**Содержание**

Содержание……………………………………………………………………………………..2

Рецензия ………………………………………………………………………………………...3

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА………………………………………………………6

Введение…………………………………………………………………………………………6

Общие сведения об учебной группе…………………………………………………………...6

Основная концепция программы………………………………………………………………7

Цели программы…………………………………………………………………………………7

Задачи обучения…………………………………………………………………………………7

Условия реализации программы……………………………………………………………….8

Средства контроля реализации программы…………………………………………………...9

Прогнозируемые результаты…………………………………………………………………...9

1. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН………………………………………………....10
2. ПРОГРАММА………………………………………………………………………….11

План работы с родителями…………………………………………………………………….13

Методическая работа…………………………………………………………………………...13

Список рекомендуемой литературы…………………………………………………………..14

Рецензия на авторскую программу

по курсу «Парашютно-десантная подготовка»

система дополнительного образования

МОУ Кадетская школа интернат

Мензелинского муниципального района РТ

в рамках профильной подготовки для 8-11классов

составленную

Курченковым Сергеем Анатольевичем

Педагогом дополнительного образования.

Парашютная подготовка - сложный учебно-воспитательный процесс, требующий серьезной и систематической работы командиров, специалистов ПС и ПДС и авиационной медицины. Это процесс подготовки и выполнения личным составом государственной авиации прыжков с парашютом как в целях использования парашюта в качестве средства спасения в аварийных ситуациях, средства оказания помощи людям, терпящим бедствие, так и в спортивных целях. Учебно-тренировочные прыжки с парашютом (УТПП) повышают чувство уверенности в полете, способствуют качественному выполнению задач. Прыжки с парашютом воздействуют на человека комплексом стресс-факторов, требующих определенных морально-волевых усилий и психологической устойчивости. Парашютная подготовка включает: наземную подготовку, практическое выполнение УТПП. Инструктор по парашютно-десантной подготовке включает в наземную подготовку такие цели: изучение теории прыжка с парашютом, изучение устройства, конструкции и правил эксплуатации парашютных систем, страхующих приборов, отработка действий по отделению от ВС и выполнению элементов прыжка на наземных тренажерах и в кабинах ВС, отработка действий при особых случаях и не штатных ситуациях, отработка действий при приземлении, правила передвижения по аэродрому. УТПП являются эффективным средством подготовки летного состава к вынужденному покиданию ВС в аварийной ситуации (психологической подготовки к принятию решения на покидание ВС, к отделению от ВС, к парашютированию, к приземлению (приводнению) с парашютом). Во время выполнения прыжка с парашютом создаются условия, максимально приближенные к условиям полета. Регулярное выполнение прыжков с парашютом позволяет приобретать и совершенствовать навыки в целенаправленной деятельности в эмоционально насыщенных (стрессовых) условиях, воспитывает чувство ответственности, учит самостоятельно принимать решения, быстро и четко действовать в аварийных ситуациях при дефиците времени. Все занятия по парашютной подготовке проводятся с максимальное использование наглядных пособий (схем, таблиц, стендов), тренажеров.

При проведении занятий у инструктора указаны:

 - тема занятия и учебные вопросы;

 - список литературы и перечень наглядных пособий;

 - продолжительность (в часах) изучаемой темы;

 - краткое изложение темы и план проведения практических занятий (тренировок).

Наземная подготовка к УТПП проводится в классе и на тренажерах парашютного городка на аэродроме.

Лица, прошедшие наземную подготовку к УТПП:

а) должны знать:

- материальную часть парашютов и страхующих приборов, их эксплуатационные ограничения;

- технику выполнения прыжка с парашютом из ВС;

 - особые случаи в воздухе и правила применения запасного парашюта;

- правила поведения на борту ВС;

 - правила поведения на аэродроме;

б) должны уметь:

- подготовить и проверить парашют к прыжкам;

в) должны отработать действия:

по отделению от ВС;

в воздухе (в свободном, стабилизированном падении и под куполом парашюта);

при отказах основного парашюта;

при приземлении или приводнении.

К обучению и совершенствованию навыков по наземной подготовке привлекается весь летный состав, независимо от того будет он выполнять УТПП или нет. Планирование парашютной подготовки проводится, исходя из поставленных задач, достигнутого уровня, климатогеографических особенностей района, наличия парашютной техники и ВС. Планирование парашютной подготовки проводится с учетом обязательного соблюдения при выполнении УТПП мер безопасности. К выполнению УТПП допускаются лица, прошедшие наземную подготовку в объеме Курса, сдавшие зачеты с оценкой не ниже «хорошо», допущенные медкомиссией в соответствии с действующим положением о допуске к прыжкам с парашютом. Выполнение прыжков с парашютом организуется начальником ПС и ПДС. Совершенствование парашютной подготовки проводится путем повторного выполнения отдельных упражнений Курса. Количество прыжков по упражнениям определяется исходя из индивидуальных особенностей парашютиста и длительности перерыва в прыжках. Длительность допустимых перерывов в прыжках с парашютом с учетом индивидуальных способностей, уровня подготовки, натренированности и классной квалификации для каждого парашютиста устанавливает начальник ПС и ПДС части, а руководящему составу ПС и ПДС - соответствующие начальники по службе, при этом максимальное значение перерывов не должно превышать сроков, указанных в соответствующих наставлениях (руководствах) по парашютной подготовке. Учащиеся выполняют прыжок с парашютом Д 6 серии 4 с высоты 900 метров со стабилизацией 3 секунды. При посадке в ВС более эмоциональных чередовать с парашютистами, имеющими опыт прыжков с парашютом. Эту же очередность выдерживать при десантировании. Особое внимание обучаемого обратить на правильную подготовку к отделению от борта ВС, четкое выдерживание заданного положения тела от момента отделения от ВС до раскрытия парашюта. Курченков С.А. на тренировках по наземной подготовке не упускает тот фактор, что парашютисту нужно волевым усилием преодолеть психологический барьер, который может возникнуть в момент отделения от летательного аппарата. Отделение от ВС производиться «СОЛДАТИКОМ», дальнейшие действия в воздухе выполняются в соответствии с методикой выполнения прыжка с парашютом, а на этапе снижения парашютист учится управлять куполом парашюта (выполнять развороты и скольжения влево и вправо), определять примерное место приземления, выдерживать глиссаду снижения, обрабатывать цель с высоты 100 м. Очень строго инструктором соблюдается законность подготовки парашютной техники, а именно что все парашюты и приборы осмотрены, уложены в соответствии с инструкцией по эксплуатации и под контролем инструктора, документы на парашюты оформлены, подписаны укладывающим и проверяющим. Также соблюдается законность допуска каждого парашютиста, и организации прыжков с парашютом Д 6 серии 4(все парашютисты приказом директора допущены к прыжкам с парашютом, все парашютисты допущены специальной врачебной комиссией к прыжкам с парашютом и прошли медосмотр, проведена предварительная подготовка, журнал предварительной подготовки и плановая таблица оформлены и подписаны должностными лицами, наличие медицинского обеспечения, инструктаж водителей машин по мерам безопасности проведен).

**Новизна программы**

* Системный подход к содержанию материала.
* Развитие меж предметных связей: элементы программы легко интегрируются с такими предметами как география, математика, физика, физическая культура, основы безопасности жизнедеятельности.

Администрация МОУ Кадетская школа интернат рекомендует утвердить авторскую программу в рамках профильной подготовки «Парашютный спорт» на муниципальном уровне.

Директор МБУ «Информационно -

методический центр» Мензелинского

муниципального района О. А. Губайдуллина.

Методист МБУ «Информационно - М. М. Багманов.

 Методический центр» Мензелинского

 муниципального района

1. **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

**Введение**

Парашютный спорт - относительно молодой вид спорта, но, несмотря на это он успел завоевать огромное количество поклонников во всем мире. Сегодня, на фоне того, что большую часть свободного времени дети проводят за компьютером, стремительно развиваются новые малопонятные старшему поколению виды спорта. Паркур, BMX и другие подобные им молодежные виды спорта призваны дать эмоциональную разгрузку, возможность почувствовать риск и выплеснуть энергию. Но эти виды "дворового " спорта очень сложно, а подчас невозможно подвергнуть должному контролю со стороны тренеров и педагогов. А, склонность к риску и желание попробовать себя во всевозможных рискованных предприятиях, так или иначе, свойственны человеку, особенно в подростковом возрасте. Парашютизм позволяет направить «энергию риска» определенной части подростков в правильное русло. "Трудные" подростки становятся у нас высококлассными спортсменами и специалистами парашютного дела. Лучше экстремальный спорт, чем экстремальная жизнь.

 Актуальность программы заключается в том, что парашютизм позволяет воспитать чувство полной ответственности. Ведь в воздухе не поможет ни папа, ни мама, ни инструктор. Решения надо принимать самому и в полной мере платить за них. Также воспитывается серьезность и дисциплинированность, без которых невозможно занятия парашютным спортом. Вырабатывается правильное соотношение смелости и осторожности, что особенно важно в подростковом возрасте. Формируется правильное чувство опасности, необходимое, как при занятии экстремальным спортом, так и в жизни. Это чувство изначально не присуще детям, но воспитывается во время учебных занятий и выполнения прыжков. Появляется умение анализировать неоднозначные опасные ситуации и предвидеть последствия своих и чужих действий, адекватная и быстрая реакция.

 Кроме всего прочего парашютный спорт открывает большие перспективы для дальнейшей самореализации в жизни. Некоторые ученики после обучения парашютизму решили связать свою жизнь с большой авиацией. Для многих важна перспектива военной службы в воздушно-десантных войсках и получение рекомендаций, например для поступления в институты МЧС, перспектива военной службы по контракту в составе группы СПДГ (спасательно-поисковая десантная группа) или в качестве укладчика спасательных парашютов в авиационных частях. Получив на занятиях объединения большой объем знаний по аэродинамике, метеорологии и конструкции летательных аппаратов выпускники имеют большое преимущество при отборе кандидатов в профессии, связанные с авиацией.

**Общие сведения об учебной группе**

Программа рассчитана на 4 года обучения воспитанников в возрасте от 14 до 18 лет и разработана на основе и в соответствии с рекомендациями программы «Патриотического воспитания граждан РФ на 2011-2015 годы», постановления Правительства Российской Федерации от 5 октября 2010 г. № 795, руководства по проведению парашютных прыжков ДОСААФ России от 2010г., сборника программ по парашютной подготовке ДОСААФ России от 2010г, организационно-методических указаний ДОСААФ России от 2010г.

 Подготовка спортсмена-парашютиста требует больших трудозатрат и финансовых вложений со стороны ДОСААФ России.

**Основная концепция программы**

Следует отметить, что данная программа предусматривает выполнения парашютных прыжков знакомит подростков с теоретическими основами парашютизма. Основным направлением программы является парашютная подготовка, но наряду с этим большое внимание уделяется патриотическому, гражданскому и нравственному воспитанию личности, физической, медицинской подготовке, ориентированию на будущую профессию. Все уровни программы взаимосвязаны и преподаются с последующим усложнением материала и постепенным увеличением количества практических часов. Параллельно с изучением основных тем программы на протяжении всего курса обучения осуществляются различные социально-значимые проекты, направленные на изучение истории родного города, авиационных достижений, семейных биографий, биографий выдающихся личностей родного города и т.д.

**Цель программы:**

Патриотическое, гражданское становление личности, изучение теоретических вопросов прыжка с парашютом, формирование коммуникативных навыков, развитие волевых качеств личности.

**Задачи:**

1. В области образования:

- расширить знания учащихся об организации ДОСААФ России, обучение теоретическим основам парашютизма и укладке парашютной системы Д6 серии4;

- приобретение специальных знаний по вопросам доврачебной медицинской помощи;

- знакомство с историей возникновения и особенностями Воздушно-десантных войск, перспективами срочной и контрактной военной службы;

2. В области воспитания:

- содействие гармоничному развитию личности, совершенствование духовных и физических качеств.

- создание мотивации к формированию устойчивой потребности в здоровом образе жизни

- формирование самостоятельности и волевых качеств в любой обстановке;

**-** популяризация среди молодежи авиационных видов спорта;

**-** формирование твердых нравственных и гражданских позиций;

**-** умение вести себя в коллективе, выработка организаторских навыков в случае необходимости;

3. В области физической подготовки:

**-** физическое совершенствование подростков (развитие силы, выносливости, координации движений в соответствии с их возрастными и физическими возможностями);

**-** адаптация воспитанников к высоким физическим нагрузкам по средствам выработки грамотного режима работы и отдыха;

**Условия реализации программы.**

Материально-технические условия:

- наличие учебного класса для теоретических занятий, укладочного помещения.

-обеспечение учебно-наглядными пособиями, укладочным инвентарем, видеоматериалами и пр.

- использование макетов и специализированных тренажеров авиационного городка во время учебных занятий.

 Педагогические условия:

-учёт индивидуальных и возрастных особенностей подростков в использовании форм, средств и способов реализации программы

-соблюдение единства педагогических требований во взаимоотношениях с подростками;

-создание условий для развития личности подростка и его способностей.

Методические условия:

- наличие необходимой документации:

- программы деятельности объединения;

- тематического планирования учебных занятий

- наличие системы мониторинговых и контрольных измерителей

- материалов для самостоятельного изучения, тематической учебной и художественной литературы

**Формы типы и виды занятий:** мини-лекции, дискуссии, тренинги, исследования, семинары, практические занятия, учебно-тренировочные сборы, соревнования, показательные выступления, внеплановые занятия.

**Место и время проведения занятий:**

Занятия проводятся в учебном и укладочном классе, а также на территории Парашютного городка Мензелинского филиала ЦАК РТ ДОСААФ России.

**Схема проведения типового учебного занятия.**

**1.** Теоретическая часть - изучение нового материала или закрепление пройденного ранее. (Может проходить в форме лекции, дискуссии, свободной беседы)

**2**. Практическая часть - практические занятия на тренажерах, физическая подготовка, тренинги и упражнения для сплочения коллектива.

**3.** Совершенствование навыков укладки парашютных систем - грамотная и быстрая укладка парашюта является основной задачей во время обучения укладчиков, и в независимости от цели и темы учебного занятия на обучение и совершенствование навыков укладки отводится не менее трети каждого учебного занятия.

**Критерии подготовленности:**

*Когнитивный* – система знаний и умений, необходимых для успешного выполнения прыжков с парашютом;

*Мировоззренческий* – сознательность, система устойчивых взглядов и прочих убеждений гражданина и патриота;

*Волевой* – настойчивость и целеустремленность, умение доводить начатое дело до конца, преодолевать трудности, страх.

**Средства контроля реализации программы**

По ходу прохождения программы обучения предусмотрены опросы по пройденным темам, устные и письменные зачеты, практические зачеты по укладке парашютной техники, основам медицинских знаний. По окончании курса парашютной подготовки для каждого года обучения предусмотрен итоговый зачет (экзамен) и контрольное практическое задание.

**Прогнозируемые результаты**

Прямыми критериями оценки результатов обучения служит успешное усвоение комплексной программы, получение удостоверений «3 разряд», после совершения 3 – х прыжков с парашютом

Косвенными критериями служат: создание стабильного коллектива в объединении, заинтересованность участников в выбранном виде деятельности, развитие чувства ответственности и товарищества, воспитание физически здоровых, нравственно мыслящих и образованных патриотов страны.

В конце обучения подросток сможет осознанно выбрать подходящую специализацию и, используя широкий комплекс полученных знаний и навыков, продолжить своё развитие в специальных образовательных учреждениях по определённому профилю.

2. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

 Теория Практика. Всего (часов)

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Вводное занятие.  | 3 | - | 3 |
| Парашют, как средство спасения жизни. | 6 | - | 6 |
| Краткий обзор истории развития парашютизма | 2 | - | 2 |
| ВДВ - элита современной армии | 3 | - | 3 |
|  Требование к экипировке парашютиста. | 3 | - | 3 |
| Знакомство с воздушным судном. | 3 | 3 | 6 |
| Основы медицинских знаний. | 6 | 3 | 9 |
| Психология парашютиста | 3 | - | 3 |
| Практическая подготовка к прыжку. | 1 | 6 | 7 |
| Метеоусловия для проведения парашютных прыжков. | 4 | - | 4 |
| Подгонка подвесных систем | 1 | 4 | 5 |
| Назначение, тактико-технические данные и состав парашюта Д 6 серии 4 | 5 | - | 5 |
| Парашютные комбинированные полуавтоматы и их эксплуатация. | 3 | 1 | 4 |
| Наземная подготовка на подвесной системе. | - | 20 | 20 |
| Правила передвижения по аэродрому. | 4 | - | 4 |
| Диапазон скоростей и высот при десантировании. | 2 | - | 2 |
| Словарь парашютных терминов. | 3 | - | 3 |
| Наземная подготовка в группе на макете самолетов АН 28 и АН 2 | - | 3 | 3 |
| Укладка купола парашютной системы Д 6 серии 4 | 3 | 18 | 21 |
| Особые случаи при выполнении прыжков с парашютом Д 6 серии 4 | 4 | 20 | 24 |
| Правила хранения и эксплуатации парашютов. | 2 | - | 2 |
| Паспорт парашюта | 3 | - | 3 |
| Отработка навыков приземления с трамплина | - | 6 | 6 |
| Запасная парашютная система 3-5 серии ЗП | 6 | - | 6 |
| Сборка парашюта Д 6 серии 4 в переносную сумку после прыжка | 3 | 3 | 6 |
| Сдача зачета | 2 | 6 | 8 |
| Итого | 75 | 93 | 168 |

3. ПРОГРАММА

**Вводное занятие.**

**Т.** Теоретические сведения. Инструктаж по технике безопасности.

**Парашют как средство спасения жизни**

**Т.** Первое упоминание о парашюте.Парашют, как спасательное средство первых воздухоплавателей.

 **Краткий обзор истории развития парашютизма**

 **Т.** Краткая история парашютизма в датах. Ознакомление с дисциплинами парашютного спорта.

**ВДВ - элита современной армии**

**Т.** Специфика службы, роль, история возникновения ВДВ.

**Требование к экипировке парашютиста.**

**Т.** Слагаемые безопасности. Требования к одежде, обуви, защитному шлему, перчаткам, прическе и внешнему виду начинающего парашютиста.

 **Знакомство с воздушным судном.**

**Т.** Самолеты АН-28 и АН 2 назначение и конструкция.

**П.** Знакомство с самолетом, оборудованным для выброски парашютистов.

**Основы медицинских знаний.**

**Т.** Самоконтроль и самодиагностика. Оптимальное дозирование нагрузок. Обморок. Возможные причины травм и повреждений спортсменов-парашютистов. Виды травм наиболее распространенные в парашютном спорте. Правила оповещения о необходимости медицинской помощи. Правила оказания первой помощи.

**П.** Практические занятия по правилам оказания первой помощи. Наложение шин и повязок. Транспортировка пострадавшего.

**Психология парашютиста**

**Т**. Волевые качества личности. Страх, как механизм контроля. Причины неграмотного отделения от ВС. Самоподготовка и самосовершенствование. Способы психологической подготовки к прыжкам. Роль психологической атмосферы на старте и в воздухе.

 **Практическая подготовка к прыжку.**

**Т.** Комплексы упражнений, направленные на укрепление различных групп мышц.

**П.** Совершенствование физической подготовки. Отработка отдельных элементов прыжка

**Метеоусловия для проведения парашютных прыжков.**

**Т.** Наиболее благоприятные и минимально допустимые условия прыжка. Влияние погоды на безопасность.

 **Подгонка подвесных систем**

 **Т.** Знакомство с составными частями подвесной системы. Назначение подвесной системы.

 **П.** Практическое занятие по подгонке и надеванию подвесной системы.

 **Назначение, тактико-технические данные и состав парашюта Д 6 серии 4**

 **Т.** Устройство и взаимодействие частей парашюта. Материальная часть парашюта Д 6 серии 4. Принцип работы. Технические характеристики парашютной системы Д 6 серии4. Взаимодействие частей парашютов при их работе.

 **Парашютные комбинированные полуавтоматы и их эксплуатация.**

 **Т.** Знакомство с парашютным полуавтоматом комбинированным унифицированным ППК – У. Технические характеристики. Конструкция прибора. Устройство прибора. Диапазон срабатывания прибора Взаимодействие частей прибора при его работе. Правила проверки исправности прибора Правила хранения и эксплуатации прибора. Подготовка прибора к монтажу на парашюте. Правила монтажа прибора на парашют.

 **П.** Правила хранения и эксплуатации прибора ППК – У.

 **Наземная подготовка на подвесной системе.**

 **П.** Выполнение упражнений на подвесной системе парашютистом первоначального обучения. Отработка отделения от ВС. Отработка действий в воздухе. Правила управления куполом парашюта в воздухе.

 **Правила передвижения по аэродрому.**

 **Т.** Правила передвижения по аэродрому. Правила поведения на аэродроме.

 **Диапазон скоростей и высот при десантировании.**

**Т.** Диапазон скоростей и высот для безопасного десантирования парашютистов. Воздушная среда и сопротивление воздуха. Скорость падения тела. Влияние высоты и скорости самолета на падение парашютиста. Время раскрытия парашюта и нагрузки, возникающие при раскрытии парашюта. Скорость снижения на основном, запасном парашютах и при стабилизации. Раскачивание при снижении и способы его устранения.

**Словарь парашютных терминов.**

**Т**. Ознакомление парашютистов со словарем парашютных терминов, сокращений, понятий.

**Наземная подготовка в группе на макете самолетов АН 28 и АН 2**

 **П.** Выполнение упражнений на макетах самолетов АН 28 и АН 2 в группе, имитирующее отделение парашютистов от самолета и отработка действий в воздухе.

 **Укладка купола парашютной системы Д 6 серии 4**

 **Т.** Техника безопасности при укладке парашютной системы Д 6 серии 4. Инструменты и приспособления для укладки. Подготовка к укладке. Этапы укладки. Контроль этапов укладки парашютистом.

**П.** Укладка парашютной системы Д 6 серии 4. Оформление документации на укладку парашютной системы.

**Особые случаи при выполнении прыжков с парашютом Д 6 серии 4**

**Т**. Частичные и полные отказы парашюта. Причины отказов. Правила приземления на различные препятствия. Приводнение.

**П**. Отработка действий в особых случаях на подвесной системе.

**Правила хранения и эксплуатации парашютов.**

**Т.** Правила сбережения парашютно-десантного имущества и ухода за ним. Хранение парашютов на складах и в полевых условиях. Сроки осмотра и просушки парашютов. Правила перевозки парашютов автомобильным и железнодорожным транспортом

**Паспорт парашюта**

**Т.** Правила заполнения паспорта парашютной системы

**Отработка навыков приземления с трамплина**

**П.** Отработка навыков приземления с трамплина. Сила удара при приземлении и от чего она зависит. Влияние ветра на приземление.

 **Запасная парашютная система 3-5 серии ЗП**

 **Т.** Тактико-технические данные запасной парашютной системы 3-5 серии ЗП. Назначение запасного парашюта. Основные части парашюта и их назначение. Устройство основных частей парашюта. Размеры и прочность основных частей парашюта. Взаимодействие частей парашюта при их работе.

**Сборка парашюта Д 6 серии 4 в переносную сумку после прыжка**

**Т.** Этапы сборки парашюта в переносную сумку после прыжка.

**П.** Отработка действий по сборке парашюта Д 6 серии 4 после прыжка.

**Сдача зачета**

**Т.** Краткое повторение пройденного материала. Сдача итогового зачета.

 **П.** Сдача зачета по наземной подготовке к выполнению прыжка с парашютной системой Д 6 серии 4. Сдача зачета по самостоятельной укладке парашюта.

**По окончании курса обучения обучающийся:**

 а) должен знать:

- материальную часть парашютов и страхующих приборов, их эксплуатационные ограничения;

- технику выполнения прыжка с парашютом из ВС;

 - особые случаи в воздухе и правила применения запасного парашюта;

- правила поведения на борту ВС;

 - правила поведения на аэродроме;

 - руководящие документы

б) должен уметь:

- самостоятельно укладывать парашют Д 6 серии4.

- Верно использовать и понимать предусмотренную терминологию

- правильно распознавать спортивные травмы и оказывать первую помощь, уметь контролировать собственное самочувствие.

 - высокий уровень физической и морально-волевой подготовки.

 - заполнять паспорта укладки, посадочные листы, личную парашютную книжку

- подготовить и проверить парашют к прыжкам;

в) должны отработать действия:

- по отделению от ВС в воздухе (в свободном, стабилизированном падении и под куполом парашюта);

- при отказах основного парашюта;

- при приземлении или приводнении.

- добиваться поставленных целей.

**План работы с родителями**

**№** Мероприятие сроки проведения

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 1 | Родительское собрание | Февраль-март |
| 2 | Решение возникающих проблем. Принятие к сведению пожеланий родителей. | В течение года  |
| 3 | Творческий отчет перед родителями | По итогам года |

**Методическая работа**

1. Участие в работе педсоветов и семинаров.
2. Создание методических материалов для проведения учебных занятий.
3. Проведение открытых занятий.
4. Самообразование в соответствии с личным планом.

Приложение 1. Список рекомендуемой литературы.

Гримак Л. **Психологическая подготовка парашютиста.** Под ред. полковника медицинской службы А.Е. Мазина. М.: ДОСААФ, 1966. - 126 с.

Серебренников Г. **Парашютный спорт** изд. ЦК ДОСААФ СССР 1990г

Периодическое издание «**Физическая культура в школе**»

Сайт спортивно-парашютного клуба СПК «Ирбис»

(www.spkirbis.narod.ru)

Сайт Мензелинского аэроклуба

([www.skyjump.ru](http://www.skyjump.ru))

Руководство по производству парашютных прыжков **РПП-2010** ДОСААФ России

Программа подготовки парашютистов **КПП 2003** РОСТО ДОСААФ

Программа подготовки парашютистов **СППП-2010** ДОСААФ России

Периодическое издание «**Приемы педагогической практики**»

Манфред Геллерт, Клаус Новак. **Все о командообразовании. Руководство для тренеров.**  изд. Вершина 2006г.