Министерство образования Белгородской области
Государственное автономное учреждение дополнительного образования
«Белгородский областной Центр детского и юношеского туризма и экскурсий»

Принята на заседании
педагогического совета
от 31 августа 2023 г.
Протокол № 01

Утверждаю:
Директор ГАУДО «Белгородский
областной Центр детского и
юношеского туризма и экскурсий»
_____ В.А. Ченцов
«31» августа 2023 г. № 223

Рабочая программа
объединения физкультурно-спортивной направленности
«Спортивное ориентирование»

на 2023-2024 учебный год

Составитель:
Мерзликин Олег Иванович,
педагог дополнительного образования

г. Белгород, 2023.

Пояснительная записка

Рабочая программа разработана на основе дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Спортивное ориентирование с элементами туризма и краеведения» (авторы Дмитриева Е.А., Дмитриев И.В.) физкультурно-спортивной направленности, уровень – базовый.

Цель программы – формирование интеллектуально и физически развитой личности, способной к адаптации в современном обществе и окружающей природной среде.

В процессе реализации программы решаются следующие *задачи:*

- способствовать приобретению знаний, умений и навыков по спортивному ориентированию, туризму и краеведению;
- развивать познавательную активность обучающихся, потребность в самообразовании;
- способствовать развитию эмоционально-волевой сферы детей и подростков, в том числе умения принимать решения;
- развивать физические качества и психические процессы обучающихся: мышление, память и внимание;
- развивать коммуникативные умения, включающие навыки работы в команде, умение слушать и слышать других;
- способствовать формированию потребности обучающихся в ведении здорового образа жизни;
- воспитывать любовь к своей Родине через познание родного края;
- воспитывать бережное отношение к природе.

Изменения в содержание программы не были внесены.

Возраст обучающихся: 10-16 лет.

Состав группы: разновозрастной, разнополый.

Учебная группа сформирована из детей, не имеющих медицинских противопоказаний, и без предъявления специальных требований к их знаниям и умениям.

Объем учебной нагрузки: 216 часов.

Режим занятий: 6 часов в неделю (3 раза по 2 часа).

Планируемые результаты

Раздел программы	*Знания*	*Умения*
Введение	- правила техники безопасности при проведении занятий, участии в массовых мероприятиях	
Спортивное ориентиро-вание	- понятие «спортивное ориентирование» как вида спорта; - виды снаряжения ориентировщика и особенности его использования; - основные условные знаки спортивных карт; - устройство компаса, его назначение; - направления сторон горизонта; - средства отметки на КП; - понятие «тактика ориентирования»	- комплектовать «набор ориентировщика»; - пользоваться компасом; - ориентировать карту по компасу; - определять стороны горизонта по компасу, местным признакам, солнцу; - определять масштаб спортивной карты; - отмечаться на КП
Туризм	- понятие «спортивный туризм»; - виды туризма; - основное личное и групповое снаряжение; - основные требования к месту бивака; - правила поведения в палатке; - правила разведения костра; - основные типы костров; - виды палаток, их устройство и назначение; - гигиенические требования в походе; - туристские узлы, их назначение и применение	- устанавливать палатку; - укладывать рюкзак; - составлять план однодневного туристского похода; - составлять план-график движения в походе; - определять необходимое снаряжение для похода; - осуществлять простейший ремонт туристского снаряжения; - организовать бивак в полевых условиях; - составлять меню для 1-2 дневного туристского похода; - надевать страховочную систему; - вязать туристские узлы;

		- преодолевать технические этапы без специального туристского снаряжения; - преодолевать технические этапы с использованием специального туристского снаряжения
Краеведение	- понятие «краеведение»; - основные исторические события г. Белгорода; - геральдику города Белгорода; - памятники истории и культуры г. Белгорода; - основные краеведческие объекты г. Белгорода; - природные особенности Белгородской области; - природоохранный кодекс туриста; - правила поведения в природе	- пользоваться картой города Белгорода, Белгородской области; - работать с литературой краеведческого характера; - готовить сообщения, мини-доклады; - оформлять результаты своей творческой, исследовательской деятельности
Физическая подготовка	- значение физической подготовки; - комплекс упражнений утренней зарядки; - комплекс общеразвивающих упражнений; - комплекс специальных развивающих упражнений; - основные элементы техники лыжных ходов	- выполнять комплекс общеразвивающих упражнений; - выполнять комплекс специальных развивающих упражнений; - показать правильное выполнение техники лыжных ходов

Учебный план

№	Название раздела, темы	Кол-во часов			Формы аттестации / контроля
		всего	теория	практика	
1	**Раздел 1. Введение**	**2**	**1**	**1**	опрос
2	**Раздел 2. Спортивное ориентирование**	**108**	**27**	**81**	
2.1	История развития спортивного ориентирования	2	1	1	опрос, контрольные задания
2.2	Снаряжение ориентировщика	6	2	4	опрос, тестирование, контрольные задания
2.3	Техника ориентирования	30	8	22	опрос, тестирование, контрольные задания, наблюдение
2.4	Тактика ориентирования	14	4	10	опрос, тестирование, контрольные задания, наблюдение
2.5	Интеллектуальная подготовка	12	4	8	опрос, тестирование, контрольные задания
2.6	Психологическая и морально-волевая подготовка	10	6	4	опрос, тестирование, контрольные задания
2.7	Тренировочные дистанции	20	-	20	опрос, тестирование, контрольные задания, наблюдение
2.8	Соревнования по спортивному ориентированию	14	2	12	опрос, наблюдение
3	**Раздел 3. Туризм**	**40**	**11**	**29**	
3.1	История развития туризма	2	1	1	опрос, контрольные задания
3.2	Подготовка и организация похода	6	2	4	опрос, тестирование, контрольные задания, наблюдение
3.3	Туристское снаряжение	6	2	4	опрос, тестирование, контрольные задания, наблюдение
3.4	Организация туристского быта	8	2	6	опрос, тестирование, контрольные задания, наблюдение

3.5	Подведение итогов похода	4	2	2	опрос, тестирование, контрольные задания
3.6	Преодоление технических этапов	10	2	8	опрос, тестирование, контрольные задания, наблюдение
3.7	Участие в туристских соревнованиях	4	-	4	опрос, контрольные задания, наблюдение
4	**Раздел 4. Краеведение**	**30**	**13**	**17**	
4.1	Краеведение – изучение родного края	2	1	1	опрос, тестирование, контрольные задания
4.2	История и культура края	10	4	6	опрос, тестирование, контрольные задания, наблюдение
4.3	Краеведческие объекты родного края	8	4	4	опрос, тестирование, контрольные задания, наблюдение
4.4	Природа края. Охрана природы	10	4	6	опрос, тестирование, контрольные задания, наблюдение
5	**Раздел 5. Физическая подготовка**	**32**	**2**	**30**	опрос, контрольные задания, наблюдение
6	**Раздел 6. Подведение итогов**	**4**	**-**	**4**	опрос, тестирование, контрольные задания, наблюдение
	ИТОГО	**216**	**54**	**162**	

Содержание учебного плана

Раздел 1. Введение

Теория: Организационное занятие. Порядок работы объединения. Постановка целей и задач объединения, обсуждение плана работы объединения на учебный год.

Дисциплина – основа безопасности. Меры безопасности при проведении занятий в помещении и на улице, в природной среде. Противопожарная безопасность. Инструктаж по технике безопасности при проведении практических занятий, походов, экскурсий.

Практика: Анкетирование членов объединения. Игра на тему «Давай познакомимся».

Раздел 2. Спортивное ориентирование

2.1. История развития спортивного ориентирования

Теория: Спортивное ориентирование – средство физического развития, оздоровления, закаливания. Спортивное ориентирование как вид спорта. Виды спортивного ориентирования. Обзор развития ориентирования стране и за рубежом.

Практика: Просмотр фото-, видеоматериалов о спортивном ориентировании. Встреча с ведущими спортсменами-ориентировщиками Белгородчины.

2.2. Снаряжение ориентировщика

Теория: Виды снаряжения и особенности использования. Одежда, обувь ориентировщика. «Набор ориентировщика», его назначение и состав (компас, булавки, пакеты, шнурок, ручка, скотч, ножницы). Карточка участника. Снаряжение ориентировщика в зимний период: лыжное снаряжение, планшет. Правила эксплуатации снаряжения и хранения.

Практика: Подбор снаряжения. Комплектование «набора ориентировщика».

2.3. Техника ориентирования

Теория: Спортивная карта, ее отличие от топографической. Масштаб карты. Условные знаки спортивных карт: линейные, точечные. Группы условных знаков. Компас, его устройство, правила обращения. Виды компасов. Основные направления сторон горизонта. Определение сторон горизонта по компасу, солнцу, местным признакам. Ориентирование карты по компасу. Отметка на контрольном пункте.

Практика: Определение масштаба карты. Упражнения и игры на запоминание условных знаков спортивных карт. Работа с компасом. Определение сторон горизонта по компасу, солнцу, местным признакам. Ориентирование карты по компасу. Ориентирование вдоль линейных ориентиров, чтение карты вдоль линейных ориентиров. Ориентирование от

ориентира к ориентиру. Средства отметки контрольного пункта (КП). Отработка навыков отметки на КП.

2.4. Тактика ориентирования

Теория: Понятие о тактике ориентирования. Значение тактики для достижения наилучшего результата. Тактическая разминка, тактика выбора пути, взаимодействие с соперником, выбор скорости передвижения. Тактические действия на соревнованиях.

Практика: Тактические действия на дистанции соревнований по спортивному ориентированию. Тактика выбора пути движения. Опорные, тормозные, ограничивающие, рассеивающие ориентиры, линейные ориентиры. Подход и уход с контрольного пункта. Выбор скорости передвижения на дистанциях.

2.5. Интеллектуальная подготовка

Теория: Понятие об интеллекте, интеллектуальных качествах спортсменов. Необходимость развития интеллектуальных способностей обучающихся в сочетании с физическими упражнениями.

Практика: Общие и специальные тренировочные упражнения для развития памяти, внимания, воображения, логического мышления.

2.6. Психологическая и морально-волевая подготовка

Теория: Задачи и средства морально-волевой подготовки. Психологическая подготовка одно из средств повышения спортивного мастерства. Понятие о психологическом комфорте спортсмена, о стрессовых состояниях в спорте. Достижение комфортного психического состояния спортсмена на дистанции через постоянное понимание места нахождения. Начальные понятия о предстартовых состояниях и методах их регуляции. Темперамент и его типы: сангвинический, холеристический, меланхолический, флегматический. Типы нервной системы: живой, безудержный, спокойный, слабый. Предстартовое состояние: боевая готовность, предстартовое волнение, предстартовая апатия.

Практика: Самоанализ юных спортсменов при прохождении тренировочной дистанции по спортивному ориентированию. Игры на взаимодействие и самоконтроль. Анализ предстартового состояния, выбор метода его регуляции. Анализ соревновательных состояний и методов их регуляции. Тренировочные упражнения, направленные на регуляцию психических процессов.

2.7. Тренировочные дистанции

Практика: Тренировочные дистанции на разных типах местности (в заданном направлении, по выбору, на маркированной трассе). Прохождение дистанций без учета времени, с соревновательной скоростью.

2.8. Соревнования по ориентированию

Теория: Правила соревнований по спортивному ориентированию. Права и обязанности участников. Виды соревнований (в заданном направлении, по выбору, на маркированной трассе, эстафетное ориентирование). Спортивное поведение. Действия участника в случае потери ориентировки.

Практика: Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию.

Раздел 3.Туризм

3.1. История развития туризма

Теория: Туризм – средство познания своего края, физического и духовного развития, оздоровления, воспитания самостоятельности. Знаменитые русские путешественники, их роль в развитии нашей страны. История развития туризма в России. Виды туризма. Понятие о спортивном туризме.

Практика: Знакомство с фото-, видеоматериалами по спортивному туризму.

3.2. Подготовка и организация похода

Теория: Права и обязанности участников похода. Определение цели и района похода. Изучение района путешествия: изучение литературы, краеведческого, картографического материала, отчетов о походах. Составление плана подготовки похода. Разработка маршрута, составление плана-графика движения.

Практика: Составление плана подготовки похода, изучение маршрута, литературы района путешествия. Составление плана-графика движения. Работа с краеведческой литературой.

3.3. Туристское снаряжение

Теория: Понятие о личном и групповом снаряжении.

Личное снаряжение, требования к нему. Укладка рюкзака. Подготовка личного снаряжения к походу. Групповое снаряжение, требования к нему. Подготовка группового снаряжения к походу. Типы палаток, их назначения, преимущества и недостатки. Устройство палатки, правила использования, транспортировки, хранения, ремонт. Походная посуда. Костровое оборудование. Самодельное снаряжение, не причиняющее вреда природе. Ремонтный набор. Уход за снаряжением, правила хранения.

Практика: Укладка рюкзака, подгонка снаряжения. Уход за снаряжением, его ремонт. Подготовка личного и группового снаряжения к походу.

3.4. Организация туристского быта

Теория: Выбор места бивака. Основные требования к месту бивака. Последовательность бивачных работ. Установка и снятие палатки, размещение в ней вещей. Организация ночлега в палатке. Предохранение палаток от намокания и проникновения насекомых. Правила поведения в палатке. Выбор места для костра. Правила разведения костра. Основные типы костров. Заготовка дров. Правила работы с топором, пилой, их хранение. Уборка места бивака перед уходом группы. Экология и бивачные работы. Питание в туристском походе. Фасовка, упаковка и переноска продуктов в рюкзаках. Питьевой режим на маршруте.

Практика: Установка и снятие палатки. Организация бивака в полевых условиях (определение места, пригодного для привала и ночлега, развертывание лагеря, разжигание костра, определение мест для забора воды и умывания, туалетов, мусорной ямы). Составление меню и списка продуктов для 1-2 дневного похода. Утилизация мусора. Уборка бивака.

3.5. Подведение итогов похода

Теория: Отчет о туристском походе. Составление отчета о походе. Обсуждение итогов похода.

Практика: Обработка собранных материалов. Составление отчета о походе, оформление стенгазеты, подготовка фотографий, видеоролика, мультимедийной презентации. Ремонт и подготовка снаряжения для хранения.

3.6. Преодоление технических этапов

Теория: Понятие о техническом этапе. Техника преодоления естественных препятствий. Меры безопасности при преодолении естественных препятствий. Этапы без применения специального туристского снаряжения: установка и снятие палатки, разжигание костра, преодоление заболоченного участка по кочкам, по кладям из жердей. Этапы с использованием специального туристского снаряжения: переправа по веревке с перилами, подъем и спуск по склону по перилам с самостраховкой, переправа по бревну с самостраховкой с использованием перил. Система оценки действий участников при прохождении этапов. Туристские узлы.

Практика: Преодоление этапов без применения специального туристского снаряжения: установка и снятие палатки, разжигание костра, преодоление заболоченного участка по кочкам, по кладям из жердей. Преодоление этапов с использованием специального туристского снаряжения: переправа по веревке с перилами, подъем и спуск по склону по перилам с самостраховкой, переправа по бревну с самостраховкой с использованием перил. Туристские узлы.

3.7. Участие в туристских соревнованиях

Практика: Участие в туристских соревнованиях.

Раздел 4. Краеведение

4.1. Краеведение – изучение родного края

Теория: Понятие «краеведение». Источники изучения родного края: вещественные, письменные, фотодокументальные. Основные пути сбора историко-краеведческих материалов. Всероссийское туристско-краеведческое движение учащихся «Отечество», его цели, задачи, участники, программы. Школьный музей. Музейный предмет – знаковый символ эпохи. Профили школьных музеев.

Практика: Экскурсия в музей.

4.2. История и культура края

Теория: Понятие о культурном наследии. Материальные и духовные объекты культурного наследия. Сведения об истории и культуре города Белгорода (с момента освоения до наших дней). Белгородская крепость. Геральдика Белгорода. Улицы города Белгорода.

Практика: Краеведческие викторины, кроссворды. «Путешествие» по карте города Белгорода. Творческая мастерская. Работа с краеведческой литературой. Просмотр фото-, видеоматериалов. Экскурсия по улицам города Белгорода.

4.3. Краеведческие объекты края

Теория: Достопримечательные и памятные места города Белгорода. Что такое памятники культуры, архитектуры? Охрана памятников. Храмы города Белгорода.

Практика: Краеведческие викторины, кроссворды «Знаешь ли ты свой город». Экскурсия по городу с посещением достопримечательных и памятных мест города. Подготовка мини-докладов о памятниках истории и культуры города Белгорода, мультимедийных презентаций.

4.4. Природа края. Охрана природы

Теория: Охрана природы. Понятие «экология». Взаимосвязи в природе. Понятие «экосистема». Человек и планета Земля. Географическое положение Белгородской области. Рельеф, полезные ископаемые, климат Белгородской области. Природоохранный кодекс туриста. Экологическая культура туриста. Правила поведения туристов в природе. Памятка туриста «Войди в лес другом».

Практика: Краеведческие викторины, кроссворды. «Путешествие» по карте Белгородской области. Творческая мастерская. Участие в экологических операциях.

Раздел 5.Физическая подготовка

Теория: Значение физической подготовки. Спортивные игры как средство физической подготовки. Утренняя зарядка. Развитие общей выносливости. Развитие силы. Общеразвивающие упражнения. Специальные развивающие упражнения. Техника лыжных ходов для похода и спортивного ориентирования.

Практика: Подвижные игры и эстафеты, лыжная подготовка, легкая атлетика. Спортивные игры. Упражнения на развитие выносливости, быстроты, ловкости, силы, гибкости.

Раздел 6. Подведение итогов

Практика: Подведение итогов, проверка умений и навыков, тестирование, сдача контрольных нормативов, анкетирование.

Оценочные материалы

Контрольные вопросы входного контроля

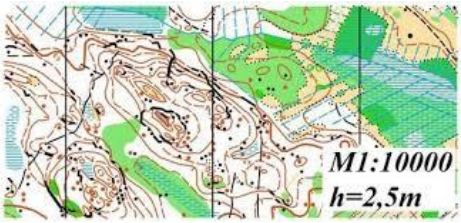
1. Что такое спортивное ориентирование?
а) вид спорта, в котором участнику необходимо пробежать определенную дистанцию;
б) вид спорта, в котором участники при помощи спортивной карты и компаса должны найти контрольные пункты, расположенные на местности;
в) вид спорта, в котором участнику необходимо выступить на гимнастических снарядах.

2.Для чего предназначен компас?
а) узнать время;
б) для ориентирования на местности;
в) узнать направление ветра;
г) для измерения масштаба карты.

3. Что такое КП?
а) контрольный пунктир; б) контрольный пункт; в) контрольная привязка.

4. Чему равно расстояние на местности, если на карте масштаба 1:15000 оно составляет 3 см:
а) 450 м; б) 150 м; в) 650 м.

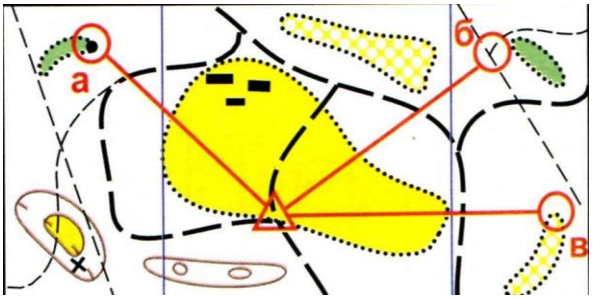
5. На каком рисунке изображена спортивная карта?



а) б) в)

6. Из чего состоит компас?
а) магнитная стрелка; б) масштабная шкала; в) часовая стрелка.
г) лимб, подписанный в градусах; д) увеличительное стекло;

7. На какой контрольный пункт придет участник, если будет двигаться по азимуту 45 градусов?



8.На каком рисунке изображен вид спорта – спортивное ориентирование?

а)

б)

в)

9. Какой из перечисленных видов не относится к туризму?
а) пешеходный; б) лыжный; в) водный;
г) велосипедный; д) авиационный.

10. На каком рисунке изображено животное, которое можно встретить на территории Белгородской области?

а)

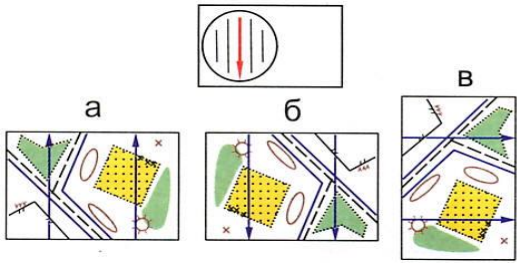
б)

в)

<u>Критерии оценки:</u>
высокий уровень – 7-10 баллов;
средний уровень – 5-6 баллов;
низкий уровень – ниже 5 баллов.

Контрольные вопросы промежуточного контроля

1.Какая карта сориентирована по компасу?



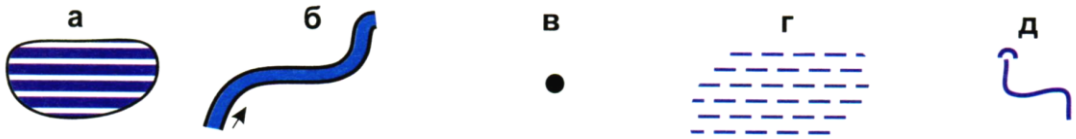
2. Какие предметы относятся к групповому снаряжению?
а) палатка, ремонтный набор, костровое оборудование;
б) спальный мешок, рюкзак, топор;
в) кружка, медицинская аптечка, накидка от дождя.

3.Нарисуйте условные знаки спортивных карт:

родник	
тропинка	
бугор	
яма	
железная дорога	

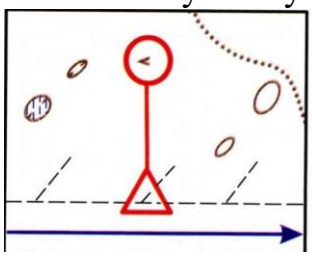
4. Что такое азимут?
а) азимут – это направление на карте;
б) азимут – угол между нулевым градусом и предметом;
в) азимут – направление на север.

5.Исключите лишний знак.



6.Что такое бивак?
а) участник группы, идущий последним в походной группе;
б) место размещения туристской группы для ночлега или отдыха;
в) день в походе, предназначенный для отдыха и подготовки группы к дальнейшему движению по маршруту.

7.По какому азимуту надо двигаться со старта, чтобы прийти на КП?



а) 180 градусов

б) 270 градусов

в) 90 градусов

8.Что означает эта надпись на спортивной карте?

9. Как должны поступить туристы перед уходом с места бивака?
а) мусор аккуратно сложить в кучу и оградить флажками;
б) весь пластик забрать с собой и выбросить в ближайший контейнер;
в) весь мусор сжечь в костре.

10. На каком рисунке изображен памятник Н.Ф. Ватутину?

а) б) в)

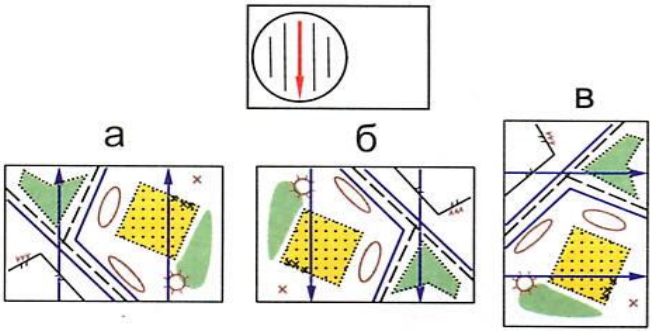
<u>Критерии оценки:</u>
высокий уровень – 7-10 баллов;
средний уровень – 5-6 баллов;
низкий уровень – ниже 5 баллов.

Контрольные вопросы итогового контроля

1. Подчеркните те меры безопасности, которые нужно соблюдать при разжигании костра.
а) перед разжиганием костра расчистить место от сухой листвы;
б) разжигая костер, нужно сильно над ним наклониться;
в) возле костра нужно стоять с той стороны, откуда дует ветер;
г) тушить костер нужно водой, песком, землей;
д) тушить костер нужно сухими листьями, сырыми ветками.

2. Перечислите основные должности в туристской группе .

3. Какая карта сориентирована по компасу?



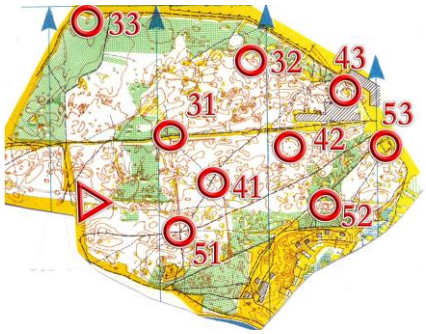
4. Соедините стрелкой условные знаки и группы, к которым они относятся:

Рельеф	Вода
	Крутой обрыв
Гидрография	Заболоченность
	Переправа без мостика
Растительность	Воронка
	Пашня
Искусственные сооружения	Шоссе
	Постройки

Яма
Сады
Кормушка

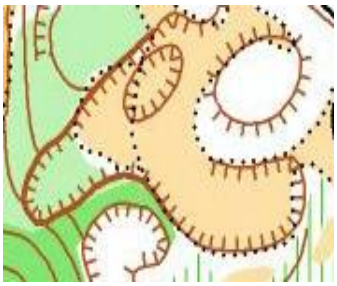
5. Какие предметы входят в состав ремонтного набора?
а) иголки, нитки, булавки;
б) зубная щетка, зубная паста, полотенце;
в) медикаменты.

6. Какой вид ориентирования изображен на карте?
а) обозначенный маршрут;
б) ориентирование по выбору;
в) маркированный маршрут.

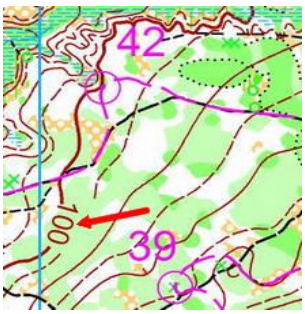


7. На какой спортивной карте изображен условный знак «грунтовый обрыв».

а)



б)



в)

8. На какой дистанции участник проходит КП в любом порядке?
а) маркированная дистанция;
б) заданное направление;
в) дистанция по выбору.

9. Выберите правильное значение выражения «легенда КП»
а) уточнение местоположения КП на объекте местности и относительно его;
б) порядковый номер КП;
в) ориентир, на котором установлен знак КП.

10. Назовите экскурсионные объекты г.Белгорода:

а) _____ б) _____

<u>Критерии оценки:</u>
высокий уровень – 7-10 баллов; средний уровень – 5-6 баллов;
низкий уровень – ниже 5 баллов.

Контрольные нормативы

Контрольные упражнения	Уровень развития	до 10 лет		11-12 лет		13-14 лет		15-16 лет		17-18 лет	
		М	Д	М	Д	М	Д	М	Д	М	Д
Бег 30 м (сек.)	высокий	5,0 и быстрее	5,1 и быстрее	4,9 и быстрее	5,0 и быстрее	4,7 и быстрее	4,9 и быстрее	4,5 и быстрее	4,8 и быстрее	4,2 и быстрее	4,5 и быстрее
	средний	5,1-6,0	5,2-6,1	5,0-5,9	5,1-6,0	4,8-5,6	5,0-5,9	4,6-5,5	4,9-5,7	4,3-5,0	4,6-5,5
	низкий	6,1 и медл.	6,2 и медл.	6,0 и медл.	6,1 и медл.	5,7 и медл.	6,0 и медл.	5,6 и медл.	5.8 и медл.	5,1 и медл.	5,6 и медл.
Кросс с отметкой, 300 м, 4 кп	высокий	2.00 и быстрее	2.05 и быстрее	1.55 и быстрее	2.00 и быстрее	1.50 и быстрее	1.55 и быстрее	1.40 и быстрее	1.50 и быстрее	1.30 и быстрее	1.40 и быстрее
	средний	2.01-2.20	2.06-2.25	1.56-2.15	2.01-2.20	1.51-2.10	1.56-2.15	1.41-2.00	1.51-2.10	1.31-1.50	1.41-2-00
	низкий	2.21 и медл.	2.26 и медл.	2.16 и медл.	2.21 и медл.	2.11 и медл.	2.16 и медл.	2.01 и медл.	2.11 и медл.	1.51 и медл.	2.01 и медл.
Ориентирование в заданном направлении	Параметры дистанции	1 км – 4 кп		1,5 км – 5 кп		2 км – 6 кп		2,5 км – 7 кп		3 км – 8 кп	
	высокий	24.00 и быстрее	25.00 и быстрее	24.00 и быстрее	25.00 и быстрее	30.00 и быстрее	32.00 и быстрее	30.00 и быстрее	31.00 и быстрее	30.00 и быстрее	32.00 и быстрее
	средний	24.01 – 32.00	25.01 – 34.00	24.01 – 30.00	25.01 – 32.00	30.01 – 38.00	32.01 – 40.00	30.01 – 38.00	31.01 – 40.00	30.01 – 42.00	32.01 – 45.00
	низкий	32.01 и медл.	34.01 и медл.	30.01 и медл.	32.01 и медл.	38.01 и медл.	40.01 и медл.	38.01 и медл.	40.01 и медл.	42.01 и медл.	45.01 и медл.

Методическое обеспечение и методические материалы

Основными организационными формами образовательного процесса являются учебные занятия, практические занятия, самостоятельная работа. Беседы, ситуации игровой направленности, викторины, тесты, совместные праздники с родителями планируются с учетом возрастных особенностей и темы. Выбор формы должен реализовать цели и задачи занятия, способствовать поддержанию физической активности и интереса к туристской и познавательной деятельности. При проведении практических занятий используются индивидуальные и групповые формы.

В организации образовательного процесса предусматриваются различные *формы проведения занятий*, которые помогают сделать учебно-воспитательную деятельность более интересной, дифференцированной и гибкой: лекции, беседы, игры, соревнования, экскурсии, походы, встречи с интересными людьми, творческие мастерские, кроссворды, викторины и т.д.

Программа предусматривает участие в соревнованиях по спортивному туризму и ориентированию, краеведческих конкурсах, викторинах, подготовка к которым осуществляется в течение всего учебного года.

Ведущими *методами обучения* являются:

- наглядные – направлены на определение характера изучения и усвоения знаний, а также систематизацию и обобщение знаний;
- словесные – направлены на процесс формирования и усвоения понятий и формирование образов (объяснение, беседа, рассказ, лекция, описание);
- практические – направлены на формирование практических умений и навыков (упражнения, практическая работа, самостоятельная работа);
- объяснительно-иллюстративный – направлен на изучение нового материала.

Методы, используемые на занятиях, направлены на:

- на приобретение специальных знаний (показ, идеомоторная тренировка, демонстрация);
- на овладение двигательными умениями и навыками (метод расчлененного и целостного упражнения);
- на совершенствование двигательных навыков и развитие физических качеств (равномерный, повторный, игровой, соревновательный).

В процессе обучения приобретение теоретических знаний и практических навыков осуществляется последовательно от простого к сложному.

В целях создания условий для достижения качества обучения рекомендуется использовать современные *педагогические технологии* (здоровьесберегающие, игровые, репродуктивные, творческие, информационные, коммуникативные, диалогические и др.) и воспитательные технологии (технология «КТД», технология «Тренинг общения», шоу-

технологии, технология «Создание ситуации успеха», диалог «педагог-воспитанник» и др.).

Особенности организации образовательной деятельности

В первый год основной задачей занятий является привлечение детей к занятиям, формирование «костяка» обучающихся, формирование потребности в регулярных занятиях. Содержание изучаемого материала в разделах программы ежегодно повторяется с одновременным его углублением и расширением понятий, знаний, умений с учетом возрастных и психологических способностей обучающихся, является органическим продолжением предыдущего. Поэтому и методическое обеспечение учебных разделов программы на каждом году обучения не претерпевает кардинального изменения, а только дополняется новыми приемами, методами, дидактическими материалами.

Необходимо учитывать психологические и физиологические особенности ребенка, тем более, что подростковый возраст – это критический возраст в развитии ребенка. Особенностью мышления подростков является его конкретность, а продуктивность абстрактного мышления зависит от ясности конкретного материала. Поэтому необходимо конкретно и доступно излагать материал. Также необходимо учитывать, что дети среднего школьного возраста имеют уже сильно гендерные отличия, поэтому некоторые соревновательные игры рекомендуется проводить отдельно для мальчиков и девочек. В этом возрасте бурно проявляются эмоции, повышается конфликтность, а это значит, что детей необходимо учить сдержанности обдуманности в репликах.

Большинство занятий если не полностью, то частично должны содержать практическую деятельность. Не рекомендуется рассказывать детям материал долго по времени, даже если он и интересен. Конечно, без теории нельзя обойтись, но она должна быть подкреплена практикой. Для рассказа рекомендуется использовать плакаты, фотографии, яркие примеры из книг, личной жизни. Запоминается то, что наглядно, ярко, эмоционально.

Теоретический материал можно чередовать с подвижными играми или заданиями, упражнениями, связанными с темой занятия. Любая игра станет более желанной, если детей включить в ее подготовку и организацию. Игры в этом возрасте могут быть достаточно сложными и длительными, требующими физической подготовки. Такие трудности только повышают интерес, так как для подростков характерно не отстать от друзей, выделиться среди сверстников, стать лидером.

В процессе закрепления программного материала большое место занимают упражнения, основное назначение которых состоит в том, чтобы научить детей применять полученные знания. Систематическое привлечение краеведческого материала в процессе упражнений создает прочный

фундамент для дальнейшего осмысления новых знаний и стимулирует самостоятельность мышления обучающихся.

Туризм и охрана природы – понятия взаимосвязанные. Чем лучше турист знает, ценит природу, тем бережнее он относится к ней, тем полнее и щедрее она и одаряет его – здоровье, эмоциональный настрой, знания, умения, любовь к родному краю, стране, людям. Поэтому большое внимание необходимо уделять вопросам экологии, формированию экологической культуры.

Особое внимание при реализации программы необходимо уделять вопросам обеспечения безопасности и предупреждения травматизма на занятиях и соревнованиях. Необходимо помнить, что здоровье ребенка – превыше всего. Рекомендуется занятия строить так, чтобы обучающиеся проявляли больше самостоятельности, отрабатывали навыки технической подготовки, походного быта. Рекомендуется больше времени уделить подбору личного снаряжения ребенка для занятий: обуви, одежды, рюкзачка для тренировок. Подготавливая поход, находите работу для детей, приучая к самостоятельности и ответственности. Изучая преодоление переправ, основное внимание необходимо уделять безопасности. Основное внимание уделять командному прохождению переправ, взаимовыручке, сплоченности.

На занятиях по спортивному ориентированию основная задача ребенка – побороть страх перед лесом, принятием решения. Не спешите отпускать одного ребенка в лес, если он боится. Лучше вместе с ним пройдите дистанцию.

Физическую подготовку желательно проводить в игровой форме (эстафеты, подвижные игры, игры с элементами ориентирования, туризма, краеведения). Учебные соревнования рекомендуется проводить для обучения и совершенствования технико-тактических навыков, не ставить перед обучающимися задачу – показать результат, занять высокое место и т.д. Главное во всех соревнованиях – обучение и развитие.

Необходимо поощрять детей. Дети должны чувствовать, что у них что-то получается. Доброе слово педагога, посильные задания, маленькие самодеятельные поощрительные призы – все это стимулирует деятельность обучающихся. В качестве самодеятельных призов можно использовать бумажные медали, наклейки с надписью «Лучший ориентировщик», «Лучший краевед», «Самый быстрый» и т.д.

Дидактический материал

- карточки-задания
- проверочные тесты для закрепления материала
- кроссворды
- игры
- викторины

Информационное обеспечение

Литература для педагога

1. Вяткин, Л.А. Туризм и спортивное ориентирование / Л.А. Вяткин, Е.В.Сидорчук. – М.: Академия, 2008. – 208 с.
2. Голуб, Б.А. Основы общей дидактики. – М.: ВЛАДОС, 1999. – 96 с.
3. Константинов, Ю.С. Детско-юношеский туризм / Ю.С. Константинов. – М.: ФЦДЮТиК, 2006. – 600 с.
4. Константинов, Ю.С., Глаголева, О.Л. Уроки ориентирования. – М.: ФЦДЮТиК, 2005. – 328 с.
5. Константинов, Ю.С. Туристские слеты и соревнования учащихся: Учебно-методическое пособие. – М.: ЦДЮТиК МО РФ, 2000. – 228 с.
6. Константинов, Ю.С. Туристские соревнования учащихся. – М.: ЦДЮТур МО РФ, 1995. – 64 с.
7. Константинов, Ю.С., Куликов, В.М. Педагогика школьного туризма. – М.: ЦДЮТиК МО РФ, 2002. – 152 с.
8. Куликов, В.М., Константинов, Ю.С. Топография и ориентирование в туристском путешествии. – М.: ЦДЮТиК МО РФ, 2004. – 72 с.
9. Куликов, В.М., Ротштейн, Л.М. Школа туристских вожаков. – М.: ВЛАДОС, 1999. – 144 с.
10. Маслов, А.Г., Константинов, Ю.С, Дрогов, И.А. Лето, дети и туризм. – М.: ЦДЮТур РФ, 1997. – 120 с.
11. Маслов, А.Г. Подготовка и проведение соревнований учащихся «Школа безопасности». – М.: ВЛАДЛС, 2000. – 160 с.
12. Психология и педагогика / под ред. Радугина А. – М.: Центр, 2002. – 256с.
13. Самарина, И.А. Основы туристско-экологической деятельности учащихся. – М.: ФЦДЮТиК, 2007. – 276 с.
14. Сластенин, В.А. и др. Педагогика. – М.: Издательский центр Академия, 2003. – 576 с.
15. Сысоева, М.Е. Организация летнего отдыха детей. – М.: ВЛАДОС, 2003. – 176 с.
16. Федотов, Ю.Н., Востоков, И.Е. Спортивно-оздоровительный туризм. – М.: Советский спорт, 2004. – 328 с.

Литература для обучающихся

1. Антропов, К., Расторгуев, М. Узлы. – М.: ЦДЮТур МО РФ, 1994. – 16с.
2. Востряков, И.Д. Приключения неопытных туристов. – С-П., 2009. – 35 с.
3. Ганиченко, Л.Г. Котелок над костром. – М.: Вокруг света, 1994. – 46 с.
4. Колесникова, Л.В. Спортивное ориентирование. Рабочая тетрадь юного ориентировщика. – М.: Советский спорт, 2003. – 64 с.
5. Куликов, В.М. Знатоки идут по фотоследу /настольная топографическая игра/
6. Куприн, А.М. Занимательно об ориентировании. – М.: Просвещение, 1980. – 96 с.
7. Моргунова, Т.В. Обучающие и контрольные тесты по спортивному

ориентированию. – М.: Советский спорт, 2008. – 92 с.
8. Словарь юного туриста. – М.: ЦДЮТ, 2003. – 76 с.
9. Экологические сказки / сост. Фадеева А.Г. – Волгоград: Учитель, 2003. – 57 с.
10. Энциклопедия туриста. – М.: Большая Российская энциклопедия, 1993. – 607 с.

Интернет-ресурсы

1. Сайт Ориентирование в Белгороде. – Режим доступа http://bel-orient.ucoz.ru
2. Сайт ГАУДО «Белгородский областной Центр детского и юношеского туризма и экскурсий». – Режим доступа http://www.belcdtur.ru
3. Электронная библиотека на сайте ГАУДО «Белгородский областной Центр детского и юношеского туризма и экскурсий». – Режим доступа http://www.belcdtur.ru

Видеоматериалы,
используемые при реализации программы

- Добро пожаловать в ориентирование (Л.С. Лосев, г. Москва);
- Учебный фильм «Туристское снаряжение» (В.А. Иванов, г. Белгород);
- Учебный фильм «Туристские узлы» (В.А. Иванов, г. Белгород);
- Видеоролики «Соревнования по спортивному ориентированию «Российский азимут» (сборники);
- Видеоролики о соревнованиях по туризму (сборники);
- Видеоролик «Ориентирование – спорт для всех»;
- Видеоролики о соревнованиях по спортивному ориентированию (сборники).

Материально-техническое обеспечение

Перечень снаряжения и оборудования:

- рюкзак
- коврик туристский

- спальник
- палатка туристская
- тент
- костровое оборудование
- котелок
- карабин
- лыжи
- палки
- лыжные ботинки
- компас
- мяч футбольный
- мяч волейбольный
- призмы
- веревка

Воспитательная компонента программы

Цель воспитательного компонента – воспитание личности и создание условий для формирования активной жизнедеятельности обучающихся, гражданского самоопределения, развития творческих способностей и

самореализации, максимального удовлетворения потребностей в интеллектуальном, культурном, физическом и нравственном развитии.

Задачи:

- реализовать потенциал наставничества в воспитании обучающихся как основа взаимодействия людей разных поколений согласно целевым ориентирам (сформированность культуры общения и взаимопомощи, трудолюбия и уважения к труду и результатам труда, уважения к старшим, людям труда, педагогам, сверстникам);

- создать условия для формирования личности, стремящейся к саморазвитию, профессиональному самоопределению и успешной самореализации (осознанность своего позитивного отношения к российским базовым ценностям; сформированность ориентации на осознанный выбор своей детальности в сфере профессиональных интересов; готовности к защите Российского Отечества);

- использовать занятия, как источник поддержки и развития интереса к здоровому образу жизни, ответственного отношения к природной и социокультурной среде обитания согласно целевым ориентирам (сформированность сознания ценности жизни, здоровья и безопасности, значения личных усилий в сохранении и укреплении здоровья, соблюдение правил личной и общественной безопасности);

- приобщить обучающихся к общечеловеческим нормам морали, национальным устоям и традициям образовательного учреждения, содействовать развитию активной деятельности детских объединений согласно целевым ориентирам (готовность обучающегося брать на себя ответственность за достижение общих целей коллектива; сформированность уважения прав, свобод и обязанностей гражданина России; сформированность деятельного ценностного отношения к историческому и культурному наследию народов России, российского общества, к языкам, литературе, традициям, праздникам, памятникам, святыням, религиям народов России, к российским соотечественникам, защите их прав на сохранение российской культурной идентичности);

- содействовать в развитии воспитательного потенциала семьи согласно целевым ориентирам (повысить уровень воспитательного потенциала семьи);

- поддержать социальные инициативы и достижений обучающихся согласно целевым ориентирам (сформированность опыта гражданского участия на основе уважения российского закона и правопорядка; опыта социально значимой деятельности; деятельного ценностного отношения к историческому и культурному наследию народов России, российского общества, к языкам, литературе, традициям, праздникам, памятникам, святыням, религиям народов России, к российским соотечественникам, защите их прав на сохранение российской культурной идентичности; опыта сохранения уникального природного и биологического многообразия России).

Воспитательная составляющая программы – это формирование героико-патриотических позиций, формирование интереса к познанию отечества, готовности к изучению своей страны, своего региона и малой родины, формирование установок на здоровый образ жизни.

Основными задачами воспитательной работы с обучающихся является развитие у детей гражданственности и патриотизма как важнейших духовных, социально значимых ценностей личности, воспитание высоких моральных качеств, чувства коллективизма, дисциплинированности и трудолюбия.

Воспитательная работа с обучающимися направлена на воспитание гармонично развитого человека, активной, целеустремленной и сознательной личности, обладающей духовным богатством и физическим совершенством.

Личностные результаты – ориентация на систему ценностей, мотивов, социально значимого опыта и представлены в плоскости ключевых направлений воспитания (гражданское, патриотическое, духовно-нравственное, эстетическое, физическое, формирование культуры здорового образа жизни и эмоционального благополучия, трудовое, экологическое, ценности научного познания).

Тем самым задается ориентир для проектирования содержания воспитательной деятельности, направленной на достижение личностных результатов:

- осознание российской гражданской идентичности;
- готовность обучающихся к саморазвитию, самостоятельности и личностному самоопределению;
- ценность самостоятельности и инициативы;
- наличие мотивации к целенаправленной социально значимой деятельности;
- сформированность внутренней позиции личности как особого ценностного отношения к себе, окружающим людям и жизни в целом.

Формы воспитания: беседа, практическое занятие, мастер-класс, творческая встреча, защита проектов, деловая игра, экскурсия, тренинги, туристские прогулки, походы, конкурсы, соревнования и др.

Методы воспитания:

- метод убеждения (рассказ, разъяснение, внушение), метод положительного примера (педагога и других взрослых, детей);
- метод упражнений (приучения);
- методы одобрения и осуждения поведения детей, педагогического требования, индивидуальных и возрастных особенностей детей младшего возраста) и стимулирования, поощрения (индивидуального и публичного);
- метод переключения в деятельности;
- методы руководства и самовоспитания, развития самоконтроля и самооценки детей в воспитании;
- методы воспитания воздействием группы, в коллективе.

Воспитательный процесс осуществляется в условиях организации деятельности детского коллектива в рамках учебных занятии в соответствии с нормами и правилами работы организации.

Основными принципами, на основе которых осуществляется самоанализ воспитательной работы являются:

- принцип гуманистической направленности осуществляемого анализа, ориентирующий на уважительное отношение как к обучающимся, так и к педагогам, реализующим воспитательный процесс;

- принцип приоритета анализа сущностных сторон воспитания, ориентирующий на изучение не количественных его показателей, а качественных таких как содержание и разнообразие деятельности, характер общения и отношений между обучающимися и педагогами;

- принцип развивающего характера осуществляемого анализа, ориентирующий использование его результатов для совершенствования воспитательной деятельности педагогов (грамотной постановки ими цели и задач воспитания, умелого планирования своей воспитательной работы, адекватного подбора видов, форм и содержания их совместной с детьми деятельности, с этой целью проводится ряд мониторинговых исследований).

Воспитательные мероприятия

№ п/п	Содержание	Сроки проведения
1	Краеведческое мероприятие «Тропы Белогорья»	сентябрь
2	Пешеходная экскурсия «Святой, прославивший Белгород в веках»	сентябрь
3	День туризма	октябрь
4	Пешеходная экскурсия по городу Белгороду	октябрь
5	Беседа «В единстве наша сила!», посвященная Дню народного единства	ноябрь
6	Экскурсия в Музей народной культуры	декабрь
7	Экскурсия по памятным местам города	январь
8	Беседа «Рождество Христово»	январь
9	Экологическая акция «Птицы – наши друзья»	февраль
10	Беседа «Забота о здорово образе жизни»	март
11	Мероприятие «Масленица»	март
12	Беседа «Великая Пасха»	апрель
13	Экологическая акция «Чистый лес»	апрель
14	Туристский поход по родному краю	май

Календарный учебный график

№ п/п	Месяц	Число		Время проведения	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
		предполагаемое	фактическое						
1	сентябрь	02		15.30-17.10	вводное учебное занятие	1	1.Введение Организационное занятие. Порядок работы объединения. Постановка целей и задач объединения, обсуждение плана работы объединения на учебный год. Дисциплина – основа безопасности. Меры безопасности при проведении занятий в помещении и на улице. Инструктаж по технике безопасности. Всероссийское туристско-краеведческое движение «Отечество».	Беловская СОШ	тестирование, наблюдение
					применение умений и навыков	1	1.Введение Анкетирование членов объединения. Игра на тему «Давай познакомимся». Прогулка в лес.		
2	сентябрь	03		15.30-17.10	применение умений и навыков	2	5.Физическая подготовка Подвижные и спортивные игры.	Беловская СОШ	наблюдение, контрольные задания
3	сентябрь	05		15.00-15.45	ознакомление с новым материалом	1	2.1.История развития спортивного ориентирования Спортивное ориентирование – средство физического развития, оздоровления, закаливания. Спортивное ориентирование как вид спорта. Виды спортивного ориентирования. Обзор развития ориентирования стране и за рубежом.	Беловская СОШ	тестирование, опрос
4	сентябрь	07		15.00-15.45	применение умений и навыков	1	2.1.История развития спортивного ориентирования Просмотр фото-, видеоматериалов о спортивном ориентировании. Встреча с ведущими спортсменами-ориентировщиками Белгородчины	Беловская СОШ	тестирование, опрос
5	сентябрь	09		15.30-17.10	применение умений и навыков	2	2.7. Тренировочные дистанции	Беловская СОШ	тестирование, опрос

6	сентябрь	10		15.30-17.10	ознакомление с новым материалом	2	2.8.Соревнования по ориентированию Правила соревнований по спортивному ориентированию. Права и обязанности участников. Виды соревнований (в заданном направлении, по выбору, на маркированной трассе, эстафетное ориентирование). Спортивное поведение. Действия участника в случае потери ориентировки.	Беловская СОШ	тестирование, опрос
7	сентябрь	12		15.00-15.45	ознакомление с новым материалом	1	2.3.Туристское снаряжение Понятие о личном и групповом снаряжении. Личное снаряжение, требования к нему. Укладка рюкзака. Подготовка личного снаряжения к походу. Групповое снаряжение, требования к нему.	Беловская СОШ	опрос, контрольные задания
8	сентябрь	14		15.00-15.45	ознакомление с новым материалом	1	2.3.Туристское снаряжение Понятие о личном и групповом снаряжении. Личное снаряжение, требования к нему. Укладка рюкзака. Подготовка личного снаряжения к походу. Групповое снаряжение, требования к нему.	Беловская СОШ	опрос, контрольные задания
9	сентябрь	16		15.30-17.10	применение умений и навыков	2	2.5. Интеллектуальная подготовка Общие и специальные тренировочные упражнения для развития памяти, внимания, воображения, логического мышления.	Беловская СОШ	контрольные задания
10	сентябрь	17		15.30-17.10	применение умений и навыков	2	2.3.Туристское снаряжение Укладка рюкзака, подгонка снаряжения. Уход за снаряжением, его ремонт.	Беловская СОШ	наблюдение, контрольные задания
11	сентябрь	19		15.00-15.45	ознакомление с новым материалом	1	3.1.История развития туризма Туризм – средство познания своего края, физического и духовного развития, оздоровления, воспитания самостоятельности. Знаменитые русские путешественники, их роль в развитии нашей страны. История развития туризма в России. Виды туризма: пешеходный, водный, горный, лыжный, велотуризм, спелеотуризм, комбинированный. Понятие о спортивном туризме.	Беловская СОШ	тестирование, опрос

12	сентябрь	21		15.00-15.45	применение умений и навыков	1	3.1.История развития туризма Знакомство с фото-, видеоматериалами по спортивному туризму. Туристская прогулка.	Беловская СОШ	тестирование, опрос
13	сентябрь	23		15.30-17.10	ознакомление с новым материалом	2	5.Физическая подготовка. Значение физической подготовки. Спортивные игры как средство физической подготовки. Утренняя зарядка.	Беловская СОШ	наблюдение
14	сентябрь	24		15.30-17.10	ознакомление с новым материалом	2	3.4.Организация туристского быта Выбор места бивака. Основные требования к месту привала и бивака. Последовательность бивачных работ. Установка и снятие палатки, размещение в ней вещей. Организация ночлега в палатке. Предохранение палаток от намокания и проникновения насекомых. Правила поведения в палатке.	Беловская СОШ	наблюдение, контрольные задания
15	сентябрь	26		15.00-15.45	применение умений и навыков	1	5.Физическая подготовка Подвижные игры и эстафеты. Упражнения на развитие выносливости, быстроты.	Беловская СОШ	наблюдение, контрольные задания
16	сентябрь	28		15.00-15.45	применение умений и навыков	1	5.Физическая подготовка Подвижные игры и эстафеты. Упражнения на развитие выносливости, быстроты.	Беловская СОШ	наблюдение, контрольные задания
17	сентябрь	30		15.30-17.10	применение умений и навыков	2	2.7. Тренировочные дистанции	Беловская СОШ	тестирование, опрос
						26			
18	октябрь	01		15.30-17.10	применение умений и навыков	2	2.5. Интеллектуальная подготовка Понятие об интеллекте, интеллектуальных качествах спортсменов. Необходимость развития интеллектуальных способностей обучающихся в сочетании с физическими упражнениями.	Беловская СОШ	опрос, наблюдение
19	октябрь	03		15.00-15.45	ознакомление с новым материалом	1	2.8.Соревнования по ориентированию Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию.	Беловская СОШ	опрос, наблюдение

20	октябрь	05		15.00-15.45	ознакомление с новым материалом	1	2.8.Соревнования по ориентированию Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию.	Беловская СОШ	опрос, наблюдение
21	октябрь	07		15.30-17.10	применение умений и навыков	2	2.7. Тренировочные дистанции	Беловская СОШ	наблюдение
22	октябрь	08		15.30-17.10	ознакомление с новым материалом	2	2.3.Техника ориентирования Спортивная карта, ее отличие от топографической. Масштаб карты. Условные знаки спортивных карт: линейные, точечные, площадные, знаки рельефа. Группы условных знаков.	Беловская СОШ	контрольные задания, опрос
23	октябрь	10		15.00-15.45	применение умений и навыков	1	2.7. Тренировочные дистанции	Беловская СОШ	тестирование, опрос
24	октябрь	12		15.00-15.45	применение умений и навыков	1	2.7. Тренировочные дистанции	Беловская СОШ	тестирование, опрос
25	октябрь	14		15.30-17.10	применение умений и навыков	2	5.Физическая подготовка Подвижные игры и эстафеты	Беловская СОШ	наблюдение, контрольные задания
26	октябрь	15		15.30-17.10	применение умений и навыков	2	3.7.Участие в туристских соревнованиях Участие в туристских соревнованиях.	Беловская СОШ	наблюдение, контрольные задания
27	октябрь	17		15.00-15.45	ознакомление с новым материалом	1	3.6.Преодоление технических этапов Понятие о техническом этапе. Техника преодоления естественных препятствий. Меры безопасности при преодолении естественных препятствий. Этапы без применения специального туристского снаряжения: установка и снятие палатки, разжигание костра, переправа по веревке с перилами.	Беловская СОШ	наблюдение, контрольные задания, опрос

28	октябрь	19		15.00-15.45	применение умений и навыков	1	3.6.Преодоление технических этапов Преодоление этапов без применения специального туристского снаряжения: установка и снятие палатки, разжигание костра, переправа по веревке с перилами.	Беловская СОШ	наблюдение, контрольные задания, опрос
29	октябрь	21		15.30-17.10	применение умений и навыков	2	5.Физическая подготовка Подвижные игры, эстафеты.	Беловская СОШ	наблюдение, контрольные задания
30	октябрь	22		15.30-17.10	ознакомление с новым материалом	2	2.6. Психологическая и морально-волевая подготовка Понятие о психологическом комфорте спортсмена, о стрессовых состояниях в спорте. Достижение комфортного психического состояния спортсмена на дистанции через постоянное понимание места нахождения. Начальные понятия о предстартовых состояниях и методах их регуляции.	Беловская СОШ	тестирование, опрос, наблюдение
31	октябрь	24		15.00-15.45	ознакомление с новым материалом	1	3.6.Преодоление технических этапов Этапы без применения специального туристского снаряжения: установка и снятие палатки, разжигание костра, переправа по веревке с перилами, подъем и спуск по склону по перилам, маятник.	Беловская СОШ	наблюдение, контрольные задания
32	октябрь	26		15.00-15.45	применение умений и навыков	1	3.6.Преодоление технических этапов Преодоление этапов без применения специального туристского снаряжения: установка и снятие палатки, разжигание костра, переправа по веревке с перилами, подъем и спуск по склону по перилам, маятник.	Беловская СОШ	наблюдение, контрольные задания
33	октябрь	28		15.30-17.10	применение умений и навыков	2	3.6.Преодоление технических этапов Преодоление этапов без применения специального туристского снаряжения: установка и снятие палатки, разжигание костра, переправа по веревке с перилами, подъем и спуск по склону по перилам, маятник.	Беловская СОШ	наблюдение, контрольные задания
34	октябрь	29		15.30-17.10	применение умений и навыков	2	2.3.Техника ориентирования Определение масштаба карты. Упражнения на запоминание условных знаков спортивных карт, игры.	Беловская СОШ	контрольные задания, опрос

35	октябрь	31		15.00-15.45	применение умений и навыков	1	2.2.Снаряжение ориентировщика Подбор снаряжения. Комплектование «набора ориентировщика».	Беловская СОШ	контрольные задания, опрос
						27			
36	ноябрь	02		15.00-15.45	ознакомление с новым материалом	1	2.2.Снаряжение ориентировщика Виды снаряжения и особенности использования. Одежда, обувь ориентировщика. «Набор ориентировщика», его назначение и состав (компас, булавки, пакеты, шнурок, ручка, скотч, ножницы). Средство для отметки на КП (ЧиП, карточка).	Беловская СОШ	контрольные задания, опрос
37	ноябрь	05		15.30-17.10	применение умений и навыков	2	3.4.Организация туристского быта Выбор места для костра. Правила разведения костра. Основные типы костров.	Беловская СОШ	опрос, наблюдение
38	ноябрь	07		15.00-15.45	ознакомление с новым материалом	1	5.1. Краеведение – изучение родного края	Беловская СОШ	опрос, тестирование
39	ноябрь	09		15.00-15.45	применение умений и навыков	1	5.1. Краеведение – изучение родного края Посещение музея.	Беловская СОШ	опрос, тестирование
40	ноябрь	11		15.30-17.10	закрепление изученного материала	2	5.Физическая подготовка Спортивные игры. Упражнения на развитие выносливости, быстроты.	Беловская СОШ	наблюдение, контрольные задания
41	ноябрь	12		15.30-17.10	применение умений и навыков	2	3.6. Преодоление технических этапов Туристские узлы, их назначение и применение.	Беловская СОШ	наблюдение, контрольные задания
42	ноябрь	14		15.00-15.45	ознакомление с новым материалом	1	4.3.Краеведческие объекты края Памятники истории и культуры г.Белгорода.	Беловская СОШ	опрос, наблюдение
43	ноябрь	16		15.00-15.45	применение умений и навыков	1	4.3.Краеведческие объекты края Краеведческие викторины, кроссворды.	Беловская СОШ	опрос, наблюдение
44	ноябрь	18		15.30-17.10	применение умений и	2	3.6.Преодоление технических этапов Преодоление этапов без применения специального	Беловская СОШ	контрольные задания,

					навыков		туристского снаряжения: установка и снятие палатки, разжигание костра, переправа по веревке с перилами, подъем и спуск по склону по перилам, маятник.		опрос
45	ноябрь	19		15.30-17.10	применение умений и навыков	2	5.Физическая подготовка Легкая атлетика. Подвижные игры.	Беловская СОШ	наблюдение, контрольные задания
46	ноябрь	21		15.00-15.45	ознакомление с новым материалом	1	2.3.Техника ориентирования Условные знаки спортивных карт: линейные, точечные, площадные, знаки рельефа. Группы условных знаков.	Беловская СОШ	наблюдение, контрольные задания
47	ноябрь	23		15.00-15.45	применение умений и навыков	1	2.3.Техника ориентирования Упражнения на запоминание условных знаков спортивных карт, игры.	Беловская СОШ	наблюдение, контрольные задания
48	ноябрь	25		15.30-17.10	ознакомление с новым материалом	2	2.6. Психологическая и морально-волевая подготовка Темперамент и его типы: сангвинический, холеристический, меланхолический, флегматический. Типы нервной системы: живой, безудержный, спокойный, слабый. Предстартовое состояние: боевая готовность, предстартовое волнение, предстартовая апатия.	Беловская СОШ	контрольные задания, опрос
49	ноябрь	26		15.30-17.10	ознакомление с новым материалом	2	2.3.Техника ориентирования Компас, его устройство, правила обращения. Виды компасов. Основные направления сторон горизонта. Определение сторон горизонта по компасу, солнцу, местным признакам. Ориентирование карты по компасу.	Беловская СОШ	тестирование, контрольные задания
50	ноябрь	28		15.00-15.45	ознакомление с новым материалом	1	2.3.Техника ориентирования Компас, его устройство, правила обращения. Виды компасов. Основные направления сторон горизонта.	Беловская СОШ	тестирование, наблюдение, контрольные задания
51	ноябрь	30		15.00-15.45	применение умений и навыков	1	2.3.Техника ориентирования Работа с компасом. Определение сторон горизонта по компасу, солнцу, местным признакам.	Беловская СОШ	тестирование, наблюдение, контрольные

									задания
						23			
52	декабрь	02		15.30-17.10	применение умений и навыков	2	2.7. Тренировочные дистанции	Беловская СОШ	контрольные задания, опрос
53	декабрь	03		15.30-17.10	применение умений и навыков	2	5.Физическая подготовка Спортивные игры. Упражнения на развитие выносливости, быстроты.	Беловская СОШ	контрольные задания
54	декабрь	05		15.00-15.45	ознакомление с новым материалом	1	2.8.Соревнования по ориентированию Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию.	Беловская СОШ	наблюдение
55	декабрь	04		15.00-15.45	ознакомление с новым материалом	1	2.8.Соревнования по ориентированию Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию.	Беловская СОШ	наблюдение
56	декабрь	09		15.30-17.10	применение умений и навыков	2	2.3.Техника ориентирования Работа с компасом. Определение сторон горизонта по компасу, солнцу, местным признакам. Ориентирование карты по компасу.	Беловская СОШ	контрольные задания, опрос
57	декабрь	10		15.30-17.10	ознакомление с новым материалом	2	2.5. Интеллектуальная подготовка Понятие об интеллекте, интеллектуальных качествах спортсменов. Необходимость развития интеллектуальных способностей обучающихся в сочетании с физическими упражнениями.	Беловская СОШ	контрольные задания, опрос
58	декабрь	12		15.00-15.45	применение умений и навыков	1	2.7. Тренировочные дистанции	Беловская СОШ	контрольные задания, опрос
59	декабрь	14		15.00-15.45	применение умений и навыков	1	2.7. Тренировочные дистанции	Беловская СОШ	контрольные задания, опрос
60	декабрь	16		15.30-17.10	применение умений и навыков	2	4.3.Краеведческие объекты края Экскурсия по населенному пункту с посещением памятников истории и культуры.	Беловская СОШ	тестирование, опрос
61	декабрь	17		15.30-	применение	2	2.6. Психологическая и морально-волевая подготовка	Беловская	наблюдение,

				17.10	умений и навыков		Анализ предстартового состояния, выбор метода его регуляции. Анализ соревновательных состояний и методов их регуляции.	СОШ	контрольные задания
62	декабрь	19		15.00-15.45	ознакомление с новым материалом	1	2.2.Снаряжение ориентировщика Виды снаряжения и особенности использования. Одежда, обувь ориентировщика. Снаряжение ориентировщика в зимний период: лыжное снаряжение, планшет. Правила эксплуатации снаряжения и хранения.	Беловская СОШ	наблюдение, контрольные задания
63	декабрь	21		15.00-15.45	применение умений и навыков	1	2.2.Снаряжение ориентировщика Подбор снаряжения.	Беловская СОШ	наблюдение, контрольные задания
64	декабрь	23		15.30-17.10	применение умений и навыков	2	2.4.Тактика ориентирования Понятие о тактике ориентирования. Значение тактики для достижения наилучшего результата. Тактическая разминка, тактика выбора пути, взаимодействие с соперником, выбор скорости передвижения. Тактическая разминка, тактика выбора пути, взаимодействие с соперником, выбор скорости передвижения. Тактические действия на соревнованиях.	Беловская СОШ	наблюдение, контрольные задания
65	декабрь	24		15.30-17.10	применение умений и навыков	2	2.3.Техника ориентирования Упражнения на запоминание условных знаков спортивных карт, игры. Работа с компасом. Ориентирование карты по компасу.	Беловская СОШ	тестирование, контрольные задания, опрос
66	декабрь	26		15.00-15.45	ознакомление с новым материалом	1	4.3.Краеведческие объекты края Памятники истории и культуры города Белгорода.	Беловская СОШ	тестирование, опрос
67	декабрь	28		15.00-15.45	применение умений и навыков	1	4.3.Краеведческие объекты края Краеведческие викторины, кроссворды. Подготовка мини-докладов об истории города, презентаций.	Беловская СОШ	тестирование, опрос
68	декабрь	30		15.30-17.10	применение умений и	2	2.7. Тренировочные дистанции	Беловская СОШ	тестирование, контрольные

					навыков				задания
						26			
69	январь	09		15.00-15.45	ознакомление с новым материалом	1	4.2.История и культура края Сведения об истории и культуре города Белгорода (с момента освоения до наших дней).	Беловская СОШ	тестирование, контрольные задания, опрос
70	январь	11		15.00-15.45	применение умений и навыков	1	4.2.История и культура края Просмотр фото-, видеоматериалов.	Беловская СОШ	тестирование, контрольные задания, опрос
71	январь	13		15.30-17.10	ознакомление с новым материалом	2	4.4.Природа края. Охрана природы Рельеф, полезные ископаемые, климат, Белгородской области. Природоохранный кодекс туриста. Правила поведения туристов в природе.	Беловская СОШ	тестирование, опрос
72	январь	14		15.30-17.10	применение умений и навыков	2	5.Физическая подготовка Лыжная подготовка.	Беловская СОШ	наблюдение, контрольные задания
73	январь	16		15.00-15.45	ознакомление с новым материалом	1	2.3.Техника ориентирования Условные знаки спортивных карт: линейные, точечные, площадные, знаки рельефа. Группы условных знаков. Отметка на контрольном пункте.	Беловская СОШ	тестирование, контрольные задания, опрос
74	январь	18		15.00-15.45	применение умений и навыков	1	2.3.Техника ориентирования Упражнения на запоминание условных знаков спортивных карт, игры. Средства отметки контрольного пункта (КП). Отработка навыков отметки на КП.	Беловская СОШ	тестирование, контрольные задания, опрос
75	январь	20		15.30-17.10	ознакомление с новым материалом	2	2.4.Тактика ориентирования Понятие о тактике ориентирования. Значение тактики для достижения наилучшего результата. Тактическая разминка, тактика выбора пути, взаимодействие с соперником, выбор скорости передвижения.. Тактические действия на соревнованиях.	Беловская СОШ	тестирование, контрольные задания, опрос
76	январь	21		15.30-	применение	2	4.4.Природа края. Охрана природы	Беловская	наблюдение,

				17.10	умений и навыков		Участие в экологических операциях. Краеведческие викторины, кроссворды. «Путешествие» по карте Белгородской области.	СОШ	опрос
77	январь	23		15.00-15.45	ознакомление с новым материалом	1	4.4.Природа края. Охрана природы Рельеф, полезные ископаемые, климат, Белгородской области.	Беловская СОШ	тестирование, опрос
78	январь	25		15.00-15.45	применение умений и навыков	1	4.4.Природа края. Охрана природы Краеведческие викторины, кроссворды. Творческая мастерская.	Беловская СОШ	тестирование, опрос
79	январь	27		15.30-17.10	применение умений и навыков	2	2.3.Техника ориентирования Упражнения на запоминание условных знаков спортивных карт, игры. Работа с компасом. Определение сторон горизонта по компасу. Ориентирование карты по компасу. Средства отметки контрольного пункта (КП). Отработка навыков отметки на КП.	Беловская СОШ	контрольные задания, опрос
80	январь	28		15.30-17.10	применение умений и навыков	2	5.Физическая подготовка Лыжная подготовка.	Беловская СОШ	наблюдение, контрольные задания
81	январь	30		15.00-15.45	ознакомление с новым материалом	1	2.3.Техника ориентирования Условные знаки спортивных карт: линейные, точечные, площадные, знаки рельефа. Группы условных знаков.	Беловская СОШ	тестирование, контрольные задания
						19			
82	февраль	01		15.00-15.45	применение умений и навыков	1	2.3.Техника ориентирования Упражнения на запоминание условных знаков спортивных карт, игры. Работа с компасом. Определение сторон горизонта по компасу. Ориентирование карты по компасу. Средства отметки контрольного пункта (КП). Отработка навыков отметки на КП.	Беловская СОШ	тестирование, контрольные задания
83	февраль	03		15.30-17.10	применение умений и	2	2.3.Техника ориентирования Упражнения на запоминание условных знаков	Беловская СОШ	наблюдение, контрольные

					навыков		спортивных карт, игры. Работа с компасом. Определение сторон горизонта по компасу. Ориентирование карты по компасу. Средства отметки контрольного пункта (КП). Отработка навыков отметки на КП.		задания
84	февраль	04		15.30-17.10	применение умений и навыков	2	5.Физическая подготовка Лыжная подготовка.	Беловская СОШ	наблюдение, контрольные задания
85	февраль	06		15.00-15.45	ознакомление с новым материалом	1	4.3.Краеведческие объекты края Памятники истории и культуры Белгородской области	Беловская СОШ	тестирование, опрос
86	февраль	08		15.00-15.45	ознакомление с новым материалом	1	4.3.Краеведческие объекты края Памятники истории и культуры Белгородской области	Беловская СОШ	тестирование, опрос
87	февраль	10		15.30-17.10	применение умений и навыков	2	2.4.Тактика ориентирования Тактические действия на дистанции соревнований по спортивному ориентированию. Тактика выбора пути движения.	Беловская СОШ	наблюдение, контрольные задания
88	февраль	11		15.30-17.10	применение умений и навыков	2	2.5. Интеллектуальная подготовка Общие и специальные тренировочные упражнения для развития памяти, внимания, воображения, логического мышления.	Беловская СОШ	тестирование, контрольные задания
89	февраль	13		15.00-15.45	ознакомление с новым материалом	1	4.2.История и культура края Сведения об истории и культуре города Белгорода (с момента освоения до наших дней). Знаменитые земляки.	Беловская СОШ	тестирование, контрольные задания
90	февраль	15		15.00-15.45	ознакомление с новым материалом	1	4.2.История и культура края Сведения об истории и культуре города Белгорода (с момента освоения до наших дней). Знаменитые земляки.	Беловская СОШ	тестирование, контрольные задания
91	февраль	17		15.30-17.10	применение умений и навыков	2	2.4.Тактика ориентирования Тактические действия на дистанции соревнований по спортивному ориентированию. Тактика выбора пути	Беловская СОШ	наблюдение, контрольные задания,

							движения.		опрос
92	февраль	18		15.30-17.10	применение умений и навыков	2	4.2.История и культура края Краеведческие викторины, кроссворды. «Путешествие» по карте города Белгорода. Творческая мастерская. Подготовка презентаций.	Беловская СОШ	тестирование, опрос
93	февраль	20		15.00-15.45	ознакомление с новым материалом	1	4.2.История и культура края Сведения об истории и культуре города Белгорода (с момента освоения до наших дней). Знаменитые земляки.	Беловская СОШ	тестирование, опрос
94	февраль	22		15.00-15.45	применение умений и навыков	1	4.2.История и культура края Краеведческие викторины, кроссворды. «Путешествие» по карте города Белгорода. Творческая мастерская. Подготовка презентаций.	Беловская СОШ	тестирование, опрос
95	февраль	24		15.30-17.10	применение умений и навыков	2	5.Физическая подготовка Лыжная подготовка.	Беловская СОШ	наблюдение, контрольные задания
96	февраль	25		15.30-17.10	применение умений и навыков	2	4.4.Природа края. Охрана природы Участие в экологических операциях.	Беловская СОШ	наблюдение
97	февраль	27		15.00-15.45	применение умений и навыков	1	2.3.Техника ориентирования Упражнения на запоминание условных знаков спортивных карт, игры. Работа с компасом. Определение сторон горизонта по компасу. Ориентирование карты по компасу. Средства отметки контрольного пункта (КП). Отработка навыков отметки на КП.	Беловская СОШ	контрольные задания, опрос
98	февраль	29		15.00-15.45	применение умений и навыков	1	2.3.Техника ориентирования Упражнения на запоминание условных знаков спортивных карт, игры. Работа с компасом. Определение сторон горизонта по компасу. Ориентирование карты по компасу. Средства отметки контрольного пункта (КП). Отработка навыков отметки на КП.	Беловская СОШ	контрольные задания, опрос

						25			
99	март	02		15.30-17.10	применение умений и навыков	2	2.2.Снаряжение ориентировщика Подбор снаряжения. Комплектование «набора ориентировщика».	Беловская СОШ	контрольные задания, опрос
100	март	03		15.30-17.10	применение умений и навыков	2	3.4.Организация туристского быта Выбор места для костра. Правила разведения костра. Основные типы костров. Правила использования газовой горелки. Заготовка дров. Уборка места бивака после ухода группы. Экология и бивачные работы.	Беловская СОШ	контрольные задания, опрос
101	март	05		15.00-15.45	применение умений и навыков	1	5.Физическая подготовка Подвижные игры и эстафеты, легкая атлетика.	Беловская СОШ	наблюдение, контрольные задания
102	март	07		15.00-15.45	применение умений и навыков	1	5.Физическая подготовка Подвижные игры и эстафеты, легкая атлетика.	Беловская СОШ	наблюдение, контрольные задания
103	март	09		15.30-17.10	применение умений и навыков	2	3.2.Подготовка и организация похода Изучение района путешествия: изучение литературы, краеведческого, картографического материала, отчетов о походах. Составление плана подготовки похода. Разработка маршрута, составление плана-графика движения.	Беловская СОШ	контрольные задания, опрос
104	март	10		15.30-17.10	применение умений и навыков	2	2.4.Тактика ориентирования Тактические действия на дистанции соревнований по спортивному ориентированию. Тактика выбора пути движения.	Беловская СОШ	наблюдение, контрольные задания, опрос
105	март	12		15.00-15.45	применение умений и навыков	1	2.6. Психологическая и морально-волевая подготовка Анализ соревновательных состояний и методов их регуляции. Тренировочные упражнения, направленные на регуляцию психических процессов.	Беловская СОШ	наблюдение, контрольные задания
106	март	14		15.00-15.45	применение умений и навыков	1	2.6. Психологическая и морально-волевая подготовка Анализ соревновательных состояний и методов их регуляции. Тренировочные упражнения, направленные на регуляцию психических процессов.	Беловская СОШ	наблюдение, контрольные задания

107	март	16		15.30-17.10	применение умений и навыков	2	3.4.Организация туристского быта Установка и снятие палатки. Организация бивака в полевых условиях (определение места, пригодного для привала и ночлега, развертывание лагеря, разжигание костра, определение мест для забора воды и умывания, туалетов, мусорной ямы). Утилизация мусора.	Беловская СОШ	наблюдение, контрольные задания, опрос
108	март	17		15.30-17.10	применение умений и навыков	2	2.4.Тактика ориентирования Тактические действия на дистанции соревнований по спортивному ориентированию. Тактика выбора пути движения.	Беловская СОШ	контрольные задания, опрос
109	март	19		15.00-15.45	применение умений и навыков	1	4.2.История и культура края Краеведческие викторины, кроссворды. «Путешествие» по карте города Белгорода. Творческая мастерская.	Беловская СОШ	контрольные задания, опрос
110	март	21		15.00-15.45	применение умений и навыков	1	4.2.История и культура края Краеведческие викторины, кроссворды. «Путешествие» по карте города Белгорода. Творческая мастерская.	Беловская СОШ	контрольные задания, опрос
111	март	23		15.30-17.10	применение умений и навыков	2	2.3.Техника ориентирования Упражнения на запоминание условных знаков спортивных карт, игры. Работа с компасом. Определение сторон горизонта по компасу. Ориентирование карты по компасу. Средства отметки контрольного пункта (КП). Отработка навыков отметки на КП.	Беловская СОШ	контрольные задания, опрос
112	март	24		15.30-17.10	применение умений и навыков	2	2.3.Техника ориентирования Упражнения на запоминание условных знаков спортивных карт, игры. Работа с компасом. Определение сторон горизонта по компасу. Ориентирование карты по компасу. Средства отметки контрольного пункта (КП). Отработка навыков отметки на КП.	Беловская СОШ	наблюдение, контрольные задания, опрос
113	март	26		15.00-	ознакомление	1	5.4.Природа края. Охрана природы	Беловская	контрольные

				15.45	с новым материалом		Природоохранный кодекс туриста. Правила поведения туристов в природе.	СОШ	задания, опрос
114	март	28		15.00-15.45	применение умений и навыков	1	5.4.Природа края. Охрана природы Экскурсия.	Беловская СОШ	контрольные задания, опрос
115	март	30		15.30-17.10	применение умений и навыков	2	5.Физическая подготовка Упражнения на развитие ловкости, гибкости. Легкая атлетика. Спортивные игры. Подвижные игры и эстафеты.	Беловская СОШ	наблюдение
116	март	31		15.30-17.10	применение умений и навыков	2	2.5. Интеллектуальная подготовка Общие и специальные тренировочные упражнения для развития памяти, внимания, воображения, логического мышления.	Беловская СОШ	наблюдение, контрольные задания, опрос
						28			
117	апрель	02		15.00-15.45	применение умений и навыков	1	2.4.Тактика ориентирования Тактические действия на дистанции соревнований по спортивному ориентированию. Тактика выбора пути движения.	Беловская СОШ	наблюдение, контрольные задания
118	апрель	04		15.00-15.45	применение умений и навыков	1	2.4.Тактика ориентирования Тактические действия на дистанции соревнований по спортивному ориентированию. Тактика выбора пути движения.	Беловская СОШ	наблюдение, контрольные задания
119	апрель	06		15.30-17.10	применение умений и навыков	2	2.7. Тренировочные дистанции	Беловская СОШ	контрольные задания, опрос
120	апрель	07		15.30-17.10	применение умений и навыков	2	2.8.Соревнования по ориентированию Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию.	Беловская СОШ	наблюдение
121	апрель	09		15.00-15.45	ознакомление с новым материалом	1	5.Физическая подготовка Упражнения на развитие ловкости, гибкости. Легкая атлетика. Спортивные игры. Подвижные игры и эстафеты.	Беловская СОШ	наблюдение, контрольные задания
122	апрель	11		15.00-	ознакомление	1	5.Физическая подготовка	Беловская	наблюдение,

				15.45	с новым материалом		Упражнения на развитие ловкости, гибкости. Легкая атлетика. Спортивные игры. Подвижные игры и эстафеты.	СОШ	контрольные задания
123	апрель	13		15.30-17.10	ознакомление с новым материалом	2	3.2.Подготовка и организация похода Права и обязанности участников похода. Определение цели и района похода. Изучение района путешествия: изучение литературы, краеведческого, картографического материала, отчетов о походах. Составление плана подготовки похода. Разработка маршрута, составление плана-графика движения. Подбор группы. Туристские должности в группе: постоянные и временные. Распределение обязанностей в группе. Маршрутные документы: маршрутный лист, маршрутная книжка. Отчет о походе. Правила движения в походе. Порядок движения группы на маршруте. Режим ходового дня.	Беловская СОШ	контрольные задания, опрос
124	апрель	14		15.30-17.10	применение умений и навыков	2	2.8.Соревнования по ориентированию Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию.	Беловская СОШ	наблюдение
125	апрель	16		15.00-15.45	применение умений и навыков	1	2.3.Техника ориентирования Упражнения на запоминание условных знаков спортивных карт, игры. Работа с компасом. Определение сторон горизонта по компасу. Ориентирование карты по компасу. Средства отметки контрольного пункта (КП). Отработка навыков отметки на КП.	Беловская СОШ	контрольные задания
126	апрель	18		15.00-15.45	применение умений и навыков	1	2.3.Техника ориентирования Упражнения на запоминание условных знаков спортивных карт, игры. Работа с компасом. Определение сторон горизонта по компасу. Ориентирование карты по компасу. Средства отметки контрольного пункта (КП). Отработка навыков отметки на КП.	Беловская СОШ	контрольные задания

127	апрель	20		15.30-17.10	применение умений и навыков	2	5.Физическая подготовка Легкая атлетика. Спортивные игры.	Беловская СОШ	контрольные задания
128	апрель	21		15.30-17.10	применение умений и навыков	2	2.8.Соревнования по ориентированию Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию.	Беловская СОШ	наблюдение
129	апрель	23		15.00-15.45	применение умений и навыков	1	3.2.Подготовка и организация похода Заполнение маршрутных документов.	Беловская СОШ	контрольные задания, опрос
130	апрель	25		15.00-15.45	применение умений и навыков	1	3.2.Подготовка и организация похода Заполнение маршрутных документов.	Беловская СОШ	контрольные задания, опрос
131	апрель	27		15.30-17.10	применение умений и навыков	2	3.5.Подведение итогов похода Обсуждение итогов похода. Составление отчета о походе.	Беловская СОШ	наблюдение, контрольные задания
132	апрель	28		15.30-17.10	применение умений и навыков	2	2.6. Психологическая и морально-волевая подготовка Самоанализ юных спортсменов при прохождении тренировочной дистанции по спортивному ориентированию. Игры на взаимодействие и самоконтроль.	Беловская СОШ	контрольные задания, опрос
133	апрель	30		15.00-15.45	применение умений и навыков	1	2.5. Интеллектуальная подготовка Общие и специальные тренировочные упражнения для развития памяти, внимания, воображения, логического мышления.	Беловская СОШ	контрольные задания, опрос
						25			
134	май	02		15.00-15.45	применение умений и навыков	1	2.5. Интеллектуальная подготовка Общие и специальные тренировочные упражнения для развития памяти, внимания, воображения, логического мышления.	Беловская СОШ	контрольные задания, опрос
135	май	04		15.30-17.10	применение умений и навыков	2	3.7.Участие в туристских соревнованиях Участие в туристских соревнованиях.	Беловская СОШ	наблюдение
136	май	05		15.30-	применение	2	3.2.Подготовка и организация похода	Беловская	контрольные

				17.10	умений и навыков		Составление плана подготовки похода, изучение маршрута, литературы района путешествия. Составление плана-графика движения. Работа с краеведческой литературой. Распределение обязанностей в группе.	СОШ	задания, опрос
137	май	07		15.00-15.45	применение умений и навыков	1	3.5.Подведение итогов похода Обработка собранных материалов. Составление отчета о походе, оформление стенгазеты, подготовка фотографий, видеоролика, мультимедийной презентации. Ремонт и подготовка снаряжения для хранения.	Беловская СОШ	контрольные задания, опрос
138	май	11		15.30-17.10	применение умений и навыков	2	2.7. Тренировочные дистанции	Беловская СОШ	контрольные задания, опрос
139	май	12		15.30-17.10	применение умений и навыков	2	2.8.Соревнования по ориентированию Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию.	Беловская СОШ	наблюдение
140	май	14		15.00-15.45	применение умений и навыков	1	3.5.Подведение итогов похода Обработка собранных материалов. Составление отчета о походе, оформление стенгазеты, подготовка фотографий, видеоролика, мультимедийной презентации. Ремонт и подготовка снаряжения для хранения.	Беловская СОШ	контрольные задания, опрос
141	май	16		15.00-15.45	применение умений и навыков	1	2.7. Тренировочные дистанции	Беловская СОШ	опрос
142	май	18		15.30-17.10	применение умений и навыков	2	6. Подведение итогов Подведение итогов, проверка умений и навыков, тестирование, сдача контрольных нормативов, анкетирование.	Беловская СОШ	тестирование, опрос, контрольные задания, наблюдение
143	май	19		15.30-17.10	применение умений и	2	6. Подведение итогов Подведение итогов, проверка умений и навыков,	Беловская СОШ	тестирование, опрос,

					навыков		тестирование, сдача контрольных нормативов, анкетирование.		контрольные задания, наблюдение
144	май	21		15.00-15.45	применение умений и навыков	1	2.7. Тренировочные дистанции	Беловская СОШ	опрос
						17			
						216			