



Министерство образования Иркутской области
Государственное общеобразовательное бюджетное учреждение
Иркутской области – кадетская школа-интернат
«УСОЛЬСКИЙ ГВАРДЕЙСКИЙ КАДЕТСКИЙ КОРПУС»
(ГОБУ УГКК)



Рассмотрена на
педагогическом совете
Протокол №5 от 10.01.2025г.

Утверждаю
И.о. директора ГОБУ УГКК
Корсаков А.Н. Бондарчук
Приказ от 10.01.2025 года №3

Дополнительная общеразвивающая программа «Воздушно-десантная подготовка»

Направленность: физкультурно спортивная
Возраст обучающихся: 14-18 лет
Срок реализации: 1 год
Количество часов: 204

Составитель: Еропов Борис Александрович,
педагог дополнительного образования

г. Усолье – Сибирское, 2025 г.

ОГЛАВЛЕНИЕ

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА	3
2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ.....	5
3. МЕТОДИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ.....	7
4. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ	9
5. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ	12
Приложение 1 Вопросы на теоретический экзамен по основам ВДП	14
Приложение 2 Нормативы укладки парашютных систем Д-6 серии 4 и Д-1016	

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа «Воздушно-десантная подготовка» - дополнительная общеобразовательная программа **физкультурно-спортивной направленности**.

Воздушно-десантная подготовка является одной из ведущих дисциплин боевой подготовки Воздушно-десантных войск и важной составляющей мастерства десантника. Она имеет целью обеспечить постоянную готовность личного состава и боевой техники к десантированию войск в тыл противника для выполнения боевых задач. Основная задача воздушно-десантной подготовки в Армии – обучить личный состав умелому выполнению прыжков с парашютом из военно-транспортных самолетов и вертолётов с полной боевой выкладкой, днем и ночью, в простых и сложных метеорологических условиях, в различное время года и на различную местность, а также быстро готовить боевую технику и грузы для десантирования парашютным способом.

Воздушно-десантная подготовка преподаётся с целью подготовки молодых людей к службе в Воздушно-десантных войсках или подразделениях специального назначения, а также поступления в военно-учебные заведения по данному профилю. Важнейшим результатом подготовки является воспитание волевых качеств кадет – его способности в ответственный момент преодолеть свой страх и выполнить поставленную задачу. Умение совладать с эмоциями и преодолеть боязнь – это то качество, которое бесспорно пригодится в жизни любому человеку, вне зависимости изберёт он профессию военного или же найдёт себя в гражданской специальности.

1.1 Цель и задачи программы

Цель программы – морально-волевая закалка и психологическая подготовка к стрессовым ситуациям.

Основными *задачами* программы являются:

- Воспитание морально-волевых качеств и личностное развитие обучающихся;
- Развитие мелкой моторики и памяти обучающихся;
- Пропаганда спорта и здорового образа жизни.

1.2. Актуальность, педагогическая целесообразность программы:

При занятиях по ВДП вырабатываются такие волевые качества, как целеустремлённость, настойчивость, выдержка, самообладание. ВДП развивает память, способствует развитию вестибулярного аппарата, зрительного анализатора, ассоциативного мышления. Прыжки с парашютом развивают устойчивость к стрессовым ситуациям, контроль над эмоциями. ВДП является одной из наиболее эффективных оздоровительных технологий, способствующих формированию здорового образа жизни у подрастающего поколения.

Оригинальность данной образовательной программы от других программ по ВДП заключается в том, что подготовка выстроена в виде отдельных блоков, после каждого блока проводится контрольная работа или зачёт. В ходе подготовки, важны индивидуальные навыки всех обучающихся

Достижение поставленных задач обеспечивается:

- систематической отработкой учебной программы;
- высоким уровнем методической подготовки и качественным проведением занятий с обучающимися;
- надлежащей подготовкой учебно-материальной базы, с использованием современных форм, методов и средств обучения;
- обеспечением должного качества и контроля за ходом выполнения учебной программы.

Срок реализации программы и режим занятий рассчитан на 1 год теоретических и практических занятий и ориентирован на обучающихся от 14 до 18 лет. Количество обучающихся в группе – 20-25 человек (в группе могут быть дети разного возраста). Срок обучения на курсе составляет 34 недели при недельной нагрузке 6 часов (три занятия по 2 часа с 10- минутным перерывом). Общий объём программы составляет 204 часа.

Эффективность обучения и воспитания достигается использованием в программе различных форм, включающих теоретические и практические знания.

2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

История парашютного спорта; Парашютный спорт в; Общие сведения о парашютных системах Д-6 серии 4 и Д-10; Материальная часть Д-6 серии 4; Укладка парашютной системы Д-6 серии 4»; Полевая сборка парашютной системы после приземления; Распутывание парашютной системы после неправильной сборки; Отличия укладки парашютной системы Д-10 от Д-6 серии 4; Укладка парашютной системы Д-10; Наземная отработка прыжка и действия парашютиста в нештатных ситуациях; Материальная часть и укладка запасного парашюта 3-5; Монтаж АК-74М, РД-54 и ГК-30 к парашютной системе; Контрольные работы по пройденным темам; Зачёт.

2.1. Формы проведения занятий.

Теоретические занятия проводятся в кабинете Воздушно-десантной подготовки. Занятия проходят в форме лекций, обучающиеся ведут конспект в тетради.

Занятия по укладке парашютных систем проходят в помещении, подходящем по размерам, например спортивный зал. Преподаватель показывает правильное выполнение каждого этапа укладки, после, обучающиеся в парах укладывают парашютные системы.

Занятия по наземной отработке прыжка и на правильность приземления проходят на улице на территории воздушно-десантного комплекса. Преподаватель показывает, как правильно выполнять отдельные элементы и контролирует правильность выполнения задания обучающимися.

2.2. Планируемые результаты работы по программе

Предметные:

- знать историю создания и развития парашютизма;
- знать дисциплины парашютного спорта;
- знать принцип работы парашютных систем Д-6 серии 4 и Д-10;
- знать принцип работы запасных парашютов 3-5 и 3-6П;
- уметь самостоятельно укладывать парашютные системы Д-6 серии 4 и Д-10;
- знать правила эксплуатации и хранения людских парашютных систем;

- знать правила обслуживания парашютных приборов;
- знать устройство и составные части частей парашютных систем Д-6 серии 4 и Д-10;
- уметь производить укладку запасных парашютных систем З-5 и З-6П;
- уметь производить полевую сборку парашюта после приземления;
- знать порядок размещения в самолёте АН-2 при совершении прыжков с парашютом;
- уметь правильно группироваться при приземлении;
- уметь правильно и быстро действовать при возникновении нештатных ситуаций при совершении парашютных прыжков;
- уметь правильно отделяться от самолёта;
- уметь монтировать на парашютную систему грузовой контейнер ГК-30 и автомат Калашникова.

Метапредметные:

- развить физическую силу и выносливость при проведении тренировок приземления и наземной отработки прыжка.

Личностные:

- развитие силы воли, выдержки и смелости при совершении прыжков с парашютом.

3. МЕТОДИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

3.1. Учебный план по Воздушно-десантной подготовке

Название темы	Теория	Практика
История парашютного спорта	4	0
Парашютный спорт	4	0
Общие сведения о парашютных системах Д-6 серии 4 и Д-10	4	0
Материальная часть Д-6 серии 4	4	0
Укладка парашютной системы Д-6 серии 4»	0	60
Полевая сборка парашютной системы после приземления	0	6
Распутывание парашютной системы после неправильной сборки	0	10
Отличия укладки парашютной системы Д-10 от Д-6 серии 4	2	2
Укладка парашютной системы Д-10	0	42
Наземная отработка прыжка и действия парашютиста в нештатных ситуациях	0	24
Материальная часть и укладка запасного парашюта 3-5	2	6
Монтаж АК-74М, РД-54 и ГК-30 к парашютной системе	0	4
Контрольные работы по пройденным темам	10	0
Зачёт	10	10
Количество часов (теория\практика)	40	164
Общее количество часов	204	

3.2. Календарный учебный график

	Сентябрь				Октябрь				Ноябрь				Декабрь				Январь				Февраль				Март				Апрель				Май			
Недели	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36
Часы	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	0	0

4. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ

4.1. Методические материалы и рекомендации

После проведения каждого блока лекций по изучению технико-эксплуатационных характеристик и правил укладки парашютных систем обучающиеся выполняют контрольную работу, за которую преподаватель выставляет оценку по пятибалльной системе.

Укладка парашютов производится на время, при этом время каждого последующего занятия уменьшается (Приложение 2).

Дисциплина Воздушно-десантная подготовка для получения обучающимся допуска к совершению прыжка с парашютом предполагает успешную сдачу четырёх экзаменов:

1. Укладка парашютных систем
2. Правильность приземления
3. Наземная отработка прыжка и действия парашютиста в особых случаях
4. Теоретические основы воздушно-десантной подготовки

Под успешной сдачей экзамена понимается получение оценки «хорошо» и «отлично». Обучающиеся не сумевшие получить допуск до прыжка из-за оценок могут получить его только после пересдачи экзаменов.

Пересдача любого экзамена не может быть проведена в тот же день, что и экзамен.

4.2. Оценочные материалы

Зачёт по воздушно-десантной подготовке выводится из 4 оценок:

- экзамена по укладке парашютных систем,
- экзамена на правильность приземления при прыжках с трамплина,
- экзамена на правильность отработки в стапеле действий парашютиста в воздухе,
- экзамена на знание теории.

Вопросы для теоретического экзамена представлены в Приложении 1.

Нормативы укладки парашютных систем представлены в Приложении 2

Порядок проведения экзамена по укладке парашютных систем.

После проведения всех занятий по укладке парашютных систем проводится экзамен по укладке, на котором обучающиеся должны уложиться в норматив 60 минут и при этом каждая ошибка, замеченная преподавателем на этапе укладки или при проверке этапов, оценивается как минус один балл к итоговой оценке. обучающиеся, совершившие критическую ошибку – то есть ошибку, которая приведёт к полному или частичному отказу парашютной системы, получают оценку «не удовлетворительно». Обучающиеся, уложившиеся в норматив и получившие оценку «хорошо» и «отлично» продолжают изучение дисциплины, остальные готовятся к передаче экзамена.

Порядок проведения экзамена на правильность приземления.

Параллельно с укладкой парашютных систем преподаватель проводит занятия по тренировке голеностопа и отработыванию правильности приземления. По завершении всех занятий проводится экзамен на правильность приземления, при котором обучающиеся, при надетой учебной подвесной системе, выполняют прыжки с трамплина высотой 2 метра. Каждый обучающийся должен совершить прыжки с трамплина в четырёх положениях: лицом вперёд, левым боком, правым боком, спиной вперёд. При этом между ступнями и коленями он зажимает укладочную линейку и, если при приземлении выпадает одна линейка, обучающийся получает оценку «хорошо» по данному положению; если выпадают обе линейки – оценку «удовлетворительно». Если обучающийся в момент приземления завалился вперёд или встал на колени, или же выставил руки или локти, либо приземлился не на всю ступню сразу, а сначала на носки или пятки – то обучающийся также получает минус балл к оценке по приземлению в данном положении. Таким образом каждый обучающийся получает 4 оценки, из которых выводится общая оценка. Если результат получился спорным, то оценка округляется в меньшую сторону. При приземлении на оценку «удовлетворительно» и ниже из любого положения результатом экзамена считается также оценка «удовлетворительно».

Порядок проведения экзамена по наземной отработке прыжка и действиям парашютиста в нештатных ситуациях.

Экзамен по наземной отработке прыжка и действиям парашютиста в особых случаях обучающийся сдаёт в стапеле. Преподаватель подаёт команды всевозможных особых случаев (не менее 8) и обучающийся должен продемонстрировать чёткость и правильность их выполнения. Преподаватель выставляет оценку «отлично» - обучающийся быстро реагирует на команду, чётко проговаривает речёвку, полностью натягивает свободные концы, легко подсаживается в подвесную систему. Оценку «хорошо» получает обучающийся, выполняющие все действия правильно, но имеющий незначительные ошибки. Оценку «удовлетворительно» получает обучающийся, допустивший значительную ошибку. Оценку «не удовлетворительно» получает обучающийся, допустивший критическую ошибку, либо не сумевший подсесть в подвесную систему, либо ответивший неправильно на любую из данных преподавателем команд.

Порядок проведения экзамена на знание теоретических основ ВДП.

Экзамен на знание теоретических основ ВДП проводится по билетам, вопросы которых представлены в Приложении 1. Перед экзаменом проводится консультация, на которой преподаватель производит разбор и объяснение вопросов, включённых в билеты, а также выдаёт список этих вопросов для подготовки дома. Экзамен проводится в аудитории. Непосредственно перед экзаменом проводится построение, на котором преподаватель напоминает правила приёма экзамена. С собой у каждого обучающегося из предметов допускается иметь только шариковую ручку. Экзаменуемые вытягивают билет и рассаживаются за парты. Преподаватель даёт 15 минут и по истечении времени приглашает обучающегося. Преподаватель оценивает полноту и правильность данных ответов по каждому из вопросов билета, где оценка:

- «отлично» выставляется при полном и чётком ответе на все вопросы билета,
- «хорошо» выставляется если обучающийся ответил правильно на все вопросы билета, но имеет неточности в формулировках ответов,

- «удовлетворительно» выставляется если обучающийся допустил ошибки при ответе, а также имеются вопросы, на которые обучающийся не знает ответа. Преподаватель ВДП вправе освободить от экзамена обучающегося, и выставить ему оценку «отлично», если все контрольные работы сданы также на оценку «отлично».

5. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Правила вида спорта "Парашютный спорт" от 05.12.2017 № 1047 // Минспорта России. – 2023
2. Руководство "По парашютной подготовке авиации ДОСААФ России (РПП-2010)" от 08.06.2010 № 92 // ДОСААФ России. – 2024
3. Система парашютная десантная Д-6 серии 4 // Aviatrus URL: https://aviatus.ru/parachuting/parachutes/d_6/ (дата обращения: 18.12.2024).
4. Десантный парашют Д-10 // Aviatrus URL: <https://aviatus.ru/parachuting/parachutes/d10/> (дата обращения: 18.12.2024).
5. Запасная парашютная система З-5 // Aviatrus URL: <https://aviatus.ru/parachuting/parachutes/z-5/> (дата обращения: 18.12.2024).
6. Парашютная система запасная З-6П // Aviatrus URL: https://aviatus.ru/parachuting/parachutes/z_6p/ (дата обращения: 18.12.2024).
7. АФФ — ускоренное обучение свободному падению // Aviatrus URL: <https://aviatus.ru/parachuting/training/aff/> (дата обращения: 18.12.2024).
8. Классическая программа обучения парашютизму // Aviatrus URL: <https://aviatus.ru/parachuting/training/classic/> (дата обращения: 18.12.2024).
9. Спортивные категории парашютистов // Aviatrus URL: https://aviatus.ru/parachuting/training/categories_fai/ (дата обращения: 18.12.2024).
10. Первый прыжок с парашютом // Aviatrus URL: https://aviatus.ru/parachuting/first_jump/ (дата обращения: 18.12.2024).
11. Сборник программ по парашютной подготовке авиации ДОСААФ России (СПП-2010) // Aviatrus URL: https://aviatus.ru/legislation/spp_2010/ (дата обращения: 18.12.2024).

12. Выпуск #83 шпаргалка по укладке // Aviatus URL:

<https://aviatus.ru/digest/83/> (дата обращения: 18.12.2024).

13. Парашюты типа «Крыло» // Aviatus URL:

<https://aviatus.ru/parachuting/parachutes/wing/> (дата обращения: 18.12.2024).

Вопросы на теоретический экзамен по основам ВДП

1. Эскиз Леонардо да Винчи. Парашют профессора де Фонтажа.
2. Парашют Ленормана. Парашют Жан-Пьера Бланшара.
3. Семья Гарнерен.
4. Братья Древницкие.
5. Г. Е. Котельников.
6. Осоавиахим.
7. Другое применение парашютов.
8. Парашютный спорт.
9. Рекорды в парашютном спорте.
10. Что такое парашют и парашютная система?
11. Способы управления парашютом в воздухе.
12. Порядок размещения и действия десантника-парашютиста в самолёте АН-2.
13. Последовательность работы частей Д-6 серии 4 после отделения от самолёта.
14. Полевая сборка парашютной системы после приземления.
15. Назначение парашютной системы Д-6 серии 4.
16. Техничко-эксплуатационные характеристики Д-6 серии 4.
17. Части парашютной системы Д-6 серии 4.
18. Предназначение камеры стабилизирующей системы и её основные части.
19. Предназначение стабилизирующей системы и её основные части.
20. Предназначение камеры основного парашюта и её основные части.
21. Предназначение основного парашюта и его основные части.
22. Предназначение подвесной системы и её основные части.
23. Предназначение ранца и его основные части.
24. Предназначение двухконусного замка и его основные части.
25. Предназначение звена ручного раскрытия и его основные части.
26. Предназначение, устройство парашютных приборов, используемых с парашютной системой Д-6 серии 4 и Д-10.
27. Техничко-эксплуатационные характеристики парашютных приборов, используемых с парашютной системой Д-6 серии 4 и Д-10.
28. Предназначение парашютной сумки и её основные части.
29. Предназначение паспорта и какие сведения в него вносятся.
30. Комплект укладочных принадлежностей и расходных вспомогательных деталей.
31. Первый этап укладки Д-6 серии 4: название этапа, его элементы, положение для контроля.
32. Второй этап укладки Д-6 серии 4: название этапа, его элементы, положение для контроля.
33. Третий этап укладки Д-6 серии 4: название этапа, его элементы, положение для контроля.
34. Четвёртый этап укладки Д-6 серии 4: название этапа, его элементы, положение для контроля.
35. Пятый этап укладки Д-6 серии 4: название этапа, его элементы, положение для контроля.
36. Шестой этап укладки Д-6 серии 4: название этапа, его элементы, положение для контроля.
37. Отличия технико-эксплуатационных характеристик Д-10 от Д-6 серии 4.
38. Отличия устройства парашютной системы Д-10 от Д-6 серии 4
39. Отличия укладки парашютной системы Д-10 от Д-6 серии 4
40. Назначение и технико-эксплуатационные характеристики запасного парашюта 3-5
41. Части парашютной системы и их назначение.

42. Первый этап укладки запасного парашюта З-5: название этапа, его элементы, положение для контроля.
43. Второй этап укладки запасного парашюта З-5: название этапа, его элементы, положение для контроля.
44. Третий этап укладки запасного парашюта З-5: название этапа, его элементы, положение для контроля.
45. Четвёртый этап укладки запасного парашюта З-5: название этапа, его элементы, положение для контроля.
46. Пятый этап укладки запасного парашюта З-5: название этапа, его элементы, положение для контроля.
47. Предназначение полюсного отверстия.
48. Предназначение и устройство расчехловочного устройства.

Нормативы укладки парашютных систем Д-6 серии 4 и Д-10

	Норматив №1 (180 мин)		Норматив №2 (150 мин)		Норматив №3 (120 мин)	
	Начало этапа	Время на этап	Начало этапа	Время на этап	Начало этапа	Время на этап
1 этап	0	15	0	13	0	10
Контроль	15	5	13	4	10	3
2 этап	20	20	17	17	13	15
Контроль	40	5	34	4	28	3
3 этап	45	40	38	33	31	25
Контроль	1:25	5	1:11	4	56	3
4 этап	1:30	20	1:15	17	59	15
Контроль	1:50	5	1:32	4	1:14	3
5 этап 1 ч.	1:55	20	1:36	17	1:17	15
Пром. конт.	2:15	5	1:53	4	1:32	3
5 этап 2 ч.	2:20	25	1:57	20	1:35	15
6 этап	2:45	15	1:17	13	1:50	10
Построение	3:00		2:30		2:00	

	Норматив №4 (90 мин)		Норматив №5 (60 мин)	
	Начало этапа	Время на этап	Начало этапа	Время на этап
1 этап	0	8	0	5
Контроль	8	3	5	2
2 этап	11	12	7	7
Контроль	23	3	14	2
3 этап	26	15	16	10
Контроль	41	3	26	2
4 этап	44	10	28	7
Контроль	54	3	35	2
5 этап 1 ч.	57	10	37	7
Пром. конт.	1:07	3	44	2
5 этап 2 ч.	1:10	10	46	7
6 этап	1:20	10	53	7
Построение	1:30		1:00	