

**Общество с ограниченной ответственностью «ПРОяхтинг»
(ООО «ПРОяхтинг»)
Специализированное структурное образовательное подразделение
«Учебный центр ПРОяхтинг»**

УТВЕРЖДАЮ:

Руководитель Учебного центра
ПРОяхтинг
Кондратьев М.А.



» августа 2026 г.

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
базового и углубленного уровней сложности
«Парусный спорт для взрослых: от матроса до шкипера»**

Направленность: Физкультурно-спортивная

Возраст обучающихся: 18 лет и старше

Срок реализации программы: Вариативный (от 6 дней до 3 месяцев, в зависимости от выбранного модуля и интенсивности обучения)

Разработчик программы:
Кондратьев М.А.
Руководитель Учебного центра
ПРОяхтинг

Москва, 2026

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Настоящая дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Парусный спорт для взрослых: от матроса до шкипера» (далее – Программа) разработана в строгом соответствии с требованиями действующего законодательства Российской Федерации в сфере образования:

- Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ (ред. от 23.05.2025) "Об образовании в Российской Федерации".
- Федеральный закон от 30.04.2021 N 127-ФЗ (ред. от 17.02.2023) "О внесении изменений в Федеральный закон "О физической культуре и спорте в Российской Федерации" и Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации"
- Приказ Минпросвещения России от 27.07.2022 N 629 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам"
- Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 г. №09-3242 «О направлении методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)
- Собственные локальные нормативные акты ООО «ПРОяхтинг», включая Положение о специализированном структурном образовательном подразделении – Учебном центре ПРОяхтинг.

Направленность программы

Программа имеет физкультурно-спортивную направленность, ориентированную на формирование комплексных теоретических знаний и практических навыков управления парусной яхтой, а также развитие физических качеств и личностных характеристик, необходимых для безопасного и эффективного участия в водных путешествиях.

Актуальность программы

Современный мир характеризуется возрастающим интересом к активному и экологичному образу жизни, стремлением к освоению новых компетенций и навыков, а также ростом популярности водного туризма и парусного спорта. Парусный спорт является не только увлекательным хобби,

но и сложным комплексом знаний и умений, требующим серьезной подготовки. Программа «Парусный спорт для взрослых: от матроса до шкипера» отвечает этим запросам, предоставляя совершеннолетним гражданам возможность получить всестороннюю теоретическую и практическую подготовку для безопасного и компетентного управления парусной яхтой. Актуальность программы также обусловлена необходимостью формирования культуры безопасного поведения на воде и развития ответственного отношения к морской среде. Программа способствует популяризации парусного спорта как здорового образа жизни и развивает навыки, востребованные в сфере туризма и активного отдыха.

Педагогическая целесообразность

Программа построена на принципах системности, последовательности и преемственности, обеспечивая логичное освоение материала от базовых понятий до углубленных знаний и сложных практических навыков. Использование модульного принципа позволяет обучающимся самостоятельно выбирать траекторию обучения в зависимости от их начального уровня подготовки, целей и временных возможностей. Интеграция теоретического обучения с обширной практической подготовкой на воде гарантирует прочное усвоение материала и формирование устойчивых компетенций. Применяются современные педагогические технологии, включая интерактивные методы обучения, использование мультимедийных средств, ситуационное моделирование. Программа учитывает психологические особенности взрослой аудитории, ориентируясь на мотивацию к саморазвитию, прагматичность и ориентацию на результат.

Цель программы

Формирование у совершеннолетних обучающихся комплексных теоретических знаний, практических умений и устойчивых навыков в области парусного спорта, достаточных для самостоятельного, безопасного и ответственного управления парусной яхтой различного типа в прибрежных и внутренних водах, а также для дальнейшего совершенствования знаний и навыков в области парусного спорта.

Примечание: Освоение настоящей программы не предусматривает присвоения квалификации и выдачи ООО «ПРОяхтинг» документов об

образовании, о квалификации или об обучении. По завершении обучения проводится предусмотренный программой контроль освоения материала. Любая внешняя аттестация и присвоение квалификаций третьими лицами осуществляются вне рамок настоящей образовательной программы.

Задачи программы

• Образовательные:

- Сформировать фундаментальные знания об устройстве парусных яхт, их типах, рангоуте, такелаже и принципах движения под парусами.
- Обеспечить глубокое понимание Международных правил предупреждения столкновений судов в море (МППСС-72) и их практическое применение.
- Обучить основам морской навигации, включая работу с морскими картами, прокладку курса, определение местоположения, использование навигационных приборов.
- Предоставить всесторонние знания в области морской метеорологии, включая чтение метеокарт, прогнозирование погоды и учет погодных условий при планировании плавания.
- Ознакомить с правилами радиосвязи на морских судах и особенностями использования судовых систем (двигатель, электроника, водоснабжение, канализация).
- Обучить основам оказания первой помощи на воде и действиям в экстренных и аварийных ситуациях (человек за бортом, пожар, затопление, посадка на мель).
- Сформировать знания о правовых аспектах яхтинга, правилах пересечения границ, таможенных и пограничных формальностях.
- Изучить специфику парусных гонок (для модуля "Рулевой ВФПС"), включая Правила парусных гонок (ППГ) и тактику гонок.

• Развивающие:

- Развивать пространственное мышление, логику и аналитические способности при решении навигационных и тактических задач.
- Совершенствовать координацию движений, ловкость, выносливость и физическую подготовку, необходимые для работы с парусным оборудованием.
- Развивать навыки эффективной коммуникации и командной работы в

условиях ограниченного пространства и различных погодных условий.

- Формировать способность к быстрому и адекватному принятию решений в стрессовых и нештатных ситуациях на воде.
- Развивать ответственность, самодисциплину, внимательность и аккуратность в обращении с дорогостоящим оборудованием и при обеспечении безопасности.

- **Воспитательные:**

- Воспитывать уважительное отношение к морской культуре, традициям и правилам.
- Прививать чувство ответственности за жизнь и безопасность экипажа, а также за сохранность судна.
- Формировать бережное отношение к окружающей среде, принципы экологически ответственного яхтинга.
- Развивать целеустремленность, настойчивость и упорство в преодолении трудностей и достижении поставленных целей.
- Пропагандировать здоровый образ жизни и активный отдых на природе.

Отличительные особенности программы:

1. **Модульный принцип:** Программа разделена на самостоятельные модули, позволяющие обучающимся выбрать наиболее подходящую траекторию обучения: от получения базовых навыков члена экипажа до углубленной теоретической и практической подготовки в области управления парусной яхтой и спортивного яхтинга.
2. **Практикоориентированность:** Значительный объем учебного времени выделяется на практические занятия на реальных парусных яхтах, что обеспечивает закрепление теоретических знаний и формирование устойчивых навыков.
3. **Отраслевая направленность:** Содержание программы сформировано с учетом современных подходов, учебных материалов и практик, применяемых в яхтинге и парусном спорте.
4. **Комплексный подход:** Программа охватывает все ключевые аспекты яхтинга: от устройства яхты и навигации до метеорологии, безопасности и правовых вопросов.
5. **Высококвалифицированный преподавательский состав:** Обучение

проводят опытные инструкторы и преподаватели, имеющие соответствующие яхтенные квалификации и педагогический опыт.

Категория обучающихся: Совершеннолетние лица от 18 лет и старше, желающие освоить парусный спорт, получить базовые или углубленные знания и навыки в области управления парусной яхтой. Отсутствие медицинских противопоказаний для занятий физической культурой и спортом, а также для нахождения на воде. Обучающиеся должны обладать базовыми навыками чтения и письма на русском языке. Программа подходит как для начинающих, не имеющих опыта, так и для тех, кто уже имеет базовые представления и стремится углубить свои знания и навыки. Уровни сложности (базовый и углубленный) позволяют адаптировать обучение под различный уровень начальной подготовки.

Обучение строится на андрагогических принципах:

- **Опора на опыт обучающихся:** Активное использование личного и профессионального опыта взрослых, соотнесение нового материала с уже имеющимися знаниями.
- **Релевантность и целесообразность:** Четкое объяснение, зачем нужна та или иная информация, как она будет применяться в реальной жизни и в профессиональной деятельности.
- **Самостоятельность и ответственность:** Поддержка стремления взрослых к самообразованию, предоставление достаточной свободы выбора форм и темпов обучения.
- **Практическая направленность:** Преобладание практических занятий, решение реальных задач, минимум абстрактной теории.
- **Уважительное отношение:** Создание комфортной, поддерживающей атмосферы, где каждый обучающийся чувствует себя ценным участником процесса.

Объем программы: Общий объем программы является вариативным и зависит от выбранных обучающимся модулей.

- **Модуль 1: "Квалифицированный член экипажа (Competent Crew)":**
 - Общая трудоемкость: 24 академических часа.
 - Теоретическая часть: 8 академических часа.

- Практическая часть: 16 академических часов.
- **Модуль 2: "Теория Шкипера прибрежного плавания (IYT Bareboat Skipper Theory)":**
 - Общая трудоемкость: 64 академических часа.
 - Теоретическая часть: 64 академических часа.
- **Модуль 3: "Теория Рулевого ВФПС":**
 - Общая трудоемкость: 40 академических часов.
 - Теоретическая часть: 40 академических часов.

Срок реализации программы:

Срок реализации Программы является вариативным и зависит от выбранного обучающимся модуля и интенсивности занятий:

- **Модуль 1: "Квалифицированный член экипажа (Competent Crew)":** от 6 до 10 календарных дней (при интенсивном обучении: 2–3 дня теории + 4–7 дней практики).
- **Модуль 2: "Теория Шкипера прибрежного плавания (IYT Bareboat Skipper Theory)":** от 3 до 4 недель (при 2–3 теоретических занятиях в неделю).
- **Модуль 3: "Теория Рулевого ВФПС":** от 3 до 4 недель (при 2–3 теоретических занятиях в неделю).
- **Комплексная программа "От матроса до шкипера":** от 1 до 3 месяцев (с учетом последовательного освоения модулей и промежутков для самостоятельной подготовки). Возможна индивидуальная ускоренная или пролонгированная траектория обучения по согласованию с Учебным центром ПРОяхтинг.

Программа является модульной и предполагает вариативные сроки освоения в зависимости от выбранной комбинации модулей и интенсивности обучения. Общая продолжительность программы может варьироваться **от 6 дней (для базового модуля) до 3 месяцев** (при последовательном освоении всех модулей с учетом промежутков для самостоятельной подготовки).

Форма обучения:

- **Очная:** Традиционные аудиторные лекции и семинары, проводящиеся в учебных классах, а также практические занятия на воде на парусных яхтах под руководством инструктора.

Режим занятий:

Режим занятий определяется Календарным учебным планом для каждого модуля и группы обучающихся.

- **Для теоретических занятий:** обычно 2–3 занятия в неделю продолжительностью 3–4 академических часа (1 академический час = 45 минут).
- **Для практических занятий:** занятия проводятся в соответствии с календарным учебным планом в пределах объема соответствующего модуля; возможны группы выходного дня и индивидуальные занятия.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Программа «Парусный спорт для взрослых: от матроса до шкипера» включает в себя следующие основные модули, каждый из которых является логически завершенной частью образовательного процесса и может быть освоен как самостоятельно, так и в рамках комплексного обучения:

Модуль 1: "Квалифицированный член экипажа (Competent Crew)"

- **Назначение:** Базовый модуль, предназначенный для новичков, желающих освоить основы работы на парусной яхте в качестве члена экипажа.
- **Содержание (Теория):**
 - **Введение в парусный спорт:** Виды парусных судов (по типу движения, корпуса, использования, дальности плавания, киля), принципы движения яхты с помощью ветра, почему килевые яхты не переворачиваются.
 - **Устройство яхты:** Основные части яхты (корпус, мачта, паруса, нос/корма, палуба), паруса (грот, стаксель), веревки для управления (шкоты, фалы). Детальное изучение J-70 и Elliot как примеров учебных яхт.
 - **Роли на яхте и командное взаимодействие:** Распределение обязанностей экипажа, правила безопасного поведения на палубе.
 - **Снаряжение яхтсмена:** Требования к одежде, обуви, перчаткам, очкам.
 - **Основные узлы:** Беседочный, выбленочный, прямой, восьмерка, крепление на утку, бухтование конца.

- **Правила безопасности:** Спасательный жилет, правила передвижения по палубе ("три точки опоры"), запрет на наматывание веревок на руки.
- **Основы навигации и МППСС:** Общее понятие о морских знаках, основные правила расхождения судов (теория).
- **Аварийные ситуации:** Человек за бортом (МОВ), гроза, посадка на мель – общие действия.
- **Основы парусных гонок (обзор):** Что такое гонка и регата, процедура старта, протест, подсчет очков, роли в гонке.
- **Содержание (Практика):**
 - Заход на яхту, передвижение по палубе, выбор места для сидения.
 - Крепление конца на утку, бухтование конца, вязание основных узлов (беседочный, выбленочный).
 - Вооружение и разоружение яхты (самостоятельно).
 - Постановка и уборка стакселя/грота (самостоятельно по команде рулевого).
 - Настройка парусов на курс яхты, работа с креном.
 - Выполнение основных маневров: повороты оверштаг, фордевинд.
 - Остановка яхты, разгон яхты, работа с парусами при приведении и уваливании.
 - Работа с геннакером/спинакером (постановка, уборка, повороты, несение) - при наличии оборудования.
 - Практическое применение правил расхождения яхт.
 - Участие в учебной гонке (1-2 старта).
 - Отработка действий при "Человек за бортом".

Модуль 2: "Теория Шкипера прибрежного плавания (IYT Bareboat Skipper Theory)"

- **Назначение:** Углубленный теоретический курс для тех, кто планирует стать полноценным шкипером и брать яхты в чартер.
- **Содержание:**
 - **Введение:** Состав курса, виды прав и школ, виды яхт, роль шкипера, его ответственность и компетенции, этикет на яхте.
 - **Документация и право:** Документы на яхту, функции береговой охраны, IMO и её конвенции, 5 принципов морского права, флаги на яхте, таможенные и пограничные формальности.

- **Устройство яхты:** Детальное изучение всех систем и частей яхты: корпус, рангоут, такелаж (стоячий и бегучий), рулевое устройство, киль, балласт.
- **Безопасность на яхте:** Средства спасения (спасжилеты, плоты, фальшфейеры), средства подачи сигналов бедствия, основы морской медицины (укачивание, солнечный удар, переохлаждение, судовая аптечка), одежда для яхтинга. Предотвращение пожаров, действия при пожаре.
- **Инженерные коммуникации яхты:** Водная система, газовая система, электричество (12В/220В), двигатель (основы устройства, проверка, запуск, остановка, устранение неполадок), навигационное оборудование, якорная лебедка, подруливающее устройство, отопление, кондиционер. Бытовые правила на борту.
- **Движение под мотором:** Теория движения под мотором: точка поворота, заброс кормы, снос носа ветром, циркуляция. Швартовка (лагом, кормой, на муринг). Работа с якорем. Подход к бую. Буксировка. Заправка топливом. Использование тузика.
- **Движение под парусом:** Основы теории паруса, курсы и галсы яхты, вымпельный и истинный ветер, настройка парусов (шкоты, фалы, оттяжки), постановка/уборка парусов. Маневры под парусами (повороты, дрейф, лавировка).
- **Навигация:** Навигационные знаки МП, морские карты (типы, условные обозначения, корректура), основы навигации (понятие координат, магнитное склонение, девиация, счисление, определение места).
- **Прокладка на картах:** Определение местоположения (пеленги, дистанции), прокладка курса, учет дрейфа и сноса. Планирование маршрута (путевые точки, опасности, запасные гавани), контроль на маршруте.
- **Приливы и течения:** Теория приливов, атласы и таблицы приливов, расчет приливов и течений.
- **МППСС-72:** Детальное изучение правил расхождения судов, виды судов, навигационные огни и знаки, звуковые сигналы.
- **Метеорология:** Общая циркуляция атмосферы, циклоны, антициклоны, фронты. Влияние давления и температуры, влажности на

погоду. Шкала Бофорта. Чтение метеокарт, получение прогнозов. Местные ветры. Действия при шторме.

- **Радиосвязь:** Основы радиосвязи на морских судах, регламент использования УКВ-радиостанции, сигналы бедствия, срочности и безопасности (DSC).
- **Оказание первой помощи:** Расширенный курс первой помощи при типичных морских травмах и состояниях.
- **Итоговое тестирование.**

Модуль 3: "Теория Рулевого ВФПС"

- **Назначение:** Теоретический курс для тех, кто планирует углубить знания в области спортивного яхтинга и участвовать в парусных соревнованиях.
- **Содержание:**
 - **Вводное занятие:** О курсе ВФПС, виды парусных яхт по конструкции корпуса, требования к одежде и оснащению яхтсмена. Общее устройство учебной яхты (например, Elliot 6m), вооружение/разоружение. Роли на яхте, рассадка экипажа. Проверка яхты перед выходом, правила безопасного поведения. Общее понятие о движении под парусами: курсы/галсы/маневры/крен/наветренный-подветренный. Терминология (добрать, потравить и т. д.). Основные узлы: беседочный, восьмерка на утку, выбленочный.
 - **Устройство парусной яхты:** Детальное изучение устройства килевой яхты и швертбота. Деревянный набор. Рангоут (гик, мачта, бушприт, спинакер-гик). Стоячий такелаж (ванты, штаги, краспицы, вантпутенсы, талрепы). Бегучий такелаж (шкоты, фалы, топпенанты, оттяжки).
 - **Якорное и швартовое оборудование:** Типы якорей, устройство якоря, якорный конец, томбуй. Швартовое оборудование (кранцы, швартовы, киповые планки, клюзы, утки).
 - **Паруса и их настройка:** Типы парусов (грот, стаксель, спинакер, геннакер). Элементы паруса. Взаимодействие парусов. Аэродинамика паруса. Настройка парусов на различных курсах (оттяжка Канингема, оттяжка гика-шкота, ахтерштаг, бакштаг, шкоты).
 - **Основы метеорологии:** Тропосфера, изобары, барические системы. Облака. Фронты. Циклон, антициклон. Местные и морские приметы

погоды. Шкала Бофорта. Виды ветров. Образование бриза. Гроза. Волна. Чтение метеокарт. Влияние берега на ветер и волну.

- **Правила парусных гонок (ППГ):** Полное изучение актуальной редакции ППГ (Части 1, 2, 3, 4, 5). Сигналы гонки. Определения (чисто позади/чисто впереди, связанность, подветренная/наветренная яхты, сторониться, правый/левый галс, надлежащий курс, знак, место, зона, препятствие). Права пути (статья 10–22). Столкновения, штрафы. Гонка, старт, финиш. Протест.
- **Морская практика (теория):** Основы управления яхтой под парусом: руление, крейсерские курсы. Приведение и уваливание. Повороты: оверштаг, фордевинд. Пришвартовывание. Постановка на якорь. Уход от берега. Человек за бортом. Аварийные ситуации.
- **Итоговое повторение:** Разбор типовых вопросов.

Планируемые результаты освоения программы

Освоение Программы «Парусный спорт для взрослых: от матроса до шкипера» предполагает достижение обучающимися следующих образовательных результатов, дифференцированных по модулям и уровням сложности.

По завершении Модуля 1: "Квалифицированный член экипажа (Competent Crew)" обучающийся будет:

• Знать:

- Основные части и оборудование парусной яхты, их назначение.
- Базовую морскую терминологию.
- Правила безопасного поведения на борту яхты.
- Назначение и порядок использования спасательных средств.
- Принципы работы с основными парусами (грот, стаксель).
- Порядок выполнения основных морских узлов.
- Общие правила расхождения судов и навигационные знаки.
- Базовые действия в аварийных ситуациях (человек за бортом, гроза, мель).

• Уметь:

- Безопасно заходить на яхту, передвигаться по палубе, занимать рабочие позиции.

- Правильно и аккуратно вязать и применять основные морские узлы (беседочный, выбленочный, прямой, восьмерка на утку).
- Вооружать и разоружать яхту (поднимать/убирать паруса).
- Работать с парусами: ставить, убирать, настраивать их на различных курсах (под контролем рулевого/скипера).
- Выполнять основные маневры (повороты оверштаг и фордевинд) в составе экипажа.
- Использовать кранцы и швартовы при швартовке и отшвартовке.
- Работать со шкотами и фалами, бухтовать концы.
- Выполнять команды рулевого/скипера.
- Оказывать помощь при операции "Человек за бортом" (подача спасательных средств).
- **Владеть (навыки):**
 - Навыками эффективного взаимодействия в команде.
 - Навыками безопасного обращения с парусным оборудованием.
 - Первоначальными навыками работы с парусами и верёвками.

По завершении Модуля 2: "Теория Шкипера прибрежного плавания (IYT Bareboat Skipper Theory)" обучающийся будет:

- **Знать:**
 - Углубленные знания по устройству и оборудованию парусной яхты, ее системам (двигатель, электроника, водоснабжение, канализация).
 - Международные правила предупреждения столкновений судов в море (МППСС-72) в полном объеме.
 - Принципы навигации: чтение морских карт, учет магнитных склонений и девиаций, использование навигационных приборов (компас, лаг, эхолот, GPS/картплоттер).
 - Методы прокладки курса на карте, определения местоположения судна, планирования маршрута.
 - Основы морской метеорологии: чтение метеокарт, понимание циклонов, антициклонов, фронтов, прогнозирование погоды.
 - Правила радиосвязи на морских судах (УКВ-радиостанция, DSC) и правила обмена информацией.
 - Правовые аспекты яхтинга, документацию на яхту и процедуры пересечения границ.

- Всесторонние знания по безопасности на воде, предотвращению аварийных ситуаций и действиям в случае их возникновения.
- Базовые принципы оказания первой помощи на воде.
- **Уметь:**
 - Прокладывать курс на морской карте, определять местоположение судна различными способами.
 - Планировать безопасный маршрут с учетом глубин, опасностей, погодных условий и приливов/отливов.
 - Читать и интерпретировать морские карты и лоции.
 - Правильно применять МППСС-72 для предотвращения столкновений.
 - Оценивать погодные условия и прогнозы, принимать решения о выходе в море.
 - Использовать судовые системы (двигатель, электроника, навигационное оборудование).
 - Грамотно вести радиообмен, подавать сигналы бедствия и срочности.
 - Действовать в аварийных ситуациях: "Человек за бортом", пожар, затопление, посадка на мель, повреждение рангоута.
 - Составлять список необходимой документации для плавания.
- **Владеть (навыки):**
 - Навыками навигационной прокладки и счисления.
 - Навыками использования всего спектра навигационного оборудования.
 - Навыками принятия обоснованных решений в условиях морского плавания.
 - Навыками взаимодействия с береговыми службами и другими судами.

По завершении Модуля 3: "Теория Рулевого ВФПС" обучающийся будет:

- **Знать:**
 - Детальное устройство килевых яхт и швертботов, их рангоута и такелажа.
 - Все разделы Правил парусных гонок (ППГ) и их применение.
 - Элементы и теорию работы парусов, их настройку на различных курсах.
 - Особенности использования якорного и швартового оборудования.
 - Углубленные знания по метеорологии, влиянию берега на ветер и

волны.

- Тактику парусных гонок, процедуру старта, правила протеста.
- **Уметь:**
 - Грамотно вооружать и разоружать спортивную яхту.
 - Выполнять тонкую настройку парусов для максимальной эффективности.
 - Применять ППГ в различных гоночных ситуациях, принимать решения о расхождении.
 - Прогнозировать изменения погоды на основе метеорологических данных и местных признаков.
 - Выполнять теоретическую подготовку к участию в парусных гонках.
 - Оперировать специализированной гоночной терминологией.
- **Владеть (навыки):**
 - Навыками анализа гоночных ситуаций и принятия тактических решений.
 - Навыками эффективной работы с парусами и такелажем на спортивной яхте.
 - Навыками грамотного использования гоночных правил.

Формы аттестации

Система оценки обучающихся направлена на объективную проверку уровня освоения программы и сформированности заявленных компетенций. Система оценки включает текущий контроль успеваемости, промежуточную аттестацию по завершении каждого модуля и итоговый контроль по завершении комплексной программы.

Текущий контроль успеваемости:

Осуществляется на протяжении всего периода обучения в рамках каждого занятия. Цель – оперативная проверка усвоения материала и коррекция учебного процесса.

- **Устный опрос:** Фронтальный или индивидуальный опрос по пройденным темам.
- **Выполнение практических заданий:** Демонстрация умений и навыков на учебной яхте (например, вязание узлов, работа с парусами, швартовка).

Оценка происходит по системе "зачет/незачет" или по балльной системе с комментариями инструктора.

- **Решение ситуационных задач:** Разбор кейсов по навигации, МППСС, безопасности, метеорологии.
- **Самостоятельные работы:** Краткие письменные работы, заполнение рабочих тетрадей, составление таблиц, схем.

Промежуточная аттестация:

Проводится по завершении каждого модуля. Цель – комплексная оценка уровня освоения знаний и умений, предусмотренных модулем.

- **Модуль 1: "Квалифицированный член экипажа (Competent Crew)"**
 - **Теоретический зачет:** Письменное/устное тестирование по основным понятиям (терминология, безопасность, узлы, МППСС, аварийные ситуации). Формат: тест с выбором ответов, короткие открытые вопросы.
 - **Практический зачет:** Демонстрация инструктору навыков работы на яхте:
 - Безопасное перемещение по палубе.
 - Вооружение и разоружение яхты.
 - Постановка и уборка парусов.
 - Правильное вязание 3–5 основных узлов на время.
 - Бухтование концов.
 - Действия в качестве члена экипажа при поворотах, швартовке, работе с якорным устройством.
 - Действия по команде "Человек за бортом".
 - *Критерии оценки:* Соответствие действий инструкциям, быстрота и точность выполнения, соблюдение правил безопасности.
- **Модуль 2: "Теория Шкипера прибрежного плавания (IYT Bareboat Skipper Theory)"**
 - **Теоретический зачет:** Письменный тест, включающий вопросы по всем разделам модуля (морское право, устройство яхты, навигация, МППСС, метеорология, радиосвязь, безопасность). Возможна комбинированная форма: часть – тестирование, часть – открытые вопросы, задачи по навигации.
 - **Зачет по навигационной прокладке:** Выполнение практического

задания по прокладке курса на морской карте с учетом счисления, учета дрейфа, определения места, планирования перехода.

- *Критерии оценки:* Глубина знаний, правильность ответов, точность и корректность выполнения навигационных расчетов и прокладок.

- **Модуль 3: "Теория Рулевого ВФПС"**

- **Теоретический зачет по ППГ:** Письменный тест с вопросами по Правилам парусных гонок (ситуационные задачи, знание определений, прав пути).
- **Зачет по устройству яхты и настройке парусов:** Устный опрос или письменный тест по элементам рангоута, такелажа, парусов и принципам их настройки.
- **Зачет по метеорологии:** Устный опрос или тест по основным метеорологическим понятиям и чтению метеокарт.
- *Критерии оценки:* Точное знание и понимание ППГ, устройства яхты, принципов настройки.

Итоговый контроль по комплексной программе:

Итоговый контроль проводится по завершении комплексной программы и предназначен для проверки достижения обучающимися планируемых результатов по совокупности освоенных модулей.

- **Комплексный теоретический зачет:** Охватывает все ключевые аспекты, изученные в рамках выбранных модулей. Может включать вопросы по МППСС, навигации, метеорологии, устройству яхты, безопасности.
- **Комплексный практический зачет:** Проводится на учебной яхте под руководством инструктора Учебного центра ПРОяхтинг и включает проверку практических навыков, предусмотренных освоенными обучающимися модулями:
 - Подготовка яхты к выходу (проверка систем, вооружение).
 - Маневрирование под мотором (отшвартовка, швартовка, подход к бую).
 - Управление яхтой под парусами на различных курсах, выполнение поворотов.
 - Постановка и уборка парусов.
 - Действия в случае "Человек за бортом" (разворот, подход, подъем).
 - Постановка на якорь и снятие с якоря.

- Решение ситуационных задач навигации и МППСС в реальных условиях.
- Использование УКВ-радиостанции.
- Демонстрация лидерских качеств и командного взаимодействия.

Система оценки:

Оценка знаний, умений и навыков обучающихся осуществляется по системе "зачет/незачет" и/или по балльной системе в соответствии с критериями, установленными настоящей программой и оценочными материалами.

- **Отлично (5 баллов) – аналогично оценке «зачет»:** Продемонстрированы полные и глубокие знания, умения и навыки в соответствии с требованиями программы; материал изложен логично, без ошибок, с пониманием взаимосвязей; практические действия выполнены безупречно, самостоятельно, с соблюдением всех норм безопасности.
- **Хорошо (4 балла) - аналогично оценке «зачет»:** Продемонстрированы хорошие знания, умения и навыки; возможны незначительные неточности или небольшие затруднения при выполнении практических заданий, которые быстро устраняются при незначительной помощи.
- **Удовлетворительно (3 балла) - аналогично оценке «зачет»:** Продемонстрированы достаточные знания, умения и навыки; имеются отдельные пробелы в знаниях или неуверенность в практических действиях, требующие дополнительных разъяснений.
- **Неудовлетворительно (2 балла) - аналогично оценке «незачет»:** Выявлены существенные пробелы в знаниях, умениях и навыках, препятствующие дальнейшему освоению программы или выполнению практических действий; требуются значительные доработки или повторное обучение.

Успешное прохождение итогового контроля подтверждает освоение содержания программы в объеме предусмотренных ею образовательных результатов. Присвоение квалификации и выдача ООО «ПРОяхтинг» документов об образовании, о квалификации или об обучении по итогам настоящей программы не предусмотрены.

Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение программы

Эффективная реализация программы «Парусный спорт для взрослых: от матроса до шкипера» обеспечивается наличием соответствующего учебно-методического, материально-технического и кадрового обеспечения, соответствующего требованиям безопасности, санитарным нормам и современным образовательным стандартам.

Материально-техническое обеспечение:

- **Учебные аудитории:**

- 1 оборудованный учебный класс пл. 26,5 кв.м..
- Оснащение: маркерная доска, ЖК-дисплей, компьютер с доступом в Интернет, акустическая система, диван.
- Рабочие места: стол и стулья для обучающихся и преподавателя, обеспечивающие комфортные условия для работы с картами и учебными материалами.
- Наличие демонстрационных макетов, моделей яхт, элементов такелажа, узлов.
- Помещение для хранения методических пособий и учебных материалов пл. 13,2: оснащено столом, стульями, шкафом для хранения методических пособий.

- **Учебные парусные яхты:**

- Достаточное количество учебных парусных яхт различных типов, соответствующих целям обучения (например, швертботы для отработки базовых навыков, килевые спортивные яхты (J/70, Elliott 6m) для гоночных программ, круизные яхты длиной 10–15 метров для шкиперских курсов).
- Все яхты должны быть в исправном техническом состоянии, оборудованы в соответствии с требованиями безопасности (наличие спасательных средств, средств связи, навигационного оборудования).
- Наличие необходимого комплекта парусов, рангоута, такелажа, швартового и якорного оборудования в рабочем состоянии.

- **Специализированное оборудование и тренажеры:**

- Навигационные тренажеры (программное обеспечение и/или

специализированные станции для отработки прокладки курса, использования радара, GPS/картплоттера).

- Тренажеры для вязания узлов.
- Комплекты морских карт (учебные и актуальные навигационные карты акваторий, используемых для практики).
- Навигационные инструменты: навигационные линейки, циркули-измерители, параллельные линейки.
- Навигационные приборы: ручные компасы, бинокли, лаги, эхолоты, GPS-приемники, УКВ-радиостанции.
- Метеорологические приборы: барометр, анемометр, термометр.
- Средства индивидуальной и коллективной безопасности: спасательные жилеты (по количеству обучающихся + запасные), спасательные круги, фальшфейеры, сигнальные ракеты, огнетушители, судовые аптечки первой помощи.
- Комплекты швартовых канатов, кранцев.
- **Технические средства обучения:**
 - Персональный компьютер.
 - Принтер, сканер.
 - Выход в сеть Интернет (Wi-Fi).
- **Библиотечный фонд/Электронная библиотека:**
 - Доступ к специализированной литературе, нормативным документам.

Учебно-методическое обеспечение:

- **Рабочие программы дисциплин (модулей):** Детально разработанные программы по каждому учебному предмету с указанием тем, часов, планируемых результатов, форм контроля.
- **Методические рекомендации для преподавателей/инструкторов:** По проведению лекционных, практических занятий, организации морской практики, проведению аттестации.
- **Учебные пособия и конспекты:**
 - Учебные пособия.
 - Конспекты лекций по темам.
 - Сборники задач и упражнений по навигации, МППСС, метеорологии.
 - Руководства по эксплуатации судового оборудования.
- **Электронные образовательные ресурсы:**

- Презентации для лекционных занятий.
- Видеоуроки и обучающие фильмы по практическим навыкам (вязание узлов, работа с парусами, маневры).
- Интерактивные симуляторы (например, симулятор УКВ-радиостанции, навигационные симуляторы).
- Банк тестовых заданий для самоконтроля и промежуточной аттестации.
- Доступ к специализированным онлайн-сервисам (например, онлайн-метеорологические карты, карты приливов и течений, электронные лоции).
- **Нормативно-правовая база:**
 - Актуальные редакции Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации».
 - Международные правила предупреждения столкновений судов в море (МППСС-72).
 - Правила парусных гонок (ППГ).
 - Локальные нормативные акты ООО «ПРОяхтинг» и Учебного центра ПРОяхтинг.
- **Оценочные материалы:** Задания для всех видов контроля и аттестации, критерии оценки практических навыков.

Кадровое обеспечение:

К реализации программы привлекаются исключительно высококвалифицированные специалисты, имеющие необходимый уровень образования, профессиональную подготовку и опыт работы в сфере парусного спорта и/или образования.

- **Руководитель образовательного подразделения:** Имеет высшее образование, опыт управления и знание нормативно-правовой базы в сфере образования.
- **Преподаватели теоретических дисциплин:**
 - Среднее профессиональное или высшее образование (в рамках укрупненных групп специальностей и направлений подготовки ВО и специальностей СПО "Образование и педагогические науки" или ВО либо СПО в рамках иных укрупненных групп специальностей и направлений подготовки ВО и специальностей СПО при условии его

соответствия дополнительным общеразвивающим программам, реализуемым организацией, осуществляющей образовательную деятельность. Например, техническое, педагогическое, морское и иные сходные направления образования).

- Наличие соответствующих яхтенных квалификаций (например, IYT Master of Yachts, или аттестация ВФПС).
- Регулярное прохождение курсов повышения квалификации.

- **Инструкторы по практическому обучению:**

- Среднее профессиональное или высшее образование (в рамках укрупненных групп специальностей и направлений подготовки ВО и специальностей СПО "Образование и педагогические науки" или ВО либо СПО в рамках иных укрупненных групп специальностей и направлений подготовки ВО и специальностей СПО при условии его соответствия дополнительным общеразвивающим программам, реализуемым организацией, осуществляющей образовательную деятельность. Например, техническое, педагогическое, морское и иные сходные направления образования).
- Наличие международных яхтенных квалификаций (минимум IYT Yachtmaster Coastal/Offshore, или эквивалент) и/или национальных квалификаций (Инструктор ВФПС).
- Значительный подтвержденный опыт морских походов (тысячи морских миль) и практического управления яхтой в различных погодных условиях.
- Опыт инструкторской работы, педагогические навыки, способность к доступному объяснению и демонстрации.
- Регулярное прохождение курсов повышения квалификации и аттестации.

- **Вспомогательный персонал:** Администраторы, технические специалисты, обеспечивающие функционирование учебных классов и яхт.

Список литературы

Список литературы и информационных ресурсов представляет собой перечень основных и дополнительных источников, необходимых для полноценного освоения обучающимися программы «Парусный спорт для

взрослых: от матроса до шкипера». Он включает учебные пособия, нормативные документы, справочные материалы и электронные ресурсы, обеспечивающие как теоретическую подготовку, так и практическое применение знаний.

Основная литература:

1. Официальные учебные пособия IYT (International Yacht Training):

- Матрос. Учебное пособие. Моторные и парусные суда до 24 м. Активный член экипажа (IYT passport training programme modules 1-11). М., - IYT, 2020. - 164 с.
- International Flotilla Skipper, bareboat. Учебное пособие "Моторные и парусные суда до 24 м. Управление (IYT passport training programme modules 13-25). М., - IYT, 2019. - 218 с.
- Морская радиосвязь. Учебное пособие для сертификатов VHF Radio Operator и Short Range Certificate (SRC) (IYT passport training programme module 12). - М.: IYT, 2016. - 60 с.
- Yachtmaster Coastal. Recreational Certification. Passport Module 27. - IYT, 2015. - 93 с.
- Yachtmaster Offshore. Recreational Certification. Passport Module 28 and 29. - IYT, 2015. - 176 с.

2. Официальные учебные пособия Всероссийской Федерации Парусного Sports (ВФПС):

- Бертини Л. Правила парусных гонок в примерах и иллюстрациях. - М.: ВФПС, 2020. - 78 с.
3. Селезнев, А. Е. Основы навигации. Практический опыт капитана. – Новороссийск: МГА имени адмирала Ф.Ф. Ушакова, 2008.– 174 с. (или аналогичное современное пособие по навигации, рекомендованное центром).
 4. Морская практика. Учебник для яхтсменов в 5-и частях. Часть 1. Устройство и оборудование яхт. - Delius Klasing, 2012. - 242 с.
 5. Морская практика. Учебник для яхтсменов в 5-и частях. Часть 2. Управление яхтами. - Delius Klasing, 2012. - 112 с.
 6. Морская практика. Учебник для яхтсменов в 5-и частях. Часть 3. Безопасность на яхтах и катерах. - Delius Klasing, 2013. - 94 с.
 7. Морская практика. Учебник для яхтсменов в 5-и частях. Часть 4.

- Навигация. Лоция. Метеорология. - Delius Klasing, 2013. - 130 с. (или аналогичное пособие по яхтенной метеорологии).
8. Морская практика. Учебник для яхтсменов в 5-и частях. Часть 5. Ремонт. Хранение. Правила плавания. - Delius Klasing, 2013. - 86 с.
 9. Настройка парусов и такелажа. - М.: Великая река , 2007. - 80 с. (или аналогичное пособие по настройке парусного вооружения).
 10. Надломов С.С. Морская УКВ радиосвязь. Пособие яхтсмена. – М., 2012. – 120 с. (или аналогичное пособие)

Дополнительная литература:

1. **Руководства по эксплуатации:** Специфические руководства по эксплуатации судового двигателя, GPS/картплоттеров, радаров и другого навигационного оборудования.
2. **Лоции:** Актуальные лоции и путеводители по акваториям предполагаемого плавания (для ознакомления).
3. **Справочники по морским узлам:** Иллюстрированные пособия по вязанию и применению различных морских узлов.
4. **Периодические издания по яхтингу:** Журналы и онлайн-издания о парусном спорте, регатах, путешествиях.

Международные правила и договоры:

1. "Конвенция о Международных правилах предупреждения столкновений судов в море, 1972 года" (COLREG) (Вместе с <Расположением и техническими характеристиками огней и знаков, звукосигнальных устройств>, "Дополнительными сигналами для судов, занятых ловом рыбы вблизи друг от друга", "Сигналами бедствия") (Заключена в г. Лондоне 20.10.1972) (ред. от 04.12.2013) // Официальный интернет-портал правовой информации <http://www.pravo.gov.ru>, 24.11.2016
2. Международные правила парусных гонок 2021-2024. - М.: Всероссийская федерация парусного спорта, 2023. - 144 с. (настоящее издание правил ППГ-21 является официальным переводом RRS21, вступает в силу на территории России с той же даты и отменяет все ранее изданные редакции правил).
3. "Конвенция Организации Объединенных Наций по морскому праву" (UNCLOS) (заключена в г. Монтего-Бее 10.12.1982) (с изм. от 23.07.1994)

// "Собрание законодательства РФ", 01.12.1997, N 48, ст. 5493

Электронные ресурсы и Интернет-источники:

1. Официальные сайты яхтенных организаций:

- International Yacht Training (IYT): www.iytworld.com
- Всероссийская Федерация Парусного Sports (ВФПС): www.rusyf.ru

2. Порталы с морскими картами и навигационными данными:

- Navionics WebApp: www.navionics.ru
- OpenCPN (программное обеспечение для ПК): www.opencpn.org
- Другие сервисы электронных карт и лоций.

3. Метеорологические ресурсы:

- Windy.com: www.windy.com (Глобальный прогноз погоды и ветра).

4. Онлайн-симуляторы и приложения для смартфонов:

- Симуляторы УКВ-радиостанции.
- Приложения для изучения ППГ (например, "The Racing Rules of Sailing App").
- Приложения для вязания узлов.

5. Форумы и сообщества яхтсменов: (Для обсуждения практических вопросов и обмена опытом).

**Приложение №1 к
дополнительной
общеобразовательной
общеразвивающей
программе
базового и углубленного
уровней сложности
«Парусный спорт для
взрослых: от матроса до
скипера»**

Учебный план

Учебный план дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Парусный спорт для взрослых: от матроса до скипера» является основным документом, определяющим перечень, последовательность изучения, объем и сроки освоения учебных модулей (дисциплин), а также виды учебной деятельности и формы аттестации. Он разработан в соответствии с требованиями Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации», Приказа Минпросвещения России от 27.07.2022 N 629 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам" (Зарегистрировано в Минюсте России 26.09.2022 N 70226) и методических рекомендаций.

Общие положения Учебного плана

- **Наименование программы:** «Парусный спорт для взрослых: от матроса до скипера»
- **Направленность:** Физкультурно-спортивная
- **Уровень освоения:** Базовый и углубленный
- **Возраст обучающихся:** 18 лет и старше
- **Срок реализации программы:** Вариативный (от 6 дней до 3 месяцев, в зависимости от выбранного модуля и интенсивности обучения).
- **Форма обучения:** Очная.

- **Место реализации:** Специализированное структурное образовательное подразделение – Учебный центр ПРОяхтинг.
- **Режим занятий:** Определяется Календарным учебным планом. Для теоретических занятий: 2–3 занятия в неделю по 3–4 академических часа (1 ак.ч. = 45 минут). Для практических занятий: интенсивные блоки по выходным или многодневные выходы.
- **Язык обучения:** Русский.

Структура Учебного плана

Учебный план предусматривает модульное освоение программы, что позволяет обучающимся гибко выбирать образовательную траекторию в зависимости от их целей и начального уровня подготовки. Программа состоит из трех основных модулей:

- **Модуль 1: "Квалифицированный член экипажа (Competent Crew)"** - базовый уровень, ориентирован на получение первоначальных навыков работы на парусной яхте.
- **Модуль 2: "Теория Шкипера прибрежного плавания (IYT Bareboat Skipper Theory)"** - углубленный теоретический уровень, ориентированный на освоение знаний, необходимых для самостоятельного и безопасного управления парусной яхтой в прибрежных водах.
- **Модуль 3: "Теория Рулевого ВФПС"** - углубленный теоретический уровень, ориентированный на изучение спортивного яхтинга и Правил парусных гонок.

Дополнительная практическая подготовка и внешняя аттестация, не предусмотренные настоящей образовательной программой, в объем и учебный план программы не входят и могут проходиться обучающимися отдельно.

Таблица 1. Учебный план дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Парусный спорт для взрослых: от матроса до шкипера»

№ п/п	Наименование модулей (дисциплин) и тем	Всего академических часов	Теоретические занятия (академ. часов)	Практические занятия (академ. часов)	Формы контроля и аттестации	Срок реализации (ориентировочно)
I	Модуль 1: "Квалифицированный член экипажа (Competent Crew)"	24	8	16	Теоретический зачет, Практический зачет	1-2 недели
1.1	Введение в парусный спорт. Устройство яхты и роли на ней.	4	2	2	Устный опрос, Наблюдение за практикой	1-я неделя
1.2	Безопасность на яхте. Основные узлы.	4	2	2	Контроль узлов, Наблюдение	1-я неделя
1.3	Движение яхты под парусами. Маневры.	4	1	3	Устный опрос, Наблюдение за практикой	1-2-я недели
1.4	Работа с парусами (грот, стаксель, геннакер/спинакер).	4	1	3	Наблюдение за практикой, Зачет	1-2-я недели

1.5	Основы навигации и МППСС. Аварийные ситуации.	4	1	3	Устный опрос, Решение ситуационных задач	2-я неделя
1.6	Основы парусных гонок. Комплексная практика.	4	1	3	Наблюдение за участием в гонке, Практический зачет	2-я неделя
	Промежуточная аттестация по Модулю 1	-	-	-	Теоретический зачет, Практический зачет	По окончании модуля
II	Модуль 2: "Теория Шкипера прибрежного плавания (IYT Bareboat Skipper Theory)"	64	64	0	Комплексный теоретический зачет, Зачет по навигационной прокладке	3-4 недели
2.1	Введение. Документация и право.	4	4	0	Устный опрос	1-я неделя
2.2	Устройство яхты. Безопасность на яхте.	8	8	0	Контрольная работа	1-я неделя
2.3	Инженерные коммуникации яхты. Бытовые правила.	8	8	0	Устный опрос	1-я неделя

2.4	Движение под мотором. Швартовка. Якорь. Буксировка.	8	8	0	Решение ситуационн ых задач	2-я неделя
2.5	Движение под парусом. Теория паруса. Настройка.	8	8	0	Контрольна я работа	2-я неделя
2.6	Навигационные знаки. Морские карты. Основы навигации.	8	8	0	Устный опрос, Практикум на картах	2-3-я недели
2.7	Прокладка на картах. Планирование маршрута. Контроль.	8	8	0	Практикум на картах, Зачет по прокладке	3-я неделя
2.8	Приливы и течения. МППСС-72.	4	4	0	Контрольна я работа, Тестирован ие	3-4-я недели
2.9	Метеорология.	4	4	0	Устный опрос, Разбор метеокарт	4-я неделя
2.10	Радиосвязь. Оказание первой помощи. Итоговое тестирование.	4	4	0	Тестирован ие	4-я неделя
	Промежуточная аттестация по Модулю 2	-	-	-	Комплексн ый теоретическ ий зачет,	По окончани и модуля

					Зачет по навигационной прокладке	
III	Модуль 3: "Теория Рулевого ВФПС"	40	40	0	Теоретический зачет по ППГ, Зачет по устройству и настройке	3-4 недели
3.1	Вводное занятие. Основы ВФПС. Узлы.	8	8	0	Устный опрос, Контроль узлов	1-я неделя
3.2	Устройство парусной яхты (килевой и швертбот).	8	8	0	Контрольная работа	1-я неделя
3.3	Якорное и швартовое оборудование. Паруса и их настройка.	8	8	0	Устный опрос	2-я неделя
3.4	Основы метеорологии.	8	8	0	Разбор метеокарт	2-я неделя
3.5	Правила парусных гонок (ППГ).	8	8	0	Решение ситуационных задач, Тестирование по ППГ	3-4-я недели
	Промежуточная аттестация по Модулю	-	-	-	Теоретический зачет	По окончании

	3				по ППГ, Зачет по устройству и настройке	и модуля
IV	Итоговый контроль по комплексной программе	-	-	-	Комплексный теоретический зачет, Комплексный практический зачет	По окончании и обучения

Пояснения к Учебному плану:

- **Академический час:** 45 минут.
- **Всего академических часов:** Указывает суммарное количество часов, отведенных на изучение модуля (дисциплины).
- **Теоретические занятия:** Проводятся в форме лекций, семинаров, интерактивных занятий, вебинаров.
- **Практические занятия:** Проводятся на учебных парусных яхтах под руководством инструктора. Включают отработку навыков работы с оборудованием, маневрирования, действий в различных ситуациях.
- **Формы контроля и аттестации:**
 - **Устный опрос, наблюдение:** Текущий контроль, оценка активности и понимания материала на занятии.
 - **Контроль узлов:** Оценка правильности и скорости вязания морских узлов.
 - **Тестирование, контрольная работа:** Письменная проверка теоретических знаний по отдельным темам или всему модулю.
 - **Решение ситуационных задач:** Применение теоретических знаний для анализа и решения практических проблем.
 - **Практикум на картах, зачет по прокладке:** Оценка навыков работы с морскими картами, навигационными инструментами, выполнения

расчетов.

- **Теоретический зачет:** Комплексная проверка теоретических знаний по завершении модуля.
- **Практический зачет:** Демонстрация практических навыков на яхте.

Рекомендации по последовательности освоения модулей:

Для оптимального и последовательного освоения материала рекомендуется следующая траектория обучения:

1. **Модуль 1: "Квалифицированный член экипажа (Competent Crew)"** является базовым и рекомендован для всех начинающих яхтсменов. Его освоение формирует необходимый фундамент для дальнейшего обучения.
2. После успешного завершения Модуля 1 обучающийся может выбрать:
 - **Модуль 2: "Теория Шкипера прибрежного плавания (IYT Bareboat Skipper Theory)"** для получения углубленных знаний, необходимых для управления яхтой в качестве шкипера.
 - **Модуль 3: "Теория Рулевого ВФПС"** для углубления знаний в области парусных гонок и спортивного яхтинга.
3. Обучающиеся, уже имеющие базовые навыки или опыт в парусном спорте, могут начать обучение непосредственно с Модуля 2 или Модуля 3.
4. Дополнительная практическая подготовка и внешняя аттестация, не предусмотренные настоящей образовательной программой, не включаются в общий объем часов учебного плана и при необходимости осуществляются отдельно.

**Приложение №2 к
дополнительной
общеобразовательной
общеразвивающей
программе
базового и углубленного
уровней сложности
«Парусный спорт для
взрослых: от матроса до
скипера»**

Календарный учебный план

Наименование программы: «Парусный спорт для взрослых: от матроса до скипера»

Направленность: Физкультурно-спортивная

Возраст обучающихся: 18 лет и старше

Место реализации: Учебный центр ПРОяхтинг

Учебный год: 2026

Пояснения к Календарному учебному плану:

- **Номер недели:** Указывает порядковый номер недели обучения в рамках модуля или комплексной программы.
- **Содержание занятий:** Краткое описание основных тем, которые будут изучаться на данной неделе.
- **Теоретические занятия (ч):** Количество академических часов, отведенных на теоретические занятия в аудитории.
- **Практические занятия (ч):** Количество академических часов, отведенных на практические занятия на яхте или тренажерах.
- **Всего (ч):** Общее количество академических часов в неделю.
- **Формы контроля:** Указывает виды текущего контроля (устный опрос, контрольная работа, тестирование, наблюдение за практикой, выполнение заданий).
- **Продолжительность одного занятия:** Указывается ориентировочная продолжительность одного занятия.
- **Количество занятий в неделю:** Указывается ориентировочное

количество занятий.

Календарный учебный план для Комплексной программы «Парусный спорт для взрослых: от матроса до шкипера»

Срок реализации программы: ~3 месяца

Режим занятий: Комбинированный, в зависимости от прохождения модулей.

Предполагается последовательное освоение Модуля 1, затем Модуля 2 и/или Модуля 3.

Таблица 2. Календарный учебный план дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Парусный спорт для взрослых: от матроса до шкипера»

№ Месяца /Недели	Даты	Модуль	Содержание занятий	Теория (ч)	Практика (ч)	Всего (ч)	Формы контроля
Месяц 1	Август 2026	Модуль 1: Competent Crew		8	16	24	
Неделя 1	01.08.2026 – 07.08.2026	Модуль 1	Введение. Устройство яхты. Безопасность. Узлы. Практика 1 (Вооружение, узлы, базовые маневры).	4	8	12	Устный опрос, Наблюдение, Контроль узлов
Неделя 2	08.08.2026 – 14.08.2026	Модуль 1	Движение под парусами. Маневры. Работа с	4	8	12	Наблюдение, Выполнение

			парусами. Практика 2 (Отработка маневров, настройка парусов). Навигация, МППСС, аварийные ситуации. Основы гонок. Практика 3 (Геннакер, МОВ, учебная гонка).				заданий, Решение ситуацио нных задач, Практиче ский зачет
Проме жуточн ая аттеста ция по Модулю 1	15.08.2026						Теоретич еский зачет, Практиче ский зачет
Месяц 1-2	Август — Сентябрь 2026	Модуль 2: IYT Bareboat Skipper Theory		64	0	64	
Неделя 3	16.08.2026 — 22.08.2026	Модуль 2	Введение. Документация . Устройство яхты. Безопасность.	20	0	20	Устный опрос, Контроль ная работа

			Инженерные системы.				
Неделя 4	23.08.2026 — 29.08.2026	Модуль 2	Движение под мотором/парусом. Навигационные знаки. Морские карты. Основы навигации.	24	0	24	Решение ситуационных задач, Практикум на картах
Неделя 5	30.08.2026 — 05.09.2026	Модуль 2	Прокладка на картах. Планирование маршрута. Приливы/течения. МППСС-72.	12	0	12	Зачет по прокладке, Тестирование
Неделя 6	06.09.2026 — 12.09.2026	Модуль 2	Метеорология. Радиосвязь. Первая помощь.	8	0	8	Разбор метеокарт, Тестирование
Промежуточная аттестация по Модулю 2	13.09.2026						Комплексный теоретический зачет

Месяц 2-3	Сентябрь — Октябрь 2026	Модуль 3: Теория Рулевого ВФПС		40	0	40	
Неделя 7	14.09.2026 — 20.09.2026	Модуль 3	Вводное занятие ВФПС. Устройство яхты (килевой/швер тбот). Узлы.	16	0	16	Устный опрос, Контроль узлов
Неделя 8	21.09.2026 — 27.09.2026	Модуль 3	Якорное/швар товое. Паруса и настройка. Метеорология .	16	0	16	Контроль ная работа, Разбор метеокар т
Неделя 9	28.09.2026 — 04.10.2026	Модуль 3	Правила парусных гонок (ППГ) Части 1–2.	4	0	4	Тестиров ание по ППГ
Неделя 10	05.10.2026 — 11.10.2026	Модуль 3	Правила парусных гонок (ППГ) Части 1–2. (продолжение)	4	0	4	Тестиров ание по ППГ
Проме жуточн	12.10.2026						Теоретич еский

ая аттеста ция по Модулю 3							зачет по ППГ
ИТОГО за комплексную программу:		Теория: 112 академических часов. Практика: 16 академических часов.		ВСЕГО: 128 академических часов.			

Примечание:

- Конкретные даты начала и окончания обучения по каждому модулю, а также расписание занятий формируются учебным центром по мере формирования групп и объявляются дополнительно. Возможность прохождения модулей в разной последовательности (после освоения Модуля 1) и с перерывами. Календарный учебный график на учебный год конкретизируется в зависимости от запросов потребителей и условий организации.
- Дополнительная практическая подготовка и внешняя аттестация у третьих лиц не входят в объем и календарный учебный план настоящей образовательной программы и при необходимости осуществляются отдельно.
- Расписание конкретных занятий (дни недели, время) формируется Учебным центром ПРОЯхтинг и доводится до сведения обучающихся.

**Приложение №3 к
дополнительной
общеобразовательной
общеразвивающей
программе
базового и углубленного
уровней сложности
«Парусный спорт для
взрослых: от матроса до**

шкипера»

Оценочные материалы

Общие положения:

Система оценки освоения программы включает в себя:

- **Текущий контроль успеваемости:** Проводится в течение всего периода обучения по каждой теме или разделу с целью оперативной проверки качества усвоения материала и своевременной коррекции образовательного процесса.
- **Промежуточная аттестация:** Проводится по завершении каждого модуля для оценки достижения планируемых результатов обучения по модулю в целом.
- **Итоговый контроль:** Проводится по завершении комплексной программы для проверки достижения обучающимся планируемых результатов по совокупности освоенных модулей.

Основные принципы оценки:

- **Объективность:** Использование четких критериев и стандартизированных процедур.
- **Комплексность:** Оценка как теоретических знаний, так и практических навыков.
- **Системность:** Регулярный контроль на всех этапах обучения.
- **Вариативность:** Использование различных форм и методов оценки.

Оценочные материалы для Модуля 1: "Квалифицированный член экипажа (Competent Crew)"

Цель оценки: Определение уровня сформированности базовых теоретических знаний и практических навыков, необходимых для выполнения обязанностей квалифицированного члена экипажа парусной яхты.

Текущий контроль успеваемости:

- **Устный опрос:**
 - **Форма:** Индивидуальный или фронтальный опрос во время

теоретических и практических занятий.

- **Критерии оценки:** Полнота и точность ответа, использование правильной морской терминологии, понимание сути вопроса.
- **Примеры вопросов:** "Назовите основные части грота", "Что означает 'потравить шкот'?", "Какие основные правила безопасности на палубе вы знаете?".
- **Наблюдение за практикой:**
 - **Форма:** Постоянное наблюдение инструктором за действиями обучающихся на яхте.
 - **Критерии оценки:** Соблюдение техники безопасности, скорость и точность выполнения команд, инициативность, взаимодействие в команде, аккуратность в работе с оборудованием.
 - **Примеры наблюдаемых действий:** Правильность захода на яхту, передвижение по палубе, реакция на команду рулевого, участие в работе с парусами.
- **Контроль узлов:**
 - **Форма:** Индивидуальная демонстрация обучающимся навыка вязания узлов.
 - **Критерии оценки:** Правильность вязания, скорость, умение объяснить назначение узла.
 - **Оцениваемые узлы:** Выбленочный, беседочный, восьмерка на утку, прямой узел, шкотовый узел, крепление конца на утку, бухтование конца.
- **Выполнение заданий:**
 - **Форма:** Индивидуальное или групповое выполнение инструкторских заданий на яхте.
 - **Критерии оценки:** Качество выполнения задания, самостоятельность, понимание цели задания.
 - **Примеры заданий:** "Поднять/убрать стаксель", "Забухтовать конец на утке", "Помочь рулевому при повороте оверштаг".

Промежуточная аттестация:

А. Теоретический зачет

- **Форма:** Письменный тест (множественный выбор, короткие ответы,

сопоставление).

- **Продолжительность:** 30-45 минут.
- **Примеры вопросов:**
 1. Выберите верное утверждение: а) Грот – это передний парус яхты. б) Гик – это горизонтальная балка, прикрепленная к мачте. в) Фал – это веревка, используемая для оттяжки паруса к корме.
 2. Назовите три основных правила безопасности при передвижении по палубе яхты.
 3. Какой узел используется для крепления швартового конца к утке?
 4. Что означает световой сигнал "один длинный свисток" на парусной яхте, идущей под парусами?
 5. При повороте **оверштаг**, с какого борта ветер заходит в паруса?
- **Критерии оценки:**
 - "Зачет" выставляется при 70% и более правильных ответов.
 - "Незачет" выставляется при менее чем 70% правильных ответов.

Б. Практический зачет

- **Форма:** Индивидуальная или групповая демонстрация навыков на учебной парусной яхте в реальных условиях.
- **Продолжительность:** 45-60 минут на каждого обучающегося (в составе группы).
- **Оцениваемые навыки и сценарии:**
 1. **Вооружение/разоружение яхты:**
 - Действия по подготовке яхты к выходу/постановке после плавания.
 - Подъем и спуск грота/стакселя (под командой инструктора).
 2. **Работа с парусами и маневры:**
 - Работа со шкотами грота и стакселя во время поворотов (оверштаг, фордевинд).
 - Активное участие в настройке парусов (выбрать/потравить шкот).
 - Работа с креном.
 3. **Вязание узлов:**
 - Быстрое и правильное вязание 3-х узлов из списка (беседочный, выбленочный, прямой, восьмерка на утку, крепление на утку, бухтование).
 4. **Действия при швартовке:**

- Подготовка и установка кранцев.
- Работа со швартовым концом (подача, крепление).
- 5. **Действия в аварийных ситуациях ("Человек за бортом"):**
 - Правильная реакция на сигнал "Человек за бортом".
 - Указание на человека, бросок спасательного круга.
- 6. **Общее поведение и безопасность:**
 - Соблюдение правил безопасности (три точки опоры, работа с гиком).
 - Четкое выполнение команд рулевого/шкипера.
 - Активность и взаимодействие с экипажем.
- **Критерии оценки:**
 - **"Зачет":** Демонстрирует уверенное и безопасное выполнение большинства ключевых практических навыков. Допускаются незначительные ошибки, не влияющие на безопасность. Выполняет команды четко и своевременно.
 - **"Незачет":** Неспособен выполнить основные практические задачи, создает угрозу безопасности, допускает грубые ошибки, не реагирует на команды.

Итоговая оценка по модулю: Зачет/Незачет. Для получения "Зачета" необходимо успешно сдать как теоретический, так и практический зачет.

Оценочные материалы для Модуля 2: "Теория Шкипера прибрежного плавания (IYT Bareboat Skipper Theory)"

Цель оценки: Определение уровня сформированности комплексных теоретических знаний, необходимых для самостоятельного и безопасного управления парусной яхтой в прибрежных водах.

4.2.1. Текущий контроль успеваемости:

- **Устный опрос:**
 - **Форма:** Индивидуальный опрос во время семинаров и лекций.
 - **Критерии оценки:** Глубина понимания, способность аргументировать ответ, владение терминологией, умение связывать разделы программы.
 - **Примеры вопросов:** "Объясните разницу между магнитным склонением и девиацией.", "Каковы основные действия шкипера при

обнаружении утечки газа?", "Опишите процедуру связи 'Mayday' по УКВ-радиостанции."

- **Контрольные работы:**

- **Форма:** Письменные задания по ключевым разделам.
- **Критерии оценки:** Правильность ответов, полнота изложения, логичность структуры.
- **Примеры заданий:**
 - "Перечислите 5 основных элементов рангоута и их функции."
 - "Опишите последовательность действий при постановке на якорь."
 - "Изобразите и объясните значения двух кардинальных знаков."

- **Решение ситуационных задач:**

- **Форма:** Анализ описанных сценариев и предложение решений (устно или письменно).
- **Критерии оценки:** Правильность и обоснованность предложенных решений, учет всех влияющих факторов.
- **Примеры задач:** "Вы находитесь в открытом море. Барометр резко падает, небо затягивает слоисто-дождевыми облаками. Какие действия предпримет шкипер?", "Две яхты идут на пересекающихся курсах. Яхта А идет правым галсом, яхта Б – левым. Кто кому должен уступить дорогу по МППСС-72?"

- **Практикум на картах:**

- **Форма:** Индивидуальное выполнение навигационных задач на морской карте с использованием инструментов.
- **Критерии оценки:** Точность расчетов, правильность прокладки, аккуратность, умение читать карту.
- **Примеры заданий:** "Проложить курс из точки А в точку Б, учесть снос течением.", "Определить свое местоположение по двум пеленгам и проверить его по GPS."

- **Тестирование:**

- **Форма:** Короткие тесты по пройденным темам (например, по МППСС, метеорологии).
- **Критерии оценки:** Количество правильных ответов.

Промежуточная аттестация:

А. Комплексный теоретический зачет

- **Форма:** Письменный тест, состоящий из вопросов с множественным выбором и/или коротких открытых вопросов, охватывающий все темы модуля.
- **Продолжительность:** 2-3 часа.
- **Содержание зачета:** Включает вопросы по:
 - Морскому праву и документации.
 - Устройству яхты, ее системам и оборудованию.
 - Безопасности и аварийным ситуациям.
 - Маневрированию (теория).
 - Навигационным знакам, картам, основам навигации, прокладке.
 - Приливам и течениям.
 - МППСС-72.
 - Метеорологии.
 - Радиосвязи.
 - Первой помощи.
- **Критерии оценки:**
 - "Зачет" (прохождение) – 80% и более правильных ответов.
 - "Незачет" (непрохождение) – менее 80% правильных ответов.

Б. Зачет по навигационной прокладке

- **Форма:** Практическое задание на морской карте.
- **Продолжительность:** 45-60 минут.
- **Задание:** Обучающемуся выдается морская карта (фрагмент) и задание, которое может включать:
 - Прокладку курса между двумя точками с учетом истинного и магнитного курсов.
 - Расчет расстояния и времени перехода.
 - Определение координат заданной точки.
 - Определение местоположения по двум или трем пеленгам/дистанциям.
 - Прокладку дрейфа и сноса.
 - Расчет времени прохождения условного прилива в заданной точке.
 - Определение навигационных опасностей на пути.
- **Критерии оценки:**

- **"Зачет"**: Точность и аккуратность прокладки, правильность расчетов, умение использовать навигационные инструменты (параллельная линейка, циркуль-измеритель), правильная интерпретация карты. Допускаются минимальные, не принципиальные ошибки.
- **"Незачет"**: Грубые ошибки в расчетах или прокладке, неспособность правильно использовать инструменты, непонимание обозначений на карте.

Итоговая оценка по модулю: Зачет/Незачет. Для получения "Зачета" необходимо успешно сдать оба компонента аттестации.

Оценочные материалы для Модуля 3: "Теория Рулевого ВФПС"

Цель оценки: Определение уровня сформированности углубленных теоретических знаний в области устройства и настройки спортивных парусных судов, основ метеорологии и Международных правил парусных гонок (ППГ), необходимых для участия в парусных регатах и дальнейшего совершенствования в спортивном яхтинге.

Текущий контроль успеваемости:

- **Устный опрос:**
 - **Форма:** Обсуждение тем на занятиях.
 - **Критерии оценки:** Понимание специфики гоночных правил, умение применить их к реальным ситуациям.
 - **Примеры вопросов:** "В чем отличие между швертботом и килевой яхтой?", "Какое правило ППГ регулирует расхождение яхт на одном галсе?", "Опишите, как настроить грот на курс бакштаг."
- **Контрольные работы:**
 - **Форма:** Письменные задания.
 - **Критерии оценки:** Детальное знание терминологии и классификации.
 - **Примеры заданий:** "Назовите элементы стоячего и бегучего такелажа.", "Перечислите основные барические системы и их признаки."
- **Контроль узлов:**
 - **Форма:** Индивидуальная демонстрация.
 - **Критерии оценки:** Скорость и качество.

- **Оцениваемые узлы:** Беседочный, восьмерка на утку, выбленочный, прямой, шкотовый, штык с двумя шлагами.
- **Решение ситуационных задач по ППГ:**
 - **Форма:** Разбор графических схем гоночных ситуаций или их описаний. Определение прав пути, возможных действий яхт, последствий нарушения правил.
 - **Критерии оценки:** Правильность применения правил, логика рассуждений, способность объяснить свой выбор.
 - **Примеры задач:** "Яхта А обгоняет яхту Б на знаке. Кто должен уступить, и какое правило здесь действует?", "Две яхты приближаются к знаку. Одна яхта идет наветренным галсом, другая – подветренным. Кто имеет право на место у знака?"

Промежуточная аттестация:

А. Теоретический зачет по ППГ

- **Форма:** Письменный тест, включающий вопросы с множественным выбором, а также задачи на знание определений и правил расхождения.
- **Продолжительность:** 1.5 - 2 часа.
- **Содержание зачета:** Включает вопросы по:
 - Сигналам гонки.
 - Определениям из Части 1 ППГ.
 - Правилам расхождения из Части 2 ППГ (Правила 10-22).
 - Применению правил в различных гоночных ситуациях.
- **Критерии оценки:**
 - "Зачет" (прохождение) – 80% и более правильных ответов.
 - "Незачет" (непрохождение) – менее 80% правильных ответов.

Б. Зачет по устройству и настройке парусной яхты

- **Форма:** Устный опрос или короткий письменный зачет.
- **Продолжительность:** 20-30 минут (для устного), 45 минут (для письменного).
- **Содержание зачета:**
 - Обучающийся должен продемонстрировать знание всех основных элементов килевой яхты и швертбота (рангоут, стоячий и бегучий

такелаж) и их назначение.

- Объяснить принципы аэродинамики паруса.
- Рассказать о методах настройки парусов (работа с гика-шкотом, шкотами стакселя, оттяжкой Канингема, ахтерштагом и др.) для разных курсов.
- Описать влияние различных погодных явлений (фронты, циклоны, бризы) на парусную гонку.

- **Критерии оценки:**

- **"Зачет":** Полное и точное знание устройства яхты, понимание принципов настройки парусов, уверенное владение метеорологической терминологией.
- **"Незачет":** Существенные пробелы в знаниях, непонимание базовых принципов настройки или устройства.

Итоговая оценка по модулю: Зачет/Незачет. Для получения "Зачета" необходимо успешно сдать оба компонента аттестации.

Примеры оценочных средств (для итогового контроля по программе):

1. Теоретический тест (пример вопросов):

- "Назовите основные части парусной яхты."
- "Опишите действия при падении человека за борт (МОВ) в условиях шквала."
- "Что означает сигнал 'два коротких, один длинный' по МППСС?"
- "Опишите отличия циклона от антициклона и их влияние на погоду."
- "Назовите основные типы морских узлов и их применение."

2. Практическое задание (пример):

- "Выполнить швартовку яхты лагом к причалу при боковом ветре."
- "Произвести постановку и уборку грота и стакселя с учетом направления ветра."
- "Связать беседочный узел одной рукой."
- "Построить курс на карте от точки А до точки Б, учитывая навигационную обстановку."

Критерии оценки выполнения практических заданий:

- **Безопасность:** Отсутствие действий, угрожающих безопасности

экипажа, судна или окружающей среды.

- **Эффективность:** Достижение цели маневра с минимальными временными и ресурсными затратами.
- **Техника выполнения:** Соблюдение правильной техники работы с оборудованием и выполнения действий.
- **Самостоятельность:** Уровень самостоятельности обучающегося при выполнении задания.
- **Скорость:** Оптимальное время выполнения задания.

**Приложение №4 к
дополнительной
общеобразовательной
общеразвивающей
программе
базового и углубленного
уровней сложности
«Парусный спорт для
взрослых: от матроса до
скипера»**

Методические материалы

Методические материалы представляют собой комплекс рекомендаций, подходов и инструментов, обеспечивающих эффективную реализацию дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Парусный спорт для взрослых: от матроса до скипера». Они направлены на оптимизацию процесса обучения, повышение его качества, доступности и привлекательности для взрослой аудитории, а также на достижение запланированных образовательных результатов.

Принципы построения образовательного процесса:

1. **Принцип практикоориентированности:** Максимальное сближение теоретического обучения с реальными условиями и задачами парусного спорта. Основной акцент делается на формирование практических навыков и их немедленное применение.
2. **Принцип системности и последовательности:** Материал излагается логично, от простого к сложному, с учетом взаимосвязи между модулями и темами. Каждый последующий модуль базируется на знаниях и навыках, полученных в предыдущих.
3. **Принцип индивидуализации и дифференциации:** Учет возрастных особенностей, имеющегося опыта и индивидуальных темпов освоения материала обучающимися. Предоставление возможности углубленного изучения отдельных аспектов.

4. **Принцип интерактивности:** Активное вовлечение обучающихся в образовательный процесс через дискуссии, решение проблемных ситуаций, ролевые игры и групповую работу.
5. **Принцип наглядности:** Широкое использование демонстрационных материалов, мультимедийных средств, моделей и реального оборудования для лучшего усвоения информации.
6. **Принцип безопасности:** Постоянное акцентирование внимания на правилах безопасности на всех этапах обучения (в классе и на воде).

Методы обучения:

1. **Словесные методы (лекции, объяснения, беседы):**
 - **Информационно-рецептивный метод:** Классические лекции, направленные на передачу больших объемов новой информации (например, основы навигации, метеорологии, МППСС).
 - **Проблемное изложение:** Постановка проблемных вопросов в ходе лекции, побуждающая обучающихся к поиску решений (например, "Как действовать в случае посадки на мель?", "Почему яхта движется против ветра?").
 - **Беседа:** Диалоговое общение, позволяющее закрепить материал, выявить пробелы и стимулировать активность обучающихся.
2. **Наглядные методы (демонстрации, иллюстрации):**
 - **Демонстрация:** Показ реальных предметов (узлы, элементы такелажа), моделей (яхт, навигационных знаков), а также видеоматериалов (маневры, аварийные ситуации).
 - **Иллюстрация:** Использование презентаций, схем, рисунков, фотографий для визуализации теоретических понятий (устройство яхты, метеокарты, гоночные ситуации).
3. **Практические методы (упражнения, практические работы, ситуационные задачи):**
 - **Упражнения:** Многократное повторение действий для формирования навыков (вязание узлов, работа со шкотами, швартовка).
 - **Практические работы на воде:** Непосредственное выполнение задач на учебной яхте (вооружение/разоружение, постановка/уборка парусов, маневрирование, действия МОВ).
 - **Решение ситуационных задач (кейсы):** Анализ конкретных

проблемных сценариев (навигационные, метеорологические, аварийные, гоночные) и поиск оптимальных решений. Развивает критическое мышление и способность к принятию решений.

- **Ролевые игры:** Имитация реальных ситуаций на яхте (распределение ролей экипажа, радиообмен, действия в чрезвычайной ситуации).

Образовательные технологии:

1. Информационно-коммуникационные технологии (ИКТ):

- **Мультимедийные презентации:** Для сопровождения лекций, содержащие текст, изображения, видео и анимацию.
- **Видеоматериалы:** Просмотр обучающих видеороликов по узлам, маневрам, безопасности, работе с оборудованием, разбору гоночных ситуаций.
- **Онлайн-симуляторы:** Использование специализированных программ для отработки навигационных задач, радиообмена (УКВ-радиостанция), разбора ППГ.
- **Электронные карты и метеопрограммы:** Демонстрация работы с электронными навигационными системами и получение актуальных метеоданных (Windy.com, OpenCPN, GRIB-файлы).
- **Доступ к онлайн-ресурсам:** Рекомендация проверенных сайтов, баз данных, электронных библиотек для самостоятельного изучения.

2. Технологии проблемного и проектного обучения:

- Формулирование учебных проблем, требующих самостоятельного поиска решений и анализа (например, "Как спланировать переход из пункта А в пункт Б с учетом приливов, течений и прогноза погоды?").

3. Игровые технологии:

- Использование симуляций и ролевых игр для отработки практических навыков и применения правил в безопасной обстановке (например, имитация гоночного старта, сценарий "Человек за бортом").

Формы организации учебной деятельности:

- **Фронтальная:** Общие лекции, демонстрации для всей группы.
- **Групповая:** Работа в малых группах над решением ситуационных задач, обсуждение кейсов, совместная прокладка курса.
- **Парная:** Отработка узлов, тренировка радиообмена.

- **Индивидуальная:** Выполнение самостоятельных заданий, индивидуальный контроль навыков (вязание узлов, практический зачет).

Особенности преподавания для взрослой аудитории (Андрагогика):

1. **Опора на опыт обучающихся:** Активное использование личного и профессионального опыта взрослых, соотнесение нового материала с уже имеющимися знаниями.
2. **Релевантность и целесообразность:** Четкое объяснение, зачем нужна та или иная информация, как она будет применяться в реальной жизни и в профессиональной деятельности.
3. **Самостоятельность и ответственность:** Поддержка стремления взрослых к самообразованию, предоставление достаточной свободы выбора форм и темпов обучения.
4. **Практическая направленность:** Преобладание практических занятий, решение реальных задач, минимум абстрактной теории.
5. **Уважительное отношение:** Создание комфортной, поддерживающей атмосферы, где каждый обучающийся чувствует себя ценным участником процесса.

Рекомендации для обучающихся по самостоятельной работе:

1. **Регулярное повторение материала:** Изученный материал необходимо закреплять сразу после занятий.
2. **Работа с учебными пособиями:** Внимательное чтение рекомендованной литературы, выполнение заданий из учебников.
3. **Использование электронных ресурсов:** Активное применение онлайн-симуляторов, видеоуроков, электронных карт для углубления знаний и отработки навыков.
4. **Практика узлов:** Ежедневная тренировка вязания морских узлов до автоматизма.
5. **Анализ ситуаций:** Просмотр и разбор гоночных видео, анализ новостей метеорологии.
6. **Ведение конспектов:** Систематизация информации, выделение ключевых моментов.
7. **Задание вопросов:** Не стесняться задавать вопросы преподавателям и инструкторам по всем непонятным аспектам.