«**Начальная парашютная подготовка»**

Программа рассчитана на ребят 14-18 лет

Срок реализации данной программы 1 год

Воспитатель взвода воспитанников Мальцев Александр Владимирович

**Пояснительная записка**

Направление образовательной программы **– Спортивно-техническая**

**Актуальность, новизна, педагогическая целесообразность**

Всем известен тот факт, что в последнее время число молодых людей, увлекающихся экстремальными видами спорта, неуклонно растет. Растет и количество молодежи, приходящей в парашютные и аэроклубы. Проблема заключается в том, что в силу экономической ситуации, сложившейся в стране, практически все существующие аэроклубы работают на коммерческой основе и напрямую зависят от количества людей, совершающих оплачиваемые прыжки. По этой причине на подготовку человека к совершению первого прыжка с парашютом уходит около 2-3 часов, а сама подготовка ограничивается кратким инструктажем и показом действий парашютиста в том или ином случае, без должной отработки и контроля усвоения материала. В то-же время статистика парашютных происшествий показывает, что 95% травм, полученных при совершении первого прыжка с парашютом, получены из-за «недоученности» совершающего прыжок.

Актуальность данной программы дополнительного образования заключается в том, что воспитанник, прошедший курс обучения, будет уже практически готов к совершению прыжка с парашютом, так как основной упор в тематике программы делается на практическую отработку элементов прыжка. Это сделано для того, чтобы довести все действия обучаемых до автоматизма, что сведет к минимуму травматизм и обеспечит сохранность жизни и здоровья при совершении прыжков с парашютом. Так же немаловажно, что при изучении данного курса рассматриваются вопросы истории развития парашютизма и парашютостроения в нашей стране, чем достигается патриотическая составляющая.

Обучение проходит в соответствии с индивидуальными способностями и потребностями каждого подростка. Программа включает в себя комплекс занятий, направленных на гармоничное развитие индивидуальных физических и морально-волевых данных, формирование характера, коммуникативных навыков нахождения в коллективе, здорового образа жизни. Занятия данного курса должны обеспечивать условия для самоутверждения, самовыражения и самореализации в коллективе сверстников, а также развития силы воли и стремления к достижению поставленных задач.

Педагог в организации обучения использует гуманистические методы, выступая в качестве старшего товарища, всегда готового поддержать и помочь, показать собственным примером, передать свои умения, приемы и навыки.

Новизна и особенность данной программы заключается в том, что в программу введены вопросы истории развития отечественного парашютизма и патриотического воспитания подростков на героических примерах воинов-десантников. Так же увеличено количество часов и вопросов практической отработки.

Содержательной основой программы являются первоначальные знания по истории создания и развития парашютов и парашютной техники, устройстве воздушно-десантной техники, особенностях ее конструкции и эволюции. В программе предусматривается расширение кругозора учащихся, формирование устойчивого интереса к военной технике и историческим событиям.

**Цель программы:**

**-** сохранение жизни и здоровья воспитанников при совершении парашютных прыжков;

**-** воспитание разносторонней, гармонично развитой личности, гражданина-патриота, способного стать достойным и полноправным членом нашего общества;

- обеспечение занятости, заинтересованности, агитационно-воспитательной работы и пропаганды полезного и здорового образа жизни в свободное от учебы время;

- формирование навыков и умений, необходимых для совершения парашютных прыжков.

## **Задачи**

***Образовательные:***

1. Ознакомить воспитанников с историей создания парашюта и парашютных систем, историей и развитием парашютизма;

2. Изучить назначение, устройство и принцип действия составных частей и механизмов парашюта;

3. Овладеть навыками укладки парашютов, в совершении прыжка с парашютом и действий в экстремальных ситуациях при совершении прыжка с парашютом;

***Развивающие:***

1. расширить кругозор учащегося;
2. развить техническое, логическое и образное мышление;
3. развить память, творческое воображение и фантазию;
4. Развить силу, ловкость, внимание, координацию движений, быстроту реакции;
5. развитие мотивации личности воспитанника к познанию.

***Воспитательные:***

1. воспитание патриотизма;
2. воспитание чувства товарищества и взаимовыручки;
3. воспитание трудолюбия и настойчивости в достижении поставленной цели;
4. подготовка подростков к выполнению воинского долга на основе знакомства с воздушно-десантной техникой и ее боевым применением в современной Российской Армии.

**Уровень освоения программы:**

***Ознакомительный (Углубленный)*** – развитие познавательных интересов подростков, расширение кругозора, обогащение опыта общения, повышение уровня информированности в области истории создания и применения парашютов и парашютной техники, совместной образовательной деятельности.

**Условия реализации образовательной программы.**

Программа предназначена для подростков в возрасте от 14 до 18 лет.

Срок реализации программы - **1 год**

Набор в кружок осуществляется на свободной основе, по желанию подростков.

**Режим занятий:**

Программа рассчитана на 1 год обучения – 73 часа

Занятия проводятся 1-2 раза в неделю (2 часа в неделю, 73 часа в год)

Программа может корректироваться в процессе работы с учетом возможностей материальной базы, возрастных особенностей обучающихся, их способностей усваивать материал.

**Форма организации занятий:**

Занятия проводятся в группе, состоящей из 10-15 человек, но дополнительно возможны и индивидуально-групповые занятия.

**Формы учебной работы, методы и средства обучения**

Организация и проведение учебного процесса строится с учетом индивидуальных способностей обучающихся. В ходе усвоения программы учитываются темп развития специальных умений и навыков.

**Типы занятий**

Теоретические, практические, контрольно-проверочные, тренировочные, экскурсии, игровые, соревнования.

Тематика занятий строится с учетом интересов обучающихся, возможности их самовыражения. Теория закрепляется одновременно на практике.

**Уровни организации образования:**

* начальный – пробуждение интереса, закрепление интереса к теме, радость от результата деятельности.
* репродуктивный – умение профессионально повторить изученный материал.
* креативный (творческий).

Развитие творческого воображения основывается на специально организованном наблюдении действительности и ознакомлении с общественно-бытовой и материальной стороной изображаемых событий. С этой целью организовываются беседы, лекции, посещение музеев, дни «открытых дверей» в военных учебных заведениях.

Неотъемлемая часть программы – проведение праздника связанного с исторической датой. Деятельность воспитанников в подготовке праздника способствует развитию у них инициативы, коммуникативных качеств, формирует чувство ответственности, воспитывает коллектив единомышленников.

**Методы, в основе которых лежит способ организации занятия:**

**Словесные методы обучения:**

* устное изложение;
* беседа, дискуссия.

**Наглядные методы обучения:**

* показ видеоматериалов, иллюстраций – информационный;
* показ, исполнения педагогом.

**Практические методы обучения:**

* практическая отработка вопросов
* выполнение творческих работ (доклад по теме).

**Формы проведения занятий**:

* лекция, практика, тренировка, просмотр видеоматериалов, экскурсия и др.

**Ожидаемые результаты и система их диагностирования**

**По окончании обучения учащиеся должны:**

* интересоваться историей возникновения и создания парашютов и парашютной техники;
* знать назначение, состав, устройство, принцип действия частей и механизмов людских десантных парашютов;
* уметь действовать в различных ситуациях при совершении прыжка с парашютом;
* научиться использовать специальную терминологию, пользоваться методическими пособиями и литературой;
* научиться логически мыслить, делать выводы на основе изученного материала, высказывать собственную точку зрения на поставленный вопрос;

**Способы проверки результативности:**

* педагогическое наблюдение;
* устный опрос;
* самоконтроль;
* практическая отработка нормативов;
* творческие работы (доклад, сообщение, презентация);

В соответствии с учебным планом в конце каждой темы проводится контрольно- проверочное занятие в виде контрольного опроса или практической отработки нормативов, на котором выясняется степень овладения учащимися материалом.

**Формы итогового контроля**:

открытое занятие; представление докладов (презентаций).

**Методические указания**

*Основным методом изучения теоретических вопросов является рассказ с показом на материальной части и демонстрацией наглядных пособий, с широким использованием технических средств обучения.*

*Продолжительность занятия устанавливается, исходя из поставленных целей, и составляет 2 часа.*

*Изучение теоретического курса необходимо увязывать с последующей отработкой практических вопросов.*

*Изучение практических вопросов основывается на принципе: «РАССКАЗ-ПОКАЗ-ТРЕНИРОВКА».*

*На практических занятиях основными методами обучения является показ и практическое выполнение. Показ сопровождается объяснением.*

*Самостоятельная подготовка учащихся проводится на основе индивидуальных заданий. В ходе самоподготовки даются консультации по наиболее трудным вопросам программы.*

*На всех занятиях у учащихся воспитывается бережное отношение к материальной базе, оборудованию и инструменту, расходованию запасных частей и материалов.*

*На занятиях должны соблюдаться требования безопасности.*

**УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ПРОГРАММЫ**

**«Начальная парашютная подготовка»**

**73 часа в год**

**(1 год обучения. 2 часа в неделю)**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Тема** | **Кол-во часов** | **В том числе** | |
| **Теория** | **Практические занятия** |
|  | Общие положения требований безопасности | **2** | **2** | **-** |
|  | **Тема№1:** История создания и развития парашюта и парашютной техники | **4** | **4** | **-** |
|  | **Тема№2:** Назначение, общее устройство и принцип действия людских десантных парашютов | **6** | **6** | **-** |
|  | **Тема№3:** Порядок и правила укладки парашютной системы Д-6 | **7** | **2** | **5** |
|  | **Тема№4:** Порядок и правила укладки парашютной системы З-5 | **7** | **2** | **5** |
|  | **Тема№5:** Наземная отработка элементов прыжка с парашютом | **40** | **12** | **28** |
|  | Обобщающие занятия | **6** | **6** | **-** |
|  | Итоговое занятие | **1** | **1** | **-** |
|  | **ИТОГО:** | **73** | **33** | **40** |

**СОДЕРЖАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ**

**Вводное занятие. Общие положения требований безопасности.**

**2 часа**. *Теоретическое.* Требования безопасности при проведении занятий по парашютной подготовке. Требования безопасности при совершении прыжка с парашютом. Правила пожарной безопасности, электробезопасности и охраны труда. Порядок использования противопожарного оборудования. Предупреждение травм.

**ТЕМА 1. История создания и развития парашюта и парашютной техники.**

**Занятие 1 – 2 часа.** *Теоретическое.* История парашюта и парашютизма: «От Да Винчи до Котельникова». Развитие ранцевых парашютов. Типы современных парашютов.

**Занятие 2 – 2 часа.** *Теоретическое.* История создания и становления воздушно-десантных войск. Типы парашютов и парашютной техники, применяемые в ВДВ.

**ТЕМА 2. Назначение, общее устройство и принцип действия людских десантных парашютов.**

**Занятие 1 – 2 часа.** *Теоретическое.* Назначение, общее устройство и принцип действия основных частей и механизмов парашютной системы Д-6.

**Занятие 2 – 2 часа.** *Теоретическое.* Назначение, общее устройство и принцип действия основных частей и механизмов парашютной системы З-5.

**Занятие 3 – 2 часа.** *Контрольно-проверочное.* Назначение, общее устройство и принцип действия основных частей и механизмов парашютных систем Д-6 и З-5.

**ТЕМА 3. Порядок и правила укладки парашютной системы Д-6.**

**Занятие 1 – 2 часа.** *Теоретическое.* Подготовка рабочего места для укладки парашютов. Правила укладки и контроля. Правила осмотра ПС перед укладкой. Этапы укладки. Правила надевания и подгонки парашютов. Подготовка ПС к прыжку. Сборка парашюта после прыжка. Переноска и перевозка парашютов. Оформление документации на парашюты.

**Занятие 2 – 4 часа.** *Практическое.* Подготовка рабочего места для укладки парашютов. Правила укладки и контроля. Правила осмотра ПС перед укладкой. Этапы укладки. Правила надевания и подгонки парашютов. Подготовка ПС к прыжку. Сборка парашюта после прыжка. Переноска и перевозка парашютов. Оформление документации на парашюты.

**Занятие 3 – 3 часа.** *Контрольно-проверочное.* Подготовка рабочего места для укладки парашютов. Правила укладки и контроля. Правила осмотра ПС перед укладкой. Этапы укладки. Правила надевания и подгонки парашютов. Подготовка ПС к прыжку. Сборка парашюта после прыжка. Переноска и перевозка парашютов. Оформление документации на парашюты.

**ТЕМА 4. Порядок и правила укладки парашютной системы З-5.**

**Занятие 1 – 2 часа.** *Теоретическое.* Подготовка рабочего места для укладки парашютов. Правила укладки и контроля. Правила осмотра ПС перед укладкой. Этапы укладки. Правила надевания и подгонки парашютов. Подготовка ПС к прыжку. Сборка парашюта после прыжка. Переноска и перевозка парашютов. Оформление документации на парашюты.

**Занятие 2 – 4 часа.** *Практическое.* Подготовка рабочего места для укладки парашютов. Правила укладки и контроля. Правила осмотра ПС перед укладкой. Этапы укладки. Правила надевания и подгонки парашютов. Подготовка ПС к прыжку. Сборка парашюта после прыжка. Переноска и перевозка парашютов. Оформление документации на парашюты.

**Занятие 3 – 3 часа.** *Контрольно-проверочное.* Подготовка рабочего места для укладки парашютов. Правила укладки и контроля. Правила осмотра ПС перед укладкой. Этапы укладки. Правила надевания и подгонки парашютов. Подготовка ПС к прыжку. Сборка парашюта после прыжка. Переноска и перевозка парашютов. Оформление документации на парашюты.

**ТЕМА 5. Наземная отработка элементов прыжка с парашютом.**

**Занятие 1 – 2 часа.** *Теоретическое.* Требования безопасности и правила поведения на борту самолета (вертолета) перед совершением прыжка. Порядок отделения от самолета, комплекс действий парашютиста при отделении от самолета (вертолета) до момента раскрытия основного парашюта.

**Занятие 2 – 4 часа.** *Практическое.* Тренировка в отделении от самолета, отработка комплекса действий парашютиста при выполнении прыжка с парашютом на макете ЛА.

**Занятие 3 – 2 часа.** *Теоретическое.* Порядок действий парашютиста в воздухе при выполнении прыжка со стабилизацией падения после раскрытия купола основного парашюта. Действия парашютиста в случае перехлеста, схождения, влета в стропы или опускании на купол другого парашютиста.

**Занятие 4 – 4 часа.** *Практическое.* Отработка действий парашютиста в воздухе при выполнении прыжка со стабилизацией падения после раскрытия купола основного парашюта. Отработка действий парашютиста в случае перехлеста, схождения, влета в стропы или опускании на купол другого парашютиста.

**Занятие 5 – 2 часа.** *Теоретическое.* Порядок действий в аварийных ситуациях, правила пользования запасным парашютом.

**Занятие 6 – 4 часа.** *Практическое.* Отработка действий в аварийных ситуациях. Тренировка в использовании запасного парашюта при полном и частичном отказе основного парашюта.

**Занятие 7 – 2 часа.** *Теоретическое.* Порядок действий парашютиста при приземлении.

**Занятие 8 – 4 часа.** *Практическое.* Отработка действий парашютиста при приземлении. Тренировка на трамплине и голеностопе.

**Занятие 9 – 2 часа.** *Теоретическое.* Порядок действий парашютиста при приземлении на здание, лес, линию электропередач и при приводнении.

**Занятие 10 – 4 часа.** *Практическое.* Отработка действий парашютиста при приземлении на здание, лес, линию электропередач и при приводнении.

**Занятие 11 – 2 часа.** *Теоретическое.* Порядок действий парашютиста при приземлении в сильный ветер. Порядок укладки парашюта для транспортировки после совершения прыжка.

**Занятие 12 – 4 часа.** *Практическое.* Отработка действий парашютиста при приземлении в сильный ветер. Тренировка в укладке парашюта для транспортировки после совершения прыжка.

**Занятие 13 – 4 часа.** *Контрольно-проверочное.* Наземная отработка элементов прыжка с парашютом.

**Обобщающее занятие.**

**Занятие 1 – 6 часов.** Экскурсия*.* Посещение аэроклуба. Наблюдение за работой парашютной системы и действиями парашютистов при совершении прыжков.

**Итоговое занятие**

**Занятие 1 – 1 час**. Открытое занятие, подведение итогов обучения.

**МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКАЯ БАЗА**

**Для реализации данной программы необходимо:**

- Теоретические занятия проводятся в учебном классе (занятия по темам №3 и №4 проводятся в спортивном зале).

- Практические занятия по теме №5 проводятся на спортивном городке, оборудованном перекладинами.

В качестве наглядного пособия в классе должны быть:

- Иллюстративный материал (портреты, фотографии, плакаты по парашютному спорту и воздушно-десантной подготовке);

- Компьютер и видеопроектор;

- Телевизор;

- DVD-проигрыватель;

- DVD диски с фильмами;

- Учебные парашютные системы Д-6, З-5;

- Макеты парашютов и подвесных систем;

- Учебная литература по предмету (см. библиография для учащихся и педагога).

**Литература для педагога**

**Литература для обучающихся**