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

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Занимательное ориентирование»

Возраст обучающихся: 6-10 лет
Срок реализации: 1 год

Авторы-составители:
Дмитриева Елена Алексеевна,
педагог дополнительного образования
Дмитриев Игорь Викторович, методист

г. Белгород, 2023.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Занимательное ориентирование» физкультурно-спортивной направленности

Авторы программы: Дмитриева Елена Алексеевна,
Дмитриев Игорь Викторович

Программа рассмотрена и утверждена на заседании педагогического совета от «31» августа 2020 г., протокол № 01
Программа пересмотрена и утверждена на заседании педагогического совета от «31» августа 2021 г., протокол № 01
Программа пересмотрена и утверждена на заседании педагогического совета от «31» августа 2022 г., протокол № 01
Программа пересмотрена и утверждена на заседании педагогического совета от «31» августа 2023 г., протокол № 01

Председатель педагогического совета В.А. Ченцов

Содержание

Наименование раздела программы	*стр.*
1.Комплекс основных характеристик	4
1.1.Пояснительная записка	4
1.2. Цель и задачи	6
1.3.Планируемые результаты	6
1.4.Учебный план	9
1.5.Содержание программы	10
2. Комплекс организационно-педагогических условий	13
2.1.Формы аттестации/контроля	13
2.2.Оценочные материалы	13
2.3.Календарный учебный график	14
2.4.Методическое обеспечение и методические материалы	14
2.5. Материально-техническое обеспечение	18
3. Воспитательная компонента программы	19
4. Библиографический список	22
Приложения	24

1. Комплекс основных характеристик

1.1. Пояснительная записка

«С компасом и картой в лес за здоровьем», – эти слова являются девизом одного из самых массовых видов спорта – спортивного ориентирования. Спортивное ориентирование – вид спорта, который сочетает умственную и физическую нагрузку, закладывает в обучающихся здоровье, бодрость, долголетие. Занятия ориентированием воспитывают физическую закалку, быстрое и точное мышление, способность умело преодолевать препятствия, самостоятельно принимать правильное решение в любой обстановке.

В современном обществе одной из основных проблем является ухудшение здоровья подрастающего поколения и туристско-краеведческая деятельность является одним из эффективных средств оздоровления и физического развития обучающихся. При современном неблагополучном экологическом состоянии городов и поселков, высоком уровне шума и других травмирующих факторов, а также значительном времени пребывания детей в помещениях соревнования в природной среде являются эффективным средством оздоровления и профилактики заболеваний.

Активные движения, физические нагрузки, положительные эмоции – все это благотворно влияет на здоровье, формирование всесторонне образованной и развитой личности, полноценное физическое развитие. Занятия туристско-краеведческой деятельностью положительно воздействуют на растущий организм. Тишина лесов, простор полей, ароматы и краски лугов – все это неповторимое многообразие красот родной природы создает приподнятое настроение, раскрепощает нервную систему, наполняет душу романтикой необыкновенного образа жизни.

Спортивное ориентирование отличается многообразием средств восстановления духовных и физических сил человека. Само нахождение в природной среде ведет к укреплению мускулатуры, улучшает деятельность сердечной и дыхательных систем, повышает сопротивляемость организма к заболеваниям. Постоянное пребывание на свежем воздухе и дозированная физическая нагрузка, воздействие солнца и окружающей природы, частая смена впечатлений нормализует деятельность центральной нервной системы, восстанавливает силы, значительно повышает трудоспособность.

Занятия спортивным ориентированием способствуют созданию базы общей физической подготовки. В ориентировании достижение результатов невозможно без постоянной физической подготовки, которая составляет основное содержание тренировки и в то же время неразрывно связана с укреплением и повышением общего уровня функциональных возможностей организма. На занятиях воспитываются такие основные качества, как выносливость, сила, ловкость, гибкость, скорость.

Актуальность программы заключается в формировании интереса обучающихся к занятиям спортивно-туристской деятельностью. Программа имеет стартовый уровень, так как содержит общедоступные и универсальные формы организации материала, минимальную сложность предлагаемого для освоения содержания программы. Программа знакомит обучающихся с основами ориентирования, дает начальные, основные знания и умения в области ориентирования.

Программа по ***уровню сложности*** *является стартовой, по* ***направленности*** *– физкультурно-спортивной.*

Программа позволяет:

- ✓ формировать культуру здорового и безопасного образа жизни;
- ✓ укреплять здоровье обучающихся при занятиях на свежем воздухе, что приводит к полноценному развитию организма ребенка;
- ✓ обеспечивать эмоциональное благополучие ребенка, а именно эмоциональную разгрузку после учебного дня;
- ✓ проводить профилактику асоциального поведения.

Отличительной особенностью программы является то, что она дает представление о туристско-краеведческой деятельности в целом, нацелена на подготовку обучающихся к участию в массовых спортивных и туристско-краеведческих мероприятиях.

Программа интегрирует в себе основные взаимосвязанные виды туристско-краеведческой деятельности: спортивного ориентирования, туризма и краеведения. В такой интеграции заключается ***новизна программы.***

Педагогическая целесообразность программы заключается в том, что занятия в рамках программы предоставляют возможность детям приобрести практический опыт взаимодействия в природно-социальной среде, обеспечивают условия для профессиональной ориентации, формирования социальной активности и гражданской позиции обучающихся.

В программу заложены принципы: доступности и последовательности, научности, системности, индивидуализации, ориентации на успех, связи теории с практикой, эмоционального благополучия, сохранения и укрепления здоровья.

Реализация цели и задач программы состоит в организации образовательной деятельности. Непосредственное активное участие обучающихся в учебно-тренировочных занятиях, соревнованиях, сборах, позволяет реализовать интеллектуальные, физические, творческие способности, в результате чего юные ориентировщики учатся поддерживать свой организм в хорошей физической форме, у них формируются прикладные умения и навыки, вырабатывается самостоятельность действий в различных ситуациях, гибкость и вариативность мышления, приобретается опыт эмоционально-ценностных отношений, необходимых им для дальнейшего участия в общественной жизни.

Адресат программы. Программа «Занимательное ориентирование» рассчитана на детей 6-10 лет. Учебные группы формируются из детей, не

имеющих медицинских противопоказаний, и без предъявления специальных требований к их знаниям и умениям. Количество обучающихся в группе составляет не более 20 человек. Состав группы может быть как одновозрастный, так и разновозрастный, разнополый и однополый.

Объем программы – 216 часов.

Срок освоения – 1 год.

Формы и режим занятий. Форма обучения – очная. Форма организации работы с обучающимися – групповая.

Занятия проводятся 3 раза в неделю по 2 академических часа (академический час – 45 минут). Предусмотрены перерывы не менее 10 минут после каждого часа.

1.2. Цель и задачи

Цель программы – всестороннее развитие личности обучающегося и формирование позитивных жизненных ценностей посредством занятий спортивным ориентированием.

Программа нацеливает образовательный процесс на решение следующих ***задач:***

- формировать знания, умения в области спортивного ориентирования;
- формировать спортивно-туристские навыки;
- способствовать формированию устойчивого интереса и потребности в познании окружающего мира;
- воспитывать гражданственность, патриотизм, чувство любви к Родине;
- воспитывать экологическую культуру, чувство ответственности за состояние окружающей среды;
- укреплять здоровье, формировать навыки здорового образа жизни;
- расширять знания об окружающем мире;
- прививать интерес к активному отдыху и путешествиям.

1.3. Планируемые результаты

В ходе освоения содержания программы обеспечиваются условия для достижения обучающимися следующих личностных, метапредметных и предметных результатов.

Личностными результатами изучения программы являются приобретение обучающимися способности и готовности к саморазвитию, основ гражданской идентичности, ценностно-смысловых установок, отражающих их индивидуально-личностные позиции, социальных компетенций, личностных качеств.

Метапредметными результатами (предпосылками к их формированию) является формирование следующих универсальных учебных действий: регулятивных, познавательных, коммуникативных.

Регулятивные универсальные учебные действия:

- умение осуществлять действия в новом материале под руководством педагога, по заданному образцу или заданному плану;
- умение различать разные способы выполнения действия;
- умение выполнять элементарные алгоритмы;
- умение видеть ошибку и исправлять ее самостоятельно, сравнивать результат действия с образцом и исправлять найденную ошибку;
- умение сравнивать свои цели действий с другими;
- умение обсуждать под руководством педагога успешность или не успешность своих действий.

Познавательные универсальные учебные действия:

- ориентироваться в различных источниках информации;
- делать выводы в результате совместной работы обучающихся и педагога.

Коммуникативные универсальные учебные действия:

- слушать и понимать речь других; пользоваться приемами слушания: фиксировать тему (заголовок), ключевые слова;
- учиться работать в паре, в группе; выполнять различные роли (лидера, исполнителя).

Предметными результатами является формирование следующих умений:

- развитие познавательных интересов к учебной деятельности;
- расширение представления об окружающем мире, явлениях действительности с опорой на жизненный опыт ребенка.

Планируемые результаты

Раздел программы	*Знания*	*Умения*
Введение	- правила техники безопасности при проведении занятий, участии в массовых мероприятиях; - виды спортивного ориентирования; - виды соревнований по ориентированию	
Компас и карта – надежные помощники в ориенти-	- понятие «карта», виды карт; - понятие «масштаб карты»; - цвета карты, что они обозначают; - условные знаки спортивных карт; - компас, его устройство, правила	- определять масштаб карты; - зарисовывать условные знаки спортивных карт; - обращаться с

ровании	обращения; - основные направления сторон горизонта; - понятие «азимут»; - понятие «сечение рельефа»	компасом; - определять направления сторон горизонта; - определять азимут; - двигаться по азимуту; - ориентировать карту; - определять точку на карте
Мир вокруг нас	- понятие «краеведение»; - основные сведения о природе, культуре, истории родного края; - достопримечательные и памятные места Белгородской области; - личное и групповое туристское снаряжение, требования к нему; - правила поведения в природе	- укладывать рюкзак; - ставить палатку; - преодолевать препятствия;
На лесных тропинках	- значение физической подготовки; - права и обязанности участников соревнований по ориентированию; - действия участника в случае потери ориентировки; - действия участников в аварийной ситуации; - алгоритм отметки на КП; - символы легенд КП	- выполнять комплекс упражнений; - отмечаться на КП; - читать легенду КП

1.4. Учебный план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации / контроля
		всего	теория	практика	
1	**Раздел 1. Введение**	**6**	**3**	**3**	
1.1	Планирование работы объединения	2	1	1	опрос
1.2	Спортивное ориентирование как вид спорта	2	1	1	опрос, контрольные задания
1.3	Техника безопасности	2	1	1	опрос, контрольные задания
2	**Раздел 2. Карта и компас – надежные помощники в ориентировании**	**68**	**24**	**44**	
2.1	Спортивная карта	6	2	4	опрос, тестирование, контрольные задания, наблюдение
2.2	Условные знаки спортивных карт	24	8	16	опрос, тестирование, контрольные задания, наблюдение
2.3	Ориентирование по компасу	14	6	8	опрос, тестирование, контрольные задания, наблюдение
2.4	Чтение карты	24	8	16	опрос, тестирование, контрольные задания, наблюдение
3	**Раздел 3. Мир вокруг нас**	**62**	**22**	**40**	
3.1	Краеведение – изучение родного края	20	8	12	опрос, тестирование, контрольные задания, наблюдение
3.2	Туризм – путешествие по родному краю	24	8	16	опрос, тестирование, контрольные задания, наблюдение
3.3	В гостях у природы	18	6	12	опрос, тестирование, контрольные задания, наблюдение
4	**Раздел 4. На лесных тропинках**	**74**	**12**	**62**	
4.1	Физическая подготовка	16	1	15	опрос, тестирование, контрольные задания, наблюдение
4.2	Спортивные и подвижные игры	20	1	19	опрос, тестирование, контрольные задания, наблюдение
4.3	Основы безопасности на дистанции	4	4	-	опрос, тестирование, контрольные задания
4.4	Тренировочные дистанции	18	6	12	опрос, тестирование, контрольные задания, наблюдение
4.5	Соревнования по ориентированию	16	-	16	опрос, тестирование, контрольные задания, наблюдение
5	**Раздел 5. Подведение итогов**	**6**	-	**6**	опрос, тестирование, контрольные задания, наблюдение
	ИТОГО	**216**	**61**	**155**	

1.5. Содержание программы

Раздел 1. Введение

1.1 Планирование работы объединения

Теория: Спортивное ориентирование – средство физического развития, оздоровления, закаливания. Планирование деятельности объединения в учебном году, определение задач и целей, основных мероприятий на учебный год.

Практика: Игра на тему «Давай познакомимся».

1.2. Техника безопасности

Теория: Основы безопасности проведения занятий, участия в массовых мероприятиях. Инструктаж по технике безопасности при проведении занятий. Правила дорожного движения. Меры личной безопасности детей в криминальной ситуации. Правила пожарной безопасности.

Практика: Моделирование нестандартных ситуаций.

1.3. Спортивное ориентирование как вид спорта

Теория: Знакомство с видом спорта «спортивное ориентирование». Виды спортивного ориентирования (бегом, на велосипедах, на лыжах, трейл ориентирование). Виды соревнований по ориентированию (в заданном направлении, по выбору, на маркированной трассе, эстафетное ориентирование). Обзор развития ориентирования стране и за рубежом. Ориентирование – ключ к приключениям.

Практика: Просмотр фото-, видеоматериалов соревнований различного уровня по спортивному ориентированию. Встреча с выдающимися спортсменами-ориентировщиками Белгородчины.

Раздел 2. Карта и компас – надежные помощники в ориентировании

2.1. Спортивная карта

Теория: Понятие «карта», виды карт. Спортивная карта, ее особенности. Масштаб карты. Цвета карты, что они обозначают.

Практика: Определение масштаба карты.

2.2. Условные знаки спортивных карт

Теория: Условные знаки спортивных карт: линейные, точечные, площадные. Группы условных знаков (рельеф, гидрография, растительность, скалы и камни, искусственные объекты, знаки дистанции).

Практика: Упражнения и игры на запоминание условных знаков спортивных карт. Зарисовка условных знаков, диктанты. «Путешествие» по спортивной карте.

2.3. Ориентирование по компасу

Теория: Компас, его устройство, правила обращения. Виды компасов. История создания. Основные направления сторон горизонта. Определение сторон горизонта по компасу, солнцу, местным признакам. Изготовление компаса из подручных средств. Азимут, определение азимута. Движение по азимуту. Азимутальное кольцо.

Практика: Работа с компасом. Определение сторон горизонта по компасу, солнцу, местным признакам. Изготовление компаса из подручных средств. Определение азимута, движение по азимуту. Упражнения по определению азимута.

2.4. Чтение карты

Теория: Как пользоваться картой. Ориентирование карты по компасу, по линиям местности. Изображение рельефа на спортивной карте. Понятие «сечение рельефа». Определение точки на карте. Прием «большого пальца». Линейные ориентиры. Ориентирование по линейным ориентирам.

Практика: Ориентирование карты по компасу, линиям местности. Определение точки на карте. Отработка приема «большого пальца». «Путешествие» по карте. Упражнение по спортивной карте. Ориентирование по линейным ориентирам.

Раздел 3. Мир вокруг нас

3.1. Краеведение – изучение родного края

Теория: Понятие «краеведение». Источники изучения родного края: вещественные, письменные, фотодокументальные. Географическое положение территории края. Геологическое прошлое и рельеф, полезные ископаемые, климат, водные ресурсы. Растительный и животный мир. Заповедник «Белогорье», памятники природы. Красная книга Белгородской области. Сведения об историческом прошлом края. Символика Белгородской области. Знаменитые земляки. Туристско-экскурсионные объекты, музеи, храмы, памятники Боевой Славы. Достопримечательные и памятные места Белгородской области.

Практика: «Путешествие» по карте Белгородской области. Просмотр фото-, видеоматериалов «Белгородская область». Творческая мастерская. Экскурсия (виртуальная экскурсия) по памятным и достопримечательным местам края. Краеведческие викторины, кроссворды, тесты, задания и др.

3.2. Туризм – путешествие по родному краю

Теория: Туристские походы, путешествия, прогулки, их роль и значение. Понятие о личном и групповом туристском снаряжении, требования к нему. Укладка рюкзака. Типы палаток, их назначения. Устройство палатки, правила использования, транспортировки, хранения, ремонт. Права и обязанности участников похода. Туристские должности в группе: постоянные и временные. Туристский строй. Режим движения, темп. Техника преодоления естественных препятствий. Меры безопасности при преодолении естественных препятствий. Этапы без применения специального туристского снаряжения.

Практика: Укладка рюкзака, подгонка снаряжения. Уход за снаряжением, его ремонт. Подготовка личного и группового снаряжения к походу. Установка палатки. Распределение обязанностей в группе. Отработка движения колонной. Соблюдение режима движения. Преодоление этапов без применения специального туристского снаряжения.

3.3. В гостях у природы

Теория: Понятие «экология». Взаимосвязи в природе. Понятие «экосистема». Человек и планета Земля. Природоохранный кодекс туриста-ориентировщика. Экологическая культура туриста. Правила поведения в природе. Памятка «Войди в лес другом».

Практика: Творческая мастерская. Участие в экологических акциях. Экскурсия (виртуальная экскурсия) по туристско-экологической тропе.

Раздел 4. На лесных тропинках

4.1. Физическая подготовка

Теория: Значение физической подготовки. Утренняя зарядка. Развитие общей выносливости. Развитие силы. Общеразвивающие упражнения. Специальные упражнения.

Практика: Общеразвивающие и специальные упражнения, эстафеты, силовая подготовка, кроссовая и лыжная подготовка. Упражнения на развитие выносливости, быстроты, ловкости, силы, гибкости.

4.2. Спортивные и подвижные игры

Теория: Спортивные и подвижные игры как средство физической подготовки.

Практика: Спортивные и подвижные игры с элементами ориентирования.

4.3. Основы безопасности на дистанции

Теория: Правила соревнований по спортивному ориентированию. Права и обязанности участников. Спортивное поведение. Действия участника в случае потери ориентировки. Действия участников в аварийной ситуации. Основы безопасности.

4.4. Тренировочные дистанции

Теория: Средства отметки на КП. Алгоритм отметки на КП. Символы легенд КП. Выбор варианта.

Виды снаряжения ориентировщика, особенности их использования. Одежда, обувь ориентировщика. «Набор ориентировщика», его назначение и состав (компас, булавки, пакеты, шнурок, ручка, скотч, ножницы, чип). Правила эксплуатации снаряжения и хранения.

Практика: Отработка навыков отметки на КП. Чтение легенд КП. Подбор снаряжения. Комплектование «набора ориентировщика». Прохождение тренировочных дистанций. Анализ дистанций. Выбор варианта.

4.5. Соревнования по ориентированию

Практика: Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию.

Раздел 5. Подведение итогов

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

2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Формы аттестации/контроля

В течение учебного года в объединении с целью проверки качества знаний, умений и навыков, эффективности обучения проводится текущий контроль успеваемости и промежуточная аттестация в виде контроля: входной контроль (в начале учебного года), промежуточный контроль (в течение учебного года), итоговый контроль (в конце учебного года).

Текущий контроль успеваемости обучающихся проводится в течение учебного года.

Промежуточная аттестация обучающихся проводится в форме входного, промежуточного и итогового контроля.

Входной контроль обучающихся проводится в начале учебного года (сентябрь-октябрь) и предполагает проверку уровня знаний, умений, навыков обучающихся на начало учебного года.

Промежуточный контроль обучающихся проводится в середине учебного года (январь-февраль) и предполагает проверку знаний, умений и навыков изученного текущего программного материала.

Итоговый контроль обучающихся проводится в конце учебного года (май) и предполагает проверку освоения содержания образовательной программы за учебный год.

Промежуточная аттестации включает проверку теоретических знаний обучающихся и их практических умений и навыков.

Формы аттестации. Контроль знаний, умений и навыков производится в форме педагогического наблюдения, опроса, тестирования, выполнения контрольных заданий, спортивных соревнований.

2.2. Оценочные материалы

Критерии оценки результативности определяют три уровня освоения программы: высокий, средний, низкий.

Теоретические знания. Высокий уровень – успешное освоение обучающимся более 70% содержания программы; средний уровень – успешное освоение обучающимся от 49% до 69% содержания программы; низкий уровень – успешное освоение обучающимся менее 50% содержания программы. Условной единицей для оценки результатов выполнения тестовых заданий является балл – количественный показатель верно выполненных заданий.

Критерии оценки теоретических знаний:

- высокий уровень – 7-10 баллов;
- средний уровень – 5-6 баллов;
- низкий уровень – ниже 5 баллов.

Метод диагностики – тестирование.

Практические умения и навыки. Показателями практических умений и навыков являются контрольные нормативы, которые включают такие контрольные упражнения: бег 30 м, кросс с отметкой, ориентирование в заданном направлении.

Метод диагностики – тестирование.

Оценочные материалы представлены в приложении № 1.

2.3. Календарный учебный график

Срок обучения		1 год	
Количество учебных часов		216 часов	
Количество учебных недель		36	
Количество учебных дней		108	
Вид контроля	входной	промежуточный	итоговый
Сроки контроля	сентябрь-октябрь	январь-февраль	май
Режим занятий		3 раза в неделю по 2 часа	

Последовательность реализации программы определяется последовательностью тем в календарном учебном графике (приложение № 2).

2.4. 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 спортивно-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, викторины, игры и т.д.

Программа предусматривает участие в соревнованиях по спортивному ориентированию, 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:

- приобретение специальных знаний (показ, идеомоторная тренировка, демонстрация);

- овладение двигательными умениями и навыками (метод расчлененного и целостного упражнения);

- 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

Большинство занятий 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.

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 необходимо уделять вопросам обеспечения безопасности и предупреждения травматизма при изучении каждой темы, проведении каждого занятия, мероприятия. Необходимо помнить, что здоровье ребенка – превыше всего. При решении педагогом вопросов,

связанных с индивидуальными нагрузками для занимающихся, необходима их строгая дифференциация и индивидуализация с учетом физического, половозрастного, морально-волевого и функционального развития.

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 (физическое и умственное).

Необходимо поощрять детей. Дети должны чувствовать, что у них что-то получается. Успешное освоение материала программы во многом зависит от продуманного построения учебного процесса.

При этом педагогу необходимо учитывать принципы организации самодеятельности объединения (группы) для успешной реализации данных программ:

- обеспечение общественно полезной, нравственно-ценной и личностно-значимой для обучающихся направленности туристско-краеведческой и специальной деятельности;
- насыщение деятельности детей элементами творчества и инициативы, основой которых становится последовательное переключение с воспроизводящих на активные творческие, поисковые виды деятельности;
- дифференциация и индивидуализация учебно-тренировочного процесса, что помогает подросткам выступать в наиболее благоприятной для него роли, находить наилучшее применение своим способностям, полнее раскрывать и выражать индивидуальность;
- организацию работы таким образом, чтобы она стала источником положительных эмоций, доставляла детям удовлетворение и радость.

Дидактический материал

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

Информационное обеспечение

Литература для педагога

1. Алешин, В.М. Карта в спортивном ориентировании. – М.: Физкультура и спорт, 1983. – 171 с.
2. Вяткин, Л.А. Туризм и спортивное ориентирование / Л.А. Вяткин, Е.В.Сидорчук. – М.: Академия, 2008. – 208 с.
3. Голуб, Б.А. Основы общей дидактики. – М.: ВЛАДОС, 1999. – 96 с.
4. Константинов, Ю.С. Детско-юношеский туризм / Ю.С. Константинов. – М.: ФЦДЮТиК, 2006. – 600 с.
5. Константинов, Ю.С., Глаголева, О.Л. Уроки ориентирования. – М.: ФЦДЮТиК, 2005. – 328 с.
6. Кобзарев, А., Корчагина, О., Рябкин, М. Энциклопедия спортивного ориентирования. Такое разное ориентирование. – Воронеж, 2009. – 253 с.
7. Константинов, Ю.С. Туристские слеты и соревнования учащихся: Учебно-методическое пособие. – М.: ЦДЮТиК МО РФ, 2000. – 228 с.
8. Константинов, Ю.С. Туристские соревнования учащихся. – М.: ЦДЮТур МО РФ, 1995. – 64 с.
9. Константинов, Ю.С., Куликов, В.М. Педагогика школьного туризма. – М.: ЦДЮТиК МО РФ, 2002. – 152 с.
10. Куликов, В.М., Константинов, Ю.С. Топография и ориентирование в туристском путешествии. – М.: ЦДЮТиК МО РФ, 2004. – 72 с.
11. Куликов, В.М., Ротштейн, Л.М. Школа туристских вожаков. – М.: ВЛАДОС, 1999. – 144 с.
12. Маслов, А.Г., Константинов, Ю.С, Дрогов, И.А. Лето, дети и туризм. – М.: ЦДЮТур РФ, 1997. – 120 с.
13. Психология и педагогика / под ред. Радугина А. – М.: Центр, 2002. – 256с.
14. Сластенин, В.А. и др. Педагогика. – М.: Издательский центр Академия, 2003. – 576 с.

Литература для обучающихся

1. Колесникова, Л.В. Спортивное ориентирование. Рабочая тетрадь юного ориентировщика. – М.: Советский спорт, 2003. – 64 с.
2. Куликов, В.М. Знатоки идут по фотоследу /настольная топографическая игра/
3. Куприн, А.М. Занимательно об ориентировании. – М.: Просвещение, 1980. – 96 с.
4. Моргунова, Т.В. Обучающие и контрольные тесты по спортивному ориентированию. – М.: Советский спорт, 2008. – 92 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);
- Видеоролики «Соревнования по спортивному ориентированию «Российский азимут» (сборники);
- Видеоролик «Ориентирование – спорт для всех»;
- Видеоролики о соревнованиях по спортивному ориентированию (сборники).

2.5. Материально-техническое обеспечение

Перечень снаряжения и оборудования:

- компас
- рюкзак
- коврик туристский
- спальник
- палатка
- лыжи
- палки
- лыжные ботинки
- мяч футбольный
- мяч волейбольный
- призмы контрольных пунктов для ориентирования

3. 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, в том числе в информационной среде);
- 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

4. Библиографический список

1. Голуб, Б.А. Основы общей дидактики. – М.: ВЛАДОС, 1999. – 96 с.
2. Зорин, И.В., Штюрмер, Ю.А. Туризм и охрана окружающей среды. – М.: Турист, 1986. – 86 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. – 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. Туристско-краеведческая деятельность учащихся в системе дополнительного образования детей. – М.: ЦДЮТИК, 2001. – 180с.
8. Константинов, Ю.С., Куликов, В.М. Педагогика школьного туризма. – М.: ЦДЮТиК МО РФ, 2002. – 152 с.
9. Куликов, В.М., Константинов, Ю.С. Топография и ориентирование в туристском путешествии. – М.: ЦДЮТиК МО РФ, 2004. – 72 с.
10. Куликов, В.М., Ротштейн, Л.М. Школа туристских вожаков. – М.: ВЛАДОС, 1999. – 144 с.
11. Лукашов, Ю.В., Ченцов, В.А. Программы для системы дополнительного образования детей. Спортивное ориентирование. – М.: ЦДЮТиК МО РФ, 2001. – 68 с.
12. Маслов, А.Г., Константинов, Ю.С, Дрогов, И.А. Лето, дети и туризм. – М.: ЦДЮТур РФ, 1997. – 120 с.
13. Моргунова, Т.В. Обучающие и контрольные тесты по спортивному ориентированию. – М.: Советский спорт, 2003. – 92 с.
14. Остапец, А.А. Педагогика и психология туристско-краеведческой деятельности учащихся. – М.: ЦДЮТК МО РФ, 2001. – 96 с.
15. Психология и педагогика / под ред. Радугина А. – М.: Центр, 2002. – 256с.
16. Педагогическая психология / под ред. Н.В. Клюевой. – М.: ВЛАДОС-ПРЕСС, 2003. – 400 с.
17. Программы лауреатов V Всероссийского конкурса авторских программ дополнительного образования детей. Номинация туристско-краеведческая. – М: ГОУ ЦРСДОД, 2003. – 368 с.
18. Ротштейн, Л.М. Слагаемые успеха. – М.: ЦДЮТиК МО РФ, 2001. – 112с.
19. Сластенин, В.А. и др. Педагогика. – М.: Академия, 2003. – 576 с.

20. Словарь юного туриста. – М.: ЦДЮТ, 2003. – 76 с.
21. Туристская игротека. – М.: ЦДЮТиК МО РФ, 2003. – 56 с.
22. Тыкул, В.И. Спортивное ориентирование. – М.: Просвещение, 1990. – 159с.
23. Усыскин, Г.С. В классе, в парке, в лесу. – М.: ЦДЮТиК, 2001. – 28 с.
24. Ченцов В.А. Методические основы управления учебно-воспитательным процессом в учреждениях дополнительного образования туристско-краеведческого профиля: Автор канд. пед. наук. – М., 2000. – 20 с.

Интернет-ресурсы

1. Академическая библиотека (сайт Академии детско-юношеского туризма и краеведения). – Режим доступа http://madut.narod.ru/lit.html
2. Закон «Об образовании». – Режим доступа http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_140174/
3. Литература по спортивному ориентированию. – Режим доступа http://www.orient-murman.ru
4. Общая педагогика. – Режим доступа http://kpip.kbsu.ru
5. Шилова, М.И., Шевчук, Ю.В. Формирование нравственных и волевых черт характера подростков в школах спортивной ориентации. – Режим доступа http://lib.sportedu.ru

Приложения

Приложение № 1

Оценочные материалы

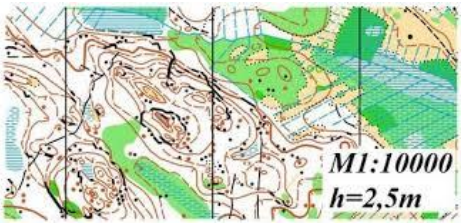
Контрольные вопросы входного контроля

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. На каком рисунке изображена спортивная карта?



а) б) в)

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

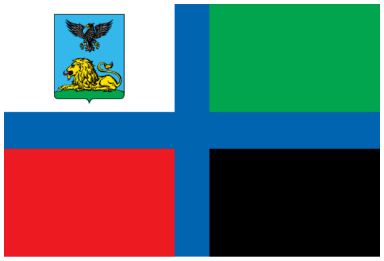
а) б) в)

6. Какое снаряжение необходимо взять в поход?

а)	б)	в)
г)	д)	е)

7. На каком рисунке изображен флаг Белгородской области?

а)



б)

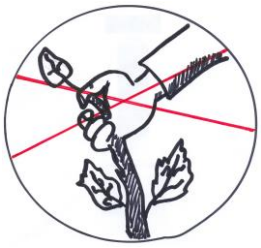
в)

8. Заплечный мешок, используемый туристами и ориентировщиками для переноски снаряжения, питания, необходимых вещей?

а) чемодан; б) рюкзак; в) авоська.

9. Правила поведения в природе. Объясните, что означают эти рисунки?

а)



б)

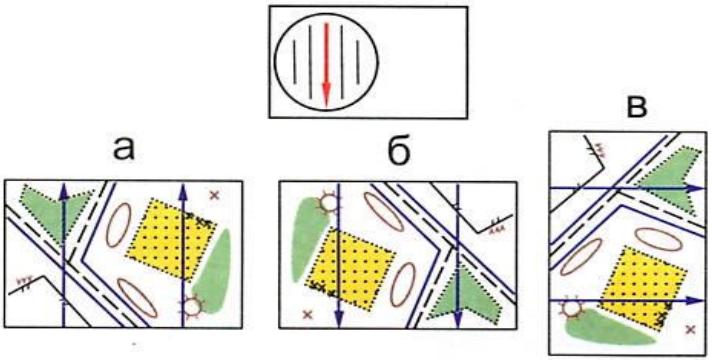
10. Правила перехода дороги:

а) по пешеходному переходу; б) бегом; в) очень медленно.

<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?

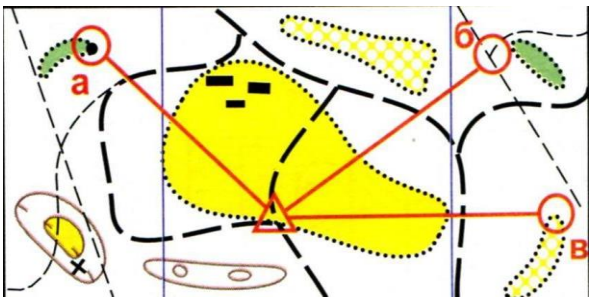


2. Объекты гидрографии – это объекты, связанные с:
   а) рельефом;
   б) водой;
   в) растительностью;
   г) скалами и камнями.

3.Нарисуйте условные знаки спортивных карт:

родник	
тропинка	
бугор	
яма	

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

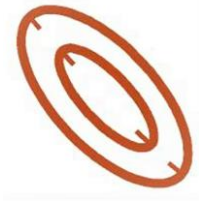


5. Из чего состоит компас?

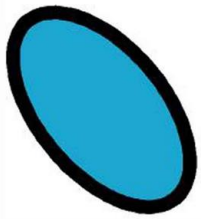
а) магнитная стрелка; б) масштабная шкала;
в) лимб, подписанный в градусах; г) увеличительное стекло;
д) часовая стрелка.

6. Каким условным знаком обозначается болото?

а)

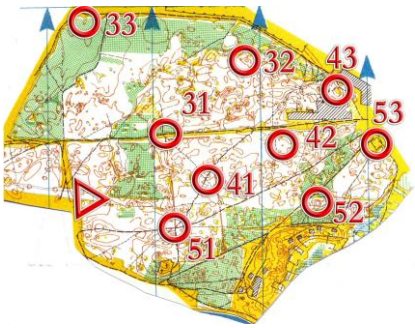


б)

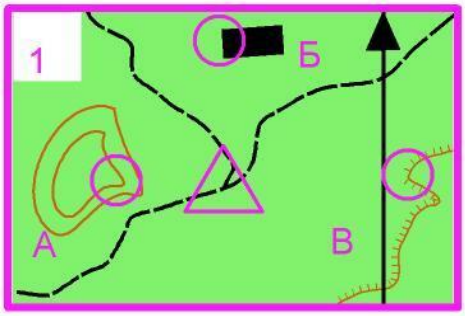


в)

7.Какой вид ориентирования изображен на карте?
а) ориентирование в заданном направлении;
б) ориентирование по выбору;
в) маркированный маршрут.



8. Какой КП расположен на западе?



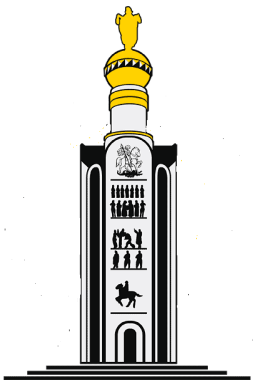
9.День города Белгород празднуется …

а) 5 сентября

б) 5 августа

в) 5 января

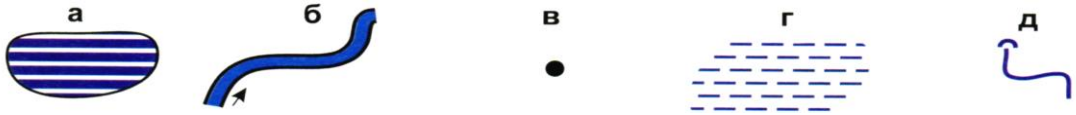
10. Назовите памятник Победы,
где каждые 20 минут звонят колокола
в память о погибших.



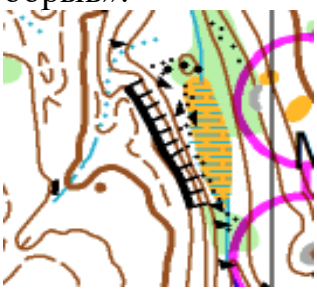
<u>Критерии оценки:</u>
высокий уровень – 7-10 баллов;
средний уровень – 5-6 баллов;
низкий уровень – ниже 5 баллов.

Контрольные вопросы итогового контроля

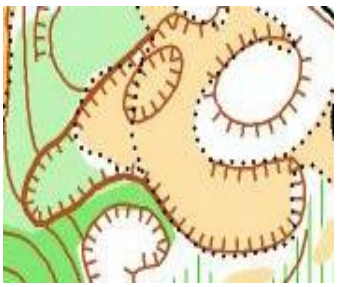
1. Исключите лишний знак.



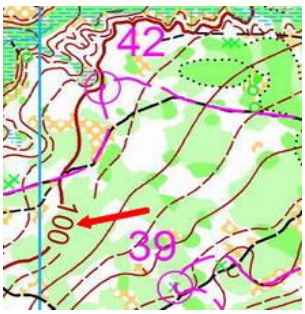
2. На какой спортивной карте изображен условный знак «грунтовый обрыв».



а)



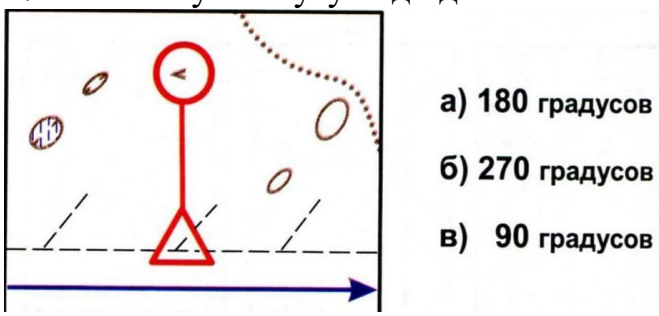
б)



в)

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

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



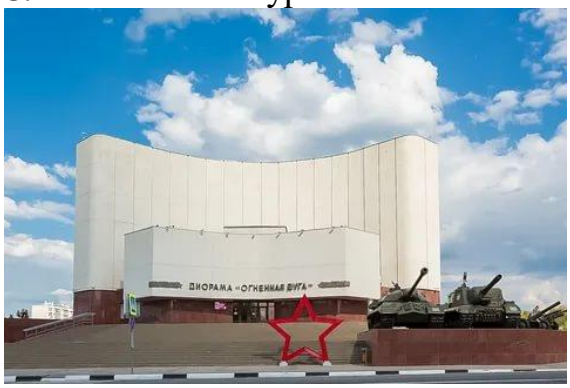
5. Что означает эта надпись на спортивной карте?

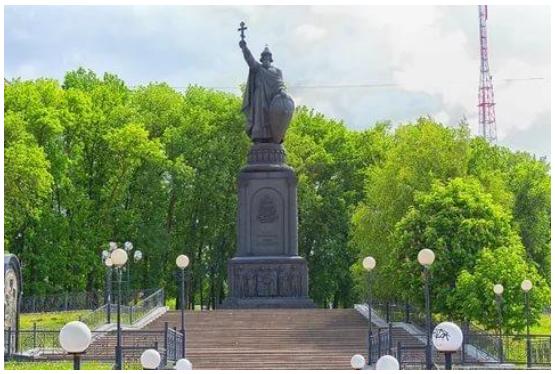
6. Зачем участнику соревнований нужно знать аварийный азимут?
а) с помощью аварийного азимута участник при потере ориентировки может прийти на финиш;
б) помощью аварийного азимута участник может найти КП;
в) помощью аварийного азимута участник может выйти за границы карты.

7. Кто изображен на гербе Белгородской области?

а) лев и ворон; б) орел и тигр; в) орел и лев г) сокол и лев

8. Назовите экскурсионные объекты Белгородчины:





а) _____ б) _____

9. Как называется предмет, изображенный на рисунке?

а) станция отметки; б) ЧИП; в) призма

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 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.

Приложение № 2

Календарный учебный график

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1.				вводное учебное занятие	1	1.1 Планирование работы объединения Спортивное ориентирование – средство физического развития, оздоровления, закаливания. Планирование деятельности объединения в учебном году, определение задач и целей, основных мероприятий на учебный год.		опрос
				ознакомление с новым материалом	1	1.2. Техника безопасности Моделирование нестандартных ситуаций.		
2.				применение умений и навыков	1	1.1 Планирование работы объединения Игра на тему «Давай познакомимся».		опрос
				применение умений и навыков	1	1.2. Техника безопасности Моделирование нестандартных ситуаций.		
3.				ознакомление с новым материалом	1	1.3. Спортивное ориентирование как вид спорта Знакомство с видом спорта «спортивное ориентирование». Виды спортивного ориентирования (бегом, на велосипедах, на лыжах, трейл ориентирование). Виды соревнований по ориентированию (в заданном направлении, по выбору, на маркированной трассе, эстафетное ориентирование). Обзор развития ориентирования стране и за рубежом. Ориентирование – ключ к приключениям.		опрос, наблюдение
				применение умений и навыков	1	1.3. Спортивное ориентирование как вид спорта Просмотр фото-, видеоматериалов соревнований различного уровня по спортивному ориентированию. Встреча с выдающимися спортсменами-ориентировщиками Белгородчины.		
4.				ознакомление с	2	2.1. Спортивная карта		наблюдение,

				новым материалом		Понятие «карта», виды карт. Спортивная карта, ее особенности. Масштаб карты. Цвета карты, что они обозначают.		опрос
5.				применение умений и навыков	2	2.1. Спортивная карта Определение масштаба карты.		наблюдение, опрос
6.				ознакомление с новым материалом	1	4.1. Физическая подготовка Значение физической подготовки. Утренняя зарядка. Развитие общей выносливости. Развитие силы. Общеразвивающие упражнения. Специальные упражнения.		наблюдение
				применение умений и навыков	1	4.1. Физическая подготовка Общеразвивающие и специальные упражнения, эстафеты, силовая подготовка, кроссовая подготовка. Упражнения на развитие выносливости, быстроты, ловкости, силы, гибкости.		
7.				применение умений и навыков	2	2.1. Спортивная карта Определение масштаба карты.		наблюдение, опрос
8.				ознакомление с новым материалом	2	4.4. Тренировочные дистанции Средства отметки на КП. Алгоритм отметки на КП. Символы легенд КП.		наблюдение, контрольные задания
9.				ознакомление с новым материалом	2	2.2. Условные знаки спортивных карт Условные знаки спортивных карт: линейные, точечные, площадные. Группы условных знаков (рельеф, гидрография, растительность, скалы и камни, искусственные объекты, знаки дистанции).		наблюдение, опрос
10.				применение умений и навыков	2	2.2. Условные знаки спортивных карт Упражнения и игры на запоминание условных знаков спортивных карт. Зарисовка условных знаков, диктанты. «Путешествие» по спортивной карте.		опрос, контрольные задания
11.				ознакомление с новым материалом	2	4.3. Основы безопасности на дистанции Правила соревнований по спортивному ориентированию. Права и обязанности участников. Спортивное поведение.		наблюдение, опрос
12.				ознакомление с	2	2.3. Ориентирование по компасу		тестирование,

				новым материалом		Компас, его устройство, правила обращения. Виды компасов. История создания. Основные направления сторон горизонта. Определение сторон горизонта по компасу, солнцу, местным признакам.		наблюдение
13.				применение умений и навыков	2	4.1. Физическая подготовка Общеразвивающие и специальные упражнения, эстафеты, силовая подготовка, кроссовая подготовка. Упражнения на развитие выносливости, быстроты, ловкости, силы, гибкости.		наблюдение
14.				ознакомление с новым материалом	2	4.3. Основы безопасности на дистанции Действия участника в случае потери ориентировки. Действия участников в аварийной ситуации. Основы безопасности.		наблюдение, опрос
15.				применение умений и навыков	2	4.4. Тренировочные дистанции Отработка навыков отметки на КП. Прохождение тренировочных дистанций. Анализ дистанций.		наблюдение
16.				ознакомление с новым материалом	1	4.2. Спортивные и подвижные игры Спортивные и подвижные игры как средство физической подготовки.		наблюдение, контрольные задания
				применение умений и навыков	1	4.2. Спортивные и подвижные игры Спортивные и подвижные игры с элементами ориентирования.		
17.				применение умений и навыков	2	2.2. Условные знаки спортивных карт Упражнения и игры на запоминание условных знаков спортивных карт. Зарисовка условных знаков, диктанты. «Путешествие» по спортивной карте.		наблюдение, опрос
18.				ознакомление с новым материалом	2	4.4. Тренировочные дистанции Выбор варианта.		наблюдение, опрос
19.				ознакомление с новым материалом	2	2.2. Условные знаки спортивных карт Условные знаки спортивных карт: линейные, точечные, площадные. Группы условных знаков (рельеф, гидрография, растительность, скалы и камни,		опрос, наблюдение

						искусственные объекты, знаки дистанции).		
20.				применение умений и навыков	2	2.3. Ориентирование по компасу Работа с компасом. Определение сторон горизонта по компасу, солнцу, местным признакам.		тестирование, наблюдение
21.				ознакомление с новым материалом	2	2.4. Чтение карты Как пользоваться картой. Ориентирование карты по компасу, по линиям местности. Изображение рельефа на спортивной карте.		наблюдение
22.				ознакомление с новым материалом	2	4.4. Тренировочные дистанции Виды снаряжения ориентировщика, особенности их использования. Одежда, обувь ориентировщика. «Набор ориентировщика», его назначение и состав (компас, булавки, пакеты, шнурок, ручка, скотч, ножницы, чип). Правила эксплуатации снаряжения и хранения.		наблюдение
23.				применение умений и навыков	2	4.1. Физическая подготовка Общеразвивающие и специальные упражнения, эстафеты, силовая подготовка, кроссовая подготовка. Упражнения на развитие выносливости, быстроты, ловкости, силы, гибкости.		наблюдение, контрольные задания
24.				применение умений и навыков	2	2.4. Чтение карты Ориентирование карты по компасу, линиям местности.		тестирование, опрос
25.				ознакомление с новым материалом	2	2.2. Условные знаки спортивных карт Условные знаки спортивных карт: линейные, точечные, площадные. Группы условных знаков (рельеф, гидрография, растительность, скалы и камни, искусственные объекты, знаки дистанции).		тестирование, опрос наблюдение
26.				ознакомление с новым материалом	2	2.3. Ориентирование по компасу Азимут, определение азимута. Движение по азимуту. Азимутальное кольцо.		наблюдение, опрос
27.				применение умений и навыков	2	4.1. Физическая подготовка Общеразвивающие и специальные упражнения, эстафеты, силовая подготовка, кроссовая подготовка. Упражнения на		наблюдение

						развитие выносливости, быстроты, ловкости, силы, гибкости.		
28.				ознакомление с новым материалом	2	2.2. Условные знаки спортивных карт Условные знаки спортивных карт: линейные, точечные, площадные. Группы условных знаков (рельеф, гидрография, растительность, скалы и камни, искусственные объекты, знаки дистанции).		контрольные задания, опрос
29.				применение умений и навыков	2	2.3. Ориентирование по компасу Изготовление компаса из подручных средств.		тестирование, наблюдение
30.				применение умений и навыков	2	2.2. Условные знаки спортивных карт Упражнения и игры на запоминание условных знаков спортивных карт. Зарисовка условных знаков, диктанты. «Путешествие» по спортивной карте.		наблюдение, опрос
31.				применение умений и навыков	2	4.2. Спортивные и подвижные игры Спортивные и подвижные игры с элементами ориентирования.		наблюдение
32.				ознакомление с новым материалом	2	2.3. Ориентирование по компасу Азимут, определение азимута. Движение по азимуту. Азимутальное кольцо.		наблюдение, опрос
33.				применение умений и навыков	2	4.4. Тренировочные дистанции Чтение легенд КП. Прохождение тренировочных дистанций. Анализ дистанций. Выбор варианта.		наблюдение, опрос
34.				ознакомление с новым материалом	2	2.4. Чтение карты Изображение рельефа на спортивной карте. Понятие «сечение рельефа».		наблюдение, опрос
35.				применение умений и навыков	2	4.2. Спортивные и подвижные игры Спортивные и подвижные игры с элементами ориентирования.		наблюдение
36.				применение умений и навыков	2	2.3. Ориентирование по компасу Определение азимута, движение по азимуту. Упражнения по определению азимута.		наблюдение
37.				применение	2	2.2. Условные знаки спортивных карт		тестирование,

				умений и навыков		Упражнения и игры на запоминание условных знаков спортивных карт. Зарисовка условных знаков, диктанты. «Путешествие» по спортивной карте.		опрос, наблюдение
38.				применение умений и навыков	2	2.4. Чтение карты Определение точки на карте. Отработка приема «большого пальца». «Путешествие» по карте. Упражнение по спортивной карте.		тестирование, опрос
39.				применение умений и навыков	2	4.2. Спортивные и подвижные игры Спортивные и подвижные игры с элементами ориентирования.		наблюдение
40.				применение умений и навыков	2	2.3. Ориентирование по компасу Определение азимута, движение по азимуту. Упражнения по определению азимута.		контрольные задания
41.				ознакомление с новым материалом	2	3.1. Краеведение – изучение родного края Понятие «краеведение». Источники изучения родного края: вещественные, письменные, фотодокументальные. Географическое положение территории края. Геологическое прошлое и рельеф, полезные ископаемые, климат, водные ресурсы.		опрос, наблюдение
42.				применение умений и навыков	2	4.5. Соревнования по ориентированию Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию.		наблюдение
43.				применение умений и навыков	2	2.4. Чтение карты Ориентирование карты по компасу, линиям местности. Определение точки на карте. Отработка приема «большого пальца». Упражнение по спортивной карте.		опрос, наблюдение
44.				применение умений и навыков	2	3.1. Краеведение – изучение родного края «Путешествие» по карте Белгородской области. Просмотр фото-, видеоматериалов «Белгородская область».		опрос, контрольные задания
45.				применение умений и навыков	2	4.4. Тренировочные дистанции Подбор снаряжения. Комплектование «набора ориентировщика». Прохождение тренировочных		опрос, наблюдение

						дистанций. Анализ дистанций. Выбор варианта.		
46.				ознакомление с новым материалом	2	2.4. Чтение карты Определение точки на карте. Прием «большого пальца».		наблюдение, опрос
47.				применение умений и навыков	2	4.1. Физическая подготовка Общеразвивающие и специальные упражнения, эстафеты, силовая подготовка, кроссовая подготовка. Упражнения на развитие выносливости, быстроты, ловкости, силы, гибкости.		наблюдение
48.				применение умений и навыков	2	4.5. Соревнования по ориентированию Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию.		наблюдение, опрос
49.				применение умений и навыков	2	2.2. Условные знаки спортивных карт Упражнения и игры на запоминание условных знаков спортивных карт. Зарисовка условных знаков, диктанты. «Путешествие» по спортивной карте.		наблюдение
50.				применение умений и навыков	2	3.3. В гостях у природы Творческая мастерская. Участие в экологических акциях.		тестирование, опрос
51.				ознакомление с новым материалом	2	3.1. Краеведение – изучение родного края Растительный и животный мир. Заповедник «Белогорье», памятники природы. Красная книга Белгородской области.		контрольные задания, опрос
52.				применение умений и навыков	2	2.4. Чтение карты Ориентирование карты по компасу, линиям местности. Определение точки на карте. Упражнение по спортивной карте. Ориентирование по линейным ориентирам.		тестирование, опрос, наблюдение
53.				применение умений и навыков	2	3.1. Краеведение – изучение родного края Экскурсия (виртуальная экскурсия) по памятным и достопримечательным местам края.		наблюдение
54.				ознакомление с новым материалом	2	3.1. Краеведение – изучение родного края Сведения об историческом прошлом края. Символика Белгородской области. Знаменитые земляки.		наблюдение, опрос
55.				применение умений и навыков	2	3.3. В гостях у природы Творческая мастерская. Участие в экологических акциях.		наблюдение

56.				применение умений и навыков	2	2.2. Условные знаки спортивных карт Упражнения и игры на запоминание условных знаков спортивных карт. Зарисовка условных знаков, диктанты. «Путешествие» по спортивной карте.		тестирование, наблюдение
57.				ознакомление с новым материалом	2	2.4. Чтение карты Линейные ориентиры. Ориентирование по линейным ориентирам.		тестирование, наблюдение
58.				ознакомление с новым материалом	2	3.1. Краеведение – изучение родного края Туристско-экскурсионные объекты, музеи, храмы, памятники Боевой Славы. Достопримечательные и памятные места Белгородской области.		опрос
59.				применение умений и навыков	2	3.1. Краеведение – изучение родного края «Путешествие» по карте Белгородской области. Творческая мастерская. Краеведческие викторины, кроссворды, тесты, задания и др.		наблюдение, опрос
60.				применение умений и навыков	2	4.1. Физическая подготовка Общеразвивающие и специальные упражнения, эстафеты, силовая подготовка, кроссовая подготовка. Упражнения на развитие выносливости, быстроты, ловкости, силы, гибкости.		наблюдение
61.				применение умений и навыков	2	3.1. Краеведение – изучение родного края Экскурсия (виртуальная экскурсия) по памятным и достопримечательным местам края. Краеведческие викторины, кроссворды, тесты, задания и др.		опрос, наблюдение
62.				применение умений и навыков	2	4.5. Соревнования по ориентированию Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию.		наблюдение, опрос
63.				применение умений и навыков	2	2.2. Условные знаки спортивных карт Упражнения и игры на запоминание условных знаков спортивных карт. Зарисовка условных знаков, диктанты. «Путешествие» по спортивной карте.		контрольные задания, наблюдение
64.				применение	2	4.2. Спортивные и подвижные игры		наблюдение

				умений и навыков		Спортивные и подвижные игры с элементами ориентирования.		
65.				применение умений и навыков	2	4.5. Соревнования по ориентированию Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию.		опрос, наблюдение
66.				применение умений и навыков	2	2.2. Условные знаки спортивных карт Упражнения и игры на запоминание условных знаков спортивных карт. Зарисовка условных знаков, диктанты. «Путешествие» по спортивной карте.		наблюдение
67.				применение умений и навыков	2	3.1. Краеведение – изучение родного края «Путешествие» по карте Белгородской области. Просмотр фото-, видеоматериалов «Белгородская область». Краеведческие викторины, кроссворды, тесты, задания и др.		наблюдение
68.				применение умений и навыков	2	4.4. Тренировочные дистанции Отработка навыков отметки на КП. Чтение легенд КП. Прохождение тренировочных дистанций. Анализ дистанций. Выбор варианта.		опрос
69.				применение умений и навыков	2	4.1. Физическая подготовка Общеразвивающие и специальные упражнения, эстафеты, силовая подготовка, кроссовая подготовка. Упражнения на развитие выносливости, быстроты, ловкости, силы, гибкости.		наблюдение
70.				ознакомление с новым материалом	2	3.2. Туризм – путешествие по родному краю Туристские походы, путешествия, прогулки, их роль и значение. Понятие о личном и групповом туристском снаряжении, требования к нему. Укладка рюкзака.		опрос
71.				применение умений и навыков	2	3.2. Туризм – путешествие по родному краю Укладка рюкзака, подгонка снаряжения. Уход за снаряжением, его ремонт.		наблюдение
72.				применение умений и навыков	2	3.2. Туризм – путешествие по родному краю Подготовка личного и группового снаряжения к походу.		контрольные задания

						Установка палатки.		
73.				применение умений и навыков	2	2.4. Чтение карты Ориентирование карты по компасу, линиям местности. Упражнение по спортивной карте. Ориентирование по линейным ориентирам.		опрос
74.				ознакомление с новым материалом	2	3.3. В гостях у природы Понятие «экология». Взаимосвязи в природе. Понятие «экосистема». Человек и планета Земля.		опрос
75.				применение умений и навыков	2	3.2. Туризм – путешествие по родному краю Распределение обязанностей в группе. Отработка движения колонной. Соблюдение режима движения. Преодоление этапов без применения специального туристского снаряжения.		наблюдение
76.				применение умений и навыков	2	3.2. Туризм – путешествие по родному краю Отработка движения колонной. Соблюдение режима движения. Преодоление этапов без применения специального туристского снаряжения.		тестирование, опрос,
77.				применение умений и навыков	2	3.2. Туризм – путешествие по родному краю Преодоление этапов без применения специального туристского снаряжения.		наблюдение
78.				применение умений и навыков	2	4.1. Физическая подготовка Общеразвивающие и специальные упражнения, эстафеты, силовая подготовка, кроссовая подготовка. Упражнения на развитие выносливости, быстроты, ловкости, силы.		наблюдение
79.				ознакомление с новым материалом	2	3.2. Туризм – путешествие по родному краю Типы палаток, их назначения. Устройство палатки, правила использования, транспортировки, хранения, ремонт.		наблюдение, опрос
80.				применение умений и навыков	2	4.5. Соревнования по ориентированию Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию.		наблюдение
81.				применение	2	2.4. Чтение карты		опрос,

				умений и навыков		Ориентирование карты по компасу, линиям местности. Определение точки на карте. Отработка приема «большого пальца». «Путешествие» по карте. Упражнение по спортивной карте. Ориентирование по линейным ориентирам.		наблюдение
82.				применение умений и навыков	2	4.2. Спортивные и подвижные игры Спортивные и подвижные игры с элементами ориентирования.		наблюдение
83.				применение умений и навыков	2	4.4. Тренировочные дистанции Отработка навыков отметки на КП. Чтение легенд КП. Прохождение тренировочных дистанций. Анализ дистанций. Выбор варианта.		наблюдение
84.				ознакомление с новым материалом	2	3.2. Туризм – путешествие по родному краю Техника преодоления естественных препятствий. Меры безопасности при преодолении естественных препятствий. Этапы без применения специального туристского снаряжения.		наблюдение
85.				применение умений и навыков	2	2.4. Чтение карты Отработка приема «большого пальца». «Путешествие» по карте. Упражнение по спортивной карте. Ориентирование по линейным ориентирам.		опрос, контрольные здания
86.				ознакомление с новым материалом	2	3.2. Туризм – путешествие по родному краю Права и обязанности участников похода. Туристские должности в группе: постоянные и временные. Туристский строй. Режим движения, темп.		наблюдение
87.				применение умений и навыков	2	3.2. Туризм – путешествие по родному краю Отработка движения колонной. Соблюдение режима движения. Преодоление этапов без применения специального туристского снаряжения.		тестирование, опрос
88.				применение умений и навыков	2	4.2. Спортивные и подвижные игры Спортивные и подвижные игры с элементами ориентирования.		тестирование, опрос

89.				ознакомление с новым материалом	2	3.3. В гостях у природы Природоохранный кодекс туриста-ориентировщика. Экологическая культура туриста. Правила поведения в природе.		опрос
90.				применение умений и навыков	2	2.4. Чтение карты Ориентирование карты по компасу, линиям местности. Определение точки на карте. Отработка приема «большого пальца». «Путешествие» по карте. Упражнение по спортивной карте. Ориентирование по линейным ориентирам.		тестирование, опрос
91.				применение умений и навыков	2	3.3. В гостях у природы Творческая мастерская.		опрос, наблюдение
92.				применение умений и навыков	2	4.5. Соревнования по ориентированию Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию.		наблюдение
93.				ознакомление с новым материалом	2	3.3. В гостях у природы Природоохранный кодекс туриста-ориентировщика. Экологическая культура туриста. Правила поведения в природе. Памятка «Войди в лес другом».		опрос
94.				применение умений и навыков	2	3.3. В гостях у природы Участие в экологических акциях.		наблюдение
95.				применение умений и навыков	2	4.4. Тренировочные дистанции Отработка навыков отметки на КП. Чтение легенд КП. Прохождение тренировочных дистанций. Анализ дистанций. Выбор варианта.		опрос, наблюдение
96.				применение умений и навыков	2	4.2. Спортивные и подвижные игры Спортивные и подвижные игры с элементами ориентирования.		опрос, наблюдение
97.				применение умений и навыков	2	3.3. В гостях у природы Участие в экологических акциях.		наблюдение
98.				применение умений и навыков	2	4.5. Соревнования по ориентированию Участие в соревнованиях по спортивному		наблюдение

						ориентированию.		
99.				применение умений и навыков	2	4.2. Спортивные и подвижные игры Спортивные и подвижные игры с элементами ориентирования.		наблюдение
100.				применение умений и навыков	2	3.3. В гостях у природы Экскурсия (виртуальная экскурсия) по туристско-экологической тропе.		наблюдение
101.				применение умений и навыков	2	3.2. Туризм – путешествие по родному краю Отработка движения колонной. Соблюдение режима движения. Преодоление этапов без применения специального туристского снаряжения.		наблюдение, опрос
102.				применение умений и навыков	2	4.2. Спортивные и подвижные игры Спортивные и подвижные игры с элементами ориентирования.		наблюдение
103.				применение умений и навыков	2	3.1. Краеведение – изучение родного края Творческая мастерская. Краеведческие викторины, кроссворды, тесты, задания и др.		наблюдение
104.				применение умений и навыков	2	3.2. Туризм – путешествие по родному краю Отработка движения колонной. Соблюдение режима движения. Преодоление этапов без применения специального туристского снаряжения.		наблюдение, опрос
105.				применение умений и навыков	2	4.5. Соревнования по ориентированию Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию.		наблюдение
106.				применение умений и навыков	2	5. Подведение итогов Подведение итогов, проверка умений и навыков, тестирование, сдача контрольных нормативов, анкетирование.		тестирование, опрос, контрольные задания, наблюдение
107.				применение умений и навыков	2	5. Подведение итогов Подведение итогов, проверка умений и навыков, тестирование, сдача контрольных нормативов,		тестирование, опрос, контрольные

						анкетирование.		задания, наблюдение
108.				применение умений и навыков	2	5. Подведение итогов Подведение итогов, проверка умений и навыков, тестирование, сдача контрольных нормативов, анкетирование.		тестирование, опрос, контрольные задания, наблюдение
					216			