

Отдел образования и делам молодежи

Пучежского муниципального района Ивановской области

Муниципальное учреждение дополнительного образования

«Детско-юношеский центр г. Пучеж»

Принята на заседании педагогического совета

Дата «18» сентября 2019г.

Протокол №1

Утверждаю  
Директор \_\_\_\_\_ Мислова И.Н.  
Дата «18» сентября 2019г.



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа

Туристско-краеведческой, военно-патриотической направленности

## «МОРСКОЕ МНОГОБОРЬЕ»

Возраст детей: 8 – 16 лет

Срок реализации 1 год

Автор: педагог дополнительного образования  
Кирьянова Алена Александровна

Пучеж  
2019

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Морское многоборье» является одной из программ клуба юных моряков «Гардемарин» имеет военно-патриотическую направленность и предназначена для подготовки к соревнованиям по прикладным видам морского многоборья учащихся младшей и старшей групп.

### **Актуальность программы**

Морское многоборье состоит из нескольких видов: вязание морских узлов, метание выброски, прием и передача флажного семафора, стрельба, разборка – сборка АКМ. В основе любых соревнований, в том числе и в морском многоборье лежит принцип сочетания быстроты и правильности выполнения действий, а следовательно выявление победителей среди участников. Элементы морского многоборья являются основой проведения Слетов юных моряков.

Программа нацелена на углубленное изучение воспитанниками КЮМ «Гардемарин» морского дела, не делая упор на быстроту и скорость выполнения заданий. Данная программа позволит учащимся 9 -18 лет, желающих принять участие, в Слете юных моряков, подготовиться к этому соревнованию более основательно, совершенствуя умения и навыки полученные на основных занятиях в Клубе.

Программа рассчитана как на учащихся, участвовавших в соревнованиях, так и для новичков.

**Уровень освоения** – базовый. В рамках освоения программы результат представляется в виде участия в соревнованиях по прикладным видам морского многоборья.

**Цель программы:** – формирование и развитие творческих способностей учащихся посредством подготовки и участия в соревнованиях морской направленности.

### **Задачи:**

#### **Обучающие:**

- познакомить с профессиональными элементами строевой подготовки;
- познакомить с историей Российского флота и основными событиями в истории России;
- выработка у обучаемых основных навыков и физических качеств, необходимых для участия в морском многоборье;
- усвоение курсантами специфических знаний из области морского многоборья;
- укрепление здоровья, физической выносливости и стойкости;
- закрепление навыков оказания первой помощи при травмах, накладывания повязок и шины, а так же навыков транспортировки пострадавших.

#### **Развивающие:**

- развить навыки работы в команде;
- раскрыть потенциал каждого воспитанника;

- развить познавательную активность, внимание, умение сосредоточиться, установку на продолжительный и кропотливый труд;
- предоставить возможность применить полученные умения и навыки на практике

#### **Воспитательные:**

- укрепление здоровья;
- воспитание таких качеств, как доброжелательность, трудолюбие, ответственность, аккуратность, терпение;
- воспитание уважительного отношения к сопернику;
- воспитание уважительного отношения к работе других людей
- формирование мотивации к выбору морской или военной профессии;
- сформировать желание участвовать в соревнованиях на Слете юных моряков;
- воспитание у учащихся чувства ответственности за результат труда;
- воспитание спортивного поведения.

#### **Условия реализации программы**

**Условия набора в группу:** Группа формируется из числа обучающихся клуба разного возраста.

**Объем и срок реализации:** программа рассчитана на трехлетний период обучения.

**Количество учащихся в группе:** Списочный состав формируется в соответствии с технологическим регламентом и составляет не менее 15 человек в группе.

**Особенности организации образовательного процесса:** Учебная работа проводится в форме теоретических и практических занятий. Из года в год темы занятий не изменяются, но содержание усложняется. Много времени отводится на отработку практических навыков на 2-ом и 3-ем годах обучения.

Программа предполагает постепенное расширение и углубление знаний в области изучения морских соревновательных дисциплин и предполагает применение современных образовательных технологий: технологии развивающего обучения – при отработке практических морских действий, а также оказания первой медицинской помощи, информационно-коммуникативные технологии (ИКТ) - на протяжении всего курса обучения, здоровьесберегающей технологии – при спортивной подготовке.

#### **Формы проведения занятий:**

Занятия по данной программе проводятся в форме практических занятий по вязанию морских узлов, разборке – сборке АКМ, метанию легкости, стрельбе, прием передача флажного семафора, строевой подготовке и др., спортивных занятий. На теоретических занятиях сообщаются основные данные по технике, методике обучения и тренировки по морскому многоборью. Теоретические занятия проводятся, как правило, в форме

лекций - бесед с демонстрацией плакатов, схем макетов и других наглядных пособий, просмотров видеоматериалов.

**Занятия проводятся** не менее 3 раз по 2 часа в неделю.

**Формы организации деятельности**

- Фронтальная;
- Групповая;
- Индивидуальная.

**Материально-техническое оснащение:**

Компьютер, проектор, наглядные пособия по морским узлам, легкость, флажки, семафорная азбука, банка для вязания узлов, веревки для вязания узлов, автомат АКМ, винтовка, мишени, пули для винтовки.

**Планируемые результаты:**

**Предметные:**

- Познакомится и закрепить элементы строевой подготовки;
- Расширить подготовку по прикладным видам морского многоборья;
- Закрепить навыки оказания первой помощи при травмах, накладывания повязок и шины, а также навыкам транспортировки пострадавших.

**Метапредметные:**

- Развить навыки работы в команде;
- Раскрыть потенциал посредством участия в соревнованиях;
- Развить познавательную активность, внимание, умение сосредоточиться, установку на продолжительный и кропотливый труд;
- Реализовать возможность применить полученные умения и навыки на практике;

**Личностные:**

- Укрепить здоровье в процессе спортивных занятий;
- Воспитать такие качества, как доброжелательность, трудолюбие, ответственность, аккуратность, терпение;
- Воспитать уважительное отношение к сопернику, спортивного поведения;
- Воспитать уважительное отношение к работе других людей;
- Сформировать мотивацию к выбору морской или военной профессии;
- Сформировать желание участвовать в соревнованиях на Слете юных моряков
- Воспитать чувство ответственности за результат труда.

## УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

1 года обучения

6 часов

№	Наименование тем	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	Введение. Инструктаж по ТБ.	1	1	-
2.	Общая физическая подготовка.	20	4	16
3.	На страже морских рубежей... (краткая история морского флота)	16	14	2
4.	«Великие страницы истории».	16	12	4
5.	Шлюпочное дело.	10	10	-
6.	Морские узлы.	24	2	22
7.	Флажный семафор.	22	2	20
8.	Стрелковая подготовка.	22	2	20
9.	Подача бросательного конца.	22	2	20
10.	Разборка-сборка АКМ.	20	2	18
11.	Строевая подготовка.	20	2	18
12.	Порядок проведения соревнований по морскому многоборью.	2	2	-
13.	Первая доврачебная помощь при ожогах, отравлении, укусах змей, утоплении, порезах, кровотечении и др.	15	13	2
14.	Проверка ЗУН	6	2	4
		216	70	156

Содержание программы:

**1. Введение. Инструктажи по ТБ.**

Выборы старшины группы. Ознакомление с программой и постановка задач по ее реализации. Инструктажи по ТБ.

**2. Общая физическая подготовка.**

Значение разносторонней физической подготовки для достижения высоких спортивных показателей. Систематические самостоятельные занятия: утренняя физзарядка. Прыжки на скакалке, подтягивания, отжимания, подвижные и спортивные игры, эстафеты.

### **3. На страже морских рубежей...(краткая история морского флота).**

Петр 1 - основатель регулярного Российского флота. «Орел» и его наследники. Славные боевые страницы ВМФ: участие флота в Северной войне России со Швецией, победы русских моряков на Черном и Средиземном морях, флот в русско-японской войне 1904-1905 гг., ВМФ СССР в годы Великой Отечественной войне 1941-1945 гг., Российский флот на боевой вахте в годы «холодной войны» и сегодня. Славные флотские традиции, обычаи, ритуалы и их значение в военно-патриотическом воспитании.

Практическое занятие: Викторина «Кронштадт - город морской славы русского флота».

### **4. «Великие страницы истории».**

Образование государства Российского. Великие правители. Войны, в которых Россия принимала участие. Великие полководцы. Знаменитые люди России. Великая Отечественная Война 1941г. – 1945 г. СССР. Современная Россия.

### **5. Шлюпочное дело.**

Устройство шлюпки. Назначение и типы шлюпок. Команды гребцов на шлюпке. Правила безопасности при нахождении в шлюпке.

### **6. Морские узлы.**

Назначение и применение морских узлов. Вязание морских узлов: рифовый, беседочный, шкотовый, штык, удавка, шлюпочный узел. Вязание морских узлов на скорость.

Перед началом обучения **вязанию морских узлов** необходимо рассказать ребятам, что изобретение узла значило для флота не меньше, чем изобретение колеса для всего прочего транспорта. Ведь во времена парусного флота основным крепёжным соединением был морской узел. И сегодня в флоте, куда ни кинь взгляд, используются морские узлы. Специалисты подсчитали, что морская практика предусматривает до четырех тысяч крепёжных операций на основе нескольких десятков основных морских узлов. Для изучения с ребятами отобрано 6 наиболее характерных и полезных в быту морских узлов:

- \* р и ф о в ы й узел - применяется при взятии рифов на парусах, а также там, где требуется его быстро и легко развязать;
- \* б е с е д о ч н ы й узел - применяется для подъема человека на мачту, спуска его за борт и при спасении упавшего за борт;
- \* ш к о т о в ы й узел - применяется для ввязывания шкотов в углы парусов и для быстрого скрепления двух тросов примерно одинаковой толщины;
- \* ш т ы к - применяется для крепления швартовых тросов к рымам, палам и скобам;

\* удавка, или затяжной узел - применяется для крепления круглого предмета (бревна) при его буксировке с постоянным натяжением;

\* шлюпочный узел - служит для крепления буксирного или швартовного конца за банку шлюпки.

Морские узлы целесообразно изучать в той последовательности, как они здесь перечислены. Начинать нужно с освоения одного узла на занятии. С появлением у ребят опыта можно изучать по два узла. После ознакомления со всеми представленными здесь узлами поддерживать у ребят навыки их вязания путем систематических коротких тренировок или состязаний на скорость и правильность вязания узлов. Совершенствование знаний и умений по вязанию морских узлов проводить в дальнейшем в форме коротких тренировок в ходе занятий по другим разделам программы, например, в тренировки по флажному семафору можно включать работу по вязанию морских узлов: один передает название узла, а другой, прочитав сообщение, вяжет его. Периодически (не реже одного раза в месяц) устраивать состязание по вязанию узлов с поощрением победителей.

### **7. Флажный семафор**

Виды связи и наблюдения на флоте: технические и зрительные. Связь флажным семафором и ее актуальность на современном флоте. Международный свод флажных сигналов.

Практические занятия: Тренировки по передаче-приему информации (морская терминология) флажным семафором. Соревнования на лучшего сигнальщика.

### **8. Стрелковая подготовка.**

Устройство пневматического оружия. Правила пользования оружием. Меры безопасности при обращении с оружием. Основы меткого выстрела. Техника правильного прицеливания при стрельбе из различных положений. Дыхание при прицеливании. Конструкция спортивных мишеней. Требования нормативов. Спортивные разряды по стрельбе. Практические занятия: Тренировки по стрельбе из пневматической винтовки (лежа, сидя, стоя). Соревнования «Меткий стрелок».

### **9. Подача бросательного конца.**

Отработка подачи бросательного конца в заданный сектор с минимальной дистанции 10м.

### **10. Разборка-сборка АКМ.**

История изобретения АК. Техника безопасности при разборке-сборке АКМ. Порядок разборки - сборки. Основные правила и ошибки при разборке-сборке.

Практические занятия: Разборка – сборка АКМ на время. Соревнования «Юный армеец»

### **11. Строевая подготовка.**

Отработка основных команд: построение, выход из строя, в две шеренги становись, повороты и др. Соревнования – «Юный армеец»

### **12. Порядок проведения соревнований по морскому многоборью.**

Организация соревнований. Организационный комитет по подготовке и проведению соревнований. Права и обязанности оргкомитета. Положение о соревнованиях. Права и обязанности судей и участников соревнований. Правила соревнований по морскому многоборью. Обеспечение безопасности при проведении занятий и соревнований по морскому многоборью.

### **13. Первая доврачебная помощь при ожогах, отравлении, укусах змей, утоплении, порезах, кровотечениях и др.**

Способы оказания помощи до прибытия врачей при ожогах, отравлении, укусах змей, утоплении, порезах, кровотечениях. Подручные средства для оказания помощи. Рассмотрение различных ситуаций. Просмотр видеоматериалов по теме.

### **14. Проверка ЗУН.**

Итоговое занятие - сдача зачетов.

#### **Механизм оценки получаемых результатов.**

В ходе реализации программы возникает необходимость определять степень усвоения курсантами каждого из разделов программы. Принята следующая **шкала оценок**.

#### По вязанию морских узлов:

- \* "отлично" - вяжет 6 морских узлов за 30 секунд;
- \* "хорошо" - вяжет 6 морских узлов за 40 секунд;
- \* "удовлетворительно" – вяжет, 6 морских узлов за 50 сек.;
- \* "неудовлетворительно" - вяжет 6 морских узлов более, чем за 50 секунд.

За каждый неправильно завязанный узел прибавляется 5 секунд к основному времени.

#### По флажному семафору:

- \* "отлично" - правильно принял 10 слов из 10-и переданных;
- \* "хорошо" - правильно принял 8 слов из 10-и переданных
- \* "удовлетворительно" - правильно принял 6 слов из 10-и;
- \* "неудовлетворительно" - 5 слов и менее.

#### По стрельбе из пневматического оружия:

- \* "отлично" - выбивает 35 и более очков из 50;
- \* "хорошо" - выбивает от 25 до 35 очков;
- \* "удовлетворительно" - выбивает от 15 до 25 очков из 50;
- \* "неудовлетворительно" - выбивает менее 15 очков из 50.

#### По строевой подготовке:

- \* "удовлетворительно" - умеет выполнять простейшие команды в строю, на месте и в движении, соблюдает дисциплину строя;
- \* "неудовлетворительно" - не умеет выполнять команды, не соблюдает дисциплину строя.

#### По подаче бросательного конца:

- \* "удовлетворительно" – уметь попадать в заданный сектор, уметь забрасывать бросательный конец более 10 м;
- \* "неудовлетворительно" – забрасывание бросательного конца менее



10 м.

Разборка – сборка АКМ:

- \* "отлично" – разборка – сборка АКМ за 30 и менее сек;
- \* "хорошо» - разборка – сборка АКМ за 35 сек;
- \* "удовлетворительно" - разборка – сборка АКМ за 40-45 сек;
- \* "неудовлетворительно" - разборка – сборка АКМ за 60 сек;

За каждую допущенную ошибку прибавляется - 5 сек. К основному времени.

По общей физической подготовке:

- \* "удовлетворительно" - уметь правильно отжиматься от пола и подтягиваться, прыгать на скакалке.
- \* "неудовлетворительно" – не умение правильно отжиматься, подтягиваться.

По истории флота и истории России:

"удовлетворительно"

- \* Знать основные события в истории;
  - \* Знать и уметь рассказать о великих людях в нашей истории и флоте;
  - \* Знать основные события ВОВ;
  - \* Знать города – герои, и за какие заслуги присвоено звание;
  - \* Знать и уметь рассказать о гербе, флаге и гимне их историю появления;
- "неудовлетворительно" не знание основных событий и великих людей в истории.

По первой доврачебной помощи:

- \* "удовлетворительно" - знать правила оказания первой доврачебной помощи.
- \* "неудовлетворительно" – не знание правил оказания первой доврачебной помощи.

## **Список литературы:**

### **для педагога:**

- Азимов А. Слова на карте. М. Изд. Центрополиграф, 2007г
- Андриющенко Н.С. Полная морская энциклопедия. М.: Изд. АСТ, 2006
- Андриющенко Н.С. Толковый морской словарь. Основные термины: более 6000 слов и словосочетаний. М.:Изд. АСТ, 2006
- Байбородова Л.В. Взаимодействие в разновозрастных группа учащихся. Книгопечатная продукция, 2007
- Блистательный Санкт-Петербург. М.: ОЛМА-ПРЕСС,2003
- Большой атлас мира «Глобус». Европа. М.: Мир книги. 2006
- Ермолаева М.Г. Игра в образовательном процессе. СПб, 2005г.
- Захаров А.В. Краткий словарь морских терминов. СПб.: ГМА им. Макарова, 2003
- Игнатъев А.М. Основы медицинской помощи (МК ПДМНВ А-VI/4-1). Учебно-методическое пособие. Одесса.: Инко Сервис, 2005
- Илин Ф. Исторические досуги в кают-компани или Клио в тельняшке. Полярный, 2006
- Капитанец И.М. Сильный флот -сильная Россия. М.: Изд. «Вече», 2006г
- Книга памяти. Т38. Ленинградская область. СПб.: ГП ИПК «ВЕСТИ»,2005
- Колин Джарман. Морские узлы в обиходе. СПб.: Диля, 2004
- Крапивин В. Фрегат «Звонящий». М.: Изд. «Эксмо», 2007
- Кузнецов С.А. Морские узлы и такелажные работы. Учебно-методическое пособие. Одесса.: ИнкоСервис, 2005
- Лихачев А.В. Морская сигнализация и связь. Моркника. 2003
- Морской музей России. ЦВММ. СПб.: Изд. АРТ-ПАЛАС, 2004
- Николаева Д.В. Международный церемониал и этикет. Издательство: ГМА им. Макарова, СПб, 2004г
- Парусные корабли. М.: Мир энциклопедий Аванта+, 2006
- Транспорт РФ. Журнал о науке, экономике, практике. СПб, 2006-2007 гг
- Флотоводец. Материалы о жизни и деятельности Н.Г. Кузнецова. М.: Изд. «Садовое кольцо», 2004г
- Франко Джорджетти Самые знаменитые парусные суда. История парусников с древности до наших дней. Альбом. Москва.: АСТ, 2005
- Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта.Изд. Академия.,2004
- Хопкинс Р. Искусство завязывать узлы. М. Изд. «Эксмо», 2007 г.
- Черников И.И. Энциклопедия речного флота. СПб.: Изд. Полигон, 2004
- Шатров В.И. Устройство и управление маломерным судном. М.: Транслит, 2006
- Шатров В.И., Лукичев Д.И. Маломерные суда. М.: Изд. Моркнига, 2006
- Шульц Йоахим. Все о парусах. Москва.: Аякс-пресс, 2007