

## **Рабочая программа «Рыболовный спорт»**

Срок реализации – 1 год

### **1. Планируемые результаты освоения программы**

#### **Предметные**

В результате обучения обучающиеся:

- познакомятся с избранным видом спорта;
- познакомятся с родным краем;
- научатся базовым вариантам подготовки рыболовных снастей в ловле на мормышку со льда, в ловле поплавочной удочкой и в ловле спиннингом с берега;
- научатся использовать базовые приёмы техники и тактики спортивной ловли рыбы на мормышку со льда и на поплавочную удочку.

#### **Метапредметные**

В результате обучения обучающиеся:

- сформируется интерес к занятиям физической культурой средствами избранного вида спорта;
- овладеют навыками спортивного рыболовства и культурной рыбалки;
- научатся соблюдать правила любительского и спортивного рыболовства на соревнованиях и при любительской самостоятельной рыбалке.

#### **Личностные**

В результате обучения обучающиеся:

- улучшат мелкую моторику рук, общее физическое состояние организма;
- познакомятся с навыками психологической подготовки к соревнованиям;
- улучшат коммуникативные способности.

### **2. Содержание общеразвивающей программы**

#### **1. Введение (2 часа)**

Теория. Знакомство с планом работы клуба «Рыболовный спорт».

Правила поведения. Заполнение анкеты. Правила вида спорта «Рыболовный спорт».

#### **2. Краеведение (4 часа)**

##### **2.1. Наши реки и водоемы**

Теория. Реки и водоемы города Нижний Тагил и пригородов.

##### **2.2. Региональные правила любительского рыболовства Свердловской области.**

Теория. Региональные правила любительского рыболовства Свердловской области.

Категории водоёмов. Права и обязанности рыболовов. Охрана рыбных запасов. Красная книга. Режим любительского и спортивного рыболовства: запреты на лов рыбы, мера веса и размера на рыбу. Любительские и спортивные снасти (удочка, спиннинг, донка и пр.). Браконьерские снасти (электроудочка, сеть, перемёт, багрилка и пр.).

#### **3. Физическая подготовка рыбака-спортсмена (4 часа)**

Теория. Общая и физическая подготовка начинающего рыболова-спортсмена.

Практика. Закрепление видов упражнения для разминки.

#### **4. Ихтиология (10 часов)**

4.1. Основы ихтиологии. Поведение рыбы в разные сезоны года.

Теория. Хищные и мирные виды рыб. Образ жизни и повадки рыб, встречающихся в реках и водоемах Нижнего Тагила и его окрестностей. Питание рыб. Органы чувств (вкуса, обоняния, зрения и слуха) у рыб. Поведение рыбы весной, летом, осенью и зимой.

4.2. Общий обзор основных летних видов спортивного рыболовства.

Теория. Ловля рыбы летней поплавочной удочкой. Ловля удочкой методом квивертеп (фидер). Ловля на спиннинг. Карпфишинг.

Практика. Знакомство со снастями и их разнообразием.

4.3. Общий обзор основных зимних видов спортивного рыболовства.

Теория. Ловля рыбы на мормышку со льда. Ловля рыбы на блесну со льда.

Практика. Знакомство со снастями и их разнообразием.

#### **5. Тактика и техника ловли рыбы (34 часа)**

5.1. Тактика и техника в дисциплине «Ловля на мормышку со льда»

Теория. Техника безопасности при обращении с буром. Техника безопасности при перемещении по льду. Применяемые удочки, катушки, лески, кивки, мормышки. Определение рельефа дна. Прикармливание. Способы привязывания приманок. Отцеп. Тактика и техника. Виды проводок.

Практика. Отработка перевязывания приманок. Отработка техники и тактики лова. Упражнения «Карусель», «Двойка», «Дорожка», «Бурим-ловим».

5.2. Тактика и техника в дисциплине «Ловля поплавочной удочкой».

Теория. Типы удочек. Оснащение. Огрузка поплавков, их виды. Подготовка поводков. Подбор крючков. Выбор места лова. Подготовка инвентаря. Ловля с предельно-дальней дистанции. Определение бровок на водоёме. Способы лова на течении и в стоячей воде. Прикормка и насадка. Вываживание.

Практика. Отработка подготовки поводков. Отработка техники и тактики лова рыбы.

5.3. Тактика и техника в дисциплине «Ловля спиннингом с берега».

Теория. Применяемые спиннинги и катушки. Выбор моно- или плетёной лески в зависимости от способа ловли рыбы. Ловля на колеблющиеся блёсны. Ловля на вращающиеся блёсны. Ультралайтовая ловля рыбы на лёгкие блёсны. Проводка блесны. Ловля на виброхвосты. Ловля на твистеры. Ловля на слаги. Определение бровок и перепадов глубин. Ловля рыбы на микро-джиг и нано-джиг. Виды проводок. Привязывание воблера. Ловля плавающими, суспендерами и тонущими воблерами. Виды проводок. Вываживание.

Практика. Отработка перевязывания приманок. Отработка дальности и точности заброса. Отработка техники и тактики лова рыбы.

#### **6. Участие в соревнованиях (8 часов)**

Теория. Снаряжение и техника безопасности рыболова-спортсмена. Перечень личного снаряжения для занятия спортивной рыбной ловлей. Назначение и устройство рыболовных снастей и принадлежностей. Правила размещения предметов в рыболовной сумке или рюкзаке. Одежда и инвентарь для летних и зимних соревнований. Соблюдение дисциплины во время соревнований. Меры безопасности у воды и на воде при проведении соревнований.

Практика. Знакомство со снаряжениями. Участие в соревнованиях.

## 7. Подведение итогов (2 часа)

Практика. Презентация личных «Дневников рыбака»

### 3. Тематическое планирование

п/п №	Разделы, темы	Количество часов		
		всего	теория	практика
<b>1</b>	<b>Введение.</b> Правила вида спорта «Рыболовный спорт»	<b>2</b>	<b>2</b>	-
<b>2</b>	<b>Краеведение</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	-
2.1	Наши реки и водоемы	2	2	-
2.2	Региональные правила любительского рыболовства Свердловской области. Разрешённые и запрещённые законом рыболовные снасти	2	2	-
<b>3</b>	<b>Физическая подготовка рыбака-спортсмена</b>	<b>4</b>	<b>1</b>	<b>3</b>
<b>4</b>	<b>Ихтиология</b>	<b>10</b>	<b>6</b>	<b>4</b>
4.1	Основы ихтиологии. Поведение рыбы в разные сезоны года	2	2	-
4.2	Общий обзор летних видов рыбной ловли	4	2	2
4.3	Общий обзор зимних видов рыбной ловли	4	2	2
<b>5</b>	<b>Тактика и техника ловли рыбы</b>	<b>34</b>	<b>6</b>	<b>28</b>
5.1	Тактика и техника в дисциплине «Ловля на мормышку со льда»	12	2	10
5.2	Тактика и техника в дисциплине «Ловля поплавочной удочкой»	12	2	10
5.3	Тактика и техника в дисциплине «Ловля спиннингом с берега»	10	2	8
<b>6</b>	<b>Участие в соревнованиях</b>	<b>8</b>	<b>2</b>	<b>6</b>
<b>7</b>	<b>Подведение итогов</b>	<b>2</b>	-	<b>2</b>
<b>Итого</b>		<b>64</b>	<b>21</b>	<b>43</b>