Отдел образования Администрации Цимлянского района
Муниципальное бюджетное учреждение
дополнительного образования
Центр внешкольной работы

Принята на заседании
методического совета
от «_ _»__ _____2017г.
Протокол № _ _

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБУ ДО ЦВР
_____Р.П. Бушуева
«_ _ _» _ _ _ _ 2017 г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Летняя школа яхтсменов»

Возраст учащихся – 9-18 лет
Срок реализации программы – 11 недель

Автор-составитель:
Абрамчук Анастасия Борисовна,
педагог дополнительного образования

г. Цимлянск, 2017.

ВВЕДЕНИЕ

Здоровье, хорошее самочувствие и настроение – залог успеха в любом деле. Так, для успешного обучения в школе детям необходимы не только светлая голова, знания и эрудиция, но и достаточный запас здоровья, уровень развития физических качеств, бодрость духа и большой запас хорошего настроения. Все эти ресурсы они должны пополнить за время летних каникул, набраться сил, энергии и ярких впечатлений на предстоящий учебный год.

Но как организовать досуг детей таким образом, чтобы он был для них не только интересным, но и полезным? Ответ прост: воздух, солнце и вода. Ничто так не бодрит тело и дух как естественные силы природы и ничто не доставляет такого удовольствия как занятия водными видами спорта. На базе г. Цимлянска уже более 25 лет существует яхт-клуб, предоставляющий всем желающим возможность заниматься яхтингом.

Яхтинг – один из наиболее красивых и зрелищных видов спорта, спорт королей и императоров, но кроме этого прекрасное средство гармоничного развития тела, укрепления здоровья, воспитания личности и достойного члена общества.

Таким образом, для решения проблемы организации досуга школьников в период летних каникул с учетом реальных условий и имеющихся ресурсов, была разработана образовательная программа «Летняя школа яхтсменов», которая решает широкий спектр задач, которые будут озвучены ниже, но в первую очередь служит целям оздоровления и укрепления здоровья школьников в период летних каникул.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа общекультурного (ознакомительного) уровня составлена в соответствии с Законами Российской Федерации от 29.12.2012г . № 273-ФЗ, от 04.12.2007г. № 329-ФЗ; областным законом Ростовской области от 14.11.2013г. № 26-ЗС; концепцией развития дополнительного образования детей (распоряжение Правительства РФ от 04.09.2014г. № 1726-р); методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеобразовательных программ (письмо Минобрнауки России от 18.11.2015г. № 09-3242)

При разработке программы были использованы как традиционные, проверенные временем методы подготовки яхтсменов, так и инновационные методики, разработанные учеными, педагогами и психологами Российского Государственного Университета Физической Культуры, Спорта, Молодежи и Туризма (ГЦОЛИФК). Программа составлена с учетом новейших знаний в области педагогики, психологии, гигиены, физиологии и спортивной тренировки позволяющих сделать занятия активными, интересными и эффективными в плане повышения физических кондиций детей, освоения ими новых знаний, умений и навыков, но в то же время не утомительными. Программа построена таким образом, что в течение 11 недель обучающиеся смогут получить элементарные знания о природных явлениях и метеорологии, истории мореплавания и парусного спорта, морской терминологии, получат представление о механизме движения яхты при помощи паруса, элементарные навыки управления парусной яхтой, обучатся базовым техническим и тактическим приемам. Но, поскольку время реализации программы рассчитано на период летних школьных каникул, занятия не должны быть утомительными и напоминать об учебе в школе, поэтому в программе будут применены методы игрового обучения, а также методы психорегуляции и релаксации.

Сроки реализации программы: Программа рассчитана на 64 часа, 7 из которых посвящено теоретическим аспектам, и 57 часов практическим занятиям. Занятия проводятся 3 дня в неделю по 2 часа в каждой группе, три группы. Предпочтительный возраст обучающихся – 9-18 лет.

Новизна программы дополнительного образования детей заключается в ее содержании, где перед обучающимися раскрываются ценности парусного спорта, в организации конструктивной деятельности, способствующей развитию продуктивного творчества обучающихся и возможности их реализации.

Программа личностно-ориентирована, т.е. всё содержание, методы работы, рекомендации по реализации задач направлены как на развитие каждого ребенка, с учетом его задатков и способностей, так и позволяющая педагогу реализовать свой личный творческий потенциал с максимальной эффективностью.

Специализированная (профилированная), содержащая основы для раскрытия и развития способностей детей, приобретения ими специальных знаний и умений в парусном спорте. Данная программа направлена на развитие компетентности в области парусного спорта, формирование навыков на уровне практического применения.

Актуальность программы обусловлена общественной потребностью воспитания творчески активных, спортивных, здоровых и технически грамотных молодых людей.

Педагогическая целесообразность. Образовательная программа детского объединения «Летняя школа яхтсменов» призвана обеспечить создание целостной культурно-образовательной и социально-воспитательной среды для самоопределения и личностного самовыражения обучающихся, базируется на интересе детей к парусному спорту. Занятия в детском объединении отвлекают ребят от негативного влияния улицы и вредных привычек, призывают к здоровому образу жизни спортсмена.

Цели программы:

- обеспечение активного досуга детей, создание условий для отдыха, оздоровления, развития физических качеств и практических умений, популяризация парусного спорта в районе.

Задачи программы:

Личностные:

- Формировать духовно-нравственные качества личности;
- Воспитывать уважительное отношение к труду и людям труда;
- Способствовать социальной адаптации обучающихся через приобретение профессиональных навыков;
- Развивать коммуникабельность при общении в коллективе;
- Формировать умение планировать свою деятельность, согласовывать свои действия с действиями партнеров по группе;
- Учить правильно анализировать свое поведение, адекватно проводить оценку действий партнеров;
- Морально-нравственное воспитание, поощрение действий в соответствии с принципом честной спортивной борьбы (Fair-play).

Метапредметные:

- Формировать трудовые навыки и способствовать их постепенному совершенствованию;
- Развивать творческое и техническое мышление;
- Расширять политехнический кругозор;
- Развивать внимание, терпение, аккуратность и наблюдательность;
- Формировать потребность в самопознании и самосовершенствовании;
- Формировать познавательный интерес к морской культуре, терминологии, истории мореплавания и парусного спорта;

Образовательныее:

- Обучать навыкам работы с различными инструментами, приборами, применяемыми в парусном спорте;
- Обучать навыкам управления парусной яхтой, основным техническим и тактическим приемам;
- Обучать основным теоретическим знаниям, необходимым для управления судном;
- Обучать умению планирования своей работы;
- Знакомить с природой и некоторыми природными явлениями.

Методы.

1. Организация и осуществление учебно-познавательной деятельности:
    - Словесный
    - Наглядный
    - Проблемно-поисковый
    - Познавательный
2. Методы стимулирования и контроля
3. Методы контроля и самоконтроля
4. Методы физического воспитания:
    - Игровой метод
    - Соревновательный метод
    - Метод упражнений
5. Методы спортивной тренировки:
    - Повторный

- Повторный со ступенчатым изменением нагрузки
- Переменный
- Соревновательный

6. Методы психорегуляции:
   - Цветовая визуализация
   - Идеомоторная тренировка
   - Релаксация

Прогнозируемые результаты

Учащиеся должны знать:

- Курсы яхты относительно ветра
- Основные понятия при управлении парусной яхтой
- Основные термины используемые в парусном спорте
- Способы определения скорости и направления ветра
- Устройство швертботов класса «Оптимист» и «Кадет»
- ППГ. Правила расхождения
- ППГ. У знаков и препятствий
- Значение флагов системы визуальной сигнализации

Учащиеся должны уметь:

- Определять направление и скорость ветра
- Вязать основные морские узлы
- Выполнять поворот оверштаг
- Выполнять поворот через фордевинд
- Удерживать лодку на курсе
- Управлять судном на различных курсах
- Стартовать точно по времени, в выгодном месте
- Огибать знаки
- Расходиться с другими судами, не нарушая правила

Формы выявления результатов:

- Беседа
- Опрос
- Наблюдение

- Соревнования
- Анализ мероприятий
- Анализ приобретенных навыков общения
- Самооценка обучающихся
- Взаимоаттестация
- Взаимообучение детей

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№ п\п	Наименование разделов и тем	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	Ветер. Скорость ветра. Способы определения скорости ветра. Использование силы ветра людьми. Бризы. Муссоны. Пассаты. Продвижение яхты с использованием силы ветра. Курсы яхты относительно ветра.	2	1	1
2	Устройство парусной яхты. Корпус. Рангоут. Такелаж. Дельные вещи. Паруса. Терминология. Основные понятия при управлении яхтой.	2	1	1
3	Морские узлы. «Прямой», «восьмерка», «беседочный», «двойной беседочный», «рифовый», «шлюпочный», «плоский», «штык», «штык со шлагом», «рыбацкий», «шкотовый», «брамшкотовый», «стопорный кноп».	1		1
4	История мореплавания и парусного спорта.	1	1	
5	ОБЩАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА	12		12
6	СПЕЦИАЛЬНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА	10		10
7	Техника маневрирования. Поворот оверштаг	2		2
8	Техника маневрирования. Поворот через фордевинд	2		2
9	Техника маневрирования. Удержание яхты на курсе	2		2
10	Техника маневрирования. Приведение к ветру	2		2
11	Техника маневрирования. Уваливание от ветра	2		2
12	Техника маневрирования. Движение яхты разными курсами относительно ветра	4		4
13	Техника маневрирования. Техника старта	4		4
14	Техника маневрирования. Огибание знаков, прохождение препятствий	4		4
15	Техника маневрирования. Расхождение с другими судами	2	1	1
16	Тактическая подготовка основные понятия. Лавировка. Генеральный курс (lane-line). Контргалс.	2	1	1
17	Правила Парусных гонок	2	1	1
18	Тактические приемы борьбы на дистанции. Тактика прикрытия. Уход от прикрытия. Прием командной тактики «Коробочка».	2	1	1
19	Тактические приемы при огибании знаков	2		2
20	Участие в соревнованиях	4		4
	ИТОГО:	64	7	57

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

№ занятия	Содержание	Кол-во часов	Дата
1	Ветер. Скорость ветра. Способы определения скорости ветра. Использование силы ветра людьми. Бризы. Муссоны. Пассаты. Продвижение яхты с использованием силы ветра. Курсы яхты относительно ветра.	2	21.06
2	ОБЩАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА	2	22.06
3	ОБЩАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА	2	23.06
4	Устройство парусной яхты. Корпус. Рангоут. Такелаж. Дельные вещи. Паруса. Терминология. Основные понятия при управлении яхтой.	2	28.06
5	СПЕЦИАЛЬНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА	2	29.06
6	Морские узлы. «Прямой», «восьмерка», «беседочный», «двойной беседочный», «рифовый», «шлюпочный», «плоский», «штык», «штык со шлагом», «рыбацкий», «шкотовый», «брамшкотовый», «стопорный кноп». История мореплавания и парусного спорта.	2	30.06
7	ОБЩАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА	2	5.07
8	Техника маневрирования. Поворот оверштаг	2	6.07
9	Техника маневрирования. Поворот через фордевинд	2	7.07
10	СПЕЦИАЛЬНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА	2	12.07
11	Техника маневрирования. Удержание яхты на курсе	2	13.07
12	Техника маневрирования. Уваливание от ветра	2	14.07
13	ОБЩАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА	2	19.07
14	Техника маневрирования. Движение яхты разными курсами относительно ветра	2	20.07
15	Техника маневрирования. Движение яхты разными курсами относительно ветра	2	21.07
16	СПЕЦИАЛЬНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА	2	26.07
17	Техника маневрирования. Техника старта	2	27.07
18	Соревнования приуроченные к празднованию Дня ВМФ	2	28.07
19	ОБЩАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА	2	2.08
20	СПЕЦИАЛЬНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА	2	3.08
21	Техника маневрирования. Техника старта	2	4.08
22	Техника маневрирования. Огибание знаков, прохождение препятствий	2	9.08
23	СПЕЦИАЛЬНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА	2	10.08
24	Техника маневрирования. Огибание знаков, прохождение препятствий	2	11.08
25	Техника маневрирования. Расхождение с другими судами	2	16.08
26	ОБЩАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА	2	17.08
27	СПЕЦИАЛЬНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА	2	18.08
28	Тактическая подготовка основные понятия. Лавировка. Генеральный курс (lane-line). Контргалс.	2	23.08
29	Правила Парусных гонок	2	24.08

30	Участие в 28ой памятной регате воина-афганца Н.Никифорова	2	25.08
31	Тактические приемы борьбы на дистанции. Тактика прикрытия. Уход от прикрытия. Прием командной тактики «Коробочка».	2	30.08
32	Тактические приемы при огибании знаков	2	31.08
	ИТОГО:	64	

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА предполагает освоение основных знаний о природе, истории, теоретических основ управления парусным судном, основных терминов и правил парусных соревнований и проводится по следующим направлениям:

1. Ветер. Скорость ветра. Способы определения скорости ветра. Использование силы ветра людьми. Бризы. Муссоны. Пассаты.
2. Продвижение яхты с использованием силы ветра. Курсы яхты относительно ветра.
3. Устройство парусной яхты. Корпус. Рангоут. Такелаж. Дельные вещи. Паруса.
4. Морские узлы. «Прямой», «восьмерка», «беседочный», «двойной беседочный», «рифовый», «шлюпочный», «плоский», «штык», «штык со шлагом», «рыбацкий», «шкотовый», «брамшкотовый», «стопорный кноп», «испанская удавка».
5. Терминология. Основные понятия при управлении яхтой.
6. История мореплавания и парусного спорта.

ОБЩАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА включает упражнения, направленные на развитие основных групп мышц и имитирующие действия, которые будут полезны обучающимся при освоении технических приемов управления яхтой, а также в повседневной жизни, в быту.

1. Бег
2. Подтягивания, висы
3. Сгибания-разгибания рук в упоре лежа
4. Сгибания-разгибания туловища из положения лежа.
5. Приседания.
6. Прыжки в длину.
7. Специальные беговые и прыжковые упражнения.
8. Статические упражнения
9. Упражнения для развития гибкости

СПЕЦИАЛЬНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА включает упражнения, необходимые для эффективного усвоения навыков управления яхтой, координационных способностей обучающихся.

1. Удержание статических поз откренивания
2. Динамическое откренивание
3. Упражнения для развития специальных координационных способностей (чувство ветра, чувство хода, чувство крена, чувство руля)
4. Развитие специальной выносливости (тренировка на удлиненной дистанции)

ТЕХНИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА включает обучение основным техническим приемам, необходимым для управления яхтой:

1. Поворот оверштаг
2. Поворот через фордевинд
3. Удержание яхты на курсе
4. Приведение к ветру
5. Уваливание от ветра
6. Движение яхты разными курсами относительно ветра
7. Техника старта
8. Огибание знаков, прохождение препятствий
9. Расхождение с другими судами

ТАКТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА включает базовые знания правил парусных гонок, тактических приемов борьбы на дистанции, выбор выгодного места старта и финиша, умения грамотно разложить галсы на лавировке.

1. Лавировка. Генеральный курс (lane-line). Контргалс.
2. ППГ. Основные правила.
3. ППГ. Правила расхождения.
4. ППГ. У знаков и препятствий.
5. Выбор выгодного места старта.
6. Финиш. Тактические приемы.
7. Тактические приемы борьбы на дистанции. Тактика прикрытия. Уход от прикрытия. Прием командной тактики «Коробочка».

8. Тактические приемы при огибании знаков

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА включает обучение детей модифицированным методам психорегуляции и релаксации, а также технике дыхательных упражнений, которые могут помочь им в повседневной жизни для выхода из стрессовых ситуаций, сделают их спокойными, уверенными и уравновешенными. Для этого будет применен ряд упражнений, эффективность которых была подтверждена последними научными исследованиями, в том числе и при работе с детьми.

1. Дыхательные упражнения
2. Визуализация с использованием цвета

ИГРОВАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ включает две группы игр обучающие (1,2) для более легкого усвоения теоретического материала (*игры являются модифицированными вариантами популярных настольных игр), а также известные подвижные игры направленные на развитие быстроты и внимательности детей и традиционные морские эстафеты, способствующие развитию профессионально-прикладных навыков яхтсменов

1. Кто я?
2. Скажи иначе
3. Игра «Почему?»
4. Берег-море, карлики-великаны, воробьи-вороны, день-ночь
5. Морские эстафеты

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Материально-техническое обеспечение:

Необходимое материально-техническое обеспечение для проведения занятий с группой из 10 человек.

№ п/п	Наименование	Кол-во, шт
1	Катер для обеспечения безопасности на воде	1
2	Швертбот класса «Кадет»	4
3	Швертбот класса «Оптимист»	4
4	Спасательные жилеты	12
5	Спасательный круг «Подкова»	1
6	Буй яркого цвета	5
7	Вешка с флагом	2
8	Набор флагов визуальной системы сигнализации	1
9	Рында малая	1
10	Наглядные пособия: Стенд «Морские узлы» Стенд «Курсы яхты относительно ветра» Флюгарки, ленточки Макет килевой яхты	 1 1 10 1
11	Компьютер с соответствующим ПО для демонстрации фото- и видеоматериалов	1
12	Анемометр ручной	1
13	Свисток	1
14	Секундомер	1
15	Литература: Школа яхтенного рулевого ППГ- 2013-2016 Большая энциклопедия узлов	 1 1 1
16	Канцтовары: Ручки	 20

	Карандаши	20
	Маркеры (фломастеры) цветные	Набор
	Блокноты	10
	Бумага для принтера А4	500 листов
	Цветные мелки	Набор

Тема. Правила Парусных Гонок

Визуальные сигналы, используемые при проведении парусных гонок

Демонстрационный материал: набор флагов визуальной сигнализации

Дополнительно: книга Правила Парусных Гонок 2013-

Используемая литература:

1. Alexander Borovsky. Recovery of personal power. Holographic color therapy / Alexander Borovsky, Tatyana Goldie. – Israel : Carder, 2009. - 192
2. Алексеев А.В. Преодолей себя. -2003. – с.279
3. Беляев Г.С. Психологическая саморегуляция // Легкая атлетика. – 1992. - №4, - с.8-10, №5, - с.12-13, №6-7, с. 17-18.
4. Бонд Б., Справочник яхтсмена / Б. Бонд, - Спб. : Ленинград «судостроение», 1989 – 336 с.
5. Гладстоун Б., Вооружение парусной яхты / Б. Гладстоун. - М. : АЯКС-ПРЕСС, 2009 – 347 с.
6. Гладстоун Б., Тактика парусных гонок / Б. Гладстоун. - М. : АЯКС-ПРЕСС, 2008 – 237 с.
7. Ильин О. А. Стратегия и тактика парусных гонок : в 2 частях. Ч. 1. Предстартовые дуэли, старт, лавировка / О. А. Ильин. – М. : ВФПС, 1998. – 94 с.
8. Ларин Ю. А. Спортивная подготовка яхтсмена : учебное пособие / Ю. А. Ларин. – М. : Терра-Спорт, 1999. – 192 с.
9. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры. – 3-е изд., перераб. и доп. – М. : Физкультура и Спорт, СпортАкадемПресс, 2008. – 544 с.
10. Махрай И. Теория плавания под парусами / И. Махрай. – М. : Физкультура и спорт, 197. – 408 с.
11. Михайлова Т. В. Экспериментальные исследования эффективности модифицированного метода психорегуляции при подготовке яхтсменов-гонщиков 13-15 лет / Михайлова Т. В., Абрамчук А. Б. // Спортивный психолог. – 2013. - №1 (28), с.

12. Михайлова Т.В. Теория и методика гребного и парусного спорта: программа дисциплины специализации по направлению 521900
13. Москатова А.К. Жизнедеятельность человека: физиологические, генетические и антропологические основы : избранные лекции к авторскому спецкурсу / А.К. Москатова. – М. : РГУФКСиТ, 2009. – с.
14. Парусный спорт : примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва и школ высшего спортивного мастерства [Текст]. – М. : Советский спорт, 2005. – 72 с.
15. Сопов В.Ф. Психические состояния актуальных отрезков напряженной профессиональной деятельности и их классификация / В.Ф. Сопов // Актуальные проблемы психологии. Известия Самарского научного центра РАН. – 2002.
16. Стефани Клемент. Медитация. Активизация сознания, внимания и релаксация / Стефани Клемент. – М.: ФАИР-ПРЕСС, 2004.
17. Томилин К. Г., Парусный спорт: годичный цикл подготовки квалифицированных яхтсменов : учеб. Пособие / К. Г. Томилин, Т. В. Михайлова, М. М. Кузнецова. – М. : Физическая культура, 2008. – 224 с.
18. Международные правила парусных гонок. 2012
19. Твайнейм Э. Стартовать, чтобы побеждать / Э. Твайнейм. – М. : Физкультура и спорт, 1988. – 125 с.
20. Школа яхтенного рулевого / ред. Е.П. Леонтьева. – М. : Физкультура и спорт, 1987. – 256 с.

Рекомендуемая литература для учащихся:

1. Школа яхтенного рулевого / ред. Е.П. Леонтьева. – М. : Физкультура и спорт, 1987. – 256 с.
2. Международные правила парусных гонок. 2013-2016
3. Фил Слэтэр. Гонки оптимистов, 2015

ПРИЛОЖЕНИЯ

Тема 1. Ветер. Скорость ветра. Способы определения скорости ветра. Использование силы ветра людьми. Бризы. Муссоны. Пассаты. Продвижение яхты с использованием силы ветра. Курсы яхты относительно ветра.

Ветер *– это горизонтальное движение воздуха по земной поверхности из области высокого атмосферного давления в область с низким атмосферным давлением.*

Как определить направление ветра?

1. направление дыма из трубы

2. качающиеся ветки деревьев

3. рябь на воде

4. флюгер

5. конус-ветроуказатель

6. Флаги, вымпелы, колдунчики на вантах, штагах

Демонстрационный материал:фотографии

фото 1. Дым из трубы

фото 2. Качающиеся ветки деревьев

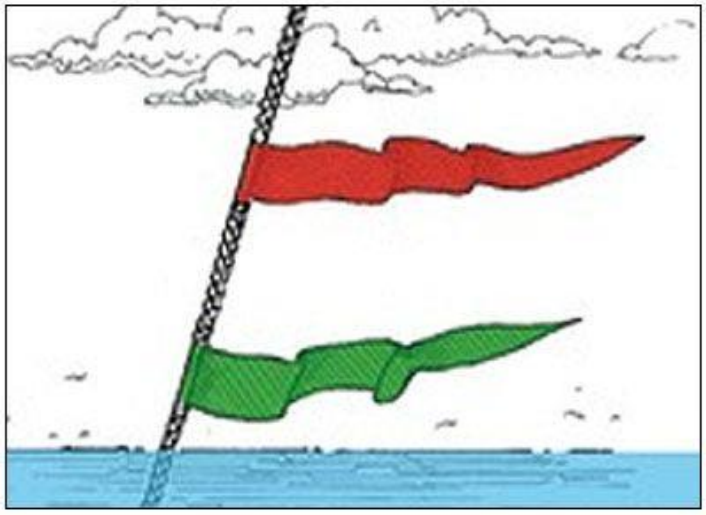
фото 3. Рябь на воде

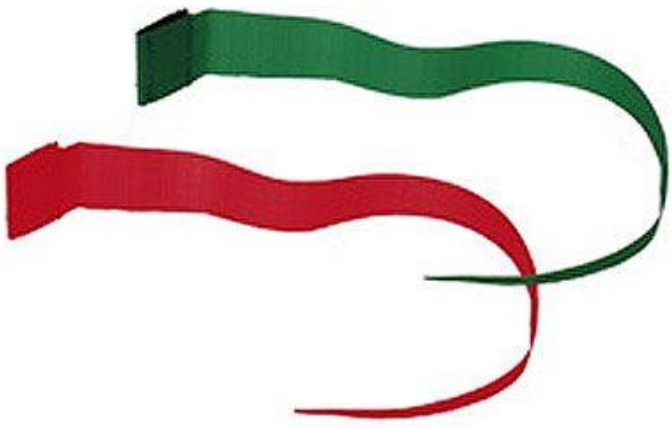
фото 4. Флюгер

фото 5. Конус-ветроуказатель

фото 6. Флаги, вымпелы

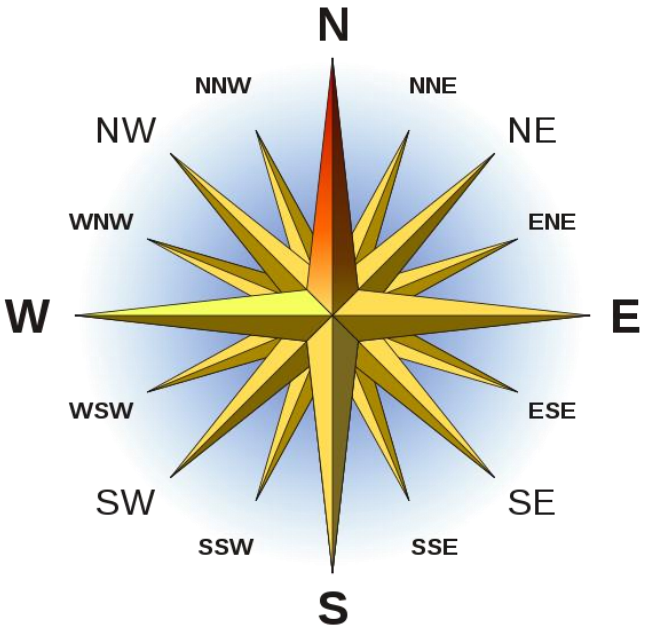
фото 7. Колдунчики на вантах, штагах

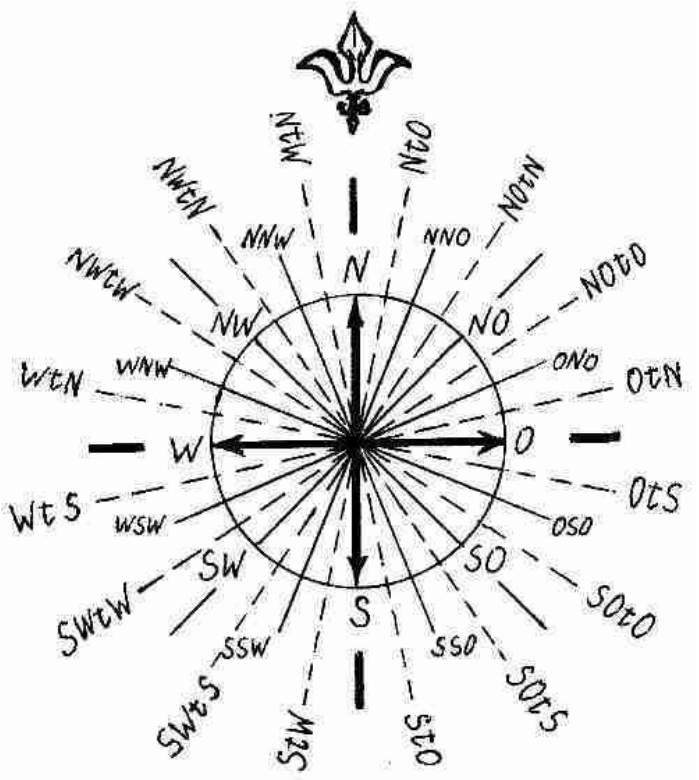




<u>По направлению ветер бывает:</u> северный, западный, южный, восточный, северо-западный, северо-восточный, юго-восточный, юго-западный итд.

Демонстрационный материал: схема деления истинного горизонта





Как определить скорость ветра?

1. визуальные признаки на берегу

2. визуальные признаки на воде

3. конус-ветроуказатель

4. специальный прибор (анемометр)

Демонстрационный материал: анемометр

Шкала Бофорта для визуальной оценки силы ветра

Сила ветра		**Скорость**	**Признаки для определения силы ветра**		
балл		**м/с**	**Действие ветра**	**Состояние поверхности воды**	**На суше**
0	Штиль	0-0,5 (0)	Движение воздуха совершенно не ощущается. Дым поднимается отвесно или почти отвесно; вымпел неподвижен	Зеркально-гладкая поверхность	Дым поднимается отвесно или почти отвесно; вымпел и листья неподвижны
1	Тихий	0,6-1,7 (1)	Ветер едва ощущается как лёгкое дуновение, и то лишь временами. Дым поднимается наклонно, указывая направление ветра.	Рябь	Флюгер не устанавливается по ветру, колышутся отдельные листья. Дым поднимается наклонно, указывая направление ветра.
2	Легкий	1,8-3,3 (2,5)	Флюгер не устанавливается по ветру, колышутся отдельные листья.	Появляются небольшие гребни волн	Ветер ощущается как лёгкое дуновение. Он слегка

			Дым поднимается наклонно, указывая направление ветра.		колеблет флаги и вымпелы, шелестят листья. Приходит в движение флюгер.
3	Слабый		Ветер развевает флаги и вымпелы. Дым вытягивается по ветру почти горизонтально	Небольшие гребни волн начинают опрокидываться	Листья и тонкие ветви деревьев постоянно колышутся. Высокая трава и посевы хлебов начинают колыхаться. Ветер развивает флаги и вымпелы.
4	Умерен-ный	5,3-7,4 (6,5)	Вытягивается вымпел	Вытягивается вымпел	Ветер приводит в движение тонкие ветви деревьев, поднимает с земли пыль. По высокой траве и посевам пробегают волны. Вымпел вытягивается.
5	Свежий	7,5-9,8 (8,5)	Вытягиваются и полощутся большие флаги. Ветер переносит лёгкие предметы	Волны принимают хорошо выраженную форму, повсюду образуются барашки.	Качаются ветви и тонкие стволы деревьев. Вытягиваются большие флаги.
6	Сильный	9,9-12,4	Начинают гудеть провода и снасти.	Появляются гребни большой	Качаются толстые сучья деревьев,

		(11)		высоты, их пенящиеся вершины занимают большие площади, ветер начинает срывать пену с гребней волн.	шумит лес. Высокая трава и посевы клонятся до земли. Гудят телеграфные провода.
7	Крепкий	12,5 – 15,2 (14)	Слышится свист ветра около всех снастей палубных надстроек и сооружений. Возникают затруднения в ходьбе потив ветра.	Гребни очерчивают длинные валы ветровых волн, пена срывается ветром с гребней волн, начинает вытягиватьс я полосами по склонам волн.	Качаются стволы деревьев, гнутся большие ветви и сучья. Идти против ветра трудно. Слышится свист ветра около строений и неподвижных предметов.
8	Очень крепкий	15,3-18,2 (17)	Всякое движение против ветра заметно затрудняется.	Длинные полосы пены, срываемые ветром, покрывают склоны волн и, местами сливаясь, достигают их подошв.	Качаются большие деревья, ломаются тонкие ветви и сухие сучья. Движение против ветра требует больших усилий. Шум прибоя на побережье слышится на значительном расстоянии.

9	Шторм	18,3-21,5 (20)	Возможны небольшие повреждения в палубных настройках и сооружениях, сдвигаются с места неукреплённые предметы.	Пена широкими плотными сливающимися полосами покрывает склоны волн, от чего поверхность становится белой, только местами во впадинах волн видны свободные от пены участки.	Наблюдаются небольшие повреждения строений. Ветер срывает черепицу с крыш, ломает большие сучья деревьев, сдвигает с места лёгкие предметы.
10	Сильный шторм	21,6-25,1 (23)	Возможны более значительные повреждения в оснастке и надстройках судна.	Поверхность моря покрыта слоем пены, ветер наполнен водяной пылью и брызгами. Видимость значительно уменьшена.	Наблюдаются разрушения, отдельные деревья могут быть сломаны.
11	Жестокий шторм	25,5-29 (27)	То же	Поверхность моря покрыта плотным слоем пены. Горизонтальная видимость ничтожна.	Ветер производит значительные разрушения, ломает стволы деревьев.
12	Ураган	Свыше 29	Ветер производит опустошительные разрушения.	То же	Наблюдаются катастрофические разрушения. Деревья вырываются с корнем.

Курсы яхты относительно ветра.

Основные понятия

Левентик – такой курс яхты относительно ветра, когда ветер дует точно в нос судна или под очень малым углом. Яхта таким курсом не идет!!

Говорят: «Яхта стоит против ветра»

Бейдевинд – такой курс яхты относительно ветра, когда ветер дует под острым углом к носу судна (~10-80 градусов).

Говорят: «Яхта идет острым курсом», «Яхта идет в бейдевинд»

Галфвинд - такой курс яхты относительно ветра, когда ветер дует под прямым углом к диаметральной плоскости судна (~80-100 градусов).

Говорят: «Яхта идет в полветра», «Яхта идет в галфвинд»

Бакштаг – такой курс яхты относительно ветра, когда ветер дует близко к корме судна (~110-170 градусов).

Говорят: «Яхта идет полным курсом», «Яхта идет в бакштаг»

Фордевинд - такой курс яхты относительно ветра, когда ветер дует точно в корму судна (~170-180 градусов).

Говорят: «Яхта идет по ветру», «Яхта идет курсом фордевинд»

Правый галс – положение яхты относительно ветра, когда ветер дует в правый борт (гик находится на левом борту)

Говорят: «Яхта идет правым галсом»

Левый галс – положение яхты относительно ветра, когда ветер дует в левый борт (гик находится на правом борту)

Говорят: «Яхта идет левым галсом»

Привестись (к ветру) – изменить курс судна от более полного к более острому.

Команды: «Приведись!», «Приведись до бейдевинда (левентика, острого бейдевинда, галфвинда, бакштага)!»

Увалиться (от ветра) – изменить курс судна от более острого к более полному.

Команды: «Увались!», «Увались до бейдевинда (полного бейдевинда, галфвинда, бакштага, фордевинда)!»

Поворот оверштаг – смена галса судна таким образом, что оно проходит положение левентик.

Говорят: «Сделал поворот оверштаг», «Сделал поворот»

Команда: «Делай поворот!»

Поворот (через) фордевинд – смена галса судна таким образом, что оно проходит положение фордевинд.

Говорят: «Сделал поворот фордевинд», «Сделал фордевинд»

Команда: «Крути фордевинд!»

Заход ветра – такое изменение направления ветра, что при неизменном компасном курсе судна, его курс относительно ветра меняется на более полный. **Ветер заходит в корму!**

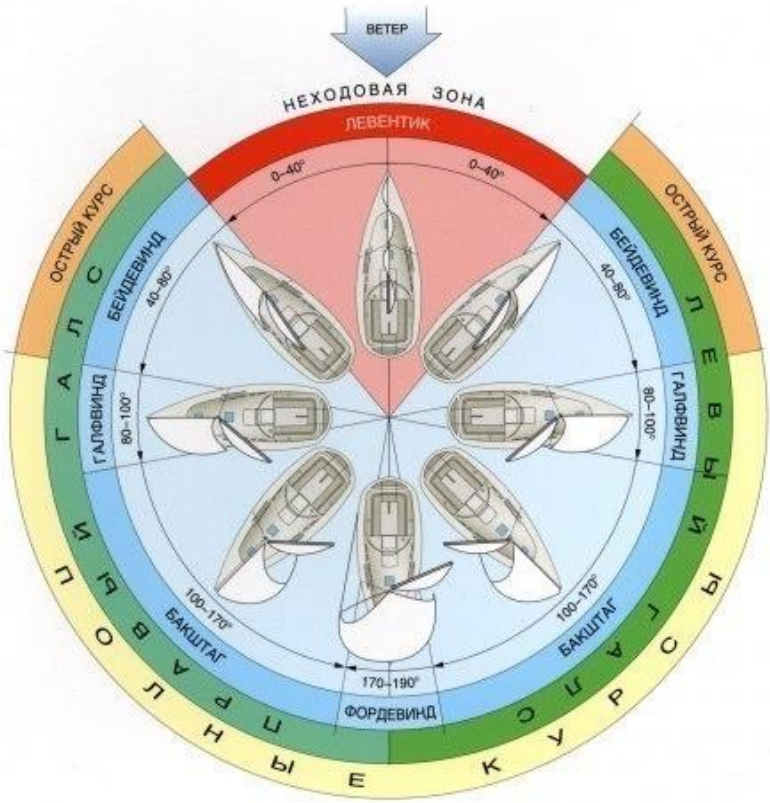
Говорят: «Ветер зашел»

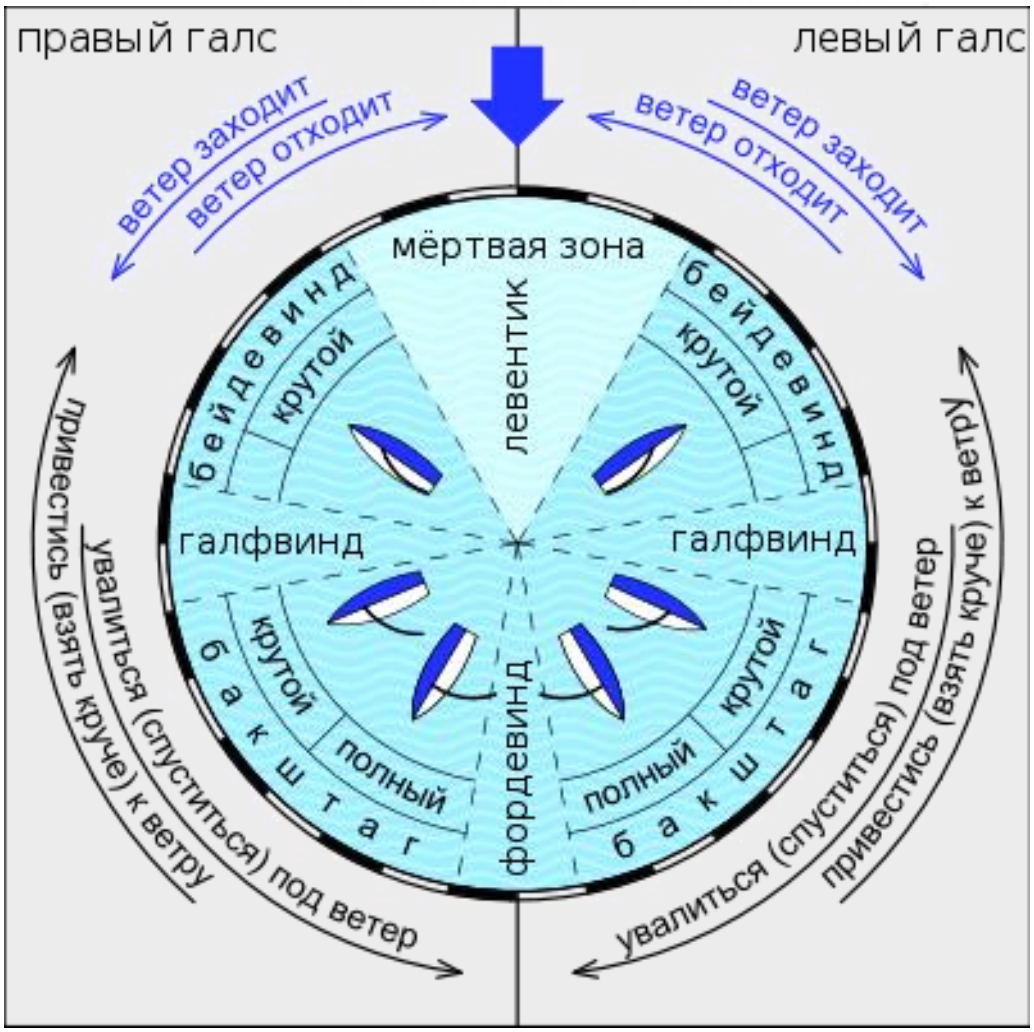
Отход ветра - такое изменение направления ветра, что при неизменном компасном курсе судна, его курс относительно ветра меняется на более острый. **Ветер отходит в нос!**

Говорят: «Ветер отошел»

<u>В гонке:</u> Ветер зашел – приводись! Ветер отошел – делай поворот!

Демонстрационный материал: схема





Устройство парусной яхты. Корпус. Рангоут. Такелаж. Дельные вещи. Паруса. Терминология. Основные понятия при управлении яхтой.

Раздаточный материал:

Корпус - Это основная часть судна, обеспечивающая его плавучесть	Парус - Это ткань, плёнка или пластина, прикрепляющаяся к судну и приводящая его в движение
Рангоут - Это часть вооружения судна, которая служит для растягивания и удержания парусов	Такелаж - Это часть вооружения судна, служащая для поддержания рангоута, крепления парусов и управления ими

Корпус

Правый борт и левый борт. Как определить?

Смотри с кормы судна на нос.

По правую руку – правый борт, по левую руку – левый борт.

Нос – это передняя часть корпуса судна

Корма – это задняя часть корпуса судна

Днище – это нижняя часть судна, соприкасающаяся с водой

Палуба – всякий настил, прикрывающий какое-либо расположенное ниже помещение

Кокпит – вырез в палубе для размещения экипажа

Парус

Бермудский парус – имеет 3 угла:

Фаловый – верхний угол, к нему крепится фал

Шкотовый – задний угол, к нему крепится шкот

Галсовый – передний угол, находится в месте соединения мачты с гиком

Гафельный парус - имеет 4 угла:

Шкотовый – задний угол, к нему крепится шкот

Нижний галсовый – передний нижний угол

Верхний галсовый – передний верхний угол

Нок-бензельный – верхний угол

Шкаторина– кромка паруса

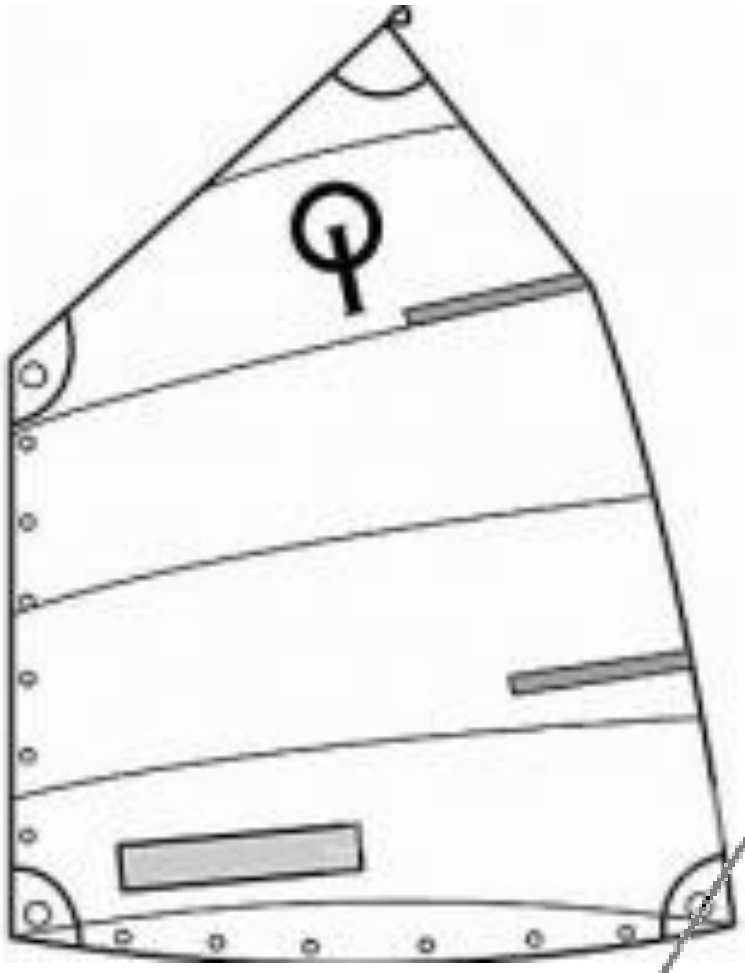
Передняя

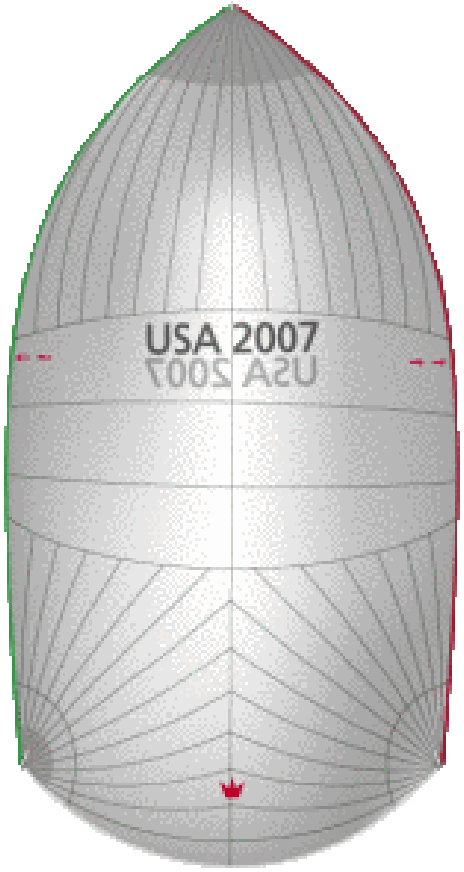
Задняя

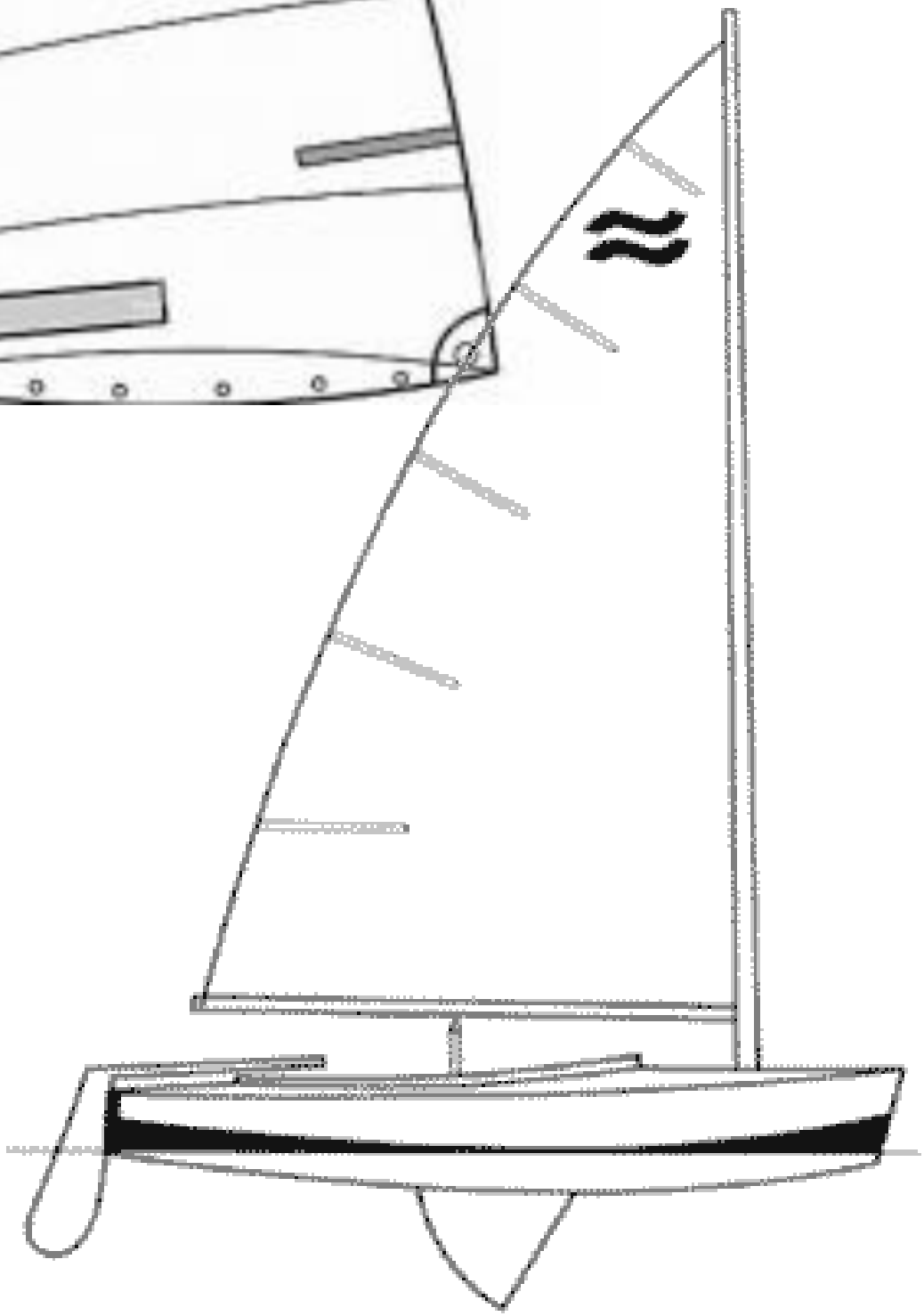
Верхняя

Нижняя

Люверс - окантованные отверстия в парусе для пропуска снастей







Рангоут

Мачта – рангоутные дерева, установленные наклонно или вертикально относительно палубы судна

Грот-мачта, бизань-мачта, фок-мачта

Топ – верхний конец мачты

Шпор – нижний конец мачты. Шпор мачты проходит в пяртнерс и опирается в **степс** — деревянную или металлическую подушку, укрепленную на киле яхты.

Гик – горизонтальное рангоутное дерево, служащее для крепления нижней шкаторины паруса. Конец гика, упирающийся в мачту, называется **пяткой,** противоположный конец — **ноком.**

Грота-гик, спинакер-гик, бизань-гик, фока-гик

Шпринт, рей, гафель– наклонное рангоутное дерево, служащее для крепления верхней шкаторины паруса

Такелаж

Стоячий такелаж служит для поддержания и регулировки рангоута

Ванты – растительные или стальные тросы, поддерживающие мачту от изгиба к бортам.

Основные ванты – самые нижние, идущие на палубу без краспиц

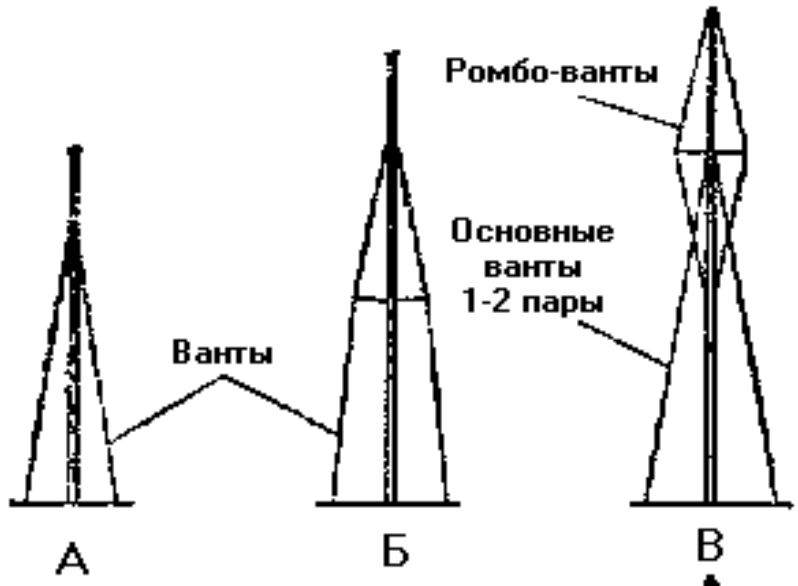
Топ-ванты – идут на палубу с топа мачты

Ромбо-ванты - идут на мачту с топа мачты

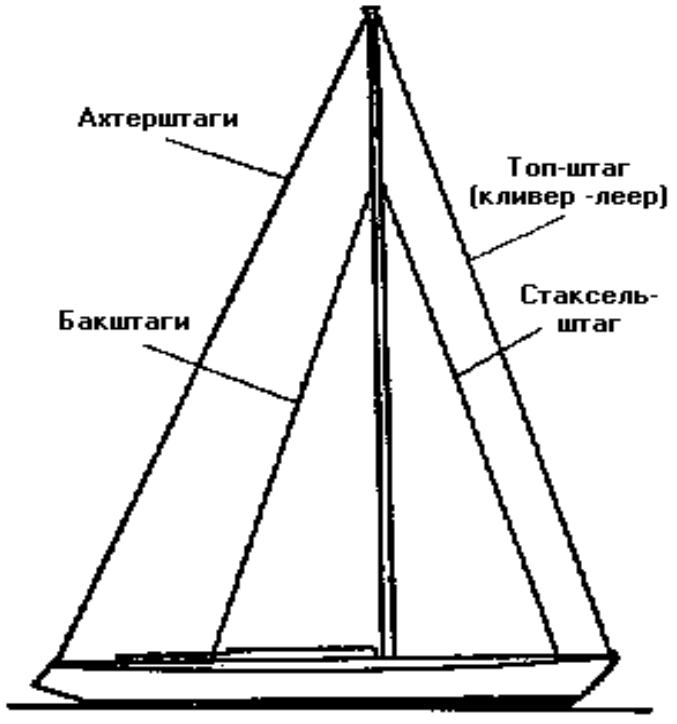
Штаги -растительные или стальные тросы, поддерживающие мачту от изгиба вперед и назад.

Основной штаг, стаксель-штаг, топ-штаг, кливер-леер – располагаются впереди мачты и поддерживают ее от изгиба назад

Бакштаги, ахтерштаги, фордуны – располагаются сзади мачты и поддерживают ее от изгиба вперед


Ромбо-ванты
Основные
ванты
1-2 пары
Ванты
А
Б
В

Топ-ванты
Топенанты
краспиц
Основные
ванты
1-2 пары
Топ-ванты
Верхние
ванты
Основные
ванты
Г
Д
Е


Ахтерштаги
Топ-штаг
(кливер -леер)
Стаксель-
штаг
Бакштаги

Бегучий такелаж

Бегучий такелаж служит для регулировки рангоута, поддержания парусов и управления ими

Шкоты – используются для управления парусами

(грота-гика-шкот, стаксель-шкот, спинакер-шкот, спинакер-брас)

Фалы - служат для подъема и спуска парусов

(грота-фал, стаксель-фал, спинакер-фал)

Оттяжки– служат для настройки парусов

(гик-оттяжка, шпринт-оттяжка, оттяжка галсового угла, оттяжка шкотового угла, оттяжка Кэннингхэма, оттяжка топенанта)

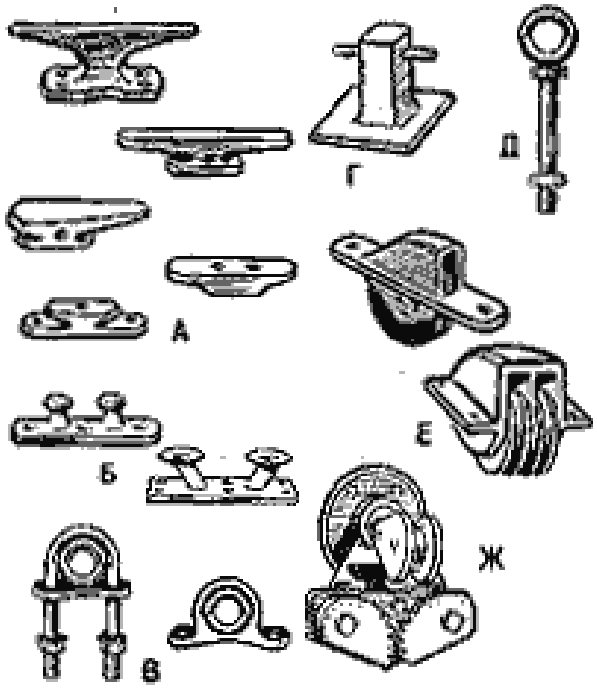
Топенанты –служат для поддержания и регулировки рангоута

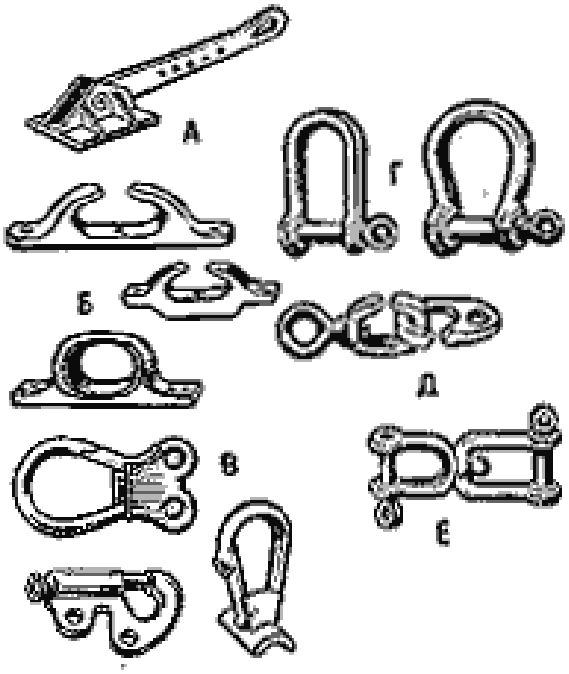
(топенант спинакер-гика, топенант грота-гика, топенанты краспиц)

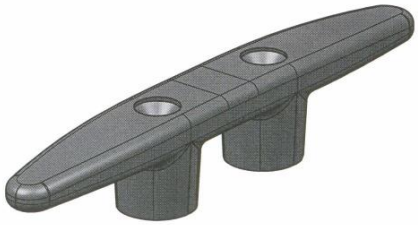
Дельные вещи

- это вспомогательные детали вооружения, которые служат для крепления и проводки такелажа

1. *Утки*
2. *Кнехты*
3. *Клюзы и полуклюзы*
4. *Кипы*
5. *Такелажные скобы и вертлюжные скобы*
6. *Блоки*
7. *Стопора*
8. *Роульсы для проводки такелажа под палубу*
9. *Карабины*







082
098
083
099
084
100
085
086
087
167
166
183
095

094
197
291
299
392

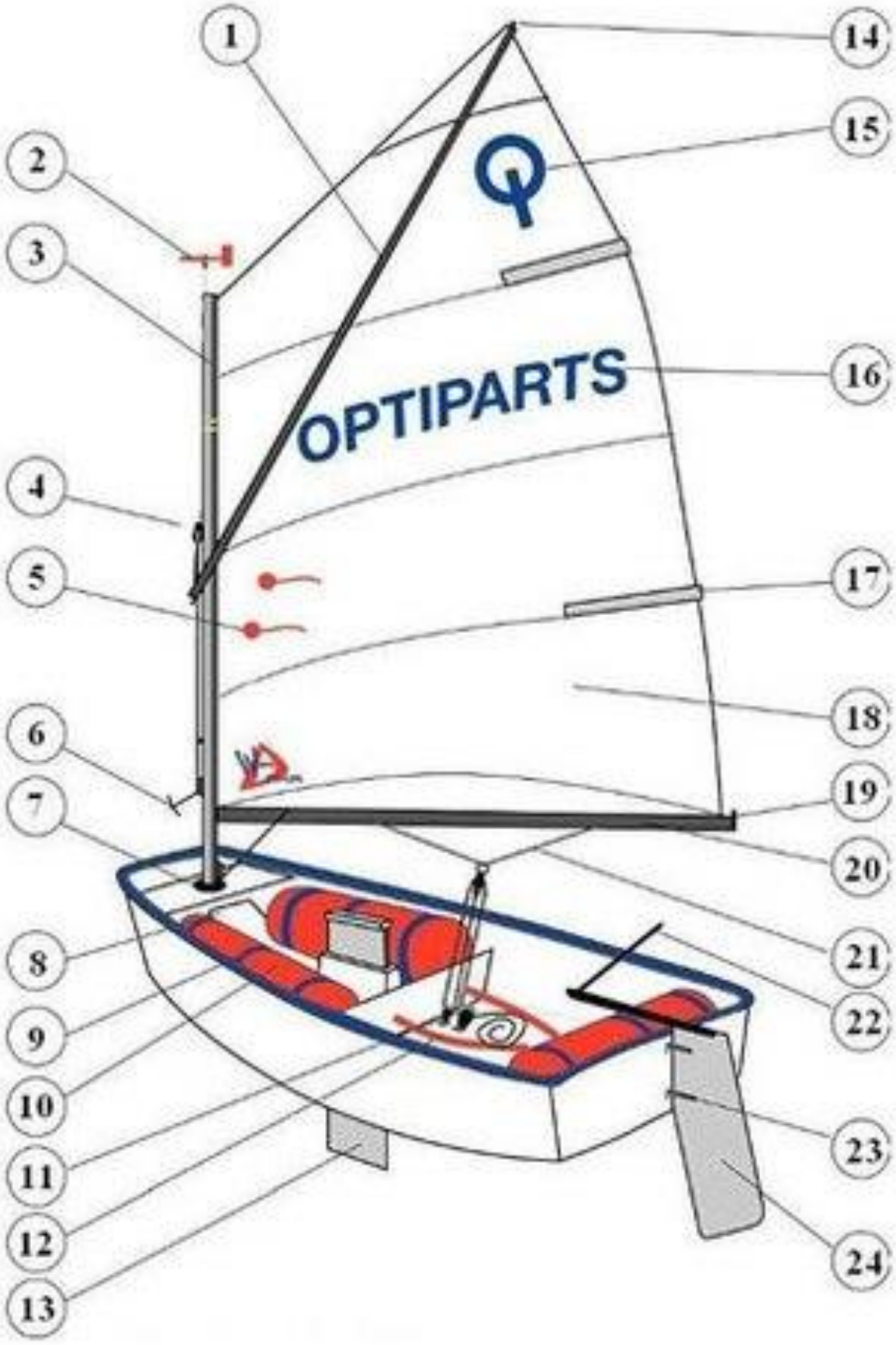
RAMSEY WINCH

312
313
314
300
304
308
320
466
HARKEN

302
306
310

321
322
302
306
310
HARKEN
301
305
309

Вооружение «Оптимиста»

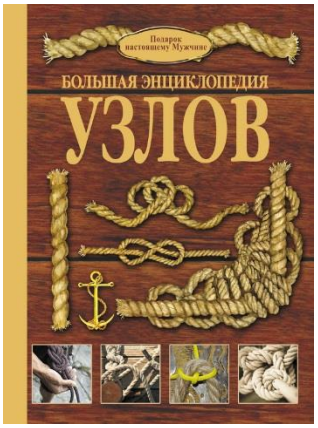


1. Шпринт
2. Флюгарка
3. Мачта
4. Шпринт-оттяжка
5. Колдунчик
6. Ручка шпринт-отттяжки
7. Пяртнерс
8. Степс
9. Борт
10. Надувные баки
11. Грота-шкот
12. Ремни откренивания
13. Шверт
14. Нок-бензельный угол паруса
15. Символ (обозначение) класса
16. Номер на парусе
17. Лата
18. Парус
19. Нок гика
20. Гик
21. Стропа грота-шкота
22. Удлинитель румпеля
23. Рулевые петли
24. Перо руля

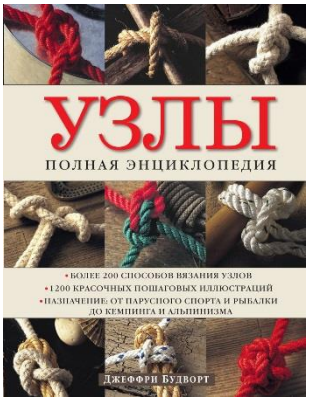
Тема. Морские узлы. «Прямой», «восьмерка», «беседочный», «двойной беседочный», «рифовый», «шлюпочный», «плоский», «штык», «штык со шлагом», «рыбацкий», «шкотовый», «брамшкотовый», «стопорный кноп».

В качестве методического пособия можно использовать книги:

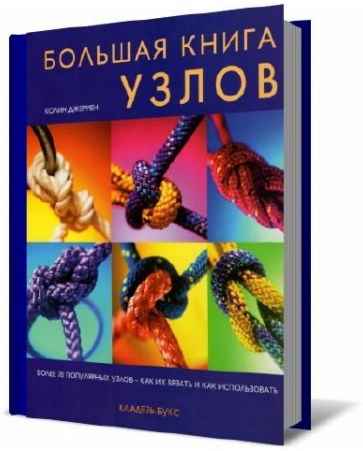
1. **Большая энциклопедия узлов**

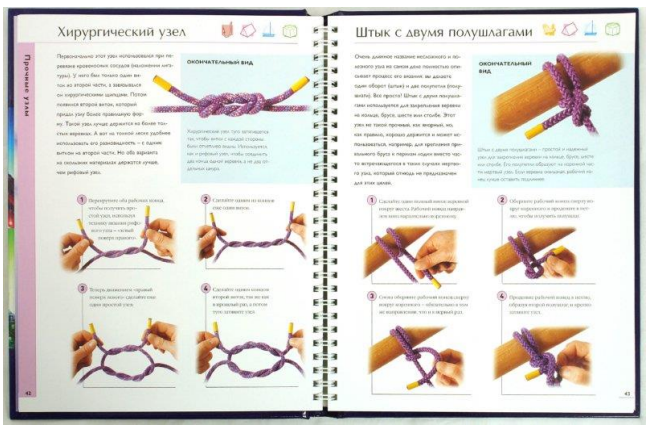


2. **Узлы. Полная энциклопедия**

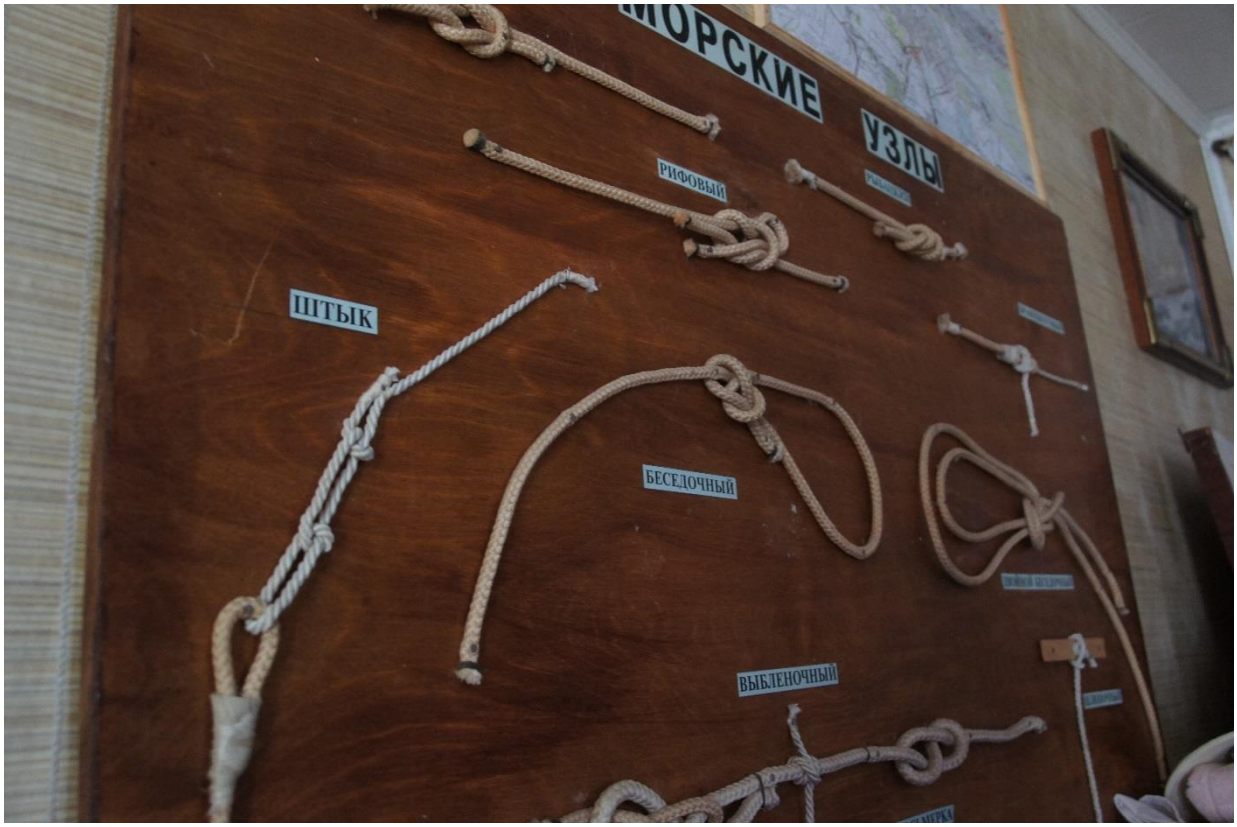


3. **Большая книга узлов**





Демонстрационный материал: стенд «Морские узлы»



Тема. История мореплавания и парусного спорта. Морской фольклор

Раздаточный материал:

МОРСКИЕ ПОГОВОРКИ

***

Хочешь плавать на “авось” – лучше сразу море брось (рус.)

***

Бывает, что и бывалый моряк промокает (голл.)

***

Бывает, что и акула – Библию читает, да мы ни разу не видали (рус.)

***

Трудна того дорога у кого балласта мало, а парусов много (англ.)

***

Ветер в лицо делает моряка мудрецом (фр.)

***

Капитан в море, что султан на троне (тур.)

***

Видно птицу по полету, капитана – по швартовке (рус.).

***

Капитан старший на судне не оттого, что он старее, а потому, что он опытнее и умнее (польск.)

МОРСКИЕ ПРИМЕТЫ

***

Чайки ходят по песку -
Морякам сулят тоску.
Если чайки сели в воду,
Жди хорошую погоду.

***

Птицы коль к берегу держат свой путь,
Ветер здоровый, поверь, будет дуть!

***

Если небо красно с вечера -
Моряку бояться нечего.
Если красно поутру –
Моряку не по нутру

***

Если солнце село в воду-
Жди хорошую погоду.
Если солнце село в тучу-
Берегись, получишь бучу!

***

Коль резок контур облаков,
Ко встрече с штормом будь готов!
Когда ж их контуры легки,
Тогда все ветры далеки...

***

Если тучи громоздятся
В виде башен или скал,
Скоро ливнем разразятся
Налетит жестокий шквал.

***

«Барашки» ль по небу бегут
Иль небо метлами метут,
Будь осторожен: шторма жди
И за барометром следи.

***

Дождик раньше, ветер вслед-
Жди от шквала всяких бед.
После ветра дождь придет-
Значит, скоро шквал пройдет.

***

Скачет стрелка вверх и вниз-
То погоды лишь каприз.
Если ж медленны движенья,
Жди надолго измененья.

***

Если стрелка вдруг упала,
Жди грозы, дождя иль шквала.
Если ж стрелка поднимается,
То погода улучшается.

***

При низком барометре стрелки паденье
Требует в море вниманья и бденья.
И шкипер тогда лишь спокойно уснёт,
Коль стрелка высоко и кверху пойдёт.

***

При низком барометре первый подъем:
Шквалов здоровых, бесспорно, мы ждем.

***

Лезет стрелка вверх упорно,
Не желая отдохнуть,
Можешь ждать тогда бесспорно,
Что от Оста будет дуть!

Морские приметы

Все моряки свято верят в приметы:
По понедельникам в море – ни-ни...,
Баб всех за борт, под грот-мачту монеты,
ЗА борт не плюй! Встретишь Эльма огни.

Свистом салага разбудит ветрА,
Чайки предскажут на утро погоду.
Солнце за тучу - не ждите добрА,
Лучше, когда оно плюхнется в воду.

Вестник несчастий и вечный скиталец,
В щепки рангоут, команда скелеты -
Гибель пророчит Летучий Голландец...
Каждый моряк свято верит в приметы.

Тест «Терминология». Вариант 1

№	Вопрос	Вариант ответа
1	Вертикальное рангоутное дерево, служащее для крепления передней кромки паруса, называется	A. Мачта B. Гик C. Шпринт D. Ванта E. Штаг F. Шпор
2	Горизонтальное рангоутное дерево, служащее для крепления нижней кромки паруса, называется	A. Мачта B. Гик C. Шпринт D. Ванта E. Штаг F. Шпор
3	Как, согласно терминологии, называется кромка паруса	A. Люверс B. Галс C. Шкаторина D. Ванта E. Бизань F. Трапеция
4	Как называется снасть, служащая для регулировки натяжения верхнего (нок-бензельного) угла паруса «Оптимиста»	A. Спинакер-шкот B. Оттяжка Кэннингхэма C. Шкаторина D. Гик-оттяжка E. Шпринт-оттяжка F. Топенант
5	Каким галсом идет яхта, если ветер дует ей в правый борт, а гик с парусом находится на левом борту?	A. Правым B. Левым C. Нельзя определить
6	Каким галсом идет яхта, если ветер дует ей в левый борт, а гик с парусом находится на правом	A. Правым B. Левым C. Нельзя определить

	борту?	
7	Такелаж - это	A. Тип вооружения судна B. Все паруса судна C. Все растительные тросы судна D. Только стальные тросы судна E. Любые тросы судна, служащие для поддержания и регулировки парусов и рангоута F. Мачта, гик, шпринт и пр., служащие для поддержания и регулировки парусов
8	Рангоут – это	A. Тип вооружения судна B. Все паруса судна C. Все растительные тросы судна D. Только стальные тросы судна E. Любые тросы судна, служащие для поддержания и регулировки парусов и рангоута F. Мачта, гик, шпринт и пр., служащие для поддержания и регулировки парусов
9	Если основной парус у судна треугольный парус, то говорят, что оно имеет …. тип вооружения	A. Правильный B. Ассиметричный C. Бермудский D. Гафельный E. Стандартный F. Европейский
10	Определить тип парусного вооружения судна (рис.1)	A. Кэт B. Кэч C. Тендер D. Шлюп E. Шхуна

		F. Иол
11	Определить тип парусного вооружения судна (рис. 2)	A. Кэт B. Кэч C. Тендер D. Шлюп E. Шхуна F. Иол
12	Определить тип парусного вооружения судна (рис. 3)	A. Кэт B. Кэч C. Тендер D. Шлюп E. Шхуна F. Иол
13	Определить тип парусного вооружения судна (рис. 4)	A. Бермудский кэт B. Гафельный иол C. Гафельный тендер D. Бермудский шлюп 3/4 E. Бермудский шлюп с топовым вооружением F. Гафельный кэт 7/8
14	Определить тип парусного вооружения судна (рис. 5)	A. Бермудский кэт B. Гафельный иол C. Гафельный шлюп D. Бермудский шлюп 3/4 E. Бермудский шлюп с топовым вооружением F. Гафельный кэт 7/8
15	Определить тип парусного вооружения судна (рис. 6)	A. Бермудский кэт B. Гафельный иол C. Гафельный тендер D. Бермудский шлюп 3/4 E. Бермудский шлюп с топовым вооружением
16	Каким курсом относительно ветра	A. Левентик

	идет судно, если ветер дует ему точно в корму?	B. Бейдевинд C. Галфвинд D. Бакштаг E. Фордевинд
17	Каким курсом относительно ветра идет судно, если ветер дует ему точно в борт (перпендикулярно диаметральной плоскости судна)?	A. Левентик B. Бейдевинд C. Галфвинд D. Бакштаг E. Фордевинд
18	Каким курсом относительно ветра идет судно, если ветер дует ему точно в нос?	A. Левентик B. Бейдевинд C. Галфвинд D. Бакштаг E. Фордевинд
19	Если судно изменяет свой курс таким образом, что курс его относительно ветра меняется от более полного к более острому, то говорят, что судно	A. Приводится к ветру B. Уваливается от ветра C. Заходит к ветру D. Отходит от ветра E. Спускается по ветру
20	Как определить каким галсом идет судно, если оно идет курсом фордевинд относительно ветра?	A. Нельзя определить галс, когда судно идет курсом фордевинд B. Если гик на левом борту, судно идет правым галсом C. Если ветер дует в правый борт, судно идет левым галсом D. Если экипаж находится на правом борту, судно идет правым галсом E. Судно идет тем же галсом, которым оно шло до того как увалилось и оказалось на курсе фордевинд, независимо от того, на каком борту находится гик

Рис.1

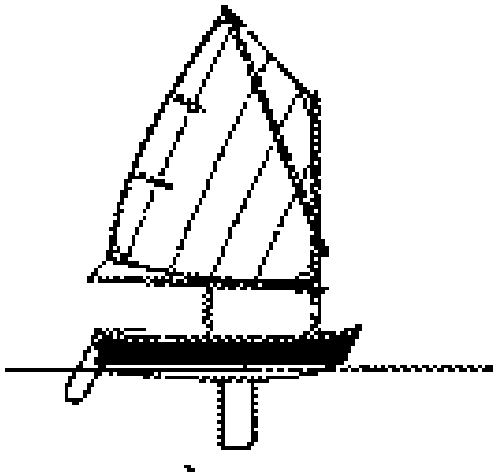


Рис. 2

Рис. 3

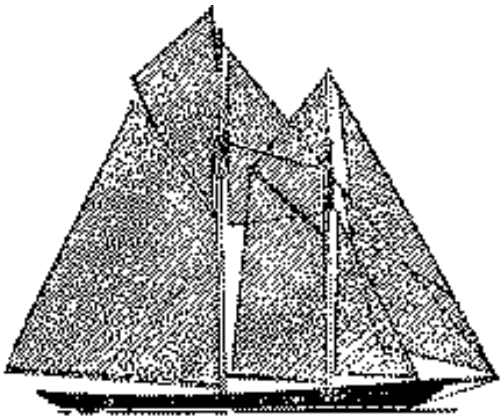


Рис. 4

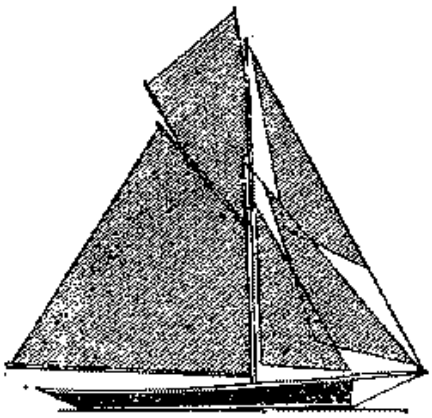


Рис. 5

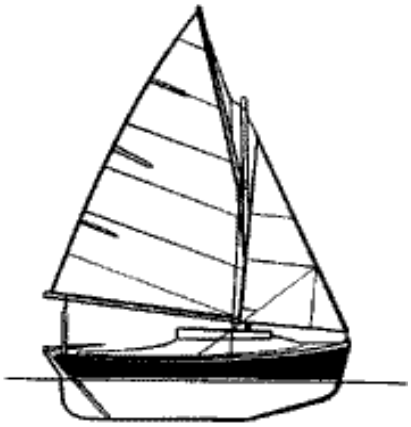
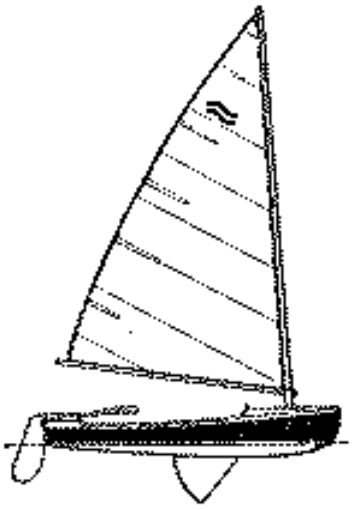


Рис. 6



Тест «Терминология». Вариант 2

№	Вопрос	Вариант ответа
1	Как называется мачта, если она располагается ближе других к носу судна и меньше или равна по высоте грот-мачте?	A. Передняя мачта B. Фок-мачта C. Грот-мачта D. Бизань-мачта E. Трисель-мачта F. Стаксель-мачта
2	Как называется мачта, если он располагается ближе остальных к корме судна, позади грот-мачты и меньше её по высоте?	A. Задняя мачта B. Фок-мачта C. Грот-мачта D. Бизань-мачта E. Трисель-мачта F. Стаксель-мачта
3	Как называется мачта, если она единственная на судне?	A. Задняя мачта B. Фок-мачта C. Грот-мачта D. Бизань-мачта E. Трисель-мачта F. Стаксель-мачта
4	Как называется окантованное металлом отверстие в парусе для пропуска снастей?	A. Люверс B. Галс C. Шкаторина D. Ванта E. Бизань F. Трапеция
5	Как называется снасть, служащая для регулировки натяжения шкотового	A. Спинакер-шкот B. Оттяжка Кэннингхэма

	угла стакселя?	C. Шкаторина D. Гик-оттяжка E. Шпринт-оттяжка F. Стаксель-шкот
6	Яхта идет правым галсом, если	A. Ветер дует ей в правый борт B. Ветер дует ей в левый борт C. Гик находится на правом борту
7	Яхта идет левым галсом, если	A. Ветер дует ей в правый борт B. Ветер дует ей в левый борт C. Гик находится на левом борту
8	Бегучий такелаж - это	A. Тип вооружения судна B. Все паруса судна C. Все растительные тросы судна D. Только стальные тросы судна E. Любые тросы судна, служащие для поддержания и регулировки парусов и рангоута F. Преимущественно растительные тросы судна, служащие для регулировки парусов и рангоута
9	Как называется нижний конец мачты, которым она упирается в деревянную или металлическую подушку, укрепленную на киле яхты?	A. Степс B. Пяртнерс C. Топ D. Шпор E. Нок F. Пятка
10	Если основной парус у судна четырехугольный парус, то говорят, что оно имеет …. тип вооружения	A. Правильный B. Ассиметричный C. Бермудский D. Гафельный E. Стандартный F. Европейский

11	Определить тип парусного вооружения судна (рис.1)	A. Бермудский кэт B. Гафельный кэт C. Рейковый кэт D. Шпринтовый кэт E. Гафельный кэч F. Рейковый кэч
12	Определить тип парусного вооружения судна (рис. 2)	A. Кэт B. Гафельный кэч C. Бермудский тендер D. Шлюп E. Шхуна F. Иол
13	Определить тип парусного вооружения судна (рис. 3)	A. Кэт B. Кэч C. Тендер D. Шлюп E. Шхуна F. Иол
14	Определить тип парусного вооружения судна (рис. 4)	A. Бермудский кэт B. Гафельный иол C. Гафельный тендер D. Бермудский шлюп 3/4 E. Бермудский шлюп с топовым вооружением F. Гафельный кэт
15	Определить тип парусного вооружения судна (рис. 5)	A. Бермудский кэт B. Гафельный иол C. Гафельный шлюп D. Бермудский шлюп 3/4 E. Бермудский шлюп с топовым вооружением F. Гафельный кэт
16	Определить тип парусного вооружения судна (рис. 6)	A. Бермудский кэт B. Гафельный иол

		C. Гафельный тендер D. Бермудский шлюп 3/4 E. Бермудский шлюп с топовым вооружением
17	Каким галсом идет судно на курсе фордевинд, если его гик находится на левом борту?	A. Правым галсом B. Левым галсом C. Невозможно определить
18	Каким курсом относительно ветра идет судно, если ветер дует под углом 25 градусов к носу относительно диаметральной плоскости судна?	A. Левентик B. Бейдевинд C. Галфвинд D. Бакштаг E. Фордевинд
19	Каким курсом относительно ветра идет судно, если ветер дует под углом 125 градусов к носу относительно диаметральной плоскости судна?	A. Левентик B. Бейдевинд C. Галфвинд D. Бакштаг E. Фордевинд
20	Как называется прибор для измерения скорости ветра?	A. Барометр B. Термометр C. Анемометр D. Динамометр E. Амперметр

Рис.1

Рис. 2

Рис. 3

Рис. 4

Рис. 5

Рис. 6

Тест «Терминология». Вариант 3

№	Вопрос	Вариант ответа
1	Как называется мачта, если она располагается ближе других к носу судна и меньше или равна по высоте грот-мачте?	A. Передняя мачта B. Фок-мачта C. Грот-мачта D. Бизань-мачта E. Трисель-мачта F. Стаксель-мачта
2	Как называется мачта, если он располагается ближе остальных к корме судна, позади грот-мачты и меньшее её по высоте?	A. Задняя мачта B. Фок-мачта C. Грот-мачта D. Бизань-мачта E. Трисель-мачта F. Стаксель-мачта
3	Как называется мачта, если она единственная на судне?	A. Задняя мачта B. Фок-мачта C. Грот-мачта D. Бизань-мачта E. Трисель-мачта F. Стаксель-мачта
4	Как называется окантованное металлом отверстие в парусе для пропуска снастей?	A. Люверс B. Галс C. Шкаторина D. Ванта E. Бизань F. Трапеция
5	Как называется снасть, служащая для регулировки натяжения шкотового угла стакселя?	A. Спинакер-шкот B. Оттяжка Кэннингхэма C. Шкаторина D. Гик-оттяжка E. Шпринт-оттяжка F. Стаксель-шкот

6	Яхта идет правым галсом, если	A. Ветер дует ей в правый борт B. Ветер дует ей в левый борт C. Гик находится на правом борту
7	Яхта идет левым галсом, если	A. Ветер дует ей в правый борт B. Ветер дует ей в левый борт C. Гик находится на левом борту
8	Бегучий такелаж - это	A. Тип вооружения судна B. Все паруса судна C. Все растительные тросы судна D. Только стальные тросы судна E. Любые тросы судна, служащие для поддержания и регулировки парусов и рангоута F. Преимущественно растительные тросы судна, служащие для регулировки парусов и рангоута
9	Как называется нижний конец мачты, которым она упирается в деревянную или металлическую подушку, укрепленную на киле яхты?	A. Степс B. Пяртнерс C. Топ D. Шпор E. Нок F. Пятка
10	Если основной парус у судна четырехугольный парус, то говорят, что оно имеет …. тип вооружения	A. Правильный B. Ассиметричный C. Бермудский D. Гафельный E. Стандартный F. Европейский
11	Определить тип парусного вооружения судна (рис.1)	A. Бермудский кэт B. Гафельный кэт C. Рейковый кэт

		D. Шпринтовый кэт E. Гафельный кэч F. Рейковый кэч
12	Определить тип парусного вооружения судна (рис. 2)	A. Кэт B. Гафельный кэч C. Бермудский тендер D. Шлюп E. Шхуна F. Иол
13	Определить тип парусного вооружения судна (рис. 3)	A. Кэт B. Кэч C. Тендер D. Шлюп E. Шхуна F. Иол
14	Определить тип парусного вооружения судна (рис. 4)	A. Бермудский кэт B. Гафельный иол C. Гафельная шхуна D. Бермудский шлюп 3/4 E. Бермудский шлюп с топовым вооружением F. Гафельный кэт
15	Определить тип парусного вооружения судна (рис. 5)	A. Бермудский кэт B. Гафельный иол C. Гафельный шлюп D. Бермудский шлюп 3/4 E. Бермудский шлюп с топовым вооружением F. Гафельный кэт
16	Определить тип парусного вооружения судна (рис. 6)	A. Бермудский кэт B. Гафельный иол C. Гафельный тендер D. Бермудский шлюп 3/4 E. Бермудский шлюп с топовым

		вооружением
17	Каким галсом идет судно на курсе фордевинд, если его гик находится на левом борту?	A. Правым галсом B. Левым галсом C. Невозможно определить
18	Каким курсом относительно ветра идет судно, если ветер дует под углом 25 градусов к диаметральной плоскости судна?	A. Левентик B. Бейдевинд C. Галфвинд D. Бакштаг E. Фордевинд
19	Каким курсом относительно ветра идет судно, если ветер дует под углом 125 градусов к диаметральной плоскости судна?	A. Левентик B. Бейдевинд C. Галфвинд D. Бакштаг E. Фордевинд
20	Как называется прибор для измерения скорости ветра?	A. Барометр B. Термометр C. Анемометр D. Динамометр E. Амперметр

Рис.1

Рис. 2

Рис. 3

Рис. 4

Рис. 5

Рис. 6

Тест «Правила Парусных Гонок». Вариант 1

№	Вопрос	Вариант ответа
1	Какими правилами должен руководствоваться яхтсмен, участвующий в гонке?	A. Правилами Парусных Гонок B. Правилами Дорожного Движения C. Правилами Плавания по Внутренним Водным Путям РФ D. Международными Правилами Предупреждения Столкновения Судов в Море E. Правилами пользования Метрополитеном
2	Нужно ли оказывать помощь яхте или спортсмену, находящемуся в опасности?	A. Нужно, даже если рискуешь навредить своими действиями и усугубить ситуацию B. Нужно, если есть разумная возможность C. Не нужно, помощь окажет гоночный комитет D. Не нужно, никто не обязан оказывать помощь другим яхтам
3	Нужно ли одевать индивидуальные средства обеспечения плавучести (спасательные жилеты) при выходе на воду?	A. Обязательно для всех с момента выхода на воду B. Обязательно для всех, но только с момента начала гонки C. Обязательно только для новичков D. Обязательно только для спортсменов, участвующих в гонке E. Не обязательно
4	Кто несет ответственность за решение яхты принять участие в гонке или продолжить гонку?	A. Только яхта (участник) B. Тренер C. Оргкомитет D. Протестовый комитет E. Никто

5	К каким яхтам применяются правила части 2 ППГ?	A. К яхтам, которые маневрируют в зоне гонок, намерены участвовать, участвуют или участвовали в гонке B. Ко всем яхтам, которые маневрируют в зоне гонок, даже если они не намерены участвовать в гонках C. К любым яхтам, которые маневрируют в акватории D. К любым парусным и моторным судам, которые маневрируют в акватории E. Только к яхтам, участвующим в гонке, с момента сигнала «Старт открыт»
6	Может ли быть наказана яхта, не участвующая в гонке, за нарушение правил части 2 (кроме правила 24.1)?	A. Может B. Не может
7	Определения. С какого момента яхта находится в гонке?	A. С момента сигнала "Подготовительный" для неё B. С момента сигнала «Старт» для нее C. С того момента, как она оказалась в акватории гонок
8	Определения. До какого момента считается, что яхта находится в гонке?	A. До тех пор, когда она финишировала и освободила финишную линию и знаки B. До тех пор, пока он не вышла из гонки C. До тех пор, когда гонка была отложена либо прекращена D. До тех пор, пока не был дан сигнал общего отзыва E. Все ответы верны
9	Определения. Когда яхта стартует?	A. когда любая часть её корпуса, экипажа или оборудования пересекает стартовую

		линию в направлении первого знака, если она полностью находилась на предстартовой стороне от стартовой линии в момент или после своего сигнала "Старт" и выполнила требования правила 30.1, если оно применяется. B. Когда звучит сигнал «Старт открыт» считается, что все яхты, находившиеся на предстартовой стороне стартовой линии стартовали
10	Определения. Что такое знак?	A. Надувной буй желтого или красного цвета, который гоночная инструкция предписывает пройти с определенной стороны B. Судно гоночного комитета, от которого проходит стартовая и финишная линия и вешки с флагами C. Объект, который гоночная инструкция требует оставлять с предписанного борта яхты, и судно гоночного комитета, окруженное свободной для прохода водой и от которого проходит стартовая или финишная линия. D. Все ответы верны
11	Определения. Когда яхта финиширует?	A. Когда любая часть ее корпуса либо любая часть ее экипажа или оборудования в их нормальном положении пересекает финишную линию со стороны дистанции B. Когда яхта пересекает финишную линию со стороны дистанции и полностью проходит ее.
12	Определения. Является ли якорный канат частью знака?	A. Является B. Не является
13	Правило 10. При пересечении	A. Правого

	курсов судно какого галса имеет право дороги?	В. Левого
14	Правило 11. Когда яхты находятся на одном галсе и связаны, какая из яхт имеет право дороги?	А. Наветренная В. Подветренная
15	Правило 12. Когда яхты находятся на одном галсе и не связаны, какая из яхт имеет право дороги?	А. Яхта, находящаяся чисто впереди В. Яхта, находящаяся чисто позади
16	Правило 13. После того, как яхта прошла левентик, должна ли она сторониться других яхт, пока не окажется на курсе крутой бейдевинд?	А. Должна В. Не должна
17	Правило 14. Какая яхта должна избегать контакта?	А. Только яхта имеющая право дороги В. Только яхта не имеющая право дороги С. Любая яхта должна избегать контакта, если это разумно возможно
18	Правило 14. Может ли быть наказана по этому правилу яхта, имеющая право дороги или право на место либо на место-у-знака, если произошло касание?	А. В любом случае он должна быть наказана В. Не может быть наказана, т.к. она имеет право дороги и не обязана избегать контакта С. Может быть наказана только в том случае, если был причинен ущерб или вред здоровью.
19	Правило 30. Какое наказание должна выполнить яхта в случае нарушения правила 30, если во время стартовой процедуры был показан флаг "I"?	А. Пройти со стороны дистанции на предстартовую сторону линии через одно из её продолжений, прежде чем стартовать. В. Она должна без рассмотрения получить

		"Наказание штрафными очками" в 20% C. она должна быть дисквалифицирована без рассмотрения D. Должна выполнить поворот 720 градусов E. Вернуться на предстартовую сторону стартовой линии и стартовать
20	Правило 30. Какое наказание должна выполнить яхта в случае нарушения правила 30, если во время стартовой процедуры был показан черный флаг?	A. Пройти со стороны дистанции на предстартовую сторону линии через одно из её продолжений, прежде чем стартовать. B. Она должна без рассмотрения получить "Наказание штрафными очками" в 20% C. она должна быть дисквалифицирована без рассмотрения D. Должна выполнить поворот 720 градусов E. Вернуться на предстартовую сторону стартовой линии и стартовать

Тест «Правила Парусных Гонок». Вариант 2

№	Вопрос	Вариант ответа
1	Правило 10. При пересечении курсов судно какого галса имеет право дороги?	A. Правого B. Левого
2	Правило 11. Когда яхты находятся на одном галсе и связаны, какая из яхт имеет право дороги?	A. Наветренная B. Подветренная
3	Правило 12. Когда яхты находятся на одном галсе и не связаны, какая из яхт имеет право дороги?	A. Яхта, находящаяся чисто впереди B. Яхта, находящаяся чисто позади
4	Правило 13. После того, как яхта прошла левентик, должна ли она сторониться других яхт, пока не окажется на курсе крутой бейдевинд?	A. Должна B. Не должна
5	Правило 14. Какая яхта должна избегать контакта?	A. Только яхта имеющая право дороги B. Только яхта не имеющая право дороги C. Любая яхта должна избегать контакта, если это разумно возможно
6	Правило 14. Может ли быть наказана по этому правилу яхта, имеющая право дороги или право на место либо на место-у-знака, если произошло касание?	A. В любом случае он должна быть наказана B. Не может быть наказана, т.к. она имеет право дороги и не обязана избегать контакта C. Может быть наказана только в том случае, если был причинен ущерб или вред здоровью.
7	Правило 15. Когда яхта получает право дороги, должна ли она в начальный момент дать другой яхте	A. Да, при любых обстоятельствах B. Нет, не должна C. Да, если только яхта не получает право

	место, чтобы сторониться?	дороги из-за действий другой яхты
8	Правило 16. Когда яхта, имеющая право дороги, изменяет курс, должна ли она дать другой яхте место, чтобы сторониться?	A. Должна B. Не должна
9	Правило 18. Когда правило 18 НЕ применяется?	A. Между яхтами на противоположных галсах, когда они идут в лавировку против ветра; B. К яхтам на противоположных галсах, когда для одной из них, но не обеих, надлежащим курсом у знака является выполнение поворота оверштаг; C. Между яхтой, подходящей к знаку, и яхтой, отходящей от него; или D. Если знак является протяженным препятствием, в этом случае применяется правило 19 E. Верны все варианты
10	Правило 22. Должна ли сторониться яхта, идущая к предстартовой стороне стартовой линии после сигнала «старт», других яхт, не делающих этого?	A. Должна B. Не должна
11	Правило 22. Должна ли сторониться яхта, выполняющая наказание, яхты, не делающей этого?	A. Должна B. Не должна
12	Правило 22. Должна ли сторониться яхта, движущаяся задним ходом относительно воды в результате вынесения какого-либо паруса на ветер, яхты, не делающей этого?	A. Должна B. Не должна

13	Правило 30. Какое наказание должна выполнить яхта в случае нарушения правила 30, если во время стартовой процедуры был показан флаг "I"?	A. Пройти со стороны дистанции на предстартовую сторону линии через одно из её продолжений, прежде чем стартовать. B. Она должна без рассмотрения получить "Наказание штрафными очками" в 20% C. она должна быть дисквалифицирована без рассмотрения D. Должна выполнить поворот 720 градусов E. Вернуться на предстартовую сторону стартовой линии и стартовать
14	Правило 30. Какое наказание должна выполнить яхта в случае нарушения правила 30, если во время стартовой процедуры был показан черный флаг?	A. Пройти со стороны дистанции на предстартовую сторону линии через одно из её продолжений, прежде чем стартовать. B. Она должна без рассмотрения получить "Наказание штрафными очками" в 20% C. она должна быть дисквалифицирована без рассмотрения D. Должна выполнить поворот 720 градусов E. Вернуться на предстартовую сторону стартовой линии и стартовать
15	Определения. Когда яхта финиширует?	A. Когда любая часть ее корпуса либо любая часть ее экипажа или оборудования в их нормальном положении пересекает финишную линию со стороны дистанции B. Когда яхта пересекает финишную линию со стороны дистанции и полностью проходит ее.

16	Определения. С какого момента яхта находится в гонке?	A. С момента сигнала "Подготовительный" для неё B. С момента сигнала «Старт» для нее C. С того момента, как она оказалась в акватории гонок
17	Определения. До какого момента считается, что яхта находится в гонке?	A. До тех пор, когда она финишировала и освободила финишную линию и знаки B. До тех пор, пока он не вышла из гонки C. До тех пор, когда гонка была отложена либо прекращена D. До тех пор, пока не был дан сигнал общего отзыва E. Все ответы верны
18	Определения. Когда яхта стартует?	A. когда любая часть её корпуса, экипажа или оборудования пересекает стартовую линию в направлении первого знака, если она полностью находилась на предстартовой стороне от стартовой линии в момент или после своего сигнала "Старт" и выполнила требования правила 30.1, если оно применяется. B. Когда звучит сигнал «Старт открыт» считается, что все яхты, находившиеся на предстартовой стороне стартовой линии стартовали
19	Определения. Что такое знак?	A. Надувной буй желтого или красного цвета, который гоночная инструкция

		предписывает пройти с определенной стороны B. Судно гоночного комитета, от которого проходит стартовая и финишная линия и вешки с флагами C. Объект, который гоночная инструкция требует оставлять с предписанного борта яхты, и судно гоночного комитета, окруженное свободной для прохода водой и от которого проходит стартовая или финишная линия. D. Все ответы верны
20	Определения. Является ли якорный канат частью знака?	A. Является B. Не является

Тест «Правила Парусных гонок». Вариант 3

№	Вопрос	Вариант ответа
1	При проведении стартовой процедуры используются зрительные и звуковые сигналы.. По каким сигналам нужно засекать время?	A. Время должно браться по зрительным сигналам; отсутствие звукового сигнала не должно приниматься во внимание B. Время должно браться по звуковым сигналам; отсутствие зрительного сигнала не должно приниматься во внимание C. Если отсутствует какой-либо из сигналов, стартовая процедура проводится неправильно
2	Не позднее какого сигнала гоночный комитет имеет право передвинуть стартовый знак?	A. Не позднее сигнала «Предупреждение» B. Не позднее сигнала «Подготовительный» C. Не позднее сигнала «Старт»
3	Что означает флаг «AP» поднятый на судейском судне или на берегу?	A. Гонки, старт которым еще не дан, отложены B. Гонки, старт которым уже дан, прекращены C. Сегодня гонок больше не будет
4	О чем гоночный комитет информирует участников, показывая флаг «N» с тремя звуковыми сигналами?	A. Гонки, старт которым еще не дан, отложены B. Гонки, старт которым уже дан, прекращены C. Сегодня гонок больше не будет D. Вы нарушили правила
5	Для Вашего класса был дан сигнал «Старт», а через несколько секунд на судейском судне был поднят флаг «AP». Как поступать в данной ситуации?	A. Возвращаться к стартовой линии и ждать начала новой стартовой процедуры – гонку отменили B. Возвращаться на берег – сегодня больше гонок не будет C. Продолжить гонку, т.к. отменены только те гонки, старт которым еще НЕ дан.

6	Вы находитесь в гонке. Мимо Вас проезжает судно гоночного комитета и показывает Вам флаг «N» с тремя звуковыми сигналами. Как поступить в данной ситуации?	A. Выполнить наказание в «два оборота» и продолжить гонку B. Выполнить наказание в «один оборот» и продолжить гонку C. Возвращаться к месту старта – гонка прекращена D. Возвращаться на берег – сегодня больше гонок не будет
7	Какое наказание сразу после инцидента может выполнить яхта, нарушившая правила части 2?	A. Наказание в «два оборота» B. Наказание в «один оборот» C. Выйти из гонки
8	Какое наказание может выполнить яхта, нарушившая правило 42 впервые в регате?	A. Наказание в «два оборота» B. Наказание в «один оборот» C. Выйти из гонки
9	Какое наказание может выполнить яхта, нарушившая правило 42 второй и последующие разы (в ходе регаты)?	A. Наказание в «два оборота» B. Наказание в «один оборот» C. Выйти из гонки
10	Если в гонке произошел инцидент, в какой момент нужно информировать ГК о том, что Вы намерены подать протест?	A. Заявить о протесте сразу после финиша B. Заявить о протесте по приходе на берег C. Заявить о протесте в любое время в течение регаты
11	Сможете ли Вы оформить протест на берегу, если не заявили о нем сразу после финиша?	A. Да, но только в течение 30 мин после прихода судейского судна B. Да, в любом случае C. Нет, если о протесте не было заявлено сразу после финиша
12	Правило 42. Средства движения. Что	A. повторяющееся насасывание любым

	такое «пампинг»?	парусом, создаваемое подбиранием и потравливанием паруса или вертикальными или поперечными движениями тел членов экипажа B. повторяющееся раскачивание яхты с борта на борт C. быстрое движение туловища вперёд с резкой остановкой D. повторяющиеся движения рулём, которые либо выполняются с усилием, либо продвигают яхту вперед, либо препятствуют её движению назад E. повторяющиеся повороты оверштаг или фордевинд, не связанные с изменением ветра или тактическими соображениями
13	Правило 42. Средства движения. Что такое «рокинг»?	A. повторяющееся насасывание любым парусом, создаваемое подбиранием и потравливанием паруса или вертикальными или поперечными движениями тел членов экипажа B. повторяющееся раскачивание яхты с борта на борт C. быстрое движение туловища вперёд с резкой остановкой D. повторяющиеся движения рулём, которые либо выполняются с усилием, либо продвигают яхту вперед, либо препятствуют её движению назад E. повторяющиеся повороты оверштаг или фордевинд, не связанные с изменением ветра или тактическими соображениями
14	Правило 42. Средства движения. Что такое «учинг»?	A. повторяющееся насасывание любым парусом, создаваемое подбиранием и потравливанием паруса или

		вертикальными или поперечными движениями тел членов экипажа B. повторяющееся раскачивание яхты с борта на борт C. быстрое движение туловища вперёд с резкой остановкой D. повторяющиеся движения рулём, которые либо выполняются с усилием, либо продвигают яхту вперед, либо препятствуют её движению назад E. повторяющиеся повороты оверштаг или фордевинд, не связанные с изменением ветра или тактическими соображениями
15	Правило 42. Средства движения. Что такое «скаллинг»?	A. повторяющееся насасывание любым парусом, создаваемое подбиранием и потравливанием паруса или вертикальными или поперечными движениями тел членов экипажа B. повторяющееся раскачивание яхты с борта на борт C. быстрое движение туловища вперёд с резкой остановкой D. повторяющиеся движения рулём, которые либо выполняются с усилием, либо продвигают яхту вперед, либо препятствуют её движению назад E. повторяющиеся повороты оверштаг или фордевинд, не связанные с изменением ветра или тактическими соображениями
16	Обязана ли яхта показывать красный флаг, информируя другую яхту о том, что она намерена протестовать?	A. Обязана всегда B. Не обязана C. Не обязана, если ее длина менее 6 метров
17	Сколько очков за гонку по линейной	A. 0

	системе получает яхта, правильно прошедшая дистанцию и финишировавшая второй?	B. 1 C. 2 D. 3
18	Сколько очков получит яхта, которая не стартовала?	A. кол-во очков, равное числу финишировавших яхт B. кол-во очков, равное числу стартовавших яхт C. кол-во очков, равное числу яхт, допущенных к соревнованию D. кол-во очков, равное числу яхт, допущенных к соревнованию, плюс одно место
19	Сколько очков получит яхта, которая не финишировала или вышла из гонки?	A. кол-во очков, равное числу финишировавших яхт B. кол-во очков, равное числу стартовавших яхт C. кол-во очков, равное числу яхт, допущенных к соревнованию D. равное числу яхт, допущенных к соревнованию, плюс одно место
20	Сколько очков получит яхта, которая была дисквалифицирована?	A. кол-во очков, равное числу финишировавших яхт B. кол-во очков, равное числу стартовавших яхт C. равное числу яхт, допущенных к соревнованию D. равное числу яхт, допущенных к соревнованию, плюс одно место

Ключи к тестам:

	Тест «Терминология»			Тест «Правила парусных гонок»		
	Вариант 1	Вариант 2	Вариант 3	Вариант 1	Вариант 2	Вариант 3
1	A	B	B	A	A	D
2	B	D	D	A	B	C
3	C	C	B	B	E	A
4	E	A	E	D	B	A
5	A	F	F	C	E	A
6	B	A	C	F	F	B
7	E	B	A	D	C	D
8	F	F	D	B	A	C
9	C	D	E	E	D	B
10	A	D	C	F	E	E
11	D	D	F	C	C	F
12	E	D	D	A	A	C
13	C	E	A	D	A	A
14	C	C	A	E	B	D
15	A	C	B	C	D	E
16	E	A	D	A	C	C
17	C	A	C	A	A	A
18	A	B	A	B	E	B
19	A	D	B	D	C	E
20	B	C	E	C	A	C