создание условий для сохранения и привлечения квалифицированных кадров в плавсостав и сферу управления морской деятельностью;
- сохранение и развитие структуры образования со специализацией по всем видам морской деятельности;
- укрепление российских морских традиций, расширение сети морских детских школ, клубов юных моряков и речников, которые рассматриваются как начальная ступень подготовки к службе и работе в российском флоте;
- обеспечение государственной поддержки в содержании и эксплуатации учебных судов, материально-технической базы образовательных учреждений морского профиля.
- Морская доктрина определяет основные направления в решении кадрового вопроса в преодолении кадрового кризиса.

В современной практике уже окончательно утвердилась тенденция непрерывного профессионального образования в виде пожизненного постоянного совершенствования личности. И начинать образование надо как можно раньше. Модели непрерывного образования должны рассматриваться в системе «дошкольное образование – школа – училище – вуз – послевузовское образование и повышение квалификации». Именно комплексный подход к проблемам профессионального образования, в частности морского, с учетом международного и исторического опыта, уровня развития морского транспортного комплекса и его технического состояния, научно технического прогресса, принципов и характера эксплуатации плавательных средств, рыночных отношений, международных требований и обеспечения безопасных условий работы позволят добиться качественных изменений. Такая система непрерывного профессионального образования должна обеспечиваться государственной, правовой, информационной, материально-технической, структурно-организационной, научно-исторической, психолого-педагогической поддержкой.

Морские клубы и морские классы – это первая ступень такого непрерывного образования.

В морских клубах школьники изучают основы морского и военно-морского дела. Они знакомятся со многими сложными морскими профессиями, со славными героическими традициями российских и советских моряков, узнают историю отечественного флота. У ребят воспитывается чувство патриотизма и гордости за нашу Родину, уважение к памяти павших героев.

Учащиеся морских клубов приобретают практические навыки и умения, физически закаляются, становятся дисциплинированными, подтянутыми, требовательными к себе, познают чувство товарищества и коллективизма.

Программа «Юный моряк» разработана на основе сорокалетнего опыта работы коллектива ДМЦ «Каравелла» имени А.Москаленко и других коллективов России: "Детский морской центр" г. Кострома, Морской центр капитана Варухина Н.Г. г. Великий Новгород и морских клубов, и морских классов общеобразовательных учреждений г.Санкт-Петербурга.

### **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 одновозрастными 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 17 лет.

Распределение по уровням:

- начальный уровень с 11 – 13 лет;
- базовый уровень с 14 – 16 лет;
- углубленный уровень с 16 – 17 лет.

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

Возраст учащихся с 11 до 17 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 - 216 часа;
  - 3 год обучения - 252 часа;
  - 4,5 год обучения – 288 часов.
4. продолжительность занятия - 45 минут;
5. перерыв между учебными занятиями – 10 минут;
6. наполняемость групп:
  - 1 год обучения - 15 человек;
  - 2 год обучения - 13 человек;
  - 3 год обучения – 9 человек;
  - 4 год обучения – 8 человек;
  - 5 год обучения – 12 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, русскими 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 также 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 гражданской 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	36	36	36	36	36	180
Курс старшин шлюпок	72	72	72	72	72	360
Курс военной подготовки	36	36	36	36	36	180
Основы военно-морского дела	—	—	36	72	72	160
Общефизическая подготовка	72	72	72	72	72	360
<b>ИТОГО:</b>	216	216	252	288	288	<b>1260</b>

### 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 также 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 по программе «Юный моряк»

#### 2.1.1. 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
<b>1 год обучения</b>					
	Вводное занятие	1	Класс истории флота	видеопроектор, ПК	наблюдение, беседа
<b>Раздел I. Гуманитарная подготовка</b>					
1.	По страницам истории клуба	2	Класс истории флота	стенды класса, ПК	беседа
2.	Так повелось на флоте	9	Класс истории флота	видеопроектор, ПК, стенды класса	наблюдение, беседа опрос
3.	«Чтоб одним хорошим парнем стало больше на Земле»	5	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!»	2	Класс истории флота	конспект занятия	наблюдение, беседа
8.	Мастерская настроений	-	Класс истории флота	бланки тестов, карандаши цветные, фломастеры, ручки.	наблюдение, беседа
<b>Раздел II. История флота</b>					
9	Мореплавание и судостроение в Киевской Руси и Московском государстве	5	Класс истории флота	видеопроектор, ПК, стенды класса	наблюдение, беседа, опрос
10	Регулярный военный флот Петра Великого с 1696 по 1725г.	4	Класс истории флота	видеопроектор, ПК, стенды класса	наблюдение, беседа, интерактивная игра
<b>2 год обучения</b>					
	Вводное занятие	1	Класс истории флота	видеопроектор	наблюдение, беседа
<b>Раздел I. Гуманитарная подготовка</b>					
2.	Так повелось на флоте	5	Класс истории флота	видеопроектор, ПК, стенды класса	наблюдение, беседа

№ пп	Наименование раздела, темы	Кол-во часов	Место проведения	Материальное и информационное обеспечение занятия	Форма и метод контроля
3.	«Чтоб одним хорошим парнем стало больше на Земле»	5	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!»	2	Класс истории флота	конспект занятия	наблюдение, беседа
8.	Мастерская настроений	2	Класс истории флота	бланки тестов, карандаши цветные, фломастеры, ручки	наблюдение, беседа
<b>Раздел II. История флота</b>					
11	Флот в период Северной войны. Первые морские победы	4	Класс истории флота	видеопроектор, ПК, стенды класса	наблюдение, беседа, интерактивная игра
12	Русский флот в послепетровский период 1725—1762 г	3	Класс истории флота	видеопроектор, ПК, стенды класса	наблюдение, беседа, опрос
13	Русский флот в царствование Екатерины II	7	Класс истории флота	видеопроектор, ПК, стенды класса	наблюдение, беседа, интерактивная игра
<b>3 год обучения</b>					
	Вводное занятие	1	Класс истории флота	видеопроектор	беседа
<b>Раздел I. Гуманитарная подготовка</b>					
2	Так повелось на флоте	4	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
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	наблюдение, беседа

№ пп	Наименование раздела, темы	Кол-во часов	Место проведения	Материальное и информационное обеспечение занятия	Форма и метод контроля
				стихов	
8	Мастерская настроений	1	Класс истории флота	бланки тестов, карандаши цветные, фломастеры, ручки	наблюдение, беседа
<b>Раздел II. История флота</b>					
14	Русский парусный флот в 19 веке	10	Класс истории флота	видеопроектор, ПК стенды класса	наблюдение, опрос, беседа
15	Паровой и броненосный флот (1856-1905)	6	Класс истории флота	видеопроектор, ПК	наблюдение, беседа, викторина
<b>4 год обучения</b>					
	Вводное занятие	1	Класс истории флота	видеопроектор	беседа
<b>Раздел I. Гуманитарная подготовка</b>					
2.	Так повелось на флоте	2	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!»	6	Класс истории флота	видеопроектор, ПК, сборник стихов	наблюдение, беседа
8.	Мастерская настроений	2	Класс истории флота	бланки тестов, карандаши цветные, фломастеры, ручки	наблюдение, беседа
<b>Раздел II. История флота</b>					
16	Флот накануне и в период Первой мировой Гражданской войн (1906-1920 гг.)	7	Класс истории флота	видеопроектор, ПК	наблюдение, беседа, опрос, тест
17	Становление Советского флота (1921-1937 гг.)	7	Класс истории флота	видеопроектор, ПК	наблюдение, беседа, викторина
<b>5 год обучения</b>					
	Вводное занятие	1	Класс истории флота	видеопроектор	беседа

№ пп	Наименование раздела, темы	Кол-во часов	Место проведения	Материальное и информационное обеспечение занятия	Форма и метод контроля
<b>Раздел I. Гуманитарная подготовка</b>					
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, карандаши.	наблюдение, беседа
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
<b>Раздел II. История флота</b>					
18	Флот накануне и в период Великой Отечественной войны (1938-1945 гг.)	10	Класс истории флота	видеопроектор, ПК	беседа, опрос
19	Послевоенное десятилетие флота (1946-1956 гг.)	2	Класс истории флота	видеопроектор, ПК	беседа, опрос
20	Современный ракетно-ядерный флот	4	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
	<b>Раздел I. Гуманитарная подготовка</b>																
1.	По страницам истории клуба	1	1	2	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	2
2.	Так повелось на флоте	6	3	9	3	2	5	2	2	4	1	1	2	-	-	-	20
3.	«Чтоб одним хорошим парнем стало больше на Земле»	3	2	5	3	2	5	3	1	4	3	-	3	2	-	2	19
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!»	2	-	2	2	-	2	2	1	3	1	5	6	1	5	6	19
8.	Мастерская настроений	-	-	-	-	2	2	-	1	1	-	2	2	-	2	2	7
	<b>ИТОГО:</b>	14	13	27	9	13	22	8	12	20	6	16	22	4	16	20	111
	<b>Раздел II. История флота</b>																
9.	Мореплавание и судостроение в Киевской Руси и Московском государстве	5	-	5	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	5
10.	Регулярный военный флот Петра Великого с 1696 по 1725г.	3	1	4	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	4
11.	Флот в период Северной войны. Первые морские победы	-	-	-	2	2	4	-	-	-	-	-	-	-	-	-	4
12.	Русский флот в послепетровский период 1725—1762 г	-	-	-	2	1	3	-	-	-	-	-	-	-	-	-	3
13.	Русский флот в царствование Екатерины II	-	-	-	6	1	7	-	-	-	-	-	-	-	-	-	7
14.	Русский парусный флот в 19 веке	-	-	-	-	-	-	8	2	10	-	-	-	-	-	-	10

15.	Паровой и броненосный флот (1856-1905)	-	-	-	-	-	-	5	1	6	-	-	-	-	-	-	6
16.	Флот накануне и в период Первой мировой Гражданской войн (1906-1920 гг.)	-	-	-	-	-	-	-	-	-	5	2	7	-	-	-	7
17.	Становление Советского флота (1921-1937 гг.)	-	-	-	-	-	-	-	-	-	6	1	7	-	-	-	7
18.	Флот накануне и в период Великой Отечественной войны (1938-1945 гг.)	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	9	1	10	10	
19.	Послевоенное десятилетие флота (1946-1956 гг.)	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	2	-	2	2	
20.	Современный ракетно-ядерный флот	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	3	1	4	4	
	<b>Итого:</b>	8	1	<b>9</b>	10	4	<b>14</b>	13	3	<b>16</b>	11	3	<b>14</b>	14	2	<b>16</b>	69
	<b>ВСЕГО:</b>	22	14	<b>36</b>	19	17	<b>36</b>	21	15	<b>36</b>	17	19	<b>36</b>	18	18	<b>36</b>	<b>180</b>

**СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**  
**1 год обучения**

№ п/п	Наименование тем	теоретическое	практическое	всего
	Вводное занятие	1	-	1
<b>Раздел I. Гуманитарная подготовка</b>				
1	По страницам истории клуба	1	1	2
2	Так повелось на флоте	6	3	9
3	«Чтоб одним хорошим парнем стало больше на Земле»	3	2	5
4	Вальс	1	3	4
5	«Волшебная сила искусства»	-	2	2
6	«Подари себе праздник»	-	2	2
7	«Служу Отечеству!»	2	-	2
	<b>Итого:</b>	<b>14</b>	<b>13</b>	<b>27</b>
<b>Раздел II. История флота</b>				
9	Мореплавание и судостроение в Киевской Руси и Московском государстве	5	-	5
10	Регулярный военный флот Петра Великого с 1696 по 1725г.	3	1	4
	<b>Итого:</b>	<b>8</b>	<b>1</b>	<b>9</b>
	<b>ВСЕГО:</b>	<b>22</b>	<b>14</b>	<b>36</b>

**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– 26 часов**

**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. Так повелось на флоте – 9 часов**

Занятие 2.1. **Теоретическое.** Флаг корабля – 1 час.

Занятие 2.2. **Теоретическое.** Флотские поверья и легенды – 2 часа.

Занятие 2.3. **Теоретическое.** История появления формы ВМФ. О правилах ношения формы. Обзор повседневной и парадной форменной одежды моряков -1 час.

Занятие 2.4. **Теоретическое.** Морской порядок. Морская служба. Распорядок дня. Обязанности матроса на корабле - 1 час.

Занятие 2.5. **Теоретическое.** Только смелым покоряются моря – 1 час.

Занятие 2.6. **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» - 5 часов**

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

Занятие 3.2. **Теоретическое.** Этикет. Из истории этикета. Культура общения – 1 час.

Занятие 3.3. **Теоретическое.** Этикет. Правила поведения в общественных местах- 1 час.



Занятие 3.4. **Практическое.** О дружбе. Разучивание песен – 2 часа.

#### **Тема 4. Вальс - 4 часа**

Занятие 4.1. **Теоретическое.** История возникновения и развития вальса. Виды вальса. Прослушивание различных видов вальса. Позиции 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!» - 2 часа**

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

Занятие 7.2. **Теоретическое.** Воинский этикет и его особенности – 1 час.

### **Раздел II. История флота – 9 часов**

#### **Тема 9. Мореплавание и судостроение в Киевской Руси и Московском государстве - 5 часов**

Занятие 9.1. **Теоретическое.** Зарождение и развитие судостроения и судоходства у восточных славян в 6-7 веках – 1 час.

Занятие 9.2. **Теоретическое.** Судостроение и мореплавание в Киевской Руси. Походы дружин и войск князей Олега, Игоря и Святослава сушей и морем на Византию (8-9 в.в.). Значение морских походов для установления внешних экономических и культурных связей - 1 час.

Занятие 9.3. **Теоретическое.** Походы русских на Каспийское море. Появление русских на берегах Белого и Баренцева морей. Судостроение и мореплавание русских поморов – 1 час.

Занятие 9.4. **Теоретическое.** Мореплавание и судостроение в Московском государстве. Военные кампании Российского государства времен Ивана III и Ивана Грозного. Ликвидация каперских судов и создание собственного флота Ивана IV – 1 час.

Занятие 9.5. **Теоретическое.** Морское судостроение при царе Алексее Михайловиче (вторая половина 17 века). Закладка первого Русского военного корабля "Орел" (1667г.) – 1 час.

#### **Тема 10. Регулярный военный флот Петра Великого с 1696г. по 1725г.- 4 часа**

Занятие 10.1. **Теоретическое.** Личность Петра I -1 час.

Занятие 10.2. **Теоретическое.** Борьба России за выход к Азовскому и Черному морям.

Азовские походы. «Морским судам быть!» Строительство Петром I Азовского флота- 1 час.

Занятие 10.3. **Теоретическое.** Основание Санкт-Петербурга и адмиралтейства. Строительство Балтийского флота –1 час.

Занятие 10.4. **Практическое.** Итоговая игра «Морским судам быть!» - 1 час.

## 2 год обучения

№ п/п	Наименование тем	теоретическое	практическое	всего
	Вводное занятие	1	-	<b>1</b>
<b>Раздел I. Гуманитарная подготовка</b>				
2	Так повелось на флоте	3	2	5
3	«Чтоб одним хорошим парнем стало больше на Земле»	3	2	5
4	Вальс	-	2	2
5	«Волшебная сила искусства»	-	2	2
6	«Подари себе праздник»	-	3	3
7	«Служу Отечеству!»	2	-	2
8	Мастерская настроений	-	2	2
	<b>Итого:</b>	<b>9</b>	<b>13</b>	<b>21</b>
<b>Раздел II. История флота</b>				
11	Флот в период Северной войны. Первые морские победы.	2	2	4
12	Русский флот в послепетровский период 1725—1762 г	2	1	3
13	Русский флот в царствование Екатерины II	6	1	7
	<b>Итого:</b>	<b>10</b>	<b>4</b>	<b>14</b>
	<b>ВСЕГО:</b>	<b>19</b>	<b>17</b>	<b>36</b>

### **Вводное занятие - 1 час**

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

### **Раздел I. Гуманитарная подготовка – 21 час**

#### **Тема 2. Так повелось на флоте– 5 часов**

Занятие 2.1. **Теоретическое.** Военно-морской церемониал – 1 час.

Занятие 2.2. **Теоретическое.** Символ воинского достоинства и чести – 1 час.

Занятие 2.3. **Теоретическое.** В победном отблеске боевых наград – 1 час.

Занятие 2.4. **Практическое.** «Поющее море». Разучивание военных песен о морской службе- 2 часа.

#### **Тема 3. «Чтоб одним хорошим парнем стало больше на Земле» - 5 часов**

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.

Занятие 3.4. **Практическое.** О дружбе. Разучивание песен о дружбе и море – 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!» - 2 час**

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

Занятие 7.2. **Теоретическое.** Воинский этикет – 1 час.

**Тема 8. «Мастерская настроений» - 2 часа**

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

**Раздел II. истории флота – 14 часов**

**Тема 11. Флот в период Северной войны. Первые морские победы - 4 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.

Занятие 11.4 **Практическое.** Проверочная игра «Балтийский флот в Северную войну» - 1 час

**Тема 12. Русский флот в послепетровский период 1725—1762 г.– 3 часа**

Занятие 12.1. **Теоретическое.** Флот в Русско-турецкой войне 1735—1739 гг. Подвиг Петра Дефремери - 1 час.

Занятие 12.2. **Теоретическое.** Флот в русско-шведской войне 1741—1743 гг. Боевые действия в Семилетней войне 1756—1763 гг. – 1 час.

Занятие 12.3. **Практическое.** Просмотр документального фильма «Первая и Вторая Камчатская экспедиции. Великая Сибирская экспедиция» – 1 час.

**Тема 13. Русский флот в царствование Екатерины II – 7 часов**

Занятие 13.1. **Теоретическое.** Война с Турцией в 1768-1774 гг. Строительство Черноморского флота – 1 час.

Занятие 13.2. **Теоретическое.** Победоносное Чесменское сражение – 1 час.

Занятие 13.3. **Теоретическое.** За господство на Черном море. Бой у острова Фидониси - 1 час.

Занятие 13.4. **Теоретическое.** Адмирал Ушаков Ф.Ф. и его победа в Керченском проливе – 1 час.

Занятие 13.5. **Теоретическое.** Сражение у мыса Тендры и сражение у мыса Калиакрия - 1 час.

Занятие 13.6. **Теоретическое.** На Средиземном море: Блокада и взятие крепости Корфу - 1 час.

Занятие 13.7 **Практическое.** Проверочная игра «Русский флот в эпоху Екатерины II» - 1 час.

**3 год обучения**

№ п/п	Наименование тем	теоретическое	практическое	всего
	Вводное занятие	1	-	1
	<b>Раздел I. Гуманитарная подготовка</b>			
2	Так повелось на флоте	2	2	4
3	«Чтоб одним хорошим парнем стало больше на Земле»	3	1	4
4	Вальс	-	1	1
5	«Волшебная сила искусства»	-	2	2
6	«Подари себе праздник»	-	4	4
7	«Служу Отечеству!»	2	1	3
8	Мастерская настроений	-	1	1
	<b>Итого:</b>	<b>8</b>	<b>12</b>	<b>20</b>

<b>Раздел II. История флота</b>				
14	Русский парусный флот в 19 веке	8	2	10
15	Паровой и броненосный флот (1856-1905)	5	1	6
	<b>Итого:</b>	<b>13</b>	<b>3</b>	<b>16</b>
	<b>ВСЕГО:</b>	<b>21</b>	<b>15</b>	<b>36</b>

### **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. Так повелось на флоте – 4 часа**

Занятие 2.1. **Теоретическое.** Награды ВМФ – 1 час.

Занятие 2.2. **Теоретическое.** Кортик – 1 час.

Занятие 2.3. **Практическое.** «Поющее море» Разучивание военных песен о морской службе - 2 часа.

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

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

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

Занятие 3.3. **Практическое.** О дружбе. Разучивание песен о дружбе – 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 - 1 час.

Занятие 5.2. **Практическое.** Упражнения на развитие творческих способностей - 1 час.

#### **Тема 6. «Подари себе праздник» - 4 часа**

Занятие 6.1. **Практическое.** Подготовка к культурно-массовым мероприятиям клуба – 1 час.

Занятие 6.2. **Практическое.** Подготовка к культурно-массовым мероприятиям клуба – 1 час.

Занятие 6.3. **Практическое.** Подготовка к культурно-массовым мероприятиям клуба – 1 час.

Занятие 6.4. **Практическое.** Подготовка к культурно-массовым мероприятиям клуба – 1 час.

#### **Тема 7. «Служу Отечеству!» – 3 часа**

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

Занятие 7.2. **Практическое.** Просмотр художественного фильма военно-морской тематики - 1 час.

Занятие 7.3. **Теоретическое.** Воинский этикет и культура общения военнослужащих – 1 час.

#### **Тема 8. «Мастерская настроений» - 1 час**

Занятие 8.1. **Практическое.** Психологические проективные тесты – 1 час.

### **Раздел II. История флота – 16 часов**

#### **Тема 14. Русский парусный флот в 19 веке – 10 часов**

Занятие 14.1. **Теоретическое.** Флот в Отечественной войне 1812 г. – 1 час.

Занятие 14.2. **Теоретическое.** Архипелагские экспедиции русского флота – 1 час.

Занятие 14.3. **Теоретическое.** Наваринское сражение с турецко-египетским флотом в 1827 г. Подвиг корабля «Азов» - 1 час.

Занятие 14.4. **Теоретическое.** Просмотр документального фильма о подвиге экипажа брига «Меркурий» – 1 час.

Занятие 14.5. **Теоретическое.** Строительство последних парусных линейных кораблей – 1 час.

Занятие 14.6. **Теоретическое.** Адмирал П.С. Нахимов – 1 час.

Занятие 14.7. **Теоретическое.** Крымская война 1853-1855 гг. Победа в Синопском сражении. Адмирал П.С. Нахимов. Вице-адмирал В.А. Корнилов – 1 час.  
 Занятие 14.8. **Теоретическое.** Флот в обороне Севастополя – 1 час.  
 Занятие 14.9. **Практическое.** Итоговая игра – 1 час.  
 Занятие 14.10. **Практическое.** Просмотр документального фильма «Золотой век русских исследований Мирового океана» – 1 час.

### **Тема 15. Паровой и броненосный флот (1856-1905)- 6 часов**

Занятие 15.1. **Теоретическое.** Первое русское паровое судно «Елизавета» (1815 г.) Фрегаты, корветы, клиперы - 1 час.  
 Занятие 15.2 **Теоретическое.** Брустверно-башенный броненосец «Петр Великий» - 1 час.  
 Занятие 15.3. **Теоретическое.** Русские эскадренные миноносцы – 1 час.  
 Занятие 15.4. **Теоретическое.** Подвиг крейсера «Варяг»- 1 час.  
 Занятие 15.5. **Теоретическое.** Флот в обороне Порт-Артура. Адмирал С.О. Макаров. Цусимское сражение и поражение России – 1 час.  
 Занятие 15.6. **Практическое.** Итоговая викторина – 1 час.

### **4 год обучения**

№ п/п	Наименование тем	этич	эско	прак	тиче	всего
	Вводное занятие	1		-		1
<b>Раздел I. Гуманитарная подготовка</b>						
2	Так повелось на флоте	1		1		2
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!»	1		5		6
8	Мастерская настроений	-		2		2
	<b>Итого:</b>	<b>6</b>		<b>16</b>		<b>22</b>
<b>Раздел II. История флота</b>						
16	Флот накануне и в период Первой мировой Гражданской войн (1906-1920 гг.)	5		2		7
17	Становление Советского флота (1921-1937 гг.)	6		1		7
	<b>Итого:</b>	<b>11</b>		<b>3</b>		<b>14</b>
	<b>ВСЕГО:</b>	<b>17</b>		<b>19</b>		<b>36</b>

#### **Вводное занятие - 1 час**

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

#### **Раздел I. Гуманитарная подготовка– 21 час**

##### **Тема 2. Так повелось на флоте– 2 часа**

Занятие 2.1. **Теоретическое.** Рожденная в пламени и пороховом дыму. Морская гвардия - 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» - 3 часа**

Занятие 3.1. **Теоретическое.** Честь мундира. Мужественные и отважные поступки офицеров ВМФ – 1 час.  
 Занятие 3.2. **Теоретическое.** Честь мундира. Мужественные и отважные поступки офицеров ВМФ – 1 час.  
 Занятие 3.3. **Теоретическое.** Этикет: культура речи -1 час.

#### **Тема 4. «Мастерская настроений» - 2 часа**

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

Занятие 4.2. **Практическое.** Психологические проективные тесты – 1 час.

#### **Тема 5. «Подари себе праздник» - 6 часов**

Занятие 5.1. **Практическое.** Подготовка к культурно-массовым мероприятиям клуба – 1 час.

Занятие 5.2. **Практическое.** Подготовка к культурно-массовым мероприятиям клуба – 1 час.

Занятие 5.3. **Практическое.** Подготовка к культурно-массовым мероприятиям клуба – 1 час.

Занятие 5.4. **Практическое.** Подготовка к культурно-массовым мероприятиям клуба – 1 час.

Занятие 5.5. **Практическое.** Подготовка к культурно-массовым мероприятиям клуба – 1 час.

Занятие 5.6. **Практическое.** Подготовка к культурно-массовым мероприятиям клуба – 1 час.

#### **Тема 6. «Волшебная сила искусства» - 2 часа**

Занятие 6.1. **Практическое.** Упражнения на развитие творческих способностей- 1 час.

Занятие 6.2. **Практическое.** Упражнения на развитие творческих способностей- 1 час.

#### **Тема 7 «Служу Отечеству!»- 6 часов**

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

Занятие 7.2. **Практическое.** Просмотр художественного фильма военно-морской тематики- 1 час.

Занятие 7.3. **Практическое.** Беседа: «Служить Отечеству» -1 час.

Занятие 7.4. **Теоретическое.** Воинский этикет и культура общения военнослужащих -1 час.

Занятие 7.5. **Практическое.** Подготовка к параду- 1 час.

Занятие 7.6. **Практическое.** Подготовка к параду- 1 час.

### **Раздел II. История флота – 14 часов**

#### **Тема 17. Флот накануне и в период Первой мировой, Гражданской войн (1906-1920 гг.) - 7 часов**

Занятие 16.1. **Теоретическое.** Возрождение флота после русско-японской войны - 1 час.

Занятие 16.2. **Теоретическое.** Эсминец «Новик». Проектирование и строительство линейных кораблей-дредноутов типа «Севастополь» – 1 час.

Занятие 16.3. **Теоретическое.** Строительство подводного флота России начала XX века. Подводные лодки И.Г. Бубнова - 1 час.

Занятие 16.4. **Теоретическое.** Флот накануне и в годы Первой мировой войны. Основание Северной и Сибирской флотилии. Первый в мире подводный минный заградитель «Краб»- 1 час.

Занятие 16.5. **Теоретическое.** Флот в период Гражданской войны - 1 час.

Занятие 16.6. **Практическое.** Просмотр документальных фильмов: Арктические экспедиции Г.Я. Седова – 1 час.

Занятие 16.7. **Практическое.** Просмотр документальных фильмов: Экспедиции Б.А. Вилькицкого и А.В. Колчака на ледокольных пароходах «Вайгач» и «Таймыр» - 1 час.

#### **Тема 17. Становление Советского флота (1917-1937 гг.)- 7 часов**

Занятие 17.1. **Теоретическое.** Зарождение советского военного кораблестроения -1 час

Занятие 17.2. **Теоретическое.** Первые торпедные катера, сторожевые катера, сторожевые корабли типа «Ураган» и подводные лодки типа «Декабрист» – 1 час.

Занятие 17.3. **Теоретическое.** Эсминцы типа «Гневный», лидеры типа «Ленинград» - 1 час.

Занятие 17.4. **Теоретическое.** Крейсера типа «Киров» – 1 час.

Занятие 17.5. **Теоретическое.** Подводные лодки типа «Ленинец», «Щука», «Малютка» – 1 час.

Занятие 17.6. **Теоретическое.** Переход подводной лодки типа «Щука Северным морским путем - 1 час.

Занятие 17.7. **Практическое.** Итоговая проверка знаний – викторина – 1 час.

## 5 год обучения

№ п/п	Наименование тем	теоретическое	практическое	всего
	Вводное занятие	1	-	1
	<b>Раздел I. Гуманитарная подготовка</b>			
2	Так повелось на флоте	-	-	-
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
	<b>Итого:</b>	<b>4</b>	<b>16</b>	<b>19</b>
	<b>Раздел II. История флота</b>			
18	Флот накануне и в период Великой Отечественной войны (1938-1945 гг.)	9	1	10
19	Послевоенное десятилетие флота (1946-1956 гг.)	2	-	2
20	Современный ракетно-ядерный флот	3	1	4
	<b>Итого:</b>	<b>14</b>	<b>2</b>	<b>16</b>
	<b>Всего:</b>	<b>18</b>	<b>18</b>	<b>36</b>

### **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 – 1 час.

Занятие 3.2. **Практическое.** Подготовка к культурно-массовым мероприятиям клуба – 1 час.

Занятие 3.3. **Практическое.** Подготовка к культурно-массовым мероприятиям клуба – 1 час.

Занятие 3.4. **Практическое.** Подготовка к культурно-массовым мероприятиям клуба – 1 час.

Занятие 3.5. **Практическое.** Подготовка к культурно-массовым мероприятиям клуба – 1 час.

Занятие 3.6. **Практическое.** Подготовка к культурно-массовым мероприятиям клуба – 1 час.

#### **Тема 5. «Волшебная сила искусства»- 3 часа**

Занятие 5.1. **Практическое.** Упражнения на развитие творческих способностей- 1 час.

Занятие 5.2. **Практическое.** Упражнения на развитие творческих способностей- 1 час.

Занятие 5.3. **Практическое.** Упражнения на развитие творческих способностей- 1 час.

#### **Тема 7. «Служу Отечеству!» – 6 часов**

Занятие 7.1. **Теоретическое.** «Служу Отечеству!». Обзор высших военных и военно-морских учреждений – 1 час.

Занятие 7.2. **Практическое.** Сочинение на тему «Служить Отечеству» - 1 час.

Занятие 7.3. **Практическое.** Просмотр художественного фильма военно-морской тематики -1 час.

Занятие 7.4. **Практическое.** Просмотр художественного фильма военно-морской тематики -1 час.  
 Занятие 7.5. **Практическое.** Памятная дата 9 мая. Подготовка к параду -1 час.  
 Занятие 7.6. **Практическое.** Памятная дата 9 мая. Подготовка к параду -1 час.

### Тема 8. «Мастерская настроений»- 1 час

Занятие 8.1. **Практическое.** Психологическая игра «Сириус» – 1 час.

## Раздел II. История флота – 16 часов

### Тема 18. Флот накануне и в период Великой Отечественной войны (1938-1945 гг.) – 10 часов

Занятие 18.1. **Теоретическое.** Программа строительства Большого флота- 1 час.  
 Занятие 18.2. **Теоретическое.** Корабли- герои. Линкоры «Парижская коммуна», «Октябрьская революция», «Марат»- 1 час.  
 Занятие 18.3 **Теоретическое.** Подвиг защитников полуострова Ханко. Флот на защите осажденного Ленинграда - 1 час.  
 Занятие 18.4 **Теоретическое.** Морская авиация в небе над Берлином -1 час.  
 Занятие 18.5 **Теоретическое.** Оборона Одессы- 1 час.  
 Занятие 18.6 **Теоретическое** Героизм конвоев РК. Подвиг парохода «Старый большевик» - 1 час.  
 Занятие 18.7 **Теоретическое.** Оборона Новороссийска - 1 час.  
 Занятие 18.8 **Теоретическое.** Подводная «Атака века». Капитан III ранга А.И. Маринеско - 1 час.  
 Занятие 18.9. **Теоретическое.** Операция «Оверлорд». Морские операции Тихоокеанского флота. Адмирал И.С. Юмашев – 1 час.  
 Занятие 18.10. **Практическое.** Итоговая викторина – 1 час.

### Тема 19. Послевоенное десятилетие флота (1946-1956 гг.) – 2 часа

Занятие 19.1. **Теоретическое.** Крейсера типа «Свердлов» и эсминцы типа «Огневой», «тридцатки-бис» и типа «Внушительный» – 1 час.  
 Занятие 19.2 **Теоретическое.** Массовое строительство средних и больших дизель-аккумуляторных подводных лодок проектов 611 и 613. Первые пуски ракет с подводных лодок – 1 час.

### Тема 20. Современный ракетно-ядерный флот – 4 часа

Занятие 20.1 **Теоретическое.** Авианесущие и ракетные крейсера. Большие противолодочные и сторожевые корабли – 1 час.  
 Занятие 20.2. **Теоретическое.** Атомные крейсера типа «Адмирал Ушаков» (бывший Киров») – 1 час.  
 Занятие 20.3 **Теоретическое.** Первая подводная лодка «Ленинский комсомол» и ее поход подо льдом к Северному полюсу – 1 час.  
 Занятие 20.4 **Практическое.** Итоговая проверка знаний «Своя игра» - 1 час.

#### 2.1.2. 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
<b>1 год обучения</b>					
	Вводное занятие	1	Специализированные классы	ПК, видеопроектор	Опрос
1.	Стажёрский курс	7	Специализированные классы	Вязальные концы, секундомер, семафорные флажки, семафорные карточки, секундомер, судовой колокол, методичка «Стажёрский курс»	Опрос, наблюдение, снятие контрольных нормативов, зачет
2.	Такелажное дело	18	Специализированные классы	Вязальные концы, секундомер	Наблюдение, снятие



					контрольных нормативов
3.	Сигнализация и связь	18	Кают-компания, местность	Семафорные флажки, семафорные карточки, секундомер	Наблюдение, снятие контрольных нормативов
4.	Шлюпочное дело	20	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	6	Специализированные классы, кают-компания, местность	Вязальные концы, секундомер, семафорные флажки, семафорные карточки, секундомер	Наблюдение, снятие контрольных нормативов, соревнования
<b>2 год обучения</b>					
	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	9	Специализированные классы	ПК, видеопроектор, Плакат ЯЛ-6, учебные карточки, секундомер	Опрос, наблюдение, снятие контрольных нормативов
4.	Парусное дело	24	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	7	Специализированные классы, кают-компания, местность	Вязальные концы, секундомер, семафорные флажки, семафорные карточки, секундомер	Наблюдение, снятие контрольных нормативов, соревнования
<b>3 год обучения</b>					
	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	8	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 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	9	Специализированные классы, кают-компания, местность	Вязальные концы, секундомер, семафорные флажки, семафорные карточки, секундомер	Наблюдение, снятие контрольных нормативов, соревнования
<b>4 год обучения</b>					
	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	6	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	29	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	10	Специализированные классы, кают-компания, местность	Вязальные концы, секундомер, семафорные флажки, семафорные карточки, секундомер	Наблюдение, снятие контрольных нормативов, соревнования

<b>5 год обучения</b>					
	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	8	Кают-компания, местность	Семафорные флажки, семафорные карточки, секундомер	Наблюдение, снятие контрольных нормативов
4.	Шлюпочное дело	5	Специализированные классы	ПК, видеопроектор, Плакат ЯЛ-6, учебные карточки, секундомер	Опрос, наблюдение, снятие контрольных нормативов
5.	Парусное дело	34	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 Александрова	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	<b>5</b>
1.	Стажёрский курс	7	-	7	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	<b>7</b>
2.	Такелажное дело	-	18	18	1	16	17	-	15	15	-	18	18	-	13	13	<b>81</b>
3.	Сигнализация и связь	-	18	18	1	11	12	1	13	14	-	6	6	-	8	8	<b>58</b>
4.	Шлюпочное дело	12	8	20	7	2	9	6	2	8	5	1	6	4	1	5	<b>48</b>
5.	Парусное дело	-	-	-	18	6	24	14	9	23	25	4	29	29	5	34	<b>110</b>
6.	Меры безопасности на воде	2	-	2	2	-	2	1	1	2	2	-	2	2	-	2	<b>10</b>
7.	Морское многоборье	1	5	6	2	5	7	4	5	9	2	8	10	3	6	9	<b>41</b>
<b>Итого:</b>		23	49	<b>72</b>	32	40	<b>72</b>	27	45	<b>72</b>	35	37	<b>72</b>	39	33	<b>72</b>	<b>360</b>

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

### 1 год обучения

№ пп	Наименование темы	теоретическое	практическое	всего
1.	Вводное занятие	1	-	1
2.	Стажёрский курс	7	-	7
3.	Такелажное дело	-	18	18
4.	Сигнализация и связь	-	18	18
5.	Шлюпочное дело	12	8	20
6.	Меры безопасности на воде	2	-	2
7.	Морское многоборье	1	5	6
<b>Итого:</b>		<b>23</b>	<b>49</b>	<b>72</b>

#### **1. 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.

#### **2. Стажёрский курс – 7 часов**

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

Занятие СК 1.7. **Теоретическое.** Сдача зачета по теме «Порядок отбития склянок» – 1 час.

#### **3. Такелажное дело – 18 часов**

Занятие Т 1.1. **Практическое.** Изучение морских узлов: простой, восьмерка, кровавый – 1 час.

Занятие Т 1.2. **Практическое.** Изучение морских узлов: прямой, бабий – 1 час.

Занятие Т 1.3. **Практическое.** Изучение морских узлов: рифовый, беседочный – 1 час.

Занятие Т 1.4. **Практическое.** Изучение морских узлов: шкотовый, полуштык, простой штык – 1 час.

Занятие Т 1.5. **Практическое.** Изучение морских узлов: шлюпочный, удавка – 1 час.

Занятие Т 1.6. **Практическое.** Раскладка шести концов, вязание на скорость – 1 час.

Занятие Т 1.7. **Практическое.** Раскладка шести концов, вязание на скорость – 1 час.

Занятие Т 1.8. **Практическое.** Раскладка шести концов, вязание на скорость – 1 час.

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

Занятие Т 1.10. **Практическое.** Сдача зачета по такелажу: вязание шести узлов на время – 1 час.

Занятие Т 1.11. **Практическое.** Самостоятельная работа. Сделать подвесную банку с помощью узлов для утолщения троса и узлов для связывания двух концов – 1 час.

Занятие Т 1.12. **Практическое.** Узлы беседочный различные способы вязки, удавка, шлюпочный, полуштык, штык их назначение – 1 час.

- Занятие Т 1.13. **Практическое.** Отработка швартовки и буксировки шлюпки в такелажном классе – 1 час.
- Занятие Т 1.14. **Практическое.** Изучение морских узлов: двойной рифовый, дубовый, дубовая петля – 1 час.
- Занятие Т 1.15. **Практическое.** Вязание 6 спортивных узлов на время. Технология забрасывания концов на банку – 1 час.
- Занятие Т 1.16. **Практическое.** Подготовка к соревнованиям. Совершенствование техники вязания 6-ти спортивных узлов – 1 час.
- Занятие Т 1.17. **Практическое.** Подготовка к соревнованиям. Совершенствование техники вязания 6-ти спортивных узлов – 1 час.
- Занятие Т 1.18. **Практическое.** Подготовка к соревнованиям. Совершенствование техники вязания 6-ти спортивных узлов – 1 час.

#### 4. Сигнализация и связь – 18 часов

- Занятие СС 1.1. **Практическое.** Понятие «Семафор», изучение букв (а, у, к, т, и(й), ь(ъ)) – 1 час.
- Занятие СС 1.2. **Практическое.** Изучение парных букв семафорной азбуки (б-д, в-г, е(ё)-с, э,) – 1 час.
- Занятие СС 1.3. **Практическое.** Изучение парных букв семафорной азбуки (ж-з, л-м, н-о, п-р, х) – 1 час.
- Занятие СС 1.4. **Практическое.** Изучение парных букв семафорной азбуки (ф-ы, ц-ч, ш-щ, ю-я) – 1 час.
- Занятие СС 1.5. **Практическое.** Сдача зачета по семафору: передача семафорной азбуки на время – 1 час.
- Занятие СС 1.6. **Практическое.** Служебные знаки, передача пар букв по карточкам – 1 час.
- Занятие СС 1.7. **Практическое.** Прием пар букв. Работа на тренажере, скорость 15, 20, 30 знаков – 1 час.
- Занятие СС 1.8. **Практическое.** Прием пар букв. Работа на тренажере, скорость 15, 20, 30 знаков – 1 час.
- Занятие СС 1.9. **Практическое.** Тренировка в парах (прием-передача пар букв). Нарращивание скорости передачи – 1 час.
- Занятие СС 1.10. **Практическое.** Тренировка в парах (прием-передача пар букв). Нарращивание скорости передачи – 1 час.
- Занятие СС 1.11. **Практическое.** Тренировка в парах (прием-передача пар букв). Нарращивание скорости передачи – 1 час.
- Занятие СС 1.12. **Практическое.** Тренировка в парах (прием-передача пар букв). Нарращивание скорости передачи – 1 час.
- Занятие СС 1.13. **Практическое.** Составление слов. Улучшение «почерка» передачи – 1 час.
- Занятие СС 1.14. **Практическое.** Тренировка в парах (прием-передача морских терминов). Нарращивание скорости передачи – 1 час.
- Занятие СС 1.15. **Практическое.** Тренировка в парах (прием-передача морских терминов). Нарращивание скорости передачи – 1 час.
- Занятие СС 1.16. **Практическое.** Тренировка в парах (прием-передача морских терминов). Нарращивание скорости передачи – 1 час.
- Занятие СС 1.17. **Практическое.** Тренировка в парах (прием-передача морских терминов). Нарращивание скорости передачи – 1 час.
- Занятие СС 1.18. **Практическое.** Сдача зачета по семафору: прием пар букв на время – 1 час.

#### 5. Шлюпочное дело – 20 часов

- Занятие ШД 1.1. **Теоретическое.** Назначение шлюпок их характеристика – 1 час.
- Занятие ШД 1.2. **Теоретическое.** Назначение шлюпок их характеристика – 1 час.
- Занятие ШД 1.3. **Теоретическое.** Типы шлюпок их классификация – 1 час.
- Занятие ШД 1.4. **Теоретическое.** Типы шлюпок их классификация – 1 час.
- Занятие ШД 1.5. **Теоретическое.** Силовой набор шлюпки Ял-4(Ял-6) – 1 час.
- Занятие ШД 1.6. **Теоретическое.** Силовой набор шлюпки Ял-4(Ял-6) – 1 час.
- Занятие ШД 1.7. **Теоретическое.** Крепление частей силового набора между собой – 1 час.

Занятие ШД 1.8. **Теоретическое.** Обшивка. Внутреннее устройство – 1 час.  
 Занятие ШД 1.9. **Теоретическое.** Съёмные детали, их назначение и устройство – 1 час.  
 Занятие ШД 1.10. **Практическое.** Тест по устройству шлюпки Ял-4(Ял-6) – 1 час  
 Занятие ШД 1.11. **Практическое.** Тест по устройству шлюпки Ял-4(Ял-6) – 1 час.  
 Занятие ШД 1.12. **Теоретическое.** Предметы снабжения шлюпок, их назначение, устройство и штатные места, спасательные средства – 1 час.  
 Занятие ШД 1.13. **Теоретическое.** Содержание и мытьё шлюпок. Хранение в зимний период. Подготовка шлюпок к навигации – 1 час.  
 Занятие ШД 1.14. **Практическое.** Вооружение шлюпки для гребли – 1 час.  
 Занятие ШД 1.15. **Практическое.** Вооружение шлюпки для гребли – 1 час.  
 Занятие ШД 1.16. **Практическое.** Посадка гребцов в шлюпке – 1 час.  
 Занятие ШД 1.17. **Практическое.** Посадка гребцов в шлюпке – 1 час.  
 Занятие ШД 1.18. **Теоретическое.** Командные слова (команды) подаваемые при гребле – 1 час.  
 Занятие ШД 1.19. **Практическое.** Отработка команд в шлюпке – 1 час.  
 Занятие ШД 1.20. **Практическое.** Отработка команд в шлюпке – 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 – 6 часов

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 зимнему морскому многоборью – 1 час.  
 Занятие ММН 1.5. **Практическое.** Подготовка к соревнованиям по такелажу им. Ф.Ф. Ушакова – 1 час.  
 Занятие ММН 1.6. **Практическое.** Подготовка к соревнованиям по такелажу им. Ф.Ф. Ушакова – 1 час.

## 2 год обучения

№ пп	Наименование темы	теоретическое	практическое	всего
1.	Вводное занятие	1	-	1
2.	Такелажное дело	1	16	17
3.	Сигнализация и связь	1	11	12
4.	Шлюпочное дело	7	2	9
5.	Парусное дело	18	6	24
6.	Меры безопасности на воде	2	-	2

7.	Морское многоборье	2	5	7
<b>Итого:</b>		32	40	<b>72</b>

### 1. 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: стивидорный, 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, кандалный – 1 час.

Занятие Т 2.5. **Практическое.** Узел тросовый талреп, осаживание вант. Многократная восьмерка, 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 – 9 часов

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

Занятие ШД 2.2. **Теоретическое.** Повторение устройства шлюпки Ял-4 (Ял-6). Силовой набор, предметы снабжения шлюпки, дельные вещи – 1 час.

Занятие ШД 2.3. **Практическое.** Тест по устройству шлюпки Ял-4(Ял-6) – 1 час

Занятие ШД 2.4. **Практическое.** Тест по устройству шлюпки Ял-4(Ял-6) – 1 час

Занятие ШД 2.5. **Теоретическое.** Тактико-технические данные Ял-4 (Ял-6). Главные размерения и плоскости. Мореходные качества шлюпки – 1 час.

Занятие ШД 2.6. **Теоретическое.** Подход к пирсу и отход от пирса в тихую погоду – 1 час.

Занятие ШД 2.7. **Теоретическое.** Подход к трапу корабля (пирсу) в свежую погоду. Отход от трапа корабля (пирса) в свежую погоду – 1 час.

Занятие ШД 2.8. **Теоретическое.** Снятие шлюпки с мели. Постановка шлюпки на дрек. Съёмка с дрека – 1 час.

Занятие ШД 2.9. **Теоретическое.** Подход шлюпки к берегу во время прибоя. Отход шлюпки от берега во время прибоя. Буксировка шлюпки – 1 час.

#### 5. Парусное дело – 24 часа

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 вооружение Ял-4 (Ял-6) – 1 час.

Занятие П 2.4. **Теоретическое.** История паруса, виды парусов, устройство парусного вооружение 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. **Практическое.** Вооружение шлюпки для движения под парусом – 1 час.

Занятие П 2.9. **Практическое.** Вооружение шлюпки для движения под парусом – 1 час.

Занятие П 2.10. **Практическое.** Постановка рангоута и подъем парусов. Уборка парусов и рангоута – 1 час.

Занятие П 2.11. **Практическое.** Постановка рангоута и подъем парусов. Уборка парусов и рангоута – 1 час.

Занятие П 2.12. **Теоретическое.** Ветра и курсы шлюпки относительно ветра. Истинный, курсовой и вымпельный ветра. Работа паруса на острых и полных курсах – 1 час.

Занятие П 2.13. **Теоретическое.** Ветра и курсы шлюпки относительно ветра. Истинный, курсовой и вымпельный ветра. Работа паруса на острых и полных курсах – 1 час.

Занятие П 2.14. **Теоретическое.** Влияние крена и дифферента на управление шлюпкой.

Удифферентовка шлюпки – 1 час.

Занятие П 2.15. **Теоретическое.** Влияние крена и дифферента на управление шлюпкой.

Удифферентовка шлюпки – 1 час.

- Занятие П 2.16. **Теоретическое.** Факторы, влияющие на разворот. Уваливание, приведение, полуповороты – 1 час.
- Занятие П 2.17. **Теоретическое.** Факторы, влияющие на разворот. Уваливание, приведение, полуповороты – 1 час.
- Занятие П 2.18. **Теоретическое.** Порядок выполнения поворотов оверштаг и через фордевинд – 1 час.
- Занятие П 2.19. **Теоретическое.** Порядок выполнения поворотов оверштаг и через фордевинд – 1 час.
- Занятие П 2.20. **Теоретическое.** Команды, выполняемые при движении под парусом - 1 час.
- Занятие П 2.21. **Теоретическое.** Правила движения под парусом на открытой воде – 1 час.
- Занятия П 2.22. **Теоретическое.** Управление шлюпкой при шквалах – 1 час.
- Занятия П 2.23. **Теоретическое.** Укладка парусов – 1 час.
- Занятия П 2.24. **Практическое.** 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 2.4. **Практическое.** Подготовка к зимним соревнованиям по морскому многоборью – 1 час.
- Занятие ММН 2.5. **Практическое.** Подготовка к зимним соревнованиям по морскому многоборью – 1 час.
- Занятие ММН 2.6. **Практическое.** Подготовка к городским соревнованиям по такелажу им. Ф. Ф. Ушакова – 1 час.
- Занятие ММН 2.7. **Практическое.** Подготовка к городским соревнованиям по такелажу им. Ф. Ф. Ушакова – 1 час.

### 3 год обучения

№ пп	Наименование темы	теоретическое	практическое	всего
1.	Вводное занятие	1	-	1
2.	Такелажное дело	-	15	15
3.	Сигнализация и связь	1	13	14
4.	Шлюпочное дело	6	2	8
5.	Парусное дело	14	9	23
6.	Меры безопасности на воде	1	1	2

7.	Морское многоборье	4	5	9
<b>Итого:</b>		27	45	72

### 1. 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 – 1 час.

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

Занятие Т 3.15. **Практическое.** Нарращивание скорости вязания шести узлов – 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 – 8 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 – 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 – 1 час.

Занятие ШД 3.3. **Практическое.** Тест по устройству шлюпки Ял-4(ЯЛ-6) – 1 час

Занятие ШД 3.4. **Практическое.** Тест по устройству шлюпки Ял-4(ЯЛ-6) – 1 час

- Занятие ШД 3.5. **Теоретическое.** Классификация шлюпок и спортивных судов – 1 час.
- Занятие ШД 3.6. **Теоретическое.** Спасение человека, упавшего за борт в тихую и свежую погоду – 1 час.
- Занятие ШД 3.7. **Теоретическое.** Спуск и подъем шлюпок. Техническое обслуживание шлюпок – 1 час.
- Занятие ШД 3.8. **Теоретическое.** Организация соревнований на веслах. Обязанности судьи – 1 час.

## 5. Парусное дело – 23 часа

- Занятие П 3.1. **Теоретическое.** Повторение парусного вооружения шлюпки Ял-4 (ЯЛ-6), назначение и устройство – 1 час.
- Занятие П 3.2. **Практическое.** Написание теста по парусному вооружению шлюпки – 1 час.
- Занятие П 3.3. **Практическое.** Постановка рангоута и подъем парусов. Уборка парусов и рангоута – 1 час.
- Занятия П 3.4. **Практическое.** Укладка парусов – 1 час.
- Занятие П 3.5. **Теоретическое.** Действие ветра на парус – 1 час.
- Занятие П 3.6. **Теоретическое.** Повторение порядка выполнения поворотов оверштаг и через фордевинд – 1 час.
- Занятие П 3.7. **Теоретическое.** Повторение команд, выполняемых при движении под парусом - 1 час.
- Занятие П 3.8. **Практическое.** Отработка команд в шлюпке при движении под парусом – 1 час.
- Занятие П 3.9. **Теоретическое.** Понятие лавировки. Техника выполнения – 1 час.
- Занятие П 3.10. **Теоретическое.** Повороты оверштаг и через фордевинд при управлении без руля – 1 час.
- Занятие П 3.11. **Практическое.** Тренировка выполнения поворотов оверштаг и через фордевинд при прохождении дистанции «пеший по-водному» – 1 час.
- Занятие П 3.12. **Теоретическое.** Постановка парусов «бабочкой» – 1 час.
- Занятие П 3.13. **Теоретическое.** Взятие рифов – 1 час.
- Занятие П 3.14. **Теоретическое.** Подход, отход к причалу под парусом – 1 час.
- Занятие П 3.15. **Практическое.** Отработка подхода к причалу и отхода от него, «пеший по-водному» – 1 час.
- Занятие П 3.16. **Теоретическое.** Действия старшины и гребцов в случае опрокидывания шлюпки – 1 час.
- Занятие П 3.17. **Теоретическое.** Подход к опрокинувшейся шлюпке и оказание помощи ее команде – 1 час.
- Занятие П 3.18. **Теоретическое.** Предстартовый маневр – 1 час.
- Занятие П 3.19. **Практическое.** Тактика ведения гонки, действия у знака – 1 час.
- Занятие П 3.20. **Практическое.** Прохождение дистанции парусной регаты «пеший по-водному» – 1 час.
- Занятие П 3.21. **Практическое.** Сдача зачетов на классного специалиста третьего класса – 1 час.
- Занятие П 3.22. **Теоретическое.** Устройство и парусное вооружение швертбота «Оптимист» – 1 час.
- Занятие П 3.23. **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
1.	Вводное занятие	1	-	1
2.	Такелажное дело	-	18	18
3.	Сигнализация и связь	-	6	6
4.	Шлюпочное дело	5	1	6
5.	Парусное дело	25	4	29
6.	Меры безопасности на воде	2	-	2
7.	Морское многоборье	2	8	10
<b>Итого:</b>		35	37	<b>72</b>

#### **1. 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 – 6 часов**

Занятие СС 4.1. **Практическое.** Повторение семафорной азбуки – 1 час.

Занятие СС 4.2. **Практическое.** Работа в парах (прием-передача, сложные карточки) – 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 на тренажере максимальная скорость передачи знаков за минуту – 1 час.

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

### **4. Шлюпочное дело – 6 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. **Практическое.** Тест по устройству шлюпки Ял-4(Ял-6) – 1 час.

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

Занятие ШД 4.5. **Теоретическое.** Планирование и подготовка шлюпочных походов – 1 час.

Занятие ШД 4.6. **Теоретическое.** Высадка на берег и действия личного состава на берегу – 1 час.

### **5. Парусное дело – 29 часов**

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

Занятие П 4.4. **Практическое.** Постановка рангоута и подъем парусов. Уборка парусов и рангоута – 1 час.

Занятия П 4.5. **Практическое.** Укладка парусов – 1 час.

Занятие П 4.6. **Теоретическое.** Техника огибания знаков. Тактическая борьба при огибании знаков на шлюпке Ял-4 (ЯЛ-6) – 1 час.

Занятие П 4.7. **Теоретическое.** Лавировка на гоночной дистанции – 1 час.

Занятие П 4.8. **Теоретическое.** Лавировка на гоночной дистанции – 1 час.

Занятие П 4.9. **Теоретическое.** Повторение устройства и парусного вооружения швертбота «Оптимист» – 1 час.

Занятие П 4.10. **Теоретическое.** Повторение устройства и парусного вооружения швертбота «Оптимист» – 1 час.

Занятие П 4.11. **Теоретическое.** Выполнение поворотов оверштаг и фордевинд на швертботе «Оптимист» – 1 час.

Занятие П 4.12. **Теоретическое.** Устройство и парусное вооружение швертбота «Кадет» – 1 час.

Занятие П 4.13. **Теоретическое.** Устройство и парусное вооружение швертбота «Кадет» – 1 час.

Занятие П 4.14. **Теоретическое.** Выполнение поворотов оверштаг и через фордевинд на швертботе «Кадет» – 1 час.

Занятие П 4.15. **Теоретическое.** Работа грота на полных и крутых курсах – 1 час.

Занятие П 4.16. **Теоретическое.** Работа стакселя на полных и крутых курсах – 1 час.

Занятие П 4.17. **Теоретическое.** Настройка и работа спинакером, натяжение гика на ходу – 1 час.

Занятие П 4.18. **Теоретическое.** Техника огибания знаков, тактика прохождения гоночной дистанции на швертботе – 1 час.

Занятие П 4.19. **Теоретическое.** Техника огибания знаков, тактика прохождения гоночной дистанции на швертботе – 1 час.

Занятие П 4.20. **Теоретическое.** Просмотр учебного фильма «Гонки Оптимистов» – 1 час.

Занятие П 4.21. **Теоретическое.** Типы парусных судов – 1 час.

Занятие П 4.22. **Теоретическое.** Учебные парусные суда «Мир», «Седов», «Крузенштерн», «Надежда» – 1 час.

Занятие П 4.23. **Теоретическое.** Участие в парусном походе. Планирование, подготовка, проведение – 1 час.

Занятие П 4.24. **Теоретическое.** Участие в парусном походе. Планирование, подготовка, проведение – 1 час.

Занятие П 4.25. **Теоретическое.** Участие в парусном походе. Планирование, подготовка, проведение – 1 час.

Занятие П 4.26. **Практическое.** Сдача зачета на классного специалиста второго класса – 1 час.

Занятие П 3.27. **Теоретическое.** Основы речной лоции – 1 час.

Занятие П 3.28. **Теоретическое.** Основы речной лоции – 1 час.

Занятие П 3.29. **Теоретическое.** Основы речной лоции – 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 – 10 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 зимним соревнованиям по морскому многоборью – 1 час.

Занятие ММН 4.6. **Практическое.** Подготовка к зимним соревнованиям по морскому многоборью – 1 час.

Занятие ММН 4.7. **Практическое.** Подготовка к городским соревнованиям по такелажу им. Ф. Ф. Ушакова – 1 час.

Занятие ММН 4.8. **Практическое.** Подготовка к городским соревнованиям по такелажу им. Ф. Ф. Ушакова – 1 час.

Занятие ММН 4.9. **Практическое.** Подготовка к городским соревнованиям по такелажу им. Ф. Ф. Ушакова – 1 час.

Занятие ММН 4.10. **Практическое.** Подготовка к городским соревнованиям по такелажу им. Ф. Ф. Ушакова – 1 час.

## 5 год обучения

№ пп	Наименование темы	теоретические	практические	всего
1.	Вводное занятие	1	-	1
2.	Такелажное дело	-	13	13
3.	Сигнализация и связь	-	8	8
4.	Шлюпочное дело	4	1	5
5.	Парусное дело	29	5	34
6.	Меры безопасности на воде	2	-	2
7.	Морское многоборье	3	6	9
<b>Итого:</b>		<b>39</b>	<b>33</b>	<b>72</b>

### **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 – 8 часов**

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

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

Занятие СС 5.3. **Практическое.** Помощь в организации проведения занятий со стажерами – 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 в парах (прием-передача, сложные карточки) – 1 час.

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

Занятие СС 5.8. **Практическое.** Работа на тренажере максимальная скорость передачи знаков за минуту – 1 час.

### **4. Шлюпочное дело – 5 часов**



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. **Практическое.** Тест по устройству шлюпки Ял-4(Ял-6) – 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.

Занятие ШД 5.5. **Теоретическое.** Планирование и подготовка шлюпочных походов – 1 час.

## 5. Парусное дело – 34 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. **Практическое.** Написание теста по парусному вооружению шлюпки – 1 час.

Занятие П 5.4. **Практическое.** Постановка рангоута и подъем парусов. Уборка парусов и рангоута – 1 час.

Занятия П 5.5. **Практическое.** Укладка парусов – 1 час.

Занятие П 5.6. **Теоретическое.** Повторение типов парусного вооружения – 1 час.

Занятие П 5.7. **Теоретическое.** Повторение устройства и парусного вооружения швертбота «Оптимист» – 1 час.

Занятие П 5.8. **Теоретическое.** Повторение устройства и парусного вооружения швертбота «Кадет» – 1 час.

Занятие П 5.9. **Теоретическое.** История возникновения парусного спорта – 1 час.

Занятие П 5.10. **Теоретическое.** Самые известные и престижные регаты мира – 1 час.

Занятие П 5.11. **Теоретическое.** Самые известные и престижные регаты мира – 1 час.

Занятие П 5.12. **Теоретическое.** Традиционные регаты на Обском водохранилище – 1 час.

Занятие П 5.13. **Теоретическое.** Устройство и парусное вооружение килевой яхты (на примере яхты класса «Ассоль») – 1 час.

Занятие П 5.14. **Теоретическое.** Устройство и парусное вооружение килевой яхты (на примере яхты класса «Ассоль») – 1 час.

Занятие П 5.15. **Теоретическое.** Выполнение поворотов оверштаг и через фордевинд на килевой яхте – 1 час.

Занятие П 5.16. **Теоретическое.** Рейковое и рангоутное вооружение парусных судов – 1 час.

Занятие П 5.17. **Теоретическое.** Рейковое и рангоутное вооружение парусных судов – 1 час.

Занятие П 5.18. **Теоретическое.** Устройство и работа парусов на крупных парусных судах – 1 час.

Занятие П 5.19. **Теоретическое.** Устройство и работа парусов на крупных парусных судах – 1 час.

Занятие П 5.20. **Теоретическое.** Такелаж мачт и реев – 1 час.

Занятие П 5.21. **Теоретическое.** Такелаж мачт и реев – 1 час.

Занятие П 5.22. **Теоретическое.** Такелаж парусов – 1 час.

Занятие П 5.23. **Теоретическое.** Такелаж парусов – 1 час.

Занятие П 5.24. **Теоретическое.** Правила плавания по ВВП – 1 час.

Занятие П 5.25. **Теоретическое.** Правила плавания по ВВП – 1 час.

Занятие П 5.26. **Теоретическое.** Правила плавания по ВВП – 1 час.

Занятие П 5.27. **Теоретическое.** Правила плавания по ВВП – 1 час.

Занятие П 5.28. **Теоретическое.** Правила плавания по ВВП – 1 час.

Занятие П 5.29. **Практическое.** Правила плавания по ВВП, тест – 1 час.

Занятие П 5.30. **Теоретическое.** Участие в парусном походе. Планирование, подготовка, проведение. – 1 час.

Занятие П 5.31. **Теоретическое.** Участие в парусном походе. Планирование, подготовка, проведение – 1 час.

Занятие П 5.32. **Теоретическое.** Участие в парусном походе. Планирование, подготовка, проведение. – 1 час.

Занятие П 5.33. **Теоретическое.** Участие в парусном походе. Планирование, подготовка, проведение. – 1 час.

Занятие П 5.34. **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.

### 2.1.3. 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
<b>1 год обучения</b>					
1.	Уставы ВС РФ	5	класс	Общевоинские уставы ВС РФ	опрос
2.	Строевая подготовка	10	класс, кают-кампания	Строевой устав ВС РФ, методика СП	наблюдение, соревнование
3.	Огневая подготовка	7	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	8	класс, местность	ПК, видеопроектор, компасы	опрос, наблюдение, соревнование
<b>2 год обучения</b>					
1.	Уставы ВС РФ	3	класс	Общевоинские уставы ВС РФ	опрос
2.	Строевая подготовка	6	класс, кают-кампания	Строевой устав ВС РФ, методика СП	наблюдение, соревнование
3.	Огневая подготовка	8	класс, стрелковый тир	наставление по стрелковому делу, пневматические винтовки, учебные	наблюдение

				плакаты	
4.	Тактическая подготовка	10	класс, местность	ПК, видеопроектор, полевая форма одежды, Боевой устав сухопутных войск	опрос, наблюдение, соревнование
5.	Военная топография	7	класс, местность	ПК, видеопроектор, компасы	опрос, наблюдение, соревнование
6.	Радиационная химическая биологическая защита	2	класс, кают-компания	ПК, видеопроектор, противогазы, ОЗК	опрос, наблюдение
<b>3 год обучения</b>					
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, 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	9	класс, местность	ПК, видеопроектор, компасы, учебные карты	опрос, наблюдение, соревнование
6.	Радиационная химическая биологическая защита	3	класс, кают-компания	ПК, видеопроектор, противогазы	опрос, наблюдение
<b>4 год обучения</b>					
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	10	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	6	класс, местность	Боевой устав сухопутных войск, Наставление по	опрос, наблюдение

				разведке	
<b>5 год обучения</b>					
1.	Уставы ВС РФ	2	класс	Общевоинские уставы ВС РФ	опрос
2.	Строевая подготовка	6	класс, кают-кампания	Строевой устав ВС РФ, методика СП	наблюдение, соревнование
3.	Огневая подготовка	10	класс, стрелковый тир	наставление по стрелковому делу, пневматические винтовки, учебные плакаты, ММГ АК и ПМ	опрос, наблюдение, соревнование, зачет
4.	Тактическая подготовка	9	класс, местность	ПК, видеопроектор, полевая форма одежды, Боевой устав сухопутных войск	опрос, наблюдение, соревнование
5.	Военная топография	3	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	3	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	1	3	2	-	2	-	2	2	2	-	2	<b>14</b>
2.	Строевая подготовка	2	8	10	2	4	6	1	5	6	2	4	6	2	4	6	<b>34</b>
3.	Огневая подготовка	2	5	7	3	5	8	2	6	8	3	7	10	2	8	10	<b>43</b>
4.	Тактическая подготовка	2	4	6	2	8	10	2	6	8	1	4	5	3	6	9	<b>38</b>
5.	Военная топография	3	5	8	2	5	7	3	6	9	2	4	6	1	2	3	<b>33</b>
6.	Радиационная химическая биологическая защита	-	-	-	1	1	2	2	1	3	1	-	1	-	-	-	<b>6</b>
7.	Разведывательная подготовка	-	-	-	-	-	-	-	-	-	2	4	6	1	2	3	<b>9</b>
8.	Военно-инженерная подготовка	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	1	2	3	<b>3</b>
	<b>ИТОГО:</b>	12	24	<b>36</b>	12	24	<b>36</b>	12	24	<b>36</b>	11	25	<b>36</b>	12	24	<b>36</b>	<b>180</b>

**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	5	7
4.	Тактическая подготовка	2	4	6
5.	Военная топография	3	5	8
	ИТОГО:	12	24	<b>36</b>

**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 - 1 час.

Занятие ОВУ 2.2. **Теоретическое.** Форма одежды и знаки различия - 1 час.

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 – 7 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 2.3. **Практическое.** Положение при стрельбе лежа. Прицеливание. Заряжание пневматической винтовки – 1 час.

Занятие ОП 2.4. **Практическое.** Положение при стрельбе лежа. Прицеливание. Заряжание пневматической винтовки – 1 час.

Занятие ОП 3.1. **Практическое.** Стрельба из пневматической винтовки на кучность – 1 час.

Занятие ОП 3.2. **Практическое.** Стрельба из пневматической винтовки на кучность – 1 час.

**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 2.3. **Практическое.** Действия солдата в бою – 1 час.

Занятие ТП 3.1. **Практическое.** Способы передвижения солдата в бою. В пешем порядке, перебежками, по-пластунски – 1 час.

### 5. Военная топография – 7 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.

Занятие ВТ 2.3. **Практическое.** Способы определения сторон горизонта и направлений – 1 час.

Занятие ВТ 2.4. **Практическое.** Способы определения сторон горизонта и направлений – 1 час.

Занятие ВТ 3.1. **Теоретическое.** Измерение расстояний на местности - 1 час.

Занятие ВТ 3.2. **Практическое.** Измерение расстояний на местности - 1 час.

Занятие ВТ 3.3. **Практическое.** Измерение расстояний на местности - 1 час.

## 2 год обучения

№ пп	Наименование тем	теоретическое	практическое	всего
1.	Уставы ВС	2	1	3
2.	Строевая подготовка	2	4	6
3.	Огневая подготовка	3	5	8
4.	Тактическая подготовка	2	8	10
5.	Военная топография	2	5	7
6.	Радиационная химическая биологическая защита	1	1	2
	<b>ИТОГО:</b>	<b>12</b>	<b>24</b>	<b>36</b>

### 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.

Занятие ОВУ 2.2. **Практическое.** Внутренний порядок - 1 час.

### 2. Строевая подготовка – 6 часов

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

Занятие СП 1.2. **Практическое.** Строи подразделения – 1 час.

Занятие СП 1.3. **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 – 1 час.

Занятие СП 2.3. **Практическое.** Передвижения в составе подразделения – 1 час.

### 3. Огневая подготовка – 8 часов

Занятие ОП 1.1. **Теоретическое.** Работа частей и механизмов стрелкового оружия – 1 час.

Занятие ОП 1.2. **Практическое.** Работа частей и механизмов стрелкового оружия – 1 час.

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

Занятие ОП 2.2. **Практическое.** Средняя точка попадания. Корректировка стрельбы - 1 час.

Занятие ОП 3.1. **Практическое.** Стрельба из пневматической винтовки - 1 час.

Занятие ОП 3.2. **Практическое.** Стрельба из пневматической винтовки - 1 час.

Занятие ОП 4.1. **Теоретическое.** Сведения из внешней баллистики (полет пули) - 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 2.2. **Практическое.** Обязанности солдата в бою - 1 час.  
Занятие ТП 3.1. **Практическое.** Передвижения солдата в бою - 1 час.  
Занятие ТП 3.2. **Практическое.** Передвижения солдата в бою - 1 час.  
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 - 1 час.  
Занятие ТП 4.3. **Практическое.** Действия солдата в наступлении. Действия солдата в обороне. Действия солдата, назначенного наблюдателем - 1 час.  
Занятие ТП 4.4. **Практическое.** Действия солдата в наступлении. Действия солдата в обороне. Действия солдата, назначенного наблюдателем - 1 час.

#### 5. Военная топография - 7 часов

- Занятие ВТ 1.1. **Практическое.** Движение по азимутам - 1 час.  
Занятие ВТ 1.2. **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 2.3. **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	5	6
3.	Огневая подготовка	2	6	8
4.	Тактическая подготовка	2	6	8
5.	Военная топография	3	6	9
6.	Радиационная химическая биологическая защита	2	1	3
	ИТОГО:	12	24	36



## **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 – 6 часов**

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

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

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

Занятие СП 2. 3. **Практическое.** Повороты в движении - 1 час.

## **3. Огневая подготовка – 8 часов**

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

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

Занятие ОП 1.3. **Практическое.** Материальная часть автомата Калашникова – 1 час.

Занятие ОП 1.4. **Практическое.** Материальная часть автомата Калашникова – 1 час.

Занятие ОП 2. 1. **Теоретическое.** Приемы и правила стрельбы из автомата Калашникова - 1 час.

Занятие ОП 3. 1. **Практическое.** 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 – 1 час.

Занятие ОП 3.3. **Теоретическое.** 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 - 1 час.

Занятие ТП 2. 3. **Практическое.** Элементы боевого порядка, в которых может действовать отделение - 1 час.

Занятие ТП 2. 4. **Практическое.** Элементы боевого порядка, в которых может действовать отделение - 1 час.

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

Занятие ТП 3. 2. **Практическое.** Действия командира отделения в различных видах боя - 1 час.

## **5. Военная топография – 9 часов**

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

Занятие ВТ 1. 2. **Практическое.** Изучение рельефа и местных предметов по карте - 1 час.

Занятие ВТ 1. 3. **Практическое.** Изучение рельефа и местных предметов по карте - 1 час.

Занятие ВТ 2.1. **Теоретическое.** Условные обозначения топографических карт - 1 час.

Занятие ВТ 2.2. **Практическое.** Условные обозначения топографических карт - 1 час.

Занятие ВТ 2.3. **Практическое.** Условные обозначения топографических карт - 1 час.

Занятие ВТ 3. 1. **Теоретическое.** Работа с топографической картой на местности (ориентирование и движение с помощью карты) - 1 час.

Занятие ВТ 3. 2. **Практическое.** Работа с топографической картой на местности (ориентирование и движение с помощью карты) - 1 час.

Занятие ВТ 3. 3. **Практическое.** Работа с топографической картой на местности (ориентирование и движение с помощью карты) - 1 час.

#### **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	4	6
3.	Огневая подготовка	3	7	10
4.	Тактическая подготовка	1	4	5
5.	Военная топография	2	4	6
6.	Радиационная химическая биологическая защита	1	-	1
7.	Разведывательная подготовка	2	4	6
	<b>ИТОГО:</b>	<b>11</b>	<b>25</b>	<b>36</b>

#### **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» – 1 час.

Занятие ОВУ 1.2. **Практическое.** Порядок проведения занятий по общевоинским уставам ВС РФ по теме «Взаимоотношения между военнослужащими» – 1 час.

#### **2. Строевая подготовка – 6 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 1.3. **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» - 1 час.

Занятие СП 2.3. **Практическое.** Порядок проведения занятий по строевой подготовке по теме «Строевые приемы без оружия» - 1 час.

#### **3. Огневая подготовка – 10 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 3.3. **Практическое.** Материальная часть пистолета Макарова – 1 час.

Занятие ОП 3.4. **Практическое.** Материальная часть пистолета Макарова – 1 час.

Занятие ОП 4.1. **Практическое.** Выполнение учебных стрельб из различных видов оружия – 1 час.  
 Занятие ОП 4.2. **Практическое.** Выполнение учебных стрельб из различных видов оружия – 1 час.  
 Занятие ОП 4.3. **Практическое.** Выполнение учебных стрельб из различных видов оружия – 1 час.

#### 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» - 1 час.  
 Занятие ТП 2.2. **Практическое.** Порядок проведения занятия по тактической подготовке по теме «Действия солдата в бою» - 1 час.  
 Занятие ТП 2.3. **Практическое.** Порядок проведения занятия по тактической подготовке по теме «Действия солдата в бою» - 1 час.  
 Занятие ТП 2.4. **Практическое.** Порядок проведения занятия по тактической подготовке по теме «Действия солдата в бою» - 1 час.

#### 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 1.3. **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» – 1 час.  
 Занятие ВТ 2.3. **Практическое.** Порядок проведения занятий по военной топографии по теме «Определение магнитного азимута» – 1 час.

#### 6. РХЗБЗ – 1 час

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

#### 7. Разведывательная подготовка – 6 часов

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 1.3. **Практическое.** Подготовка, планирование маршрута, движение в составе разведывательной группы, движение ночью – 1 час.  
 Занятие РП 2.1. **Теоретическое.** Выполнение мероприятий маскировки – 1 час.  
 Занятие РП 2.2. **Практическое.** Выполнение мероприятий маскировки – 1 час.  
 Занятие РП 2.3. **Практическое.** Выполнение мероприятий маскировки – 1 час.

### 5 год обучения

№ пп	Наименование тем	теоретическое	практическое	всего
1.	Уставы ВС	2	-	2
2.	Строевая подготовка	2	4	6
3.	Огневая подготовка	2	8	10
4.	Тактическая подготовка	3	6	9

5.	Военная топография	1	2	3
7.	Разведывательная подготовка	1	2	3
8.	Военно-инженерная подготовка	1	2	2
	ИТОГО:	12	24	36

### 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 – 1 час.

Занятие СП 1.2. **Практическое.** Строевые приемы и движение с оружием – 1 час.

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 – 10 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 нормативов: Изготовка к стрельбе из различных положений (лежа, с колена, стоя, из-за укрытия) – 1 час.

Занятие ОП 2.3. **Практическое.** Основные нормативы по огневой подготовке для стрелкового оружия. Выполнение норматива: Снаряжение магазина патронами – 1 час.

Занятие ОП 2.4. **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 3.3. **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 – 1 час.

Занятие ОП 4.2. **Практическое.** Практическое выполнение упражнений учебных стрельб из различных видов стрелкового оружия – 1 час.

### 4. Тактическая подготовка – 9 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 1.3. **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 – 1 час.

Занятие ТП 3.3. **Практическое.** Порядок действия подразделения в походном охранении – 1 час.

Занятие ТП 3.4. **Практическое.** Порядок действия подразделения в походном охранении – 1 час.

### 5. Военная топография – 3 часа

Занятие ВТ 1.1. **Теоретическое.** Порядок выполнения нормативов по военной топографии «Определение направления (азимута на местности)», «Чтение карты» - 1 час.

Занятие ВТ 1.2. **Практическое.** Выполнение норматива: «Определение направления (азимута на местности)» - 1 час.

Занятие ВТ 1.3. **Практическое.** Выполнение норматива: «Чтение карты» – 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 – 1 час.

Занятие РП 1.2. **Практическое.** Подразделение в боевом разведывательном дозоре – 1 час.

### 7. Военно-инженерная подготовка – 3 часа

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

Занятие ВИП 1.2. **Практическое.** Устройство и преодоление инженерных заграждений – 1 час.

Занятие ВИП 1.2. **Практическое.** Устройство и преодоление инженерных заграждений – 1 час.

### 2.1.4. 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
<b>3 год обучения</b>					
	Вводное занятие	1	Специализированный класс	ПК, видеопроектор	Опрос
1.	Основы ТУС и МКС*	12	Специализированный класс	ПК, видеопроектор	Опрос, наблюдение, зачет
2.	Военно-морские силы	18	Специализированный класс	ПК, видеопроектор	Опрос, наблюдение, зачет
3.	Специальная подготовка	5	Специализированный класс	ПК, видеопроектор	Опрос, наблюдение, зачет
<b>4 год обучения</b>					
	Вводное занятие	2	Специализированный класс	ПК, видеопроектор	Опрос
1.	Основы ТУС и МКС*	12	Специализированный класс	ПК, видеопроектор	Опрос, наблюдение, зачет
2.	Основы метеорологии	12	Специализированный класс	ПК, видеопроектор	Опрос, наблюдение, зачет
3.	Военно-морские силы	22	Специализированный класс	ПК, видеопроектор	Опрос, наблюдение, зачет
4.	Специальная подготовка	8	Специализированный класс	ПК, видеопроектор	Опрос, наблюдение, зачет
5.	Навигация и логия	16	Специализированный класс	ПК, видеопроектор	Опрос, наблюдение, зачет

5 год обучения					
	Вводное занятие	2	Специализированный класс	ПК, видеопроектор	Опрос
1.	Основы ТУС и МКС*	8	Специализированный класс	ПК, видеопроектор	Опрос, наблюдение, зачет
2.	Основы метеорологии	4	Специализированный класс	ПК, видеопроектор	Опрос, наблюдение, зачет
3.	Военно-морские силы	12	Специализированный класс	ПК, видеопроектор	Опрос, наблюдение, зачет
4.	Специальная подготовка	8	Специализированный класс	ПК, видеопроектор	Опрос, наблюдение, зачет
5.	Навигация и лоция	38	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	2	-	2	2	-	2	<b>5</b>
1.	Основы ТУС и МКС*	6	6	12	6	6	12	4	4	8	<b>32</b>
2.	Основы метеорологии	-	-	-	6	6	12	2	2	4	<b>16</b>
3.	Военно-морские силы	18	-	18	16	6	22	10	2	12	<b>52</b>
4.	Специальная подготовка	2	3	5	4	4	8	4	4	8	<b>21</b>
5.	Навигация и лоция	-	-	-	8	8	16	14	24	38	<b>54</b>
	<b>Итого часов:</b>	<b>27</b>	<b>9</b>	<b>36</b>	<b>42</b>	<b>30</b>	<b>72</b>	<b>36</b>	<b>36</b>	<b>72</b>	<b>180</b>

\* - 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*	6	6	12
2.	Основы метеорологии	-	-	-

3.	Военно-морские силы	18	-	18
4.	Специальная подготовка	2	3	5
5.	Навигация и лоция	-	-	-
	<b>Итого часов:</b>	27	9	<b>36</b>

\* - 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) – 12 часов**

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

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

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

Занятие Т 1.4. **Практическое.** Общее устройство судна. Главные плоскости судна – 1 час.

Занятие Т 1.5. **Теоретическое.** Устройство надводного корабля – 1 час.

Занятие Т 1.6. **Практическое.** Устройство надводного корабля – 1 час.

Занятие Т 1.7. **Теоретическое.** Устройство надводного корабля – 1 час.

Занятие Т 1.8. **Практическое.** Устройство надводного корабля – 1 час.

Занятие Т 1.9. **Теоретическое.** Устройство подводной лодки – 1 час.

Занятие Т 1.10. **Практическое.** Устройство подводной лодки – 1 час.

Занятие Т 1.11. **Практическое.** Устройство подводной лодки – 1 час.

Занятие Т 1.12. **Теоретическое.** Устройство подводной лодки – 1 час.

### **3. Военно-морские силы (В) – 18 часов.**

#### **Военно-морской флот цели и задачи. Отличие судно и корабль.**

Занятие В 3.1. **Теоретическое.** Структура ВМФ РФ виды и рода войск. Флота и флотилии, объединения флота – 1 час.

Занятие В 3.2. **Теоретическое.** Структура ВМФ РФ виды и рода войск. Флота и флотилии, объединения флота – 1 час.

Занятие В 3.3. **Теоретическое.** Структура ВМФ РФ виды и рода войск. Флота и флотилии, объединения флота – 1 час.

Занятие В 3.4. **Теоретическое.** Структура ВМФ РФ виды и рода войск. Флота и флотилии, объединения флота – 1 час.

Занятие В 3.5. **Теоретическое.** Структура ВМФ РФ виды и рода войск. Флота и флотилии, объединения флота – 1 час.

Занятие В 3.6. **Теоретическое.** Структура ВМФ РФ виды и рода войск. Флота и флотилии, объединения флота – 1 час.

Занятие В 3.7. **Теоретическое.** Структура ВМФ РФ виды и рода войск. Флота и флотилии, объединения флота – 1 час.

Занятие В 3.8. **Теоретическое.** Структура ВМФ РФ виды и рода войск. Флота и флотилии, объединения флота – 1 час.

Занятие В 3.9. **Теоретическое.** Основы флотской организации. Морская форма, традиции. Распорядок - 1 час.

Занятие В 3.10. **Теоретическое.** Основы флотской организации. Морская форма, традиции. Распорядок - 1 час.

Занятие В 3.11. **Теоретическое.** Основы флотской организации. Морская форма, традиции. Распорядок - 1 час.

Занятие В 3.12. **Теоретическое.** Основы флотской организации. Морская форма, традиции. Распорядок - 1 час.

Занятие В 3.13. **Теоретическое.** Основы флотской организации. Морская форма, традиции. Распорядок - 1 час.

Занятие В 3.14. **Теоретическое.** Основы флотской организации. Морская форма, традиции. Распорядок - 1 час.

Занятие В 3.15. **Теоретическое.** Морские части в других ведомствах. Отличие в форме. Флаги, символика. Зоны ответственности – 1 час.

Занятие В 3.16. **Теоретическое.** Морские части в других ведомствах. Отличие в форме. Флаги, символика. Зоны ответственности – 1 час.

Занятие В 3.17. **Теоретическое.** Морские части в других ведомствах. Отличие в форме. Флаги, символика. Зоны ответственности – 1 час.

Занятие В 3.18. **Теоретическое.** Морские части в других ведомствах. Отличие в форме. Флаги, символика. Зоны ответственности – 1 час.

#### **4. Специальная подготовка (СП) – 5 часов**

Занятие СП 4.1. **Теоретическое.** Безопасность на море - 1 час.

Занятие СП 4.2. **Практическое.** Безопасность на море - 1 час.

Занятие СП 4.3. **Теоретическое.** Индивидуальные и групповые средства спасения - 1 час.

Занятие СП 4.4. **Практическое.** Индивидуальные и групповые средства спасения - 1 час.

Занятие СП 4.5. **Практическое.** Индивидуальные и групповые средства спасения - 1 час.

### **4 год обучения**

№ пп	Тема занятий	теоретические	практические	всего
	Вводное занятие	2	-	2
1.	Основы ТУС и МКС*	6	6	12
2.	Основы метеорологии	6	6	12
3.	Военно-морские силы	16	6	22
4.	Специальная подготовка	4	4	8
5.	Навигация и лоция	8	8	16
	<b>Итого часов:</b>	<b>42</b>	<b>30</b>	<b>72</b>

\* - теория устройства судна и маневренные качества судов

#### **Вводное занятие – 2 часа**

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

#### **1. Основы Теории Устройства Судна и Маневренных Качеств Судов – 12 часов**

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

Занятие Т 1.2. **Практическое.** Эксплуатационные качества судна – 2 часа.

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

Занятие Т 1.4. **Практическое.** Мореходные качества судна – 2 часа.

Занятие Т 1.5. **Теоретическое.** Главные размерения судна – 2 часа.

Занятие Т 1.6. **Практическое.** Главные размерения судна – 2 часа.

#### **2. Основы метеорологии (ОМ) – 12 часов**

Занятие М 2.1. **Теоретическое.** Погодные приметы: устойчивой, улучшения, ухудшения, штормовой, приближения шквала – 2 часа.

Занятие М 2.2. **Практическое.** Погодные приметы: устойчивой, улучшения, ухудшения, штормовой, приближения шквала – 2 часа.

Занятие М 2.3. **Теоретическое.** Ветер. Шкала ветра – 2 часа.

Занятие М 2.4. **Практическое.** Ветер. Шкала ветра – 2 часа.

Занятие М 2.5. **Теоретическое.** Волновой режим. Шкала волнений - 2 часа.

Занятие М 2.6. **Практическое.** Волновой режим. Шкала волнений - 2 час.

#### **3. Военно-морские силы (В) – 22 часа**



Занятие В 3.1. **Теоретическое.** Корабельный устав ВМФ РФ (вахты и дежурства, боевые части и службы, ритуалы)- 2001 - 2 час.

Занятие В 3.2. **Теоретическое.** Корабельный устав ВМФ РФ (вахты и дежурства, боевые части и службы, ритуалы)- 2001 - 2 часа.

Занятие В 3.3. **Теоретическое.** Корабельный устав ВМФ РФ (вахты и дежурства, боевые части и службы, ритуалы)- 2001 - 2 часа.

Занятие В 3.4. **Теоретическое.** Корабельный устав ВМФ РФ (вахты и дежурства, боевые части и службы, ритуалы)- 2001 - 2 часа.

Занятие В 3.5. **Практическое.** Корабельный устав ВМФ РФ (вахты и дежурства, боевые части и службы, ритуалы) - 2001 -2 час.

Занятие В 3.6. **Теоретическое.** Типы надводных кораблей, вооружение - 2 часа.

Занятие В 3.7. **Теоретическое.** Типы надводных кораблей, вооружение - 2 часа.

Занятие В 3.8. **Практическое.** Типы надводных кораблей, вооружение - 2 часа.

Занятие В 3.9. **Теоретическое.** Типы подводных кораблей, вооружение - 2 часа.

Занятие В 3.10. **Теоретическое.** Типы подводных кораблей, вооружение - 2 часа.

Занятие В 3.11. **Практическое.** Типы подводных кораблей, вооружение - 2 часа.

#### **4. Специальная подготовка (СП) – 8 часов**

Занятие СП 4.1. **Теоретическое.** Оказание первой помощи, выживание на море - 2 часа.

Занятие СП 4.2. **Практическое.** Оказание первой помощи, выживание на море - 2 часа.

Занятие СП 4.3. **Теоретическое.** Действия во время и после кораблекрушения - 2 часа.

Занятие СП 4.4. **Практическое.** Действия во время и после кораблекрушения - 2 часа.

#### **5. Навигация и лоция (Н) – 16 часов**

Занятие Н 5.1. **Теоретическое.** Морские карты – 2 часа.

Занятие Н 5.2. **Практическое.** Морские карты – 2 часа.

Занятие Н 5.3 **Теоретическое.** Навигационное оборудование – 2 часа.

Занятие Н 5.4 **Практическое.** Навигационное оборудование – 2 часа.

Занятие Н 5.5. **Теоретическое.** Навигационные огни и знаки – 2 часа.

Занятие Н 5.6. **Практическое.** Навигационные огни и знаки – 2 часа.

Занятие Н 5.7. **Теоретическое.** Сигнализация и связь. Азбука Морзе. Передача сигналов ключом и семафорным фонарем – 2 часа.

Занятие Н 5. 8. **Практическое.** Сигнализация и связь. Азбука Морзе. Передача сигналов ключом и семафорным фонарем – 2 часа.

### **5 год обучения**

№ пп	Тема занятий	теоретические	практические	всего
	Вводное занятие	2	-	2
1.	Основы ТУС и МКС*	4	4	8
2.	Основы метеорологии	2	2	4
3.	Военно-морские силы	10	2	12
4.	Специальная подготовка	4	4	8
5.	Навигация и лоция	14	24	38
	<b>Итого часов:</b>	<b>36</b>	<b>36</b>	<b>72</b>

\* - теория устройства судна и маневренные качества судов

#### **Вводное занятие – 2 часа**

Занятие **Теоретическое.** Обзор программы курса. Морская доктрина России. Перспектива развития флота – 2 час.

## **1. Основы Теории Устройства Судна и Маневренных Качеств Судов – 8 часов**

Занятие Т 1.1. **Теоретическое.** Маневренные характеристики – 2 часа.

Занятие Т 1.2. **Теоретическое.** Факторы, влияющие на управляемость. Понятие узкости и мелководья с точки зрения управления судном. Гидродинамическое взаимодействие судов – 2 часа.

Занятие Т 1.3. **Теоретическое.** Судовые устройства – 2 часа.

Занятие Т 1.4. **Практическое.** Судовые устройства – 2 часа.

## **2. Основы метеорологии (М) – 4 часа**

Занятие М 2.1. **Теоретическое.** Современные способы получения информации о погоде - 2 часа.

Занятие М 2.2. **Практическое.** Обработка полученной информации, анализ, планирование плавания – 2 часа.

## **3. Военно-морские силы (В) – 12 часов**

Занятие В 3.1. **Теоретическое.** ВМС иностранных государств - 2 часа.

Занятие В 3.2. **Теоретическое.** Взаимодействие родов войск в структуре ВМС - 2 часа.

Занятие В 3.3. **Практическое.** Взаимодействие родов войск в структуре ВМС - 2 часа.

Занятие В 3.4. **Теоретическое.** Морская пехота. Структура, вооружение, функции - 2 часа.

Занятие В 3.5. **Теоретическое.** Морская авиация. Структура, вооружение, функции - 2 часа.

Занятие В 3.6. **Теоретическое.** Береговая артиллерия. Структура, вооружение, функции - 2 часа.

## **4. Специальная подготовка (СП) – 8 часов**

Занятие СП 4.1. **Теоретическое.** Борьба с пожарами - 2 часа.

Занятие СП 4.2. **Практическое.** Борьба с пожарами - 2 часа.

Занятие СП 4.3. **Теоретическое.** Борьба с водой – 2 часа.

Занятие СП 4.4. **Практическое.** Борьба с водой - 2 часа.

## **5. Навигация и лоция (Н) – 38 часов**

Занятие Н 5.1. **Теоретическое.** Система координат широта и долгота. Картографические проекции – 2 часа.

Занятие Н 5.2. **Практическое.** Система координат широта и долгота. Картографические проекции – 4 часа.

Занятие Н 5.3. **Теоретическое.** Магнитный компас. Гирокомпас. Курсы и пеленги – 2 часа.

Занятие Н 5.4. **Практическое.** Магнитный компас. Гирокомпас. Курсы и пеленги – 2 часа.

Занятие Н 5.5. **Теоретическое.** Дальность видимости горизонта – 2 часа.

Занятие Н 5.6. **Практическое.** Дальность видимости горизонта – 2 часа.

Занятие Н 5.7. **Теоретическое.** Магнитное поле Земли и магнитное склонение - 2 часа.

Занятие Н 5.8. **Практическое.** Магнитное поле Земли и магнитное склонение - 2 часа.

Занятие Н 5.9. **Теоретическое.** Электронное навигационное оборудование – 2 часа.

Занятие Н 5.10. **Практическое.** Электронное навигационное оборудование – 2 часа.

Занятие Н 5.11. **Теоретическое.** Международный свод сигналов (МСС) и Свод Сигналов ВМФ – 2 часа.

Занятие Н 5.12. **Практическое.** Международный свод сигналов (МСС) и Свод Сигналов ВМФ – 2 часа.

Занятие Н 5.13. **Теоретическое.** Прокладка курса – 2 часа.

Занятие Н 5.14. **Практическое.** Прокладка курса – 10 часов.

### 2.1.5. 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
<b>1 год обучения</b>					
	Вводное занятие	1	Штурманский класс	Видео проектор, презентация	опрос, беседа
1	Легкая атлетика	9	Спортивная площадка, кают-компания	Проектор, свисток, стартовые конусы, малые мячи для метания, эстафетные палочки	наблюдение, беседа,
2	Гимнастика, акробатика	14	Спортивный зал	Гимнастические маты, перекладина,	наблюдение, беседа, принятие нормативов
3	Силовая тренировка без предмета	18	Спортивный зал	Гимнастические маты, свисток	наблюдение, беседа, принятие нормативов
4	Спортивные игры	22	Спортивный зал, игровая площадка, кают-компания	Волейбольная сетка, волейбольные мячи, стартовые конусы, баскетбольные кольца, баскетбольные мячи, футбольные ворота, футбольные мячи, свисток, проектор	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
<b>2 год обучения</b>					
	Вводное занятие	1	Штурманский класс	Видео проектор, презентация	опрос, беседа
1	Легкая атлетика	9	Спортивная площадка, кают-компания	Свисток, стартовые конусы, малые мячи для метания, эстафетные палочки, проектор	беседа, наблюдение, принятие нормативов
2	Гимнастика, акробатика	14	Спортивный зал, кают-компания	Гимнастические маты, перекладина, проектор	беседа, наблюдение, принятие нормативов
3	Силовая тренировка без предмета	10	Спортивный зал	Гимнастические маты, свисток	беседа, наблюдение, принятие нормативов
4	Силовая тренировка с отягощением	8	Спортивный зал	Гимнастические маты, бодибары, мед.болы, гантели 1 кг	беседа, наблюдение, принятие нормативов
5	Спортивные игры	22	Спортивный зал, игровая площадка,	Волейбольная сетка, волейбольные мячи, стартовые конусы,	наблюдение, опрос, беседа, принятие

№ пп	Наименование раздела, темы	Кол-во часов	Место проведения	Материальное и информационное обеспечение занятия	Форма и метод контроля
			кают-компания	баскетбольные кольца, баскетбольные мячи, футбольные ворота, футбольные мячи, свисток, проектор	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, беседа
<b>3 год обучения</b>					
	Вводное занятие	1	Штурманский класс	Видео проектор	Опрос, презентация, беседа
1	Легкая атлетика	9	Спортивная площадка, кают-компания	Свисток, стартовые конусы, малые мячи для метания, проектор	беседа, наблюдение, принятие нормативов
2	Гимнастика, акробатика	14	Спортивный зал, кают-компания	Гимнастические маты, перекладина, проектор	беседа, наблюдение, принятие нормативов
3	Силовая тренировка без предмета	10	Спортивный зал, кают-компания	Гимнастические маты, свисток, проектор	беседа, наблюдение, принятие нормативов
4	Силовая тренировка с отягощением	8	Спортивный зал, кают-компания	Гимнастические маты, бодибары, мед.болы, гантели 1,3 кг	беседа, наблюдение, принятие нормативов
5	Спортивные игры	22	Спортивный зал, игровая площадка, кают-компания	Волейбольная сетка, волейбольные мячи, стартовые конусы, баскетбольные кольца, баскетбольные мячи, футбольные ворота, футбольные мячи, свисток, проектор	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
<b>4 год обучения</b>					
	Вводное занятие	1	Штурманский класс	Видео проектор, презентация	Опрос, беседа
1	Легкая атлетика	9	Спортивная площадка, кают-компания	Свисток, стартовые конусы, малые мячи для метания	Наблюдение, опрос, принятие нормативов

№ пп	Наименование раздела, темы	Кол-во часов	Место проведения	Материальное и информационное обеспечение занятия	Форма и метод контроля
2	Гимнастика, акробатика	14	Спортивный зал, кают-компания	Гимнастические маты, перекладина, проектор	беседа, наблюдение, принятие нормативов
3	Силовая тренировка без предмета	8	Спортивный зал, кают-компания	Гимнастические маты, перекладина, проектор	беседа, наблюдение, принятие нормативов
4	Силовая тренировка с отягощением	10	Спортивный зал, кают-компания	Гимнастические маты, бодибары, мед.болы, гантели 1,3,5 кг., проектор	беседа, наблюдение, принятие нормативов
5	Спортивные игры	22	Спортивный зал, игровая площадка, кают-компания	Волейбольная сетка, волейбольные мячи, стартовые конусы, баскетбольные кольца, баскетбольные мячи, футбольные ворота, футбольные мячи, свисток, проектор	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
<b>5 год обучения</b>					
	Вводное занятие	1	Штурманский класс	Видео проектор, презентация	Опрос, беседа
1	Легкая атлетика	9	Спортивная площадка, кают-компания	Свисток, стартовые конусы, малые мячи для метания, проектор	беседа, наблюдение, принятие нормативов
2	Гимнастика, акробатика	14	Спортивный зал, кают-компания	Гимнастические маты, перекладина, проектор	беседа, наблюдение, принятие нормативов
3	Силовая тренировка без предмета	8	Спортивный зал, кают-компания	Гимнастические маты, перекладина, проектор	беседа, наблюдение, принятие нормативов
4	Силовая тренировка с отягощением	10	Спортивный зал, кают-компания	Гимнастические маты, бодибары, мед.болы, гантели 1,3,5 кг., проектор	беседа, наблюдение, беседа, наблюдение, принятие нормативов
5	Спортивные игры	22	Спортивный зал, игровая площадка	Волейбольная сетка, волейбольные мячи, стартовые конусы, баскетбольные кольца, баскетбольные мячи, футбольные ворота, футбольные мячи, свисток	наблюдение, опрос, беседа, принятие нормативов

№ пп	Наименование раздела, темы	Кол-во часов	Место проведения	Материальное и информационное обеспечение занятия	Форма и метод контроля
6	Контрольные нормативы и спортивные соревнования	8	Игровая площадка	Волейбольная сетка, волейбольные мячи, баскетбольные кольца, баскетбольные мячи, футбольные ворота, футбольные мячи, свисток.	наблюдение, зачет

№ п/п	Тема	1 год обучения			2 год обучения			3 год обучения			4 год обучения			5 год обучения		
		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
1.	Легкая атлетика	1	8	9	1	8	9	1	8	9	1	8	9	1	8	9
2.	Гимнастика, акробатика	2	12	14	2	12	14	2	12	14	2	12	14	2	12	14
3.	Силовая тренировка без предмета	2	16	18	2	8	10	2	8	10	2	6	8	2	6	8
4.	Силовая тренировка с отягощением	-	-	-	2	6	8	2	6	8	2	8	10	2	8	10
5.	Спортивные игры	4	12	16	2	14	16	2	14	16	2	14	16	2	14	16
6.	Контрольные нормативы и спорт. соревнования	2	6	8	2	6	8	2	6	8	2	6	8	2	6	8
<b>Итого:</b>		14	58	72	14	58	72	14	58	72	14	58	72	14	58	72

**СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**  
**1 год обучения**

№ пп	Наименование темы	теоретическое	практическое	всего
	Вводное занятие	1	-	1
1.	Легкая атлетика	1	8	9
2.	Гимнастика, акробатика	2	12	14
3.	Силовая тренировка без предмета	2	16	18
5.	Спортивные игры	6	16	22
6.	Контрольные нормативы и спортивные соревнования	2	6	8
	<b>Итого:</b>	14	58	72

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

**1. Легкая атлетика - 9 часов**

Занятие л/а 1.1. **Теоретическое.** Техника безопасности. История л/а-1 час.

Занятие л/а 1.2. **Практическое.** Бег 30 метров, СБУ – 1 час.

Занятие л/а 1.3. **Практическое.** Техника высокого старта, СБУ-1 час.

Занятие л/а 1.4. **Практическое.** Техника челночного бега, СБУ-1 час.

Занятие л/а 1.5. **Практическое.** Спринтерский бег. Эстафетный бег-1 час.

Занятие л/а 1.6. **Практическое.** Метание мяча на дальность. СБУ-1 час.

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

Занятие л/а 1.8. **Практическое.** Равномерный бег. Развитие выносливости- 2 час.

**2. Гимнастика и акробатика - 14 часов**

Занятие г/а 1.1. **Теоретическое.** Техника безопасности и страховка. История гимнастики – 2 часа.

Занятие г/а 1.3. **Практическое.** Строевые упражнения и акробатические комбинации- 1 час.

Занятие г/а 1.4. **Практическое.** Ритмическая гимнастика и ОФП- 1 час.

Занятие г/а 1.5. **Практическое.** Техника кувырка вперед, ОФП- 1 час.

Занятие г/а 1.6. **Практическое.** Техника кувырка назад, ОФП– 1 час.

Занятие г/а 1.7. **Практическое.** Акробатическая комбинация из кувырков, ОФП-1 час.

Занятие г/а 1.8. **Практическое.** Ритмическая гимнастика и ОФП- 1 час.

Занятие г/а 1.9. **Практическое.** Техника подтягивания, ОФП- 1 час.

Занятие г/а 1.10. **Практическое.** Техника подъема корпуса, ОФП – 1 час.

Занятие г/а 1.11. **Практическое.** Ритмическая гимнастика, ОФП -2 часа.

Занятие г/а 1.13 **Практическое.** Техника длинного кувырка, ОФП-2 часа.

**3. Силовая тренировка без предмета - 18 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. Спортивные игры – 22 часа

5. Занятие с/и 1.1. **Теоретическое** Футбол. История футбола-2 часа.

Занятие с/и 1.3. **Практическое** Футбол. Удары по мячу подъемом ноги- 1 час.

Занятие с/и 1.4. **Практическое** Футбол. Техника ведения мяча ногами- 1 час.

Занятие с/и 1.5. **Практическое** Футбол. Техника передачи мяча ногами- 1 час.

Занятие с/и 1.6 **Практическое** Футбол. Игра по правилам -1 час.

Занятие с/и 1.7. **Теоретическое.** Техника безопасности и правила спортивных игр- 2 часа.

Занятие с/и 1.9 История спорт.игр – 2 часа.

Занятие с/и 1.11. **Практическое.** Волейбол. Передача мяча сверху двумя руками- 1 час.

Занятие с/и 1.12. **Практическое.** Волейбол. Техника передачи мяча снизу двумя руками- 1 час.

Занятие с/и 1.13. **Практическое.** Волейбол. Техника прием мяча сверху- 1 час.

Занятие с/и 1.14. **Практическое.** Волейбол. Техника приема мяча снизу- 1 час.

Занятие с/и 1.15. **Практическое.** Волейбол. Игра по упрощённым правилам- 2 часа.

Занятие с/и 1.17. **Практическое.** Баскетбол. Ведение мяча-1 час.

Занятие с/и 1.18. **Практическое.** Баскетбол. Передача мяча одной рукой-1 час.

Занятие с/и 1.19. **Практическое.** Баскетбол. Передача мяча одной рукой, с отскоком- 1 час.

Занятие с/и 1.20. **Практическое.** Баскетбол. Ведение и передача мяча разными способами-1 час.

Занятие с/и 1.21. **Практическое.** Баскетбол. Игра по упрощенным правилам- 2 часа.

#### 6. Контрольные нормативы и спортивные межэкипажные соревнования - 8 часов

Занятие к/нор. 1.1. **Теоретическое.** Правила сдачи нормативов и правила соревнований- 1 час.

Занятие к/нор. 1.2. **Практическое.** Сдача нормативов по ОФП- 1 час.

Занятие м/э сор.1.3. **Практическое.** Межэкипажные соревнования по волейболу- 1 час.

Занятие м/э сор.1.4. **Практическое.** Межэкипажные соревнования по баскетболу- 1 час.

Занятие м/э сор.1.5. **Практическое.** Межэкипажные соревнования по футболу- 2 час.

Занятие м/э сор.1.6. **Теоретическое.** Подведение итогов межэкипажных соревнований по спортивным играм- 1 час.

Занятие м/э сор.1.7. **Практическое.** Сдача нормативов по л/а- 1 час.

### 2 год обучения

№ пп	Наименование тем	теоретическое	практическое	всего
	Вводное занятие	1	-	1
1.	Легкая атлетика	1	8	9
2.	Гимнастика, акробатика	2	12	14
3.	Силовая тренировка без предмета	2	8	10
4.	Силовая тренировка с отягощением	2	6	8
5.	Спортивные игры	4	18	22
6.	Контрольные нормативы и спортивные соревнования	2	6	8
	<b>Итого:</b>	14	58	72

Занятие В. 2.1. **Теоретическое.** Организационно-методические требования на занятиях по ОФП – 1 час.

### **1. Легкая атлетика - 9 часов**

- Занятие л/а.2.1. **Теоретическое.** Техника безопасности и самостраховки-1 час.  
Занятие л/а. 2.2. **Практическое.** Бег 30 метров, 60 метров, СБУ – 1 час.  
Занятие л/а. 2.3. **Практическое.** Техника старта с опорой на одну руку, СБУ – 1 час.  
Занятие л/а. 2.4. **Практическое.** Метание малого мяча на дальность, СБУ – 1 час.  
Занятие л/а. 2.5. **Практическое.** Спринтерский бег. Эстафетный бег, СБУ-1 час  
Занятие л/а. 2.6. **Практическое.** Равномерный бег. Развитие выносливости- 2 часа.  
Занятие л/а. 2.8. **Практическое.** Прыжки в длину с места, СБУ- 1 час.  
Занятие л/а. 2.9. **Практическое.** Преодоление легкоатлетической полосы препятствий- 1 час.

### **2. Гимнастика и акробатика - 14 часов**

- Занятие г/а 2.1. **Теоретическое.** Страховка и самостраховка, тех.безопасности. История мировой гимнастики - 2 часа.  
Занятие г/а2.3. **Практическое.** Ритмическая гимнастика и ОФП- 2 часа.  
Занятие г/а 2.5. **Практическое.** Техника кувырка назад, кувырок вперед- 2 часа.  
Занятие г/а 2.7. **Практическое.** Длинный кувырок, ОФП- 2 часа.  
Занятие г/а 2.9. **Практическое.** Кувырок назад с выходом на руки, ОФП- 2 часа.  
Занятие г/а 2.11. **Практическое.** Акробатическая комбинация из кувырков, ОФП-2 часа.  
Занятие г/а 2.13. **Практическое.** Техника подтягивания с выходом на прямые руки, ОФП - 2 часа.

### **3. Силовая тренировка без предмета - 10 часов**

- Занятие стб. 2.1. **Теоретическое.** Знания о выполнении силовых упражнений с отягощением. Техника безопасности- 2 часа.  
Занятие стб. 2.3. **Практическое.** ОФП, упражнения на силу рук- 2 часа.  
Занятие стб. 2.5. **Практическое.** ОФП, упражнения на силу брюшного пресса- 2 часа.  
Занятие стб. 2.7. **Практическое.** ОФП, упражнения на силу мышц спины- 2 часа.  
Занятие стб. 2.9. **Практическое.** ОФП, упражнения на силу ног-2 часа.

### **4. Силовая тренировка с отягощением - 8 часа**

- Занятие сто. 2.1. **Теоретическое.** Виды отягощений. История тяж. атлетики- 2 часа.  
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- 1 час.  
Занятие сто. 2.7. **Практическое.** Сдача контрольных нормативов, подготовка к соревнованиям- 1 час.

### **5. Спортивные игры – 22 часа**

- Занятие с/и.2.1. **Теоретическое.** История мирового футбола- 2 часа.  
Занятие с/и.2.3. **Практическое.** Удары по катящемуся мячу- 1 час.  
Занятие с/и.2.4. **Практическое.** Футбольные упражнения с мячом- 1 час.  
Занятие с/и.2.5. **Практическое.** Игра по правилам- 2 часа.  
Занятие с/и. 2.7. **Теоретическое.** Техника безопасности. Мировая история спорт. игр - 2 часа.  
Занятие с/и.2.9. **Практическое.** Волейбол. Прием и передача мяча снизу- 1 час.  
Занятие с/и.2.10. **Практическое.** Волейбол. Прием и передача мяча сверху- 1 час.  
Занятие с/и.2.11. **Практическое.** Волейбол. Прием и передача мяча различными способами- 1 час.  
Занятие с/и.2.12. **Практическое.** Волейбол. Техника нижней прямой подачи- 1 час.  
Занятие с/и.2.13. **Практическое.** Волейбол. Игра по упрощённым правилам – 2 часа.  
Занятие с/и.2.15. **Практическое.** Баскетбол. Ведение мяча, стойка баскетболиста - 1 час.  
Занятие с/и.2.16. **Практическое.** Баскетбол. Передача мяча - 1 час.  
Занятие с/и. 2.17. **Практическое.** Баскетбол. Игра в баскетбол - 1 час.  
Занятие с/и. 2.18. **Практическое.** Баскетбол. Броски в корзину двумя руками в прыжке- 1 час.  
Занятие с/и.2.19. **Практическое.** Баскетбол. Игра по упрощённым правилам - 2 часа.  
Занятие с/и. 2.21. **Практическое.** Баскетбол. Игра по упрощённым правилам -2 часа.

## 6. Контрольные нормативы и спортивные межэкипажные соревнования - 8 часов

Занятие к.нор. 2.1. **Теоретическое.** Правила сдачи нормативов и соревнований- 1 час.

Занятие к.нор. 2.2. **Практическое.** Сдача нормативов по ОФП- 1 час.

Занятие м/э сор. 2.3. **Практическое.** Межэкипажные соревнования по волейболу- 1 час.

Занятие м/э сор. 2.4. **Практическое.** Межэкипажные соревнования по баскетболу- 1 час.

Занятие м/э сор. 2.5. **Практическое.** Межэкипажные соревнования по футболу – 2 часа.

Занятие м/э сор. 2.7. **Практическое.** Сдача нормативов по л/а- 1 час.

Занятие м/э сор. 2.8. **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	1	8	9
2.	Гимнастика, акробатика	2	12	14
3.	Силовая тренировка без предмета	2	8	10
4.	Силовая тренировка с отягощением	2	6	8
5.	Спортивные игры	4	18	22
6.	Контрольные нормативы и спортивные соревнования	2	6	8
	<b>Итого:</b>	14	58	72

Занятие В.В. 3.1. **Теоретическое.** Организационно-методические требования на занятиях по ОФП- 1 час.

#### 1. Легкая атлетика – 9 часов

Занятие л/а. 3.1. **Теоретическое.** Техника безопасности. Основы самоконтроля- 1 час.

Занятие л/а. 3.2. **Практическое.** Бег на короткие дистанции, СБУ- 2 часа.

Занятие л/а.3.4. **Практическое.** Прыжок в длину с места, СБУ- 1 час.

Занятие л/а.3.5. **Практическое.** Прыжок в длину с разбега, СБУ – 1 час.

Занятие л/а.3.6. **Практическое.** Броски малого мяча на точность- 1 час.

Занятие л/а.3.7. **Практическое.** Броски малого мяча на дальность-1 час.

Занятие л/а.3.8. **Практическое.** Бег по пересеченной местности- 2 часа.

#### 2. Гимнастика и акробатика - 14 часов

Занятие г/а. 3.1. **Теоретическое.** Страховка и самостраховка. тех. безопасности. История Советской гимнастики- 2 часа.

Занятие г/а. 3.3. **Практическое.** Строевые упражнения и акробатические комбинации- 2 часа.

Занятие г/а. 3.5. **Практическое.** Ритмическая гимнастика и ОФП- 2 часа.

Занятие г/а. 3.7. **Практическое.** Кувырок назад с выходом на руки. ОФП- 2 час.

Занятие г/а. 3.9. **Практическое.** Длинный кувырок. акробатическое соединение - 2 часа.

Занятие г/а. 3.11. **Практическое.** Акробатическое соединение из кувырков, ОФП – 1 час.

Занятие г/а. 3.12. **Практическое.** Техника подтягивания с выходом на прямые руки- 1 час.

Занятие г/а. 3.13. **Практическое.** Подъем переворотом- 1 час.

Занятие г/а. 3.14. **Практическое.** Ритмическая гимнастика, ОФП- 1 час.

### **3. Силовая тренировка без предмета - 10 часов**

Занятие стб. 3.1. **Теоретическое.** Знание о выполнении силовых упражнений. Техника безопасности- 2 часа.

Занятие стб.3.3. **Практическое.** ОФП, упражнения на силу рук, подтягивания- 2 часа.

Занятие стб.3.5. **Практическое.** ОФП, упражнения на силу брюшного пресса и спины- 2 часа.

Занятие стб.3.7. **Практическое.** ОФП, упражнения на силу ног-2 часа.

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

### **4. Силовая тренировка с отягощением - 8 часов**

Занятие сто. 3.1. **Теоретическое.** Виды отягощений. История Советской тяж. атлетики- 2 часа.

Занятие сто.3.3. **Практическое.** ОФП, упражнения на силу плечевого пояса - 1 час.

Занятие сто.3.4. **Практическое.** ОФП, упражнения на силу брюшного пресса- 1 час.

Занятие сто.3.5. **Практическое.** ОФП, упражнения на силу мышц спины- 1 час.

Занятие сто.3.6. **Практическое.** ОФП, упражнения на силу ног- 1 час.

Занятие сто. 3.7.**Практическое.** ОФП, комплекс силовых упражнений на мышцы туловища- 2 часа.

### **Спортивные игры - 22 часа**

Занятие с/и.3.1. **Теоретическое.** История Советского футбола- 2 часа.

Занятие с/и.3.3. **Практическое.** Вбрасывание мяча- 1 час.

Занятие с/и.3.4. **Практическое.** Футбольные упражнения с мячом- 1 час.

Занятие с/и.3.5. **Практическое.** Игра по правилам- 2 часа.

Занятие с/и.3.7. **Теоретическое.** Техника безопасности. История развития спорт.игр в России- 2 часа.

Занятие с/и.3.9. **Практическое.** Волейбол. Передача мяча сверху, снизу двумя руками в прыжке - 1 час.

Занятие с/и.3.10. **Практическое.** Волейбол. Передача мяча снизу- 1 час.

Занятие с/и.3.11. **Практическое.** Волейбол. Прямой нападающий удар, ОФП- 2 часа.

Занятие с/и.3.13. **Практическое.** Волейбол. Прием и передача мяча различными способами- 2 часа.

Занятие с/и.3.15. **Практическое.** Волейбол. Игра по правилам- 2 часа.

Занятие с/и.3.16. **Практическое.** Баскетбол. Передвижение, повороты, броски мяча в корзину- 1 час.

Занятие с/и.3.17. **Практическое.** Баскетбол. Броски мяча в корзину- 1 час.

Занятие с/и.3.18. **Практическое.** Баскетбол. Штрафной бросок- 1 час.

Занятие с/и.3.19. **Практическое.** Баскетбол. Игра по правилам- 1 час

Занятие с/и.3.20. **Практическое.** Баскетбол. Тактические действия- 1 час.

Занятие с/и.3.21. **Практическое.** Баскетбол. Игра по правилам- 1 час.

### **5. Контрольные нормативы и спортивные межэкипажные соревнования - 8 часов**

Занятие к.нор.3.1. **Теоретическое.** Правила сдачи нормативов по ОФП и техника безопасности- 1 час.

Занятие к.нор.3.2. **Практическое.** Сдача нормативов по ОФП- 1 час.

Занятие м/э сор.3.3. **Практическое.** Межэкипажные соревнования по волейболу- 1 час.

Занятие м/э сор.3.4. **Практическое.** Межэкипажные соревнования по баскетболу- 1 час.

Занятие м/э сор.3.5. **Практическое.** Межэкипажные соревнования по футболу- 2 часа.

Занятие м/э сор.3.7. **Практическое.** Сдача нормативов по л/а- 1 час.

Занятие м/э сор.3.8. **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	1	8	9
2.	Гимнастика, акробатика	2	12	14
3.	Силовая тренировка без предмета	2	6	8
4.	Силовая тренировка с отягощением	2	8	10
5.	Спортивные игры	4	18	22
6.	Контрольные нормативы и спортивные соревнования	2	6	8
	<b>Итого:</b>	14	58	72

Занятие В. 4.1. **Теоретическое.** Организационно-методические требования на занятиях по ОФП - 1 час.

#### **1. Легкая атлетика - 9 часов**

Занятие л/а. 4.1. **Теоретическое.** Техника безопасности. Основы самоконтроля - 1 час.

Занятие л/а. 4.2. **Практическое.** Бег на короткие дистанции, СБУ- 1 час.

Занятие л/а. 4.3. **Практическое.** Бег на средние дистанции, СБУ- 1 час.

Занятие л/а. 4.4. **Практическое.** Прыжок в длину с места, СБУ- 1 час.

Занятие л/а. 4.5. **Практическое.** Прыжок в длину с разбега, СБУ – 1 час.

Занятие л/а. 4.6. **Практическое.** Броски малого мяча на дальность и точность- 1 час.

Занятие л/а. 4.7. **Практическое.** Равномерный бег, развитие выносливости- 1 час.

Занятие л/а. 4.8. **Практическое** Бег по пересеченной местности- 2 часа.

#### **2. Гимнастика и акробатика - 14 часов**

Занятие г/а. 4.1. **Теоретическое** Страховка и самостраховка, тех.безоп. История Российской гимнастики- 2 часа.

Занятие г/а.4.3. **Практическое.** Акробатические комбинации- 1 час.

Занятие г/а.4.4. **Практическое.** Ритмическая гимнастика и ОФП- 1 час.

Занятие г/а.4.5. **Практическое.** Длинный кувырок с разбега- 1 час.

Занятие г/а.4.6. **Практическое.** Кувырок назад в упор стоя ноги врозь, ОФП- 1 час.

Занятие г/а.4.7. **Практическое.** Длинный кувырок, акробатическое соединение- 1 час.

Занятие г/а.4.8. **Практическое.** Стойка на голове, ОФП-1 час.

Занятие г/а.4.9. **Практическое.** Стойка на голове и руках- 2 часа.

Занятие г/а.4.11. **Практическое.** Подъем переворотом- 1 час.

Занятие г/а.4.12. **Практическое.** Техника подтягивания с выходом на прямые руки- 1 час.

Занятие г/а.4.13. **Практическое.** Ритмическая гимнастика и ОФП- 2 часа.

#### **3.Силовая тренировка без предмета – 8 часов**

Занятие стб 4.1. **Теоретическое.** Техника безопасности. Знания о индивидуальных особенностях и функциональном состоянии-2 часа.

Занятие стб 4.3. **Практическое.** ОФП, упражнения на силу рук, подтягивания- 1 час.

Занятие стб 4.4. **Практическое.** ОФП, упражнения на силу брюшного пресса- 2 час.

Занятие стб 4.6. **Практическое.** ОФП, упражнения на силу мышц спины- 1 час.

Занятие стб 4.7. **Практическое.** ОФП, упражнения на силу ног-1 час.

Занятие стб 4.8. **Практическое.** ОФП, упражнения на развитие силовой выносливости- 1 час.

#### 4. Силовая тренировка с отягощением - 10 часов

Занятие сто 4.1. **Теоретическое.** Виды отягощений. История современной тяж. атлетики- 2 часа.

Занятие сто 4.3. **Практическое.** ОФП, упражнения на силу рук - 2 часа.

Занятие сто 4.5. **Практическое.** ОФП, упражнения на силу брюшного пресса- 2 часа.

Занятие сто 4.7. **Практическое.** ОФП, упражнения на силу мышц спины- 2 часа.

Занятие сто 4.9. **Практическое.** ОФП, упражнения на силу ног- 2 часа.

#### 5. Спортивные игры – 22 часа

Занятие с/и.4.1 **Теоретическое.** История футбола- 2 часа.

Занятие с/и.4.3. **Практическое.** Штрафные удары по воротам- 1 час.

Занятие с/и.4.4. **Практическое.** Футбольные упражнения с мячом- 1 час.

Занятие с/и.4.5. **Практическое.** Игра по правилам- 2 часа.

Занятие с/и.4.7. **Теоретическое.** Техника безопасности и правила спортивных игр- 2 часа.

Занятие с/и.4.9. **Практическое.** Волейбол. Передача мяча различными способами- 1 час.

Занятие с/и. 4.10. **Практическое.** Волейбол. Прямая нижняя подача- 1 час.

Занятие с/и.4.11. **Практическое.** Волейбол. Прямая верхняя подача- 1 час.

Занятие с/и.4.12. **Практическое.** Волейбол. Прямой нападающий удар- 1 час.

Занятие с/и.4.13. **Практическое.** Волейбол. Тактические действия- 1 час.

Занятие с/и.4.14. **Практическое.** Волейбол. Игра по правилам- 1 час.

Занятие с/и.4.15. **Практическое.** Баскетбол. Ведение мяча, стойка баскетболиста- 1 час.

Занятие с/и.4.16. **Практическое.** Баскетбол. Передвижение, повороты, броски мяча в корзину- 1 час.

Занятие с/и.4.17. **Практическое.** Баскетбол. Передачи и броски мяча в корзину- 1 час.

Занятие с/и.4.18. **Практическое.** Баскетбол. Штрафные броски- 1 час.

Занятие с/и.4.19. **Практическое.** Баскетбол. Вырывание и выбивание мяча- 2 часа.

Занятие с/и.4.21. **Практическое.** Баскетбол. Игра по правилам- 2 часа.

#### 6. Контрольные нормативы и спортивные межэкипажные соревнования - 8 часов

Занятие к.нор.4.1. **Теоретическое.** Правила сдачи нормативов по ОФП, техника безопасности и страховки при сдаче нормативов. Повторение правил спортивных игр (волейбол, баскетбол, футбол)- 1 час.

Занятие к.нор.4.2 **Практическое.** Сдача нормативов по ОФП- 1 час.

Занятие м/э сор.4.3. **Практическое.** Межэкипажные соревнования по волейболу- 1 час.

Занятие м/э сор.4.4. **Практическое.** Межэкипажные соревнования по баскетболу- 1 час.

Занятие м/э сор.4.5. **Практическое.** Межэкипажные соревнования по футболу- 2 часа.

Занятие м/э сор.4.7. **Практическое.** Сдача нормативов по л/а- 1 час.

Занятие м/э сор.4.8. **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	1	8	9
2.	Гимнастика, акробатика	2	12	14
3.	Силовая тренировка без предмета	2	6	8
4.	Силовая тренировка с отягощением	2	8	10
5.	Спортивные игры	4	18	22
6.	Контрольные нормативы и спортивные соревнования	2	6	8

		<b>Итого:</b>	14	58	72
--	--	---------------	----	----	----

Занятие В.В. 5.1 **Теоретическое.** Организационно-методические требования на занятиях по ОФП – 1 час.

### **1. Легкая атлетика - 9 часов**

Занятие л/а.5.1. **Теоретическое.** Значение л/а для оздоровления организма- 1 час.

Занятие л/а.5.2. **Практическое.** Бег на средние дистанции, СБУ- 2 часа.

Занятие л/а.5.4. **Практическое.** Прыжок в длину с места, с разбега СБУ- 1 час.

Занятие л/а.5.5. **Практическое.** Бег по пересеченной местности, СБУ – 1 час.

Занятие л/а.5.6. **Практическое.** Броски малого мяча на дальность и точность- 1 час.

Занятие л/а.5.7. **Практическое.** Бег по пересеченной местности, СБУ – 1 час.

Занятие л/а.5.8. **Практическое.** Равномерный бег, развитие выносливости- 2 часа.

### **2. Гимнастика и акробатика - 14 часов**

Занятие г/а 5.1. **Теоретическое.** Оздоровительное значение гимнастики- 2 часа.

Занятие г/а 5.3. **Практическое.** Ритмическая гимнастика и ОФП – 1 час.

Занятие г/а 5.4. **Практическое.** Кувырок назад в упор стоя ноги врозь, ОФП- 1 час.

Занятие г/а 5.5. **Практическое.** Длинный кувырок, акробатическое соединение- 1 час.

Занятие г/а 5.6. **Практическое.** Стойка на голове, ОФП-1 час.

Занятие г/а 5.7. **Практическое.** Ритмическая гимнастика и ОФП- 1 час.

Занятие г/а 5.8. **Практическое.** Подъем переворотом- 1 час.

Занятие г/а 5.9. **Практическое.** Техника подтягивания с выходом на прямые руки- 1 час.

Занятие г/а 5.10. **Практическое.** Подъем переворотом- 1 час.

Занятие г/а 5.11. **Практическое.** Длинный кувырок с разбега- 1 час.

Занятие г/а 5.12. **Практическое.** Стойка на голове, ОФП-1 час.

Занятие г/а 5.13. **Практическое.** Ритмическая гимнастика и ОФП- 2 часа.

### **3. Силовая тренировка без предмета - 8 часов**

Занятие стб. 5.1. **Теоретическое.** Оздоровительное значение ОФП- 2 часа.

Занятие стб. 5.3. **Практическое.** ОФП, упражнения на силу рук- 1 час.

Занятие стб. 5.4. **Практическое.** ОФП, упражнения на силу рук, подтягивания- 1 час.

Занятие стб. 5.5. **Практическое.** ОФП, упражнения на силу брюшного пресса- 1 час.

Занятие стб. 5.6. **Практическое.** ОФП, упражнения на силу мышц спины- 1 час.

Занятие стб. 5.7. **Практическое.** ОФП, упражнения на силу ног- 1 час.

Занятие стб. 5.8. **Практическое.** ОФП, упражнения на развитие силовой выносливости- 1 час.

### **4. Силовая тренировка с отягощением - 10 часов**

Занятие сто 5.1. **Теоретическое.** Значение силовых упражнений в повседневной жизни- 2 часа.

Занятие сто 5.3. **Практическое.** ОФП, упражнения на силу рук - 1 час.

Занятие сто 5.4. **Практическое.** ОФП, упражнения на силу плечевого пояса- 1 час.

Занятие сто 5.5. **Практическое.** ОФП, упражнения на силу брюшного пресса- 1 час.

Занятие сто 5.6. **Практическое.** ОФП, упражнения на силу мышц спины- 1 час.

Занятие сто 5.7. **Практическое.** ОФП, упражнения на силу ног- 2 часа.

Занятие сто 5.9. **Практическое.** ОФП, комплекс силовых упражнений на силовую выносливость- 2 часа.

### **5. Спортивные игры – 22 часа**

Занятие с/и.5.1. **Теоретическое.** Футбол на Олимпийских играх- 2 часа.

Занятие с/и.5.3. **Практическое.** Тактические действия в игре- 1 час.

Занятие с/и.5.4. **Практическое.** Футбольные упражнения с мячом- 1 час.

Занятие с/и.5.5. **Практическое.** Игра по правилам- 2 часа.

Занятие с/и.5.6. **Теоретическое.** Техника безопасности и правила спортивных игр- 2 часа.

Занятие с/и.5.8. **Практическое.** Волейбол. Передача мяча различными способами- 1 час.

Занятие с/и.5.9. **Практическое.** Волейбол. Прямая верхняя подача, нападающий удар- 1 час.

Занятие с/и.5.10. **Практическое.** Волейбол. Игра по правилам- 2 часа.

Занятие с/и.5.12. **Практическое.** Баскетбол. Ведение мяча, стойка баскетболиста- 1 час.

Занятие с/и.5.13. **Практическое.** Баскетбол. Повороты, выбивание, вырывание мяча броски мяча в корзину- 1 час.

Занятие с/и.5.14. **Практическое.** Баскетбол. Тактические действия - 1 час.

Занятие с/и.5.15. **Практическое.** Баскетбол. Игра по правилам- 1 час.

Занятие с/и.5.16. **Практическое.** Баскетбол. Передачи мяча, броски в корзину- 1 час.

Занятие с/и.5.17. **Практическое.** Баскетбол. Игра по правилам- 1 час.

Занятие с/и.5.18. **Практическое.** Баскетбол. Штрафные броски- 1 час.

Занятие с/и.5.19. **Практическое.** Баскетбол. Перехват мяча- 1 час.

Занятие с/и.5.20. **Практическое.** Баскетбол. Игра по правилам- 2 часа.

## 6. Контрольные нормативы и спортивные межэкипажные соревнования - 8 часов

Занятие к.нор.5.1. **Теоретическое.** Правила сдачи нормативов по ОФП. Повторение правил спортивных игр (волейбол, баскетбол, футбол)- 1 час.

Занятие к.нор.5.2. **Практическое.** Сдача нормативов по ОФП- 1 час.

Занятие м/э сор.5.3. **Практическое.** Межэкипажные соревнования по волейболу- 1 час.

Занятие м/э сор.5.4. **Практическое.** Межэкипажные соревнования по баскетболу- 1 час.

Занятие м/э сор.5.5. **Практическое.** Межэкипажные соревнования по футболу- 2 часа.

Занятие м/э сор.5.7. **Практическое.** Сдача нормативов по л/а- 1 час.

Занятие м/э сор.5.8. **Теоретическое.** Подведение итогов межэкипажных соревнований по спортивным играм- 1 час.

## 2.2. Условия реализации программы

### Календарный учебный график

Календарный учебный график составляется педагогом для каждой группы по форме:

Курс	1	2	3	...	34	35	36
	неделя	неделя	неделя		неделя	неделя	неделя
	01-06.09.	07-13.09.	14-20.09.		10-16.05.	17-23.05.	24-31.05.
<b>ОФП</b>	В Т1ла1.1						
		К	ПА		ПА	ИА	

Условные обозначения	
ПА	Промежуточная аттестация
ИА	Итоговая аттестация
К	Каникулы

Материально-техническое, учебно-методическое оснащение образовательного процесса позволяет обеспечить реализацию образовательной программы «Юный моряк».

### 1. Специально оборудованные кабинеты:

- класс истории флота;
- штурманский класс;
- такелажный класс;
- кают – компания;
- спортивный зал;
- капитанская.

### 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:

- 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 также 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 дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе:

- количество учащихся (%), полностью освоивших дополнительную общеобразовательную программу, освоивших программу в необходимой степени, не освоивших программу;
- причины не освоения детьми образовательной программы;
- необходимость коррекции программы.

<b>Оценка уровня теоретической подготовки</b>		
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.; П.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.	
<b>Оценка уровня практической подготовки</b>		
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.; П.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.	
<b>Оценка уровня творческой активности</b>		
высокий уровень	учащийся проявляет ярко выраженный интерес к творческой деятельности, к достижению наилучшего результата, коммуникабелен, активен, склонен к самоанализу, генерирует идеи	<i>Л.К.; П.К.</i>
средний уровень	учащийся имеет устойчивый интерес к творческой деятельности, стремится к выполнению заданий педагога, к достижению результата в обучении, инициативен.	
низкий уровень	учащийся пассивен, безынициативен, неудачи способствуют снижению мотивации, нет стремления к совершенствованию в выбранной сфере деятельности, не может работать самостоятельно	
<b>Оценка уровней коммуникативных компетенций, критического мышления самопрезентации учащихся</b>		
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.; П.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.	
<b>Оценка удовлетворенности качеством образовательного процесса родителей</b>		
высокий	более 80% родителей (законных представителей) удовлетворены качеством	<i>б м н с е</i>

уровень	организации образовательного процесса и условиями реализации программы.	
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»;

- 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 РФ от 04.07.2014 года № 41).

#### **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. Багрянцев Б.И., Решетов П.И. Учись морскому делу. Москва, ДОСААФ, 1986
5. Безкопыльный Л.П. Морское многоборье. Москва, ДОСААФ, 1972
6. 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>.
7. 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.
8. Боевой устав по организации и ведению общевойскового боя. Ч. III. – М.: Воениздат, 2005.
9. Бондаревская, Е.В. Воспитание как возрождение гражданина, человека культуры и нравственности.- Ростов - н /Д: «Феникс», 1995.- 276с.
10. Вайнштейн Л.М. Основы стрелкового мастерства. М., 1960;
11. Воловикова, М.И. Представления русских о нравственном идеале.- М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2004. – 312с.

12. Воловикова, М.И. Системный подход к патриотическому воспитанию // Современная психология: состояние и перспективы. – т.1, М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2002. - 276 с.
13. Воспитание патриотизма в условиях социальных перемен: теоретико-методологические и прикладные основы: монография / А. Н. Выршиков и др. ; под общ. ред. С. В. Дармодехина, А. К. Быкова. - Москва: Государственный НИИ семьи и воспитания, 2007. - 328 с.
14. Вьюнов, Ю.А. Русский культурный архетип. Учебное пособие / Ю.В. Вьюнов. – М.: Наука: Флинта, 2005. – 480с.
15. Города-герои. Города воинской славы России. Росвоенцентр. Армпресс. 2013.
16. Гражданская оборона. Учебник. МЧС России, 2014
17. Гревцева Г.Я., Циулина М. В. Воспитание гражданина и патриота: теория и практика. Челябинск: Цицеро, 2014. – 300с.
18. 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.
19. Дворкин А.Д. Пневматическое оружие. Москва, издательство ДОСААФ СССР, 1986г.;
20. 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.
21. Дейч, Б.А. Социальная педагогика и дополнительное образование / Б.А. Дейч. – Новосибирск: Изд. НГПУ, 2005.
22. Дорога в море. Артек. Молодёжная Морская лига. Москва. 2018
23. Евладова, Е.Б. Организация дополнительного образования детей / Е.Б. Евладова, Л.Г. Логинова. – М.: ВЛАДОС, 2003.
24. Еленин Ф.В. Основы военно-морской подготовки. Учебное пособие для довузовских общеобразовательных учреждений. Санкт-Петербург ФГКОУ «Нахимовское военно-морское училище МО РФ», 2016
25. Жук А.Б. Справочник по стрелковому оружию. Революеры, пистолеты, пистолеты-пулеметы, винтовки, автоматы. – М.: Военное издательство, 1993;
26. Золотарева А.В. Дополнительное образование детей: Теория и методика социально-педагогической деятельности. – Ярославль: Академия развития, 2004.
27. И.М. Платкин Действия солдата, мотострелкового отделения (танка) в бою. Издательство КамчатГТУ, Петропавловск-Камчатский, 2007.
28. Иванов Л.Н., Хомяков И.И., Вдовиченко Н.П., Загарин И.А. Шлюпка. Устройство и управление. Москва, Воениздат, 1976
29. Исполком Стрелкового Союза России «Правила соревнований по пулевой стрельбе». М.2010 г.
30. Календарь-справочник основных памятных дат и событий военно-патриотической истории России. Москва – 2016.
31. Копп М.М. Курс подготовки старшин шлюпок. Москва, ДОСААФ, 1974
32. Корабельный Устав Военно-Морского Флота (утв. приказом Главнокомандующего Военно-Морским Флотом от 01.09.2001 N 350)
33. Королев А.Н., Жохов В.П. Надувные лодки – ЧОУ «Школа ОСВОД», Красноярск, 2001
34. Кофман Л.Б. Настольная книга учителя физической культуры. – М., Физкультура и спорт, 1998.
35. Крапивин В. П. Фрегат «Звонящий». Москва 1998

36. Крылов М.М. Справочник сигнальщика. Москва. Военное издательство. 1983
37. Кусмарцев М.Б. Патриотическое воспитание детей и молодёжи: от образа Победы к духовной идентичности с поколением Победителей: монография. – Волгоград: Изд-во ВолГМУ, 2013. – 207с.
38. Лебедев О.Е. Компетентностный подход в образовании//Школьные технологии. 2004, №5.
39. Лях В. И. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1 – 9 классов - М.: Просвещение, 2011.
40. Лях В.И., Зданевич А.А. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1–11-х классов–М.: Просвещение, 2011.
41. Маркин, А.В. Основы тактической подготовки современного солдата. – М.: АСТ, 2006.
42. Махрай Ч. Теория плавания под парусами, издательство «Физкультура и спорт», Москва 1970
43. Наставление по физической подготовке в Вооруженных Силах Российской Федерации (НФП-2009). МО РФ, 2009
44. Настольная книга учителя физической культуры: справ-метод. Пособие/ сост. Б.И. Мишин. – М.: ООО «Издательство Астрель», 2007г.
45. Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации. – М.: Воениздат, 2008.
46. Огневая подготовка, под редакцией Ю.Б. Торгованова. Красноярск СФУ, 2015;
47. Приемы и способы действия солдата в бою: учеб. пособие – М.: Воениздат, 1988.
48. Садикова Н.Б. 1000+1 совет туристу: школа выживания. Минск, Современный литератор, 1999.
49. Сборник нормативов по боевой подготовке сухопутных войск. Кн. 1. – М.: Воениздат, 1991.
50. Скородумов А.И. Учебник сержанта мотострелковых войск. Москва. Военное издательство, 2003.
51. Скрягин Л.Н. Морские узлы – М.: Транспорт, 1984.
52. Соколов И.А. Топографическая карта и местность. М., ДОСААФ, 1975.
53. Стрелковая подготовка. Методические рекомендации. – М.: «Дрофа», 2010.
54. Учебно-методическое пособие по подготовке судоводителей маломерных судов, редакция №3, ЧОУ «Школа ОСВОД», Красноярск, 2008
55. Физическая культура. 8—9 классы // под общ. ред. Ляха В. И. М.: Просвещение, 2011.
56. Фришман, И.И. Методика работы педагога дополнительного образования./ И.И. Фришман. – М., 2001.
57. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Практикум по теории и методике физического воспитания 2001г.
58. Цидельников В.Ф. Основы военно-морского дела. Военное издательство, МО СССР, Москва, 1981
59. Чельцов М. В. Формирование гражданской позиции молодежи вуза в современных условиях. - Новосибирск: НГПУ, 2012. - 182 с.
60. Чельцов М. В., Тетерина А.И. Гражданственность и патриотизм молодежи города Новосибирска и Новосибирской области: состояние, проблемы и перспективы. - Новосибирск: НГПУ, 2014. - 85 с.
61. 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.
62. Чуклинов А.Н. Морское многоборье. Правила соревнований. Москва, ДОСААФ, 1985
63. Чумаков А.А. Школа парусного спорта. Москва, Физкультура и спорт, 1981
64. 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-voospitanie/>
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.	
Общевоинские уставы	Знать: - воинские звания военнослужащих ВС РФ; - форму одежды военнослужащих ВМФ; - правила ношения формы одежды. Уметь:- по погонам различать воинские звания военнослужащих ВС РФ.	
Общефизическая подготовка	Сдача нормативов: — <b>приседание</b> – количество раз в минуту; — <b>пресс</b> - количество раз в минуту; — <b>подтягивание на перекладине</b> – кол-во раз без учёта времени; — <b>отжимание от пола</b> – 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 КУРСУ СТАРШИН ШЛЮПОК

	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	-	-	-

<b>Нормативы для 3 года обучения (14-15 лет)</b>						
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	-	-	-

<b>Нормативы для 4, 5 года обучения (16 и более лет)</b>						
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	-	-	-