

Администрация городского округа Сокольский
Муниципальное казенное учреждение
дополнительного образования детей
Дом детского творчества

СОГЛАСОВАНО:

на педсовете протокол № 1
от «28» 08 2015 г.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МКУ ДО
Дом детского творчества

« » 2015 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
«ПАРУСНЫЙ СПОРТ»

Срок реализации: 3 года

Возраст обучающихся: 9–16 лет

Автор–составитель:

Сидоров Петр Николаевич,
педагог дополнительного
образования высшей категории

Оглавление	2
Пояснительная записка	3
Содержание программы	5
Календарно-учебный график	7
Учебный план	8
<i>Рабочая программа. Первый год обучения.....</i>	<i>9</i>
<i>Рабочая программа. Второй год обучения.....</i>	<i>12</i>
<i>Рабочая программа. Третий год обучения</i>	<i>17</i>
Оценочные материалы.....	21
Методические материалы	21
Список литературы	23

Пояснительная записка

Краткая характеристика предмета. Актуальность программы.

История судостроения и судоходства насчитывает более 6000 лет. При плавании по рекам парус играл вспомогательную роль, но когда суда вышли в открытый океан, основным двигателем стал парус. Для многих народов судоходство было не только необходимостью, но и развлечением. Но лишь в конце XV века сформировалась особая ветвь парусного мореплавания со специальными судами – яхтами, предназначенными для состязаний или для плавания ради удовольствия. За 400 лет своего существования парусный спорт развился в 4 основных формы использования яхт:

- прогулочный яхтинг;
- дальние плавания;
- регаты;
- океанские марафоны.

Парусный спорт мог возникнуть в странах, лежащих на морских берегах, и где были развитые общественные и экономические отношения, высокий уровень культуры. Такие условия возникли на рубеже XVI и XVII веков в бассейне Рейна и Шельды, занимаемом сейчас Бельгией и Голландией. Во 2-й половине XVII века Голландия достигла полного расцвета. Именно голландцы стали первыми плавать под парусами ради собственного удовольствия и спортивного интереса. В тот период голландцы были непревзойденными мастерами парусного кораблестроения. Для гонок специально строили небольшие парусники.

Любительскому плаванию под парусами сопутствовало чувство прекрасного. Яхтой не считалось то судно, которое своей формой и оснасткой не вызывало восхищения. Не заслуживал звания яхтсмена тот, кто не признавал правил, установленных негласными законами товарищества, этическими нормами, морским этикетом.

Первый документ о любительском плавании под парусами – прошение голландского хирурга Генри де Вогта от 19 апреля 1601 г. о разрешении на рейс от Флиссингена до Лондона "в небольшой открытой лодке, совершенно самостоятельно, рассчитывая лишь на Провидение". Дальность маршрута – 130 миль. Неизвестно, было ли получено разрешение на это плавание и было ли оно совершено, но существование данного документа доказывает, что в то время совершались любительские плавания под парусами.

Занятия парусным спортом создают благоприятную почву для всестороннего развития детей. Особенно благодатна эта почва, если дети учатся самостоятельно управлять судами, пусть небольшими, и особенно, если эти суда парусные. Занятия парусным спортом привлекают детей романтикой плаваний под парусом, широкими возможностями для проявления самостоятельности при управлении парусным судном. В отличие от судов с механическим двигателем, специально созданные спортивные парусные суда являют собой пример максимальной доступности, надежности, безопасности.

Привлечению детей к занятиям парусным спортом благоприятствуют также: огромная сеть внутренних водных путей и несудоходных водоемов нашей страны и наличие парусных судов, специально созданных для детей.

Процесс многолетней подготовки яхтсменов-разрядников высшей квалификации направлен на формирование физических и морально-волевых качеств, необходимых для достижения высоких спортивных результатов, приобретения широкого круга специальных знаний и навыков по их практическому применению.

Новизна. Дополнительная образовательная программа «Парусный спорт» является уникальной для Сокольского муниципального района Нижегородской области. Отличие программы от других спортивных программ – занятость обучающихся в летний период, когда другие программы обычно завершаются.

Содержание программы

Цель. Основная цель программы - привлечение максимально возможного числа детей и подростков к систематическим занятиям парусным спортом.

Задачи:

Образовательные

1. освоение элементов теории парусного спорта;
2. прохождение курса теории и сдача экзаменов на права рулевого 3-го или 2-го класса.

Развивающие

1. укрепление здоровья детей и подростков, развитие основных физических качеств: общей выносливости, ловкости, гибкости;
2. освоение и совершенствование основных приемов управления парусным судном в различных условиях;
3. формирование специализированных физических качеств на базе общей выносливости, гибкости, ловкости.

Воспитательные

1. воспитание морально-этических, волевых качеств, патриотизма, дружбы, чувства преданности своему коллективу, команде, Родине.

Направленность. Дополнительная образовательная программа «Парусный спорт» имеет физкультурно-спортивную направленность.

Возраст детей. Программа адресована детям 9–16 лет. Срок реализации – 3 года.

Условия набора детей в коллектив: принимаются мальчики и девочки не имеющие медицинских противопоказаний и умеющие плавать.
Наполняемость в группах с 1 по 3 год обучения составляет 8 человек.

Организационно-педагогические условия

Формы и режим занятий. Форма организации занятий – индивидуально-групповая, спортивные тренировки. Занятия по программе

проходят как в помещении, так и на местности, в зависимости от темы занятия и способа деятельности. Особой формой занятий являются спортивные тренировки на воде, соревнования. Тематика разделов меняется с каждым годом обучения, учебный материал усложняется.

Занятия групп с 1 по 3 год обучения проводятся в соответствии с календарно-учебным графиком, который составляется на основе календарей проведения соревнований Министерства спорта Российской Федерации, Всероссийской федерации парусного спорта и Нижегородской федерации парусного спорта. Общий объем учебной нагрузки 216 часов в год.

Ожидаемые результаты. В результате реализации программы обучающиеся:

1. Освоят элементы теории парусного спорта;
2. Осуществят сдачу экзаменов на права рулевого 3-го или 2-го класса;
3. Укрепят здоровье, разовьют основные физические качества: общую выносливость, ловкость, гибкость;
4. Освоят и усовершенствуют основные приемы управления парусным судном в различных условиях;
5. Сформируют специализированные физические качества на базе общей выносливости, гибкости, ловкости;
6. Продолжат развитие морально-этических, волевых качеств, патриотизма, дружбы, чувства преданности своему коллективу, команде, Родине.

Особенности программы. Реализация дополнительной образовательной программы «Парусный спорт» во многом зависит от конкретных климатических и погодных условий: температуры воздуха, ветра, осадков и т.д. В соответствии с этим разделы и темы программы могут меняться местами, дополняться или исключаться.

Календарно-учебный график

III	II	I	Год обучения				
			1н.	2н.	3н.	4н.	
2	2	-	сентябрь				
2	2	-					
2	2	4					
2	2	4					
2	2	2	октябрь				
4	4	4					
6	6	6					
4 2	4 2	4 2					
2	2	2	ноябрь				
2	2	2					
-	-	-					
-	-	-					
-	-	-	декабрь				
-	-	-					
-	-	-					
-	-	-					
-	-	-	январь				
6	6	6					
6	6	6					
-	-	-					
-	-	-	февраль				
6	6	6					
6	6	6					
4	4	4	март				
2	2	2					
4	4	4					
-	-	-					
4	4	4	апрель				
6	6	6					
4 2	4 2	4 2					
4	4	4	май				
-	-	-					
-	-	-					
4	4	4					
-	-	-	июнь				
4	4	4					
-	-	-					
6	6	6	июль				
4 2	4 2	4 2					
-	-	-					
-	-	-					
-	-	-	август				
-	-	-					
-	-	-					
-	-	-					
216	216	144	36 недель				Всего часов

Учебный план

№ п/п	Раздел	Общее количество часов			Всего
		1 г.о.	2 г.о.	3 г.о.	
1.	Вводное занятие	2	2	2	6
2.	Теория морской практики	30	—	—	30
3.	История парусного спорта	—	8	—	8
4.	Устройство яхты	—	14	—	14
5.	Теория яхты	—	—	16	16
6.	Техника управления яхтой	—	12	—	12
7.	Управление швертботом- одиночкой	—	—	8	8
8.	Управление швертботом- двойкой	—	—	8	8
9.	Управление яхтой в свежую погоду	—	—	14	14
10.	Настройка яхты на ход	—	—	6	6
11.	Такелажное дело и судовые работы	24	20	—	36
12.	Сигнализация	—	2	—	2
13.	Лоция, навигация, метеорология	24	6	10	40
14.	Правила парусных гонок	—	8	—	8
15.	Тактика гонок	—	—	16	16
16.	Безопасность плавания, судовой распорядок и гигиена	16	8	16	40
17.	Туристская подготовка	—	16	—	16
18.	Ремонт яхт и пробные выходы на воду	—	48	48	96
19.	Специальная физическая подготовка	42	66	66	192
20.	Итоговые соревнования	6 (6)	6 (6)	6 (6)	18 (18)
Всего часов		144 (6)	216 (6)	216 (6)	576 (18)

Рабочая программа

Первый год обучения

1. Вводное занятие (2 часа)

- 1) Задачи на текущий год. Инструктаж по технике безопасности.

2. Теория морской практики (30 часов)

- 1) Типы яхт по назначению и конструкции.
- 2) Типы парусного вооружения.
- 3) Спортивные классы яхт.
- 4) Мореходные качества яхты.
- 5) От чего зависит скорость яхты.
- 6) Как работают руль и шверт.
- 7) Парус – это крыло. Части паруса.
- 8) Галсы и курсы.
- 9) Что такое поворот. Команды при маневрировании.
- 10) Вымпельный ветер. Как работает парус на разных курсах.
- 11) Большие парусники. Знаменитые яхтсмены.
- 12) Выполнение эскизов частей яхт.
- 13) Игры «Устройство яхт».
- 14) «Парусные гонки».
- 15) Заключительная игра по теме.

3. Такелажное дело и судовые работы (24 часа)

- 1) Виды тросов по материалу, выделке и толщине.
- 2) Виды такелажных работ.
- 3) Весенний ремонт яхты.
- 4) Уход за яхтой в течение навигации.
- 5) Постановка яхты на зимнее хранение.
- 6) Узлы: прямой, рифовый, восьмерка, рыбацкий.
- 7) Узлы: простой штык, штык со шлагом, беседочный и фламандский.
- 8) Другие способы вязки узлов.

- 9) Простая марка. Репка.
- 10) Укладка концов в бухту.
- 11) Английская шнуровка. Бросание конца в цель.
- 12) Повторение пройденного.

4. Лоция, навигация, метеорология (24 часа)

- 1) Лоция Горьковского водохранилища.
- 2) Система ограждения опасностей.
- 3) Ориентирование по светилам.
- 4) Параметры погоды. Облачность.
- 5) Приметы погоды.
- 6) Составление таблицы «Заливы Горьковского моря» (4 часа).
- 7) Решение задач по ориентированию по Солнцу, Луне и Полярной звезде.
- 8) Решение задач по навигации (4 часа).
- 9) Заключительная игра по теме (4 часа).

5. Безопасность плавания, судовой распорядок и гигиена (16 часов)

- 1) Обязанности на яхте. Ответственность командира.
- 2) Правила поведения на воде и порядок выходов на воду. Правила расхождения парусных судов.
- 3) Огни судов. Правила плавания по водным путям.
- 4) Флажные сигналы. Сигналы бедствия.
- 5) Встреча шквала. Переворачивание.
- 6) Игра «Огни судов».
- 7) Решение задач по правилам плавания.
- 8) Заключительная игра по теме.

6. Специальная физическая подготовка (42 часа)

- 1) Разминка – 20 мин.
- 2) Основная часть – 30 мин.
- 3) Спортивные игры – 30 мин.
- 4) Заключительная часть – 10 мин.

В зависимости от набора упражнений в основной части занятия делятся на следующие виды:

- 1) Подготовительные.
- 2) На развитие координации.
- 3) На развитие силы.
- 4) На развитие выносливости.

7. Итоговые соревнования (6 часов)

Рабочая программа

Второй год обучения

1. Вводное занятие (2 часа)

- 1) Подведение итогов работы в прошлом году и летом. Задачи на текущий год. Инструктаж по технике безопасности.

2. История парусного спорта (8 часов)

- 1) Зарождение парусного спорта. Первые яхт-клубы. Направления развития парусного спорта. Парусный спорт в России XIX - начала XXв.
- 2) Состояние парусного спорта в России после 1917 г. Развитие парусного спорта в нашей стране в 30-х годах. Парусный спорт в Поволжье. Участие яхтсменов в Великой Отечественной войне.
- 3) Олимпийские парусные регаты. История гонок с пересадкой и классных гонок. Выдающиеся яхтсмены России и мира. Дальние плавания российских яхтсменов. Важнейшие соревнования по парусному спорту. Одиночные плавания на яхтах. Океанские марафоны.
- 4) Заключительная игра по теме.

3. Устройство яхты (14 часов)

- 1) Классификация яхт. Основные части яхты. Основные части корпуса яхты.
- 2) Снабжение. Продольный набор корпуса. Поперечные связи.
- 3) Крепление мачты в корпусе. Обшивка корпуса и палубный настил. Крепление вантпутенсов, штагпутенсов и погонов к корпусу.
- 4) Рулевое устройство. Швартовное и буксирное устройства. Паруса и их части.
- 5) Способы крепления к рангоуту и такелажу. Рангоут. Назначение и устройство частей рангоута.
- 6) Стоячий такелаж, детали крепления, регулировка. Бегучий такелаж, способы его проводки. Дельные вещи. Конструкция корпуса пластмассовой яхты.

- 7) Выполнение эскизов частей яхт. Игры «Устройство яхт», «Типы яхт». Заключительная игра по теме.

4. Техника управления яхтой (12 часов)

- 1) Направление ветра и его сила. Курсы яхты относительно ветра. Основные понятия о работе паруса. Вымпельный ветер.
- 2) Работа парусами и швертом на различных курсах. Приведение, уваливание, повороты оверштаг и фордевинд. Подготовка яхты к выходу в плавание.
- 3) Снабжение швертбота. Управление яхтой на острых курсах. Термины: потравить, выбрать, ветер заходит и отходит, наветренный, подветренный, круче, полнее.
- 4) Управление яхтой на полных курсах. Работа со спинакером. Действия экипажа при аварийных ситуациях. Опрокидывание швертбота. Отход от берега и бона при различных направлениях ветра. Подход к берегу и бону при различных направлениях ветра.
- 5) Буксировка за катером и за яхтой под парусами. Признаки шквала. Встреча шквала под парусами. Управление швертботом в свежую погоду.
- 6) Решение задач. Игра «Парусные гонки».

5. Такелажное дело и судовые работы (20 часов)

- 1) Материалы тросов. Структура тросов. Такелажные инструменты. Виды такелажных работ. Сплесни и огоны.
- 2) Простая марка, репка, кноп. Узлы, применяемые для связывания двух концов: прямой, рифовый, шкотовый, брамшкотовый, рыбацкий.
- 3) Узлы, применяемые при швартовке: простой штык, штык со шлагом, рыбацкий штык.
- 4) Узлы, применяемые при буксировке: буксирный, стопорный.
- 5) Узлы специального назначения: беседочный, выбленочный, удавка, удавка со шлагом, восьмерка. Хранение тросов, укладка концов в бухты.

- 6) Весенний ремонт корпуса яхты. Краски и лаки, применяемые при ремонте яхт.
- 7) Виды шпаклевок и клеев, применяемых при ремонте яхт. Парусные швы.
- 8) Материалы и инструменты, применяемые при ремонте парусов.
- 9) Весенний ремонт пластмассового корпуса. Аварийный ремонт яхты.
- 10) Выполнение парусных швов.

6. Сигнализация (2 часа)

- 1) Флажные сигналы. Сигналы бедствия по ППВВП и МСС.

7. Лоция, навигация, метеорология (6 часов)

- 1) Предмет лоции. Терминология. Системы ограждения опасностей.
- 2) Лоция Горьковского водохранилища от плотины до г. Пучеж.
- 3) Решение задач.

8. Правила парусных гонок (8 часов)

- 1) Основные правила. Определения. Виды дистанций парусных гонок. Стартовые процедуры. Сигнализация. Стартовые сигналы, фальстарт, возвращающаяся яхта, яхта на заднем ходу.
- 2) Прохождение дистанции. Правило веревочки. Право на дорогу на разных галсах. Право на дорогу на одном галсе. Право на дорогу и место у знаков.
- 3) Прохождение препятствий. Средства движения. Мерительное свидетельство, запись на участие, гоночная инструкция, гоночное объяснение.
- 4) Процедура подачи протестов. Решение задач.

9. Безопасность плавания, судовой распорядок и гигиена (8 часов)

- 1) Получение разрешения на выход. Вахтенный журнал. Установленный район плавания. Распределение обязанностей на яхте. Правила гавани.
- 2) Необходимость поддержания порядка на яхте. Понятие о хорошей морской практике. Техника безопасности: экипировка, снабжение, соблюдение района плавания.

- 3) Правила плавания, хорошей морской практики, безопасность при купании, культурное поведение. Одежда яхтсмена. Спасательные приборы. Первая помощь. Понятие о здоровом образе жизни. Физкультура и закаливание в режиме дня. Профилактика ОРЗ.
- 4) Физические качества, необходимые яхтсмену. Режим тренировок, самоконтроль. Выживание человека в воде. Правила расхождения маломерных судов. Правила плавания маломерных и парусных судов. Огни судов на ходу и на стоянке (основные).

10. Туристская подготовка (16 часов)

- 1) Географические и топографические карты. Условные знаки. Масштаб.
- 2) Устройство компаса. Магнитное склонение, истинные и магнитные азимуты.
- 3) Измерение расстояний. Способы ориентирования без компаса.
- 4) Ориентирование по карте и компасу.
- 5) Соревнования по спортивному ориентированию.
- 6) Однодневный поход или игра на местности (6 часов).

11. Ремонт яхт и пробные выходы на воду (48 часов)

- 1) Ремонт корпуса яхты: осмотр, заклеивание, ошкуривание, шпаклевка, окраска (16 часов).
- 2) Ремонт устройств: швертового, рулевого, буксирного (8 часов).
- 3) Ремонт такелажа (6 часа).
- 4) Ремонт парусов (6 часа).
- 5) Ремонт снабжения (4 часа).
- 6) Технический осмотр. Пробные выходы на воду (4 часа).
- 7) Исправление недостатков (4 часа).

12. Специальная физическая подготовка (66 часов)

Содержание занятия:

- 1) Разминка – 20 мин.
- 2) Основная часть – 30 мин.
- 3) Спортивные игры – 30 мин.

4) Заключительная часть – 10 мин.

В зависимости от набора упражнений в основной части занятия делятся на следующие виды:

- 1) Подготовительные.
- 2) На развитие координации.
- 3) На развитие силы.
- 4) На развитие выносливости.

13. Итоговые соревнования (6 часов)

Рабочая программа

Третий год обучения

1. Вводное занятие (2 часа)

- 1) Подведение итогов работы в прошлом году и летом. Задачи на текущий год. Инструктаж по технике безопасности.

2. Теория яхты (16 часов)

- 1) Мореходные качества яхты. Уравнения плавучести.
- 2) Остойчивость. Остойчивость килевой яхты, швертбота, катамарана.
- 3) Непотопляемость яхты. Ходкость. Сопротивление воды движению яхты.
- 4) Глиссирование и серфинг.
- 5) Способность нести паруса. Энерговооруженность.
- 6) Центр парусности и центр бокового сопротивления. Работа паруса.
- 7) Характеристики парусов. Совместная работа парусов и мачты.
- 8) Вымпельный ветер и его свойства.

3. Управление швертботом-одиночкой (8 часов)

- 1) Продольное равновесие. Поперечное равновесие. Управление швертботом на острых курсах при различных погодных условиях.
- 2) Техника выполнения поворота оверштаг. Выполнение поворота оверштаг перекатом. Техника выполнения поворота фордевинд.
- 3) Управление яхтой при помощи крена и дифферента.
- 4) Решение задач. Идеомоторная тренировка.

4. Управление швертботом-двойкой (8 часов)

- 1) Продольное равновесие. Поперечное равновесие. Управление швертботом на острых курсах при различных погодных условиях.
- 2) Техника выполнения поворота оверштаг. Выполнение поворота оверштаг перекатом. Техника выполнения поворота фордевинд.
- 3) Управление яхтой при помощи крена и дифферента. Работа со спинакером.
- 4) Решение задач. Идеомоторная тренировка.

5. Управление яхтой в свежую погоду (14 часов)

- 1) Признаки шквала. Встреча шквала под парусами.
- 2) Плавающий якорь, его использование.
- 3) Действия экипажа в чрезвычайных ситуациях.
- 4) Действия человека, упавшего за борт.
- 5) Разбор случаев штормования из практики учащихся и по специальной литературе (6 часов).

6. Настройка яхты на ход (6 часов)

- 1) Понятие о настройке яхты. Факторы, влияющие на скорость и крутизну хода.
- 2) Процесс настройки яхты.
- 3) Решение задач.

7. Лоция, навигация, метеорология (10 часов)

- 1) Параметры погоды, их измерение. Шкала Бофорта. Бризы, муссоны, пассаты, тайфуны.
- 2) Виды облаков. Правильный суточный ход параметров погоды. Циклон и антициклон. Атмосферные фронты.
- 3) Разрез циклона. Признаки циклона.
- 4) Приметы погоды. Использование местных ветров при плавании.
- 5) Измерение параметров погоды, составление прогнозов.

8. Тактика гонок (16 часов)

- 1) Что такое тактика гонок. Поведение экипажа.
- 2) Авторитет у судей и гонщиков. Использование местных особенностей для выигрыша гонки.
- 3) Старт гонки. Выгодная сторона стартовой линии и лавировки.
- 4) Прохождение дистанции гонок.
- 5) Прохождение дистанции в присутствии других яхт. Разбор ошибок рулевых в различных ситуациях.
- 6) Решение задач по тактике гонок и ППГ.
- 7) Особенности процедуры подачи протестов.

8) Решение задач.

9. Безопасность плавания, судовой распорядок и гигиена (16 часов)

- 1) Универсальная матрица ресурсов.
- 2) Система «Человек – яхта».
- 3) Физиологические причины ошибок.
- 4) Эргономические причины происшествий.
- 5) Значение личного фактора. Почему мы выходим на воду.
- 6) Психологические требования.
- 7) Психологическая подготовка.
- 8) Психологические тренинги.

10. Ремонт яхт и пробные выходы на воду (48 часов)

- 1) Ремонт корпуса яхты: осмотр, заклеивание, ошкуривание, шпаклевка, окраска (10 часов).
- 2) Ремонт устройств: швертового, рулевого, буксирного (6 часа).
- 3) Ремонт такелажа (6 часа).
- 4) Ремонт парусов (6 часов).
- 5) Ремонт снабжения (6 часов).
- 6) Технический осмотр. Пробные выходы на воду. Исправление недостатков (14 часов).

11. Специальная физическая подготовка (66 часов)

Содержание занятия:

- 1) Разминка - 20 мин.
- 2) Основная часть - 30 мин.
- 3) Спортивные игры - 30 мин.
- 4) Заключительная часть - 10 мин.

В зависимости от набора упражнений в основной части занятия делятся на следующие виды:

- 1) Подготовительные.
- 2) На развитие координации.
- 3) На развитие силы.

4) На развитие выносливости.

12. Итоговые соревнования (6 часов)

Оценочные материалы

Промежуточная аттестация обучающихся проводится ежегодно в конце учебного года. Итоговая аттестация проводится в конце третьего года обучения после завершения программы курса. Обучающиеся участвуют в парусной регате, где для них созданы наиболее подходящие условия для проявления всех знаний, умений и навыков, полученных в ходе обучения по программе.

Методические материалы

Соревнования для обучающихся первого года обучения подбираются таким образом, чтобы в них участвовали обучающиеся из других секций того же года обучения. Для обучающихся второго и третьего года обучения зачетными соревнованиями могут быть любые областные соревнования с участием не менее 4-х секций, либо клубные соревнования с участием обучающихся первого года обучения.

Критерии оценки усвоения программы основываются на итоговом протоколе соревнований и для каждого года обучения различны.

1 год обучения:

Высокий уровень – итоговое место в соревнованиях в первой трети таблицы – обучающийся полностью усвоил материал;

Средний уровень – прохождение дистанции во всех гонках, прохождение дистанции в пределах контрольного времени в более чем половине состоявшихся гонок;

Низкий уровень – превышение контрольного времени финиша на дистанции в более чем половине состоявшихся гонок.

2 год обучения:

Высокий уровень – итоговое место в первой половине таблицы, выполнение 2 юношеского разряда;

Средний уровень – итоговое место в первой половине таблицы, выполнение 3 юношеского разряда;

Низкий уровень – итоговое место во второй половине таблицы.

3 год обучения:

Высокий уровень – итоговое место в первой трети таблицы, выполнение 1 юношеского разряда;

Средний уровень – итоговое место в первой половине таблицы, выполнение 2 юношеского разряда;

Низкий уровень – итоговое место во второй половине таблицы

Список литературы

Литература, используемая для составления программы

- 1) Дополнительное образование детей: сборник авторских программ / ред.-сост. З.И. Невдахина. – Вып. 3. – М., 2007.
- 2) Методическая работа в системе дополнительного образования: материалы, анализ, обобщение опыта / авт.-сост. М.В. Кайгородцева. – Волгоград, 2009.
- 3) Морева Е.В. Методические рекомендации по теме «Структура и содержание дополнительной образовательной программы. – Сокольское, 2014.
- 4) Образовательные программы дополнительного образования детей / сост. Н.В. Кленова, А.С. Постников, Н.П. Харитонов. – М., 2006.
- 5) Федеральный закон от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» / Режим доступа: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_173465/.

Литература для педагога

- 1) Бонд, Б. Справочник яхтсмена / Б. Бонд. – Л., 1989.
- 2) Гловацкий, В.М. Мир парусов / В.М. Гловацкий. – М., 1981.
- 3) Елисеев, В.К. Водителю-любителю маломерного судна / В.К. Елисеев. – М., 1988.
- 4) Земляновский, Д. Лоция внутренних водных путей / Д. Земляновский. – М., 1982.
- 5) Колс, К.А. Под парусом в шторм / К.А. Колс. – Л., 1985.
- 6) Кужель, Ю.А. Парусный спорт и туризм / Ю.А. Кужель. – М., 2000.
- 7) Ларин, Ю.А. Спортивная подготовка яхтсмена / Ю.А. Ларин. – Ростов-н/Д, 2005.
- 8) Мархай, Ч. Теория плавания под парусами / Ч. Мархай. – М., 1970.
- 9) Пантелеев, Ю. Парус – моя жизнь / Ю. Пантелеев. – Л., 1984.

- 10) Проктор, Я. Плавание под парусами; ветер, волнение и течение / Я. Проктор. – Л., 1981.
- 11) Свенссон, С. Справочник по такелажным работам / С. Свенссон. – Л., 1987.
- 12) Скрягин, Л.Н. Морские узлы / Л.Н. Скрягин. – М., 1984.
- 13) Твайнейм, Э. Стартовать, чтобы побеждать / Э. Твайнейм. – М., 1979.
- 14) Чумаков, А. Школа парусного спорта / А. Чумаков. – М., 1979.
- 15) Школа яхтенного рулевого / Под ред. Е.П. Леонтьева. – М., 1987.

Литература для обучающихся

- 1) Бонд, Б. Справочник яхтсмена / Б. Бонд. – Л., 1989.
- 2) Гловацкий, В.М. Мир парусов / В.М. Гловацкий. – М., 1981.
- 3) Кужель, Ю.А. Парусный спорт и туризм / Ю.А. Кужель. – М., 2000.
- 4) Ларин, Ю.А. Спортивная подготовка яхтсмена / Ю.А. Ларин. – Ростов–н/Д, 2005.
- 5) Скрягин, Л.Н. Морские узлы / Л.Н. Скрягин. – М., 1984.
- 6) Твайнейм, Э. Стартовать, чтобы побеждать / Э. Твайнейм. – М., 1979.