

**Муниципальное бюджетное учреждение  
дополнительного образования  
«Станция юных туристов г. Челябинска»**

РАССМОТРЕНО:

на заседании педагогического совета

МБУДО «СЮТур г. Челябинска»

Протокол № 1 от 03.09.2024



УТВЕРЖДЕНО:

приказом директора

МБУДО «СЮТур г. Челябинска»

 Ю.В. Кондратенков

№ 148 от 03.09.2024

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
туристско-краеведческой направленности  
«Спортивное ориентирование-2»**

**Возраст обучающихся: 8 - 15 лет**

**Срок реализации: 4 года**

**Год разработки: 2020 год**

Составитель программы:  
Епифанов Филипп Владиславович,  
педагог дополнительного образования

**Челябинск  
2024 год**

## ИНФОРМАЦИОННАЯ КАРТА ПРОГРАММЫ

<b>Учреждение</b>	Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Станции юных туристов г. Челябинска»
<b>Полное название программы</b>	«Спортивное ориентирование»
<b>Ф.И.О., должность, категория</b>	Епифанов Филипп Владиславович, педагог дополнительного образования первой квалификационной категории
<b>Сведения о программе</b>	
<b>Нормативная база</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Конвенция о правах ребенка (резолюция 44/25 Генеральной Ассамблеи ООН от 20.11.1989г.);</li> <li>- Федеральный закон от 29.12.2012г. № 273 – ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;</li> <li>- Федеральный проект «Успех каждого ребенка»;</li> <li>- Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года;</li> <li>- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года;</li> <li>- Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 22.09.2021 г. № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;</li> <li>- Постановлением Правительства РФ от 11.10.2023 № 1678 «Об утверждении Правил применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;</li> <li>- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;</li> <li>- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020г. № 28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648–20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;</li> <li>- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685- 21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности»;</li> <li>- Методические рекомендации «Разработка и реализация раздела о воспитании в составе дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы» ФГБНУ «Институт изучения детства, семьи и воспитания» 23.03.2023г;</li> <li>- Закон Челябинской области от 30 августа 2013 года № 515-ЗО «Об образовании в Челябинской области»;</li> <li>-Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ в активных формах туристско-краеведческой деятельности (ФГБОУ ФЦДЮТИК, Москва, 2016);</li> <li>-Методические рекомендации «Проектирование дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ» А.И.Таирова, заместитель директора ГБУДО «СЮТур г. Челябинска»;</li> <li>- Устав МБУДО «СЮТур г. Челябинска»;</li> <li>- Положение об организации образовательного процесса в МБУДО «СЮТур г. Челябинска»</li> </ul>
<b>Область применения</b>	Дополнительное образование
<b>Вид программы</b>	Общеразвивающая
<b>Тип программы</b>	Модифицированная
<b>Направленность программы</b>	Туристско-краеведческая
<b>Форма обучения</b>	Очная
<b>Форма организации содержания и процесса педагогической деятельности программы</b>	Комплексная
<b>Уровень реализации программы</b>	Базовый
<b>Уровень освоения содержания программы</b>	Общекультурный
<b>Возраст обучающихся</b>	8-15 лет
<b>Продолжительность реализации программы</b>	4 года
<b>Рассмотрена на педагогическом совете</b>	Протокол заседания педагогического совета МБУДО «СЮТур г. Челябинска» № 1 от 03.09. 2024 г.

## Содержание

№	Название раздела	№ страниц
<b>Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы</b>		
1.1	Пояснительная записка	4
1.2	Цель и задачи программы	8
1.3	Учебно-тематический план и содержание программы	9
1.4	Планируемые результаты.	35
<b>Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий</b>		
2.1	Календарный учебный график	41
2.2	Условия реализации программы	43
2.3	Формы аттестации и оценочные материалы	48
2.4	Методические и дидактические материалы	51
2.5	Воспитательный компонент	52
2.6	Список литературы	73
Приложение 1. «Бланки результатов аттестации»		74
Приложение 2. «Методические, дидактические, оценочные материалы»		82

## **Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы.**

### **1.1. Пояснительная записка**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа разработана в соответствии с нормативно-правовыми документами:

- Конвенция о правах ребенка (резолюция 44/25 Генеральной Ассамблеи ООН от 20.11.1989г.);
- Федеральный закон от 29.12.2012г. № 273 – ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный проект «Успех каждого ребенка»;
- Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года;
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года;
- Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 22.09.2021 г. № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
- Постановлением Правительства РФ от 11.10.2023 № 1678 «Об утверждении Правил применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020г. № 28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648–20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685- 21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности»;

- Методические рекомендации «Разработка и реализация раздела о воспитании в составе дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы» ФГБНУ «Институт изучения детства, семьи и воспитания» 23.03.2023г;

- Закон Челябинской области от 30 августа 2013 года № 515-ЗО «Об образовании в Челябинской области»;

-Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ в активных формах туристско-краеведческой деятельности (ФГБОУ ФЦДЮТИК, Москва, 2016);

-Методические рекомендации «Проектирование дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ» А.И.Таирова, заместитель директора ГБУДО «ОЦДОД»;

- Устав МБУДО «СЮТур г. Челябинска»;

- Положение об организации образовательного процесса в МБУДО «СЮТур г. Челябинска».

Программа «Спортивное ориентирование» находится на стыке **туристическо-краеведческой и физкультурно-спортивной направленностей.**

Умение ориентироваться на местности всегда имело важную роль в жизни человека. Поэтому возникло «Спортивное ориентирование» - здоровый, универсальный, доступный многим слоям населения спорт, который широко распространился в мире. В этом виде спорта важна гармония мыслительной и физической составляющей соревновательного процесса.

Спортивное ориентирование удовлетворяет потребности детей в изучении природы родного края, в укреплении здоровья, в формировании жизненно важных умений и навыков.

**Новизна:** Проводимые занятия имеют уникальные преимущества благодаря внедрению методики обучения, проводимой в условиях городского квартала Челябинска. В спортивном ориентировании – это новое направление «городского ориентирования». Дети получают основные умения и навыки ориентирования в условиях городской среды.

**Актуальность** программы соответствует действующим нормативным актам и государственным программным документам, которые базируются на современных проблемах общества. Социальная действительность состоит в распространении болезней и излишней коммерческой цифровизации общества, которые приводят к ограничительным мерам со стороны властей и изоляции людей дома. Такое снижение уровня двигательной активности привело к увеличению детей с отклонениями в состоянии здоровья. Но, всем известно стремление детей к естественному познанию природы и движению. Занятия спортивным ориентированием соответствуют сегодняшним запросам общества на удовлетворение потребности в физической активности и компенсируют недостаток практической познавательной деятельности детей. При этом развиваются способности принимать решения в условиях ограничения времени, что очень актуально в современном быстроменяющемся мире. Одновременно развиваются как творческие способности, так и физические качества обучаемых.

#### **Педагогическая целесообразность и практическая значимость**

Использование спортивного ориентирования как средства образования, имеющего большую познавательную направленность, позволит сформировать стремление обучаемых к их развитию и саморазвитию.

В процессе реализации программы обучающиеся овладевают практическими знаниями, умениями, навыками ориентирования, которые необходимы в повседневной жизни.

**Адресат программы.** Программа рассчитана на возраст детей 8-15 лет, возраст, который включает в себя часть периода младшего школьного возраста, младшего подросткового возраста.

Младший школьный возраст характерен для детей, возраст которых от 7 до 11 лет. Социальное развитие ребёнка характеризуется резким изменением формата жизни. В окружении детей появляются социальные взрослые, в качестве которых выступают учителя общеобразовательных учреждений. Основной ведущей деятельностью ребёнка является учёба, направленная на овладение большим количеством знаний, в различных сферах жизни. В это время ребёнок приобретает такие навыки, как: произвольное течение психических процессов и

развитие сознания, способность к долгосрочному планированию, теоретический тип мышления, рефлексия, формирование устойчивой воли и целеустремлённости в процессе реализации поставленных задач, интеллектуализация функций психики.

Период развития детей младшего подросткового возраста начинается после того, как им исполнится 12 лет, а продолжается до достижения 15 лет. Эта стадия взросления ребёнка характеризуется расширением сферы его социальной активности. Радикальным изменениям подвергается формат общения с родителями, сверстниками, преподавателями общеобразовательных учреждений. Переход в средние классы сопровождается увеличением большего количества учителей и расширением сферы интересов. Отношения со сверстниками строятся не только на желании наладить дружеские социальные связи, но также содержат в себе элементы выраженной симпатии. В это время прививаются нравственные нормы, касающиеся регуляции межличностных отношений. В данный период взросления ведущей деятельностью детей является познание другого человека, интимно-личностное общение со своими сверстниками, усвоение правил социального поведения.

Программа адресована данным возрастным периодам, которые характеризуется значительными изменениями, происходящими в сфере самосознания, которые имеют базовое основополагающее значение для всего последующего развития и становления личности.

Именно в этот периоды формируются нравственные ценности, жизненные перспективы, происходит осознание самого себя, своих возможностей, способностей, интересов, стремление ощутить себя и стать взрослым, тяга к общению со сверстниками. Оформляются общие взгляды на жизнь, на отношения между людьми, на свое будущее, иными словами – формируются предпосылки для идентификации ценностного и деятельностного освоения действительности.

## **1.2. Цель и задачи программы.**

### **Цель программы:**

Развитие физических и творческих способностей детей посредством занятий спортивным ориентированием.

### **Задачи программы:**

#### Предметные (обучающие) задачи:

- формировать специальные знания, умения в области спортивного ориентирования;
- научить применять полученные знания на практике;
- приобретение опыта участия в спортивных соревнованиях;
- формировать навыки в общей и специальной физической подготовке.

#### Метапредметные (развивающие) задачи:

- развивать познавательный интерес к окружающему миру, к культурным традициям нашей Родины;
- формировать интерес к спортивной деятельности в определении жизненных планов ребенка;
- развивать психические процессы учащихся: мышление, память и внимание;
- развивать у учащихся активность, самостоятельность, коммуникации.

#### Личностные (воспитательные) задачи:

- воспитать навыки спортивной этики, дисциплины, доброжелательность и сотрудничество в коллективе;
- воспитать выносливость, смелость, силу воли, самостоятельность, ориентацию на успех и достижения;
- воспитывать общественную активность, реализацию в социуме;
- воспитать ориентацию на здоровый образ жизни;
- воспитать трудолюбие посредством постоянных тренировок;
- привитие культуры поведения аккуратности, умение ценить красоту природы.



### 1.3. Учебно-тематический план и содержание программы.

#### Учебно-тематический план 1 года обучения

№ п/п	Наименование раздела, темы	Количество часов			Формы организации занятий	Формы аттестации (контроля)
		всего	теория	практика		
<b>1</b>	<b>Раздел 1. «Теоретическая подготовка»</b>	<b>40</b>	<b>30</b>	<b>10</b>		
1.1	Вводное занятие	2	2	-	беседа	опрос
1.2	История возникновения и развития спортивного ориентирования	2	2	-	беседа	викторина
1.3	Охрана природы	2	2	-	беседа	викторина
1.4	Техника безопасности.	6	4	2	беседа	викторина
1.5	Одежда и снаряжение ориентировщика	4	2	2	беседа	опрос
1.6	Режим, гигиена спортсмена	2	2	-	беседа	викторина
1.7	Топография, условные знаки	14	10	4	тест	тестирование
1.8	Правила соревнований по спортивному ориентированию	6	4	2	беседа	опрос
1.9	Основные понятия и категории, относящиеся к профессиональной деятельности в сфере спортивного ориентирования	2	2	-	беседа	опрос
<b>2</b>	<b>Раздел 2. «Практическая подготовка»</b>	<b>170</b>	<b>12</b>	<b>158</b>		
2.1	Общая физическая подготовка	82	-	82	тренировка	выполнение норм
2.2	Специальная физическая подготовка	36	-	36	тренировка	тестирование
2.3	Техническая подготовка	20	4	16	тренировка	тестирование
2.4	Тактическая подготовка	8	-	8	тренировка	тестирование
2.5	Контрольные упражнения и соревнования	8	-	8	участие в соревнованиях	итоговый протокол
2.6	Основы туристской подготовки	6	2	4	поход	выполнение норм
2.7	Психологическая и морально-волевая подготовка	6	6	-	тренировка	тестирование
2.8	Медико-санитарная подготовка, врачебный	4	-	4	обследование	получение справки

	контроль				
3.	<b>Раздел 3. «Промежуточная аттестация»</b>	<b>6</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	Теория: викторина, тест; Практика: сдача контрольных упражнений, результаты соревнований.
<b>Итого часов:</b>		<b>216</b>	<b>44</b>	<b>172</b>	

### Учебно-тематический план 2 года обучения

№ п/п	Наименование раздела, темы	Количество часов			Формы организации занятий	Формы аттестации (контроля)
		всего	теория	практика		
1	<b>Раздел 1. «Теоретическая подготовка»</b>	<b>48</b>	<b>48</b>	-		
1.1	Вводное занятие	2	2	-	беседа	опрос
1.2	История возникновения и развития спортивного ориентирования	2	2	-	беседа	викторина
1.3	Охрана природы	4	4	-	беседа	викторина
1.4	Техника безопасности	6	6	-	беседа	викторина
1.5	Анализ тренировок и соревнований	10	10		беседа	опрос
1.6	Топография, условные знаки	12	12	-	тест	тестирование
1.7	Одежда и снаряжение ориентировщика	2	2	-	беседа	опрос
1.8	Режим и гигиена спортсмена	2	2	-	беседа	викторина
1.9	Правила соревнований по спортивному ориентированию	6	6	-	беседа	опрос
1.10	Основные понятия и категории, относящиеся к профессиональной деятельности в сфере спортивного ориентирования	2	2	-	беседа	опрос
2	<b>Раздел 2. «Практическая подготовка»</b>	<b>162</b>	<b>8</b>	<b>154</b>		
2.1	Общая физическая подготовка	52	-	52	тренировка	выполнение норм
2.2	Специальная физическая подготовка	36	-	36	тренировка	тестирование
2.3	Техническая подготовка	24	-	24	тренировка	тестирование
2.4	Тактическая подготовка	6	-	6	тренировка	тестирование
2.5	Контрольные упражнения и соревнования	20	-	20	участие в соревнованиях	итоговый протокол

2.6	Основы туристской подготовки	12	2	10	поход	выполнение норм
2.7	Психологическая и морально-волевая подготовка	6	6	-	тренировка	тестирование
2.8	Медико-санитарная подготовка, врачебный контроль	6	-	6	обследование	получение справки
<b>3.</b>	<b>Раздел 3. «Промежуточная аттестация»</b>	<b>6</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	Теория: викторина, тест; Практика: сдача контрольных упражнений, результаты соревнований.	
Итого часов:		<b>216</b>	<b>58</b>	<b>158</b>		

### Учебно-тематический план 3 года обучения

№ п/п	Наименование раздела, темы	Количество часов			Формы организации занятий	Формы аттестации (контроля)
		всего	теория	практика		
<b>1</b>	<b>Раздел 1. «Теоретическая подготовка»</b>	<b>18</b>	<b>18</b>	<b>-</b>		
1.1	Вводное занятие	2	2	-	беседа	опрос
1.2	Обзор развития спортивного ориентирования	2	2	-	беседа	викторина
1.3	Техника безопасности.	4	4	-	беседа	викторина
1.4	Физиологические основы спортивной тренировки	2	2	-	беседа	викторина
1.5	Анализ тренировок и соревнований	4	4	-	беседа	опрос
1.6	Правила соревнований по спортивному ориентированию	2	2	-	беседа	опрос
1.10	Основные понятия и категории, относящиеся к профессиональной деятельности в сфере спортивного ориентирования	2	2	-	беседа	опрос
<b>2</b>	<b>Раздел 2. «Практическая подготовка»</b>	<b>192</b>	<b>12</b>	<b>180</b>		
2.1	Общая физическая подготовка	82	-	80	тренировка	выполнение норм
2.2	Специальная физическая подготовка	62	-	62	тренировка	тестирование
2.3	Техническая подготовка	20	6	14	тренировка	тестирование
2.4	Тактическая подготовка	6	4	2	тренировка	тестирование

2.5	Контрольные упражнения	2	-	2	участие в соревнованиях	итоговый протокол
2.6	Участие в соревнованиях	8	-	8	участие в соревнованиях	итоговый протокол
2.7	Основы туристской подготовки	6	2	6	поход	выполнение норм
2.8	Судейская практика	2	-	2	судейство	опрос
2.9	Психологическая и морально-волевая подготовка	2	-	2	тренировка	тестирование
2.10	Медико-санитарная подготовка, врачебный контроль	2	-	2	обследование	получение справки
<b>3.</b>	<b>Раздел 3. «Промежуточная аттестация»</b>	<b>6</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	Теория: викторина, тест; Практика: сдача контрольных упражнений, результаты соревнований.	
Итого часов:		<b>216</b>	<b>32</b>	<b>184</b>		

#### Учебно-тематический план 4 года обучения

№ п/п	Наименование раздела, темы	Количество часов			Формы организации занятий	Формы аттестации (контроля)
		всего	теория	практика		
<b>1</b>	<b>Раздел 1. «Теоретическая подготовка»</b>	<b>14</b>	<b>14</b>	<b>-</b>		
1.1	Вводное занятие	2	2	-	беседа	опрос
1.2	Техника безопасности	2	2	-	беседа	викторина
1.3	Основы методики обучения и тренировки	2	2	-	беседа	викторина
1.4	Физиологические основы спортивной тренировки	2	2	-	беседа	викторина
1.5	Планирование спортивной тренировки	2	2	-	беседа	опрос
1.6	Анализ тренировок и соревнований	2	2	-	беседа	опрос
1.10	Основные понятия и категории, относящиеся к профессиональной деятельности в сфере спортивного ориентирования	2	2	-	беседа	опрос
<b>2</b>	<b>Раздел 2. «Практическая подготовка»</b>	<b>198</b>	<b>12</b>	<b>186</b>		
2.1	Общая физическая подготовка	72	-	72	тренировка	выполнение норм

2.2	Специальная физическая подготовка	62	2	62	тренировка	тестирование
2.3	Техническая подготовка	26	2	24	тренировка	тестирование
2.4	Тактическая подготовка	8	2	6	тренировка	тестирование
2.5	Контрольные нормативы	4	-	4	участие в соревнованиях	итоговый протокол
2.6	Участие в соревнованиях	10	-	10	участие в соревнованиях	итоговый протокол
2.7	Судейская практика	6	2	4	судейство	опрос
2.8	Психологическая и морально-волевая подготовка	8	2	6	тренировка	тестирование
2.9	Медико-санитарная подготовка, врачебный контроль	4	2	2	обследование	получение справки
<b>3.</b>	<b>Раздел 3. «Итоговая аттестация»</b>	<b>4</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	Теория: викторина, тест; Практика: сдача контрольных упражнений, результаты соревнований.	
Итого часов:		<b>216</b>	<b>28</b>	<b>188</b>		

## **Содержание учебно-тематического плана.**

### **Содержание программы 1 года обучения.**

#### **Раздел 1. Теоретическая подготовка**

##### **1.1. Вводное занятие**

- Теоретические занятия. Организационное занятие объединения. Планирование деятельности объединения в учебном году. Знакомство с материалами наглядной агитации (видео-, фотоматериалами и т.д.)

- Формы контроля - опрос. Какими видами деятельности занимаемся на занятиях в летней период и в зимней. Какие планы общего тренировочного процесса на весь год.

##### **1.2. История возникновения и развития спортивного ориентирования**

- Теоретические занятия. Краткий исторический обзор развития ориентирования как вида спорта в Челябинской области и в России. Виды спортивного ориентирования.

Крупнейшие всероссийские и международные соревнования. Массовые соревнования юных ориентировщиков.

##### **1.3. Охрана природы.**

- Теоретические занятия. Важность охраны природы. Физико-географическая характеристика родного края. Ее особенности: климат, растительность, реки, озера, животный мир.

Меры по обеспечению сохранения природы в местах проведения тренировок и соревнований.

##### **1.4. Правила поведения и техника безопасности на занятиях и соревнованиях.**

- Теоретические занятия. Поведение на улице во время движения к месту занятий и на учебно-тренировочном занятии. Техника безопасности при проведении занятий на местности и соревнований.

- Практические занятия. Моделирование нестандартных ситуаций на дистанции по спортивному ориентированию.

##### **1.5. Одежда и снаряжение ориентировщика.**

- Теоретические занятия. Снаряжение спортсменов-ориентировщиков. Правила эксплуатации и хранения.

- Практические занятия. Подготовка инвентаря к тренировкам и соревнованиям.

### **1.6. Режим, гигиена спортсмена.**

- Теоретические занятия. Понятие о гигиене, гигиена физических упражнений и спорта. Гигиена тела, одежды и обуви. Режим дня.

### **1.7. Топография, условные знаки.**

- Теоретические занятия. Особенности топографической подготовки ориентировщиков. Спортивная карта, условные знаки, цвета карты, масштаб карты.

- Практические занятия. Зрительное знакомство с объектами местности, их словесное описание. Измерение расстояний на карте и на местности. Ориентирование карты по компасу

### **1.8. Правила соревнований по спортивному ориентированию.**

- Теоретические занятия. Виды соревнований по спортивному ориентированию. Права и обязанности участников.

- Практические занятия. Подготовка к соревнованиям. Возрастные группы. Контрольное время. Техническая информация о дистанции.

### **1.9. Основные понятия и категории, относящиеся к профессиональной деятельности в сфере спортивного ориентирования.**

- Прикладное значение спортивного ориентирования. Развитие умения и навыков во множестве профессий и видов деятельности.

- Направления подготовки будущих специалистов спортивного ориентирования в области физической культуры, спорта и туризма. Условия приема в образовательные учреждения.

## **Раздел 2. Практическая подготовка.**

### **2.1. Общая физическая подготовка.**

- Практические занятия. Средствами общей физической подготовки служат общеразвивающие упражнения и занятия другими видами спорта: легкой

атлетикой, лыжными гонками, туризмом, гимнастикой, плаванием.

К числу общеразвивающих упражнений относятся упражнения, направленные по своему преимущественному воздействию на развитие и воспитание основных физических качеств, укрепление мышц и связок, совершенствование координации движений.

Строевой и походный шаг.

Бег вперед и спиной вперед. Бег с изменением направления и скорости.

Упражнения для мышц рук и плечевого пояса.

Упражнения для ног. Прыжки в длину с места, с разбега, многоскоки.

Упражнения для шеи и туловища. В положении лежа - поднятие и опускание ног. Упражнения с партнером.

Подвижные игры и эстафеты. Игры на внимание, сообразительность, координацию. Эстафеты с преодолением препятствий, с предметами, прыжками и бегом в различной комбинации.

Туризм. Однодневные походы с использованием мелкомасштабной и крупномасштабной карты.

Задачи таких походов на данном этапе подготовки:

-приобретение привычки к пребыванию в незнакомом лесу без карты и компаса;

-обретение уверенности в ситуации «один в незнакомом лесу»;

-выработка навыков нахождения путей выхода из незнакомоого леса.

## **2.2. Специальная физическая подготовка.**

- Практические занятия. Упражнения для развития выносливости. Бег в равномерном темпе по равнинной и слабопересеченной местности. Бег с картой. Ходьба на лыжах от 2 до 8 км. Туристические походы.

Упражнения на развитие ловкости, быстроты.

Упражнения на равновесие.

Упражнения для развития силы и силовой выносливости.

## **2.3 Техническая подготовка.**

- Теоретические занятия. Понятие о технике спортивного ориентирования. Значение техники для достижения высоких результатов. Приемы и способы



ориентирования. Техничко-вспомогательные действия. Типичные ошибки при освоении техники спортивного ориентирования.

- Практические занятия. Держание карты. Держание компаса. Сопоставление карты с местностью. Снятие азимута. Выдерживание азимута. Измерение расстояний на местности парами шагов. Определение точки стояния. Простейшая топографическая съемка местности вдоль линейных ориентиров. Ориентирование при смене направления вдоль линейных ориентиров.

Чтение объектов с линейных ориентиров. Взятие КП, расположенных в пределах видимости от линейных ориентиров. Выбор варианта движения между КП. Ориентирование на коротких этапах с тормозными ориентирами. Кратчайшие пути, срезки.

Передвижение классическими лыжными ходами. Обучение техники спуска со склонов в высокой, основной и низкой стойках. Обучение подъемов «елочкой», «полуелочкой», «лесенкой», ступающим шагом. Обучение поворотам на местности и в движении.

#### **2.4. Тактическая подготовка.**

- Теоретические занятия. Первоначальные представления о тактике прохождения дистанции. Взаимосвязь техники и тактики в обучении ориентировщиков. Последовательность действий ориентировщиков при прохождении соревновательной дистанции. Понятие о тактическом плане. Взаимосвязь скорости передвижения и технико-тактических действий. Анализ соревнований.

- Практические занятия. Планирование путей прохождения дистанции при использовании линейных ориентиров. Выбор пути движения между КП.

Особенности тактики в различных видах соревнований по ориентированию.

#### **2.5. Контрольные упражнения и соревнования.**

- Практические занятия. Контрольные упражнения для оценки физической подготовленности. Общая выносливость, быстрота, скоростно-силовые способности, комплексное упражнение на силу. Участие в 3-4 контрольных тренировках и соревнованиях по спортивному ориентированию согласно календарному плану по своей возрастной группе.

## **2.6. Основы туристической подготовки.**

- Теоретические занятия. Туризм как средство общефизической подготовки спортсмена ориентировщика. Виды туризма.

- Практические занятия. Личное и групповое туристическое снаряжение. Виды костров. Организация бивуаков, лагеря. Организация питания в полевых условиях, набор продуктов, приготовление пищи на костре. Гигиена в условиях полевого лагеря. Распределение временных и постоянных обязанностей в группе. Обеспечение безопасности при проведении полевого лагеря.

## **2.7. Психологическая и морально-волевая подготовка.**

- Теоретические занятия. Задачи и средства морально-волевой подготовки. Психологическая подготовка одно из средств овладения спортивным мастерством. Воспитание целеустремленности, самостоятельности, решительности и смелости, выдержки и настойчивости в достижении цели.

## **2.8. Медико-санитарная подготовка.**

- Практические занятия. Постановка на учет и прохождение медицинского обследования во врачебно-физкультурном диспансере.

## **3. Промежуточная аттестация.**

- Теоретические занятия. Викторина, тест (приложение № 2,4)

- Практическое занятие. Сдача контрольных упражнений и участие в соревнованиях (Приложение № 1, 3). Контрольные упражнения для оценки физической подготовленности. Общая выносливость, быстрота, скоростно-силовые способности, комплексное упражнение на силу Участие в 4-5 соревнованиях по спортивному ориентированию согласно календарному плану по своей возрастной группе

## **Содержание программы 2 года обучения.**

### **Раздел 1. Теоретическая подготовка.**

#### **1.1. Вводное занятие.**

- Теоретические занятия. Организационное занятие объединения. Планирование деятельности объединения в учебном году. Знакомство с материалами наглядной агитации (видео-, фотоматериалами и т.д.)

Формы контроля: опрос. Какими видами деятельности занимаемся на занятиях в летней период и в зимней. Какие планы общего тренировочного процесса на весь год.

#### **1.2. История возникновения и развития спортивного ориентирования.**

- Практические занятия. Встреча с ведущими спортсменами города по спортивному ориентированию.

#### **1.3. Охрана природы.**

- Теоретические занятия. Важность охраны природы. Физико-географическая характеристика родного края. Ее особенности: климат, растительность, реки, озера, животный мир.

- Практические занятия. Меры по обеспечению сохранения природы в местах проведения тренировок и соревнований.

#### **1.4. Правила поведения и техника безопасности на занятиях и соревнованиях.**

- Теоретические занятия. Поведение на улице во время движения к месту занятий и на учебно-тренировочном занятии. Техника безопасности при проведении занятий на местности и соревнований.

- Практические занятия. Моделирование нестандартных ситуаций на дистанции по спортивному ориентированию.

#### **1.5. Анализ тренировок и соревнований.**

- Теоретические занятия.

Методы анализа результатов тренировок и соревнований. Разбор путей прохождения дистанции. Хронометраж прохождения дистанции. Методы записи и анализа. Ведения дневника спортсмена – ориентировщика. Записи по

выполнению планов общефизической, специальной, технической подготовок. Самоконтроль физического состояния и здоровья. Анализ технических и тактических ошибок при прохождении учебных и соревновательных дистанций.

### **1.6. Топография, условные знаки.**

- Теоретические занятия. Особенности топографической подготовки ориентировщиков. Спорткарта, условные знаки, цвета карты, масштаб карты.

- Практические занятия. Зрительное знакомство с объектами местности, их словесное описание.

### **1.7. Одежда и снаряжение ориентировщика.**

- Практические занятия. Подготовка инвентаря к тренировкам и соревнованиям.

### **1.8. Режим, гигиена спортсмена.**

- Теоретические занятия. Понятие о гигиене, гигиена физических упражнений и спорта. Гигиена тела, одежды и обуви. Режим дня.

### **1.9. Правила соревнований по спортивному ориентированию.**

- Теоретические занятия. Виды соревнований по спортивному ориентированию. Права и обязанности участников.

- Практические занятия. Подготовка к соревнованиям. Возрастные группы. Контрольное время. Техническая информация о дистанции.

### **1.10. Основные понятия и категории, относящиеся к профессиональной деятельности в сфере спортивного ориентирования.**

- Прикладное значение спортивного ориентирования. Развитие умения и навыков во множестве профессий и видов деятельности.

- Направления подготовки будущих специалистов спортивного ориентирования в области физической культуры, спорта и туризма. Условия приема в образовательные учреждения.

## **Раздел 2. Практическая подготовка.**

### **2.1. Общая физическая подготовка.**

- Практические занятия. Средствами общей физической подготовки служат общеразвивающие упражнения и занятия другими видами спорта: легкой

атлетикой, лыжными гонками, туризмом, гимнастикой, плаванием.

К числу общеразвивающих упражнений относятся упражнения, направленные по своему преимущественному воздействию на развитие и воспитание основных физических качеств, укрепление мышц и связок, совершенствование координации движений.

Строчной и походный шаг.

Бег вперед и спиной вперед. Бег с изменением направления и скорости.

Упражнения для мышц рук и плечевого пояса.

Упражнения для ног. Прыжки в длину с места, с разбега, многоскоки.

Упражнения для шеи и туловища. В положении лежа - поднятие и опускание ног. Упражнения с партнером.

Подвижные игры и эстафеты. Игры на внимание, сообразительность, координацию. Эстафеты с преодолением препятствий, с предметами, прыжками и бегом в различной комбинации.

Туризм. Однодневные походы с использованием мелкомасштабной и крупномасштабной карты.

Задачи таких походов на данном этапе подготовки:

-приобретение привычки к пребыванию в незнакомом лесу без карты и компаса;

-обретение уверенности в ситуации "один в незнакомом лесу";

-выработка навыков нахождения путей выхода из незнакомого леса.

## **2.2. Специальная физическая подготовка.**

- Практические занятия. Упражнения для развития выносливости. Бег в равномерном темпе по равнинной и слабопересеченной местности. Бег с картой. Ходьба на лыжах от 2 до 8 км. Туристические походы.

Упражнения на развитие ловкости, быстроты.

Упражнения на равновесие.

Упражнения для развития силы и силовой выносливости.

## **2.3 Техническая подготовка.**

- Теоретические занятия. Понятие о технике спортивного ориентирования. Значение техники для достижения высоких результатов. Приемы и способы

ориентирования. Техничко-вспомогательные действия. Типичные ошибки при освоении техники спортивного ориентирования.

- Практические занятия. Держание карты. Держание компаса. Сопоставление карты с местностью. Снятие азимута. Выдерживание азимута. Измерение расстояний на местности парами шагов. Определение точки стояния. Простейшая топографическая съемка местности вдоль линейных ориентиров. Ориентирование при смене направления вдоль линейных ориентиров.

Чтение объектов с линейных ориентиров. Взятие КП, расположенных в пределах видимости от линейных ориентиров. Выбор варианта движения между КП. Ориентирование на коротких этапах с тормозными ориентирами. Кратчайшие пути, срезки.

Передвижение классическими лыжными ходами. Обучение техники спуска со склонов в высокой, основной и низкой стойках. Обучение подъемов "елочкой", "полуелочкой", "лесенкой", ступающим шагом. Обучение поворотам на местности и в движении.

#### **2.4 Тактическая подготовка.**

- Теоретические занятия. Первоначальные представления о тактике прохождения дистанции. Взаимосвязь техники и тактики в обучении ориентировщиков. Последовательность действий ориентировщиков при прохождении соревновательной дистанции. Понятие о тактическом плане. Взаимосвязь скорости передвижения и технико-тактических действий. Анализ соревнований.

- Практические занятия. Планирование путей прохождения дистанции при использовании линейных ориентиров. Выбор пути движения между КП.

Особенности тактики в различных видах соревнований по ориентированию.

#### **2.5. Контрольные упражнения.**

- Практические занятия. Общая выносливость, быстрота, скоростно-силовые способности, комплексное упражнение на силу. Участие в 8-10 соревнованиях по спортивному ориентированию согласно календарному плану по своей возрастной группе.

#### **2.6. Основы туристической подготовки.**

- Практические занятия. Личное и групповое туристическое снаряжение. Виды костров. Организация бивуаков, лагеря. Организация питания в полевых условиях, набор продуктов, приготовление пищи на костре. Гигиена в условиях полевого лагеря. Распределение временных и постоянных обязанностей в группе. Обеспечение безопасности при проведении полевого лагеря.

### **2.7. Психологическая и морально-волевая подготовка.**

- Теоретические занятия. Задачи и средства морально-волевой подготовки. Психологическая подготовка одно из средств овладения спортивным мастерством.

- Практические занятия. Воспитание целеустремленности, самостоятельности, решительности и смелости, выдержки и настойчивости в достижении цели. Предстартовое состояние: боевая готовность, предстартовое волнение, предстартовая апатия.

### **2.8. Медико-санитарная подготовка.**

- Практические занятия. Постановка на учет и прохождение медицинского обследования во врачебно-физкультурном диспансере.

## **3. Промежуточная аттестация.**

- Теоретические занятия. Викторина, тест (приложение № 2,4)

- Практическое занятие. Сдача контрольных упражнений и участие в соревнованиях (Приложение № 1, 3). Контрольные упражнения для оценки физической подготовленности. Общая выносливость, быстрота, скоростно-силовые способности, комплексное упражнение на силу. Участие в 7-8 соревнованиях по спортивному ориентированию согласно календарному плану по своей возрастной группе.

## **Содержание программы 3 года обучения.**

### **Раздел 1. Теоретическая подготовка**

#### **1.1. Вводное занятие.**

- Теоретические занятия. Организационное занятие объединения. Планирование деятельности объединения в учебном году.

**Формы контроля:** опрос. Какими видами деятельности занимаемся на занятиях в летней период и в зимней. Какие планы общего тренировочного процесса на весь год.

#### **1.2. Обзор развития спортивного ориентирования.**

- Теоретические занятия. Перспективы развития ориентирования. Международная федерация ориентирования и её деятельность. Характеристика современного состояния спортивного ориентирования. Анализ выступления представителей местной федерации ориентирования в соревнованиях городского, областного, всероссийского масштабов.

#### **1.3. Правила поведения и техника безопасности на занятиях и соревнованиях.**

- Теоретические занятия. Поведение на улице во время движения к месту занятий и на учебно-тренировочном занятии. Техника безопасности при проведении занятий на местности и соревнований.

- Практические занятия. Моделирование нестандартных ситуаций на дистанции по спортивному ориентированию.

#### **1.4. Физиологические основы спортивной тренировки**

-Теоретические занятия. Характеристика формирования двигательных навыков. Мышечная деятельность - необходимое условие физического развития. Физиологические закономерности формирования двигательных навыков.

#### **1.5. Анализ тренировок и соревнований.**

- Теоретические занятия.

Методы анализа результатов тренировок и соревнований. Разбор путей прохождения дистанции. Хронометраж прохождения дистанции. Методы записи и анализа. Ведения дневника спортсмена – ориентировщика. Записи по



выполнению планов общефизической, специальной, технической подготовок. Самоконтроль физического состояния и здоровья. Анализ технических и тактических ошибок при прохождении учебных и соревновательных дистанций.

### **1.6. Правила соревнований по спортивному ориентированию.**

- Теоретические занятия. Виды соревнований по спортивному ориентированию. Права и обязанности участников.

- Практические занятия. Подготовка к соревнованиям. Техническая информация о дистанции.

### **1.7. Основные понятия и категории, относящиеся к профессиональной деятельности в сфере спортивного ориентирования.**

- Прикладное значение спортивного ориентирования. Развитие умения и навыков во множестве профессий и видов деятельности.

- Направления подготовки будущих специалистов спортивного ориентирования в области физической культуры, спорта и туризма. Условия приема в образовательные учреждения.

## **Раздел 2. Практическая подготовка.**

### **2.1. Общая физическая подготовка.**

- Теоретические занятия. Задачи ОФП.

- Практические занятия. Средствами общей физической подготовки служат общеразвивающие упражнения и занятия другими видами спорта: легкой атлетикой, лыжными гонками, туризмом, гимнастикой, плаванием.

К числу общеразвивающих упражнений относятся упражнения, направленные по своему преимущественному воздействию на развитие и воспитание основных физических качеств, укрепление мышц и связок, совершенствование координации движений.

Строевой и походный шаг.

Бег вперед и спиной вперед. Бег с изменением направления и скорости.

Упражнения для мышц рук и плечевого пояса.

Упражнения для ног. Прыжки в длину с места, с разбега, многоскоки.

Упражнения для шеи и туловища. В положении лежа - поднимание и

опускание ног. Упражнения с партнером.

Подвижные игры и эстафеты. Игры на внимание, сообразительность, координацию. Эстафеты с преодолением препятствий, с предметами, прыжками и бегом в различной комбинации.

Туризм. Однодневные походы с использованием мелкомасштабной и крупномасштабной карты.

Задачи таких походов на данном этапе подготовки:

-приобретение привычки к пребыванию в незнакомом лесу без карты и компаса;

-обретение уверенности в ситуации «один в незнакомом лесу»;

-выработка навыков нахождения путей выхода из незнакомого леса.

## **2.2. Специальная физическая подготовка.**

- Теоретические занятия. Специальная физическая подготовка направлена на воспитание физических качеств, специфических для спортсменов-ориентировщиков.

- Практические занятия. Упражнения для развития выносливости. Бег в равномерном темпе по равнинной и слабопересеченной местности. Бег с картой. Ходьба на лыжах от 5 до 10 км. Туристические походы.

Упражнения на развитие ловкости, быстроты.

Упражнения на равновесие.

Упражнения для развития силы и силовой выносливости.

## **2.3 Техническая подготовка.**

- Теоретические занятия. Понятие о технике спортивного ориентирования. Значение техники для достижения высоких результатов. Приемы и способы ориентирования. Техничко-вспомогательные действия. Типичные ошибки при освоении техники спортивного ориентирования.

- Практические занятия. Сопоставление карты с местностью. Снятие азимута. Выдерживание азимута. Измерение расстояний на местности парами шагов. Определение точки стояния. Простейшая топографическая съемка местности вдоль линейных ориентиров. Ориентирование при смене направления вдоль линейных ориентиров.

Чтение объектов с линейных ориентиров. Взятие КП, расположенных в пределах видимости от линейных ориентиров. Выбор варианта движения между КП. Ориентирование на коротких этапах с тормозными ориентирами. Кратчайшие пути, срезки.

Передвижение классическими лыжными ходами. Обучение техники спуска со склонов в высокой, основной и низкой стойках. Обучение подъемов «елочкой», «полуелочкой», «лесенкой», ступающим шагом. Обучение поворотам на местности и в движении.

#### **2.4 Тактическая подготовка.**

- Теоретические занятия. Последовательность действий ориентировщиков при прохождении соревновательной дистанции. Понятие о тактическом плане. Взаимосвязь скорости передвижения и технико-тактических действий. Анализ соревнований.

- Практические занятия. Планирование путей прохождения дистанции при использовании линейных ориентиров. Выбор пути движения между КП.

Особенности тактики в различных видах соревнований по ориентированию.

#### **2.5. Контрольные упражнения.**

- Практические занятия. Участие в течение года в 2 соревнованиях по ОФП. Контрольные упражнения для оценки физической подготовленности. Общая выносливость, быстрота, скоростно-силовые способности, комплексное упражнение на силу.

#### **2.6. Соревнования.**

- Практические занятия. Участие в 7-8 соревнованиях по спортивному ориентированию согласно календарному плану по своей возрастной группе.

#### **2.7. Основы туристической подготовки.**

- Теоретические занятия. Туризм как средство общефизической подготовки спортсмена ориентировщика. Виды туризма.

- Практические занятия. Личное и групповое туристическое снаряжение. Виды костров. Организация бивуаков, лагеря. Организация питания в полевых условиях, набор продуктов, приготовление пищи на костре. Гигиена в условиях полевого лагеря. Распределение временных и постоянных обязанностей в

группе. Обеспечение безопасности при проведении полевого лагеря.

### **2.8 Судейская практика.**

- Практические занятия. Судейская коллегия соревнований. Участие в работе судейских бригах городских соревнований.

### **2.9. Психологическая и морально-волевая подготовка.**

- Теоретические занятия. Задачи и средства морально-волевой подготовки. Психологическая подготовка одно из средств овладения спортивного мастерства.

- Практические занятия. Воспитание целеустремленности, самостоятельности, решительности и смелости, выдержки и настойчивости в достижении цели. Предстартовое состояние: боевая готовность, предстартовое волнение, предстартовая апатия.

### **2.10. Медико-санитарная подготовка.**

- Теоретические занятия. Значение и содержание врачебного контроля самоконтроля при занятиях спортом. Субъективные данные самоконтроля: самочувствие, сон, аппетит, настроение и работоспособность.

- Практические занятия. Постановка на учет и прохождение медицинского обследования во врачебно-физкультурном диспансере.

### **3. Промежуточная аттестация.**

- Теоретические занятия. Викторина, тест (приложение № 2,4)

- Практическое занятие. Сдача контрольных упражнений и участие в соревнованиях (Приложение № 1, 3). Контрольные упражнения для оценки физической подготовленности. Общая выносливость, быстрота, скоростно-силовые способности, комплексное упражнение на силу Участие в 7-8 соревнованиях по спортивному ориентированию согласно календарному плану по своей возрастной группе

## **Содержание программы 4 года обучения.**

### **Раздел 1. Теоретическая подготовка**

#### **1.1. Вводное занятие.**

- Теоретические занятия. Планирование деятельности объединения в учебном году.

Воспитанники должны уметь:

- коллективно участвовать в планировании деятельности объединения;
- совместно участвовать в творческих делах;
- подводить итоги собственных достижений.

Формы контроля: опрос. Итоги собственных достижений.

#### **1.2. Обзор развития спортивного ориентирования**

- Современное состояние вида спорта в России и мире. Достижение российских спортсменов.

- Перспективы развития направленности на массовость и доступность для населения.

#### **1.3. Правила поведения и техника безопасности на занятиях и соревнованиях.**

Теоретические занятия

Поведение на улице во время движения к месту занятий и на учебно-тренировочном занятии. Техника безопасности при проведении занятий на местности и соревнованиях. Правила пожарной безопасности. Польза и вред огня. Причины возникновения пожаров.

#### **1.4. Физиологические основы спортивной тренировки**

- Теоретические занятия. Физиологические закономерности формирования двигательных навыков. Физиологическое обоснование принципов постепенности, повторности, разносторонности, индивидуальности в процессе тренировки.

- Практические занятия. Тренированность и ее физиологические показатели.

Должны знать основные признаки перетренированности, признаки утомления и причины, влияющие на временное снижение работоспособности.

Должны уметь ликвидировать признаки перетренированности, учитывать восстановительные процессы при организации спортивной

### **1.5. Анализ тренировок и соревнований**

- Методы анализа результатов тренировок и соревнований. Разбор путей прохождения дистанции. Хронометраж прохождения дистанции. Методы записи и анализа. Ведения дневника спортсмена – ориентировщика. Записи по выполнению планов общефизической, специальной, технической подготовок. Самоконтроль физического состояния и здоровья. Анализ технических и тактических ошибок при прохождении учебных и соревновательных дистанций.

### **1.6. Правила соревнований по спортивному ориентированию**

- Теоретические занятия. Виды соревнований по спортивному ориентированию. Права и обязанности участников.

- Практические занятия. Подготовка к соревнованиям. Возрастные группы. Контрольное время. Техническая информация о дистанции.

### **1.7. Основные понятия и категории, относящиеся к профессиональной деятельности в сфере спортивного ориентирования.**

- Прикладное значение спортивного ориентирования. Развитие умения и навыков во множестве профессий и видов деятельности.

- Направления подготовки будущих специалистов спортивного ориентирования в области физической культуры, спорта и туризма. Условия приема в образовательные учреждения.

## **Раздел 2. Практическая подготовка.**

### **2.1 Общая физическая подготовка**

- Практические занятия

Гимнастические упражнения, подвижные игры и эстафеты. Спортивные игры. Упражнения, направленные на развитие быстроты, силы, гибкости, выносливости. Упражнения на расслабление. Должны знать специфические особенности бега в лесу, по пересеченной местности, в горном районе, технику лыжных ходов. Должны уметь передвигаться на лыжах, выполняя технические приёмы: попеременный ход, одновременный ход, коньковый ход, повороты,

подъёмы, спуски и торможения.

## **2.2 Специальная физическая подготовка**

- Теоретические занятия

Роль и значение специальной физической подготовки для роста мастерства ориентировщиков. Характер и методика развития физических и специальных качеств, необходимых спортсмену-ориентировщику: выносливости, быстроты, ловкости, гибкости, силы.

- Практические занятия

Беговая подготовка с учетом зон интенсивности тренировочных нагрузок: восстановительная, поддерживающая, развивающая, субмаксимальная, максимальная. Фартлек — игра скоростей.

Развитие специальных качеств, необходимых ориентировщику.

Упражнения на развитие выносливости: бег в равномерном темпе по равнинной и пересеченной местности, открытой, закрытой, заболоченной, бег в гору, специальные беговые упражнения.

Упражнения на развитие быстроты: бег с высокого и низкого старта на скорость на короткие и средние дистанции, бег на месте в быстром темпе с высоким подниманием бедра, бег с внезапной сменой направления, различные игры и игровые упражнения, выполняемые в быстром темпе.

Упражнения на развитие гибкости: упражнения на растяжку, упражнения с партнером (пассивные и активные), упражнения с предметами.

Упражнения на развитие ловкости и прыгучести: прыжки (в длину, по кочкам, в высоту, вниз, с одной ноги, с двух ног), кувырки, перекаты, упражнения на равновесие, спортивные игры, подвижные игры.

Упражнения на развитие силы: сгибание и разгибание рук в упоре, подтягивание, приседание на двух и одной ногах, приседания с отягощением, упражнения с предметами (набивные мячи, амортизаторы).

## **2.3 Техническая подготовка**

- Теоретические занятия

Техника кроссового бега по различному грунту, по разной местности.

Специализированные качества ориентировщика (чувство расстояния, на-

правления, чтение карты). Изучение понятий: привязка дополнительная, задняя, последняя.

- Практические занятия

Чтение карты (точное и грубое), опережающее чтение карты, чтение карты «по большому пальцу». Память (кратковременная, оперативная, долговременная). Слежение за местностью с одновременным чтением карты. Измерение расстояний на карте. Измерение расстояний на местности парами шагов, по времени, глазомерно, интуитивно. Контроль расстояния с помощью деталей карты, с использованием толщины пальцев. Направление. Контроль направления с помощью компаса и карты, по солнцу, по объектам местности, контроль высоты. Выход на КП с различных привязок (последних, дополнительных, задних).

#### **2.4 Тактическая подготовка**

- Теоретические занятия

Действия ориентировщика на различных участках трассы. Соотношение скорости бега и качества ориентирования. Последовательность действий при прохождении дистанции.

- Практические занятия

Приемы ориентирования (азимут с упреждением, бег «в мешок», параллельный заход, бег по ориентирам, удлинение ориентиров).

Предстартовая информация: параметры дистанции (длина, число КП, набор высоты); параметры карты (размер, масштаб, сечение рельефа); характер местности (проходимость, тип растительности, тип ландшафта); стартовые параметры (номер, стартовая минута, местонахождение старта и финиша); параметры района соревнований (границы района, запретные для бега места); сведения о КП (легенды, наличие совмещенных КП, средства отметки КП), опасные места, стартовые данные соперника.

#### **2.5 Контрольные нормативы**

- Практические занятия

Сдача теоретических и практических навыков по спортивному ориентированию, туризму, легкой атлетике, лыжным гонкам. Сдача нормативов



по ОФП.

## **2.6 Участие в соревнованиях**

- Практические занятия. Участие в соревнованиях согласно календарному плану. Участие в первенствах города, области, в соревнованиях школ, в территориальных соревнованиях.

## **2.7 Судейская практика**

Общие обязанности судей. Практика судейства на старте, финише, в качестве контролера и коменданта соревнований. Оформление места старта, финиша, зоны передачи эстафеты. Подготовка инвентаря и оборудования для соревновательных трасс.

## **2.8 Психологическая и морально-волевая подготовка**

- Теоретические занятия

Особенности проявления волевых качеств у спортсменов-ориентировщиков в связи с индивидуальным характером прохождения тренировочных и соревновательных трасс на незнакомой местности. Методы и средства развития волевых качеств. Объективные и субъективные трудности в тренировочном и соревновательном процессе. Утомление. Влияние утомления на качество ориентирования.

- Практические занятия

Психологическая самоподготовка к старту. Воспитание воли и регулирование эмоций.

Должны уметь по возможности преодолевать объективные и субъективные трудности в тренировочном и соревновательном процессе, выполнять комплекс самоподготовки к старту, выполнять упражнения на воспитание воли и регулирование эмоций.

## **2.9. Медико-санитарная подготовка**

- Практические занятия. Постановке на учет и прохождение медицинского обследования во врачебно-физкультурном диспансере.

## **3. Промежуточная аттестация.**

- Теоретические занятия. Викторина, тест (приложение № 2,4)

- Практическое занятие. Сдача контрольных упражнений и участие в

соревнованиях (Приложение № 1, 3). Контрольные упражнения для оценки физической подготовленности. Общая выносливость, быстрота, скоростно-силовые способности, комплексное упражнение на Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию согласно календарному плану по своей возрастной группе.

## **1.4. Планируемые результаты.**

Результатом реализации Программы является:

- формирование устойчивого интереса к занятиям спортом;
- формирование широкого круга двигательных умений и навыков;
- освоение основ техники по виду спорта спортивное ориентирование;
- всестороннее гармоничное развитие физических качеств;
- укрепление здоровья детей;
- отбор перспективных юных спортсменов для дальнейших занятий по виду спорта спортивное ориентирование.

### **1. Предметные**

#### **Планируемые результаты по окончании 1-го года обучения.**

Учащиеся должны знать:

- Основы техники безопасности;
- Историю возникновения и развития спортивного ориентирования;
- Основные принципы охраны природы;
- Экипировку для занятий;
- Понятия: масштаб, высота сечения;
- Стороны горизонта, как определить азимут по карте, как сориентировать карту;

- Условные знаки спортивных карт;
- Способы определения расстояния на карте и на местности;
- Обозначения легенд контрольных пунктов;
- Виды дистанций в ориентировании.

Учащиеся должны уметь:

- Соблюдать меры личной гигиены;
- Выполнять общеразвивающие упражнения;
- Передвигаться на лыжах;
- Пользоваться компасом;

- Измерять расстояния по карте и на местности;
- Выполнять технические действия: ориентировать карту, брать азимут, определять точку стояния.

- Укладывать рюкзак и разводить костер.

### **Планируемые результаты по окончании 2-го года обучения.**

Учащиеся должны знать:

- Основы безопасности на занятиях, соревнованиях и в походах;
- Основы правил пожарной безопасности;
- Достижения российских спортсменов-ориентировщиков на международных соревнованиях;

- Общие положения правил соревнований;
- Снаряжение для проведения тренировочных занятий на местности;
- Понятие о технических приемах;
- Специальные качества ориентировщика;
- Влияние скорости бега на качество ориентирования;
- Условия проведения соревнований по спортивному ориентированию;

Учащиеся должны уметь:

- Правильно использовать восстановительные средства (баня, душ, массаж, сон);

- Соблюдать права и обязанности участников соревнований.
- Выполнять общеразвивающие упражнения;
- Передвигаться на лыжах, выполнять технические приемы;
- Выполнять бег с учетом характера местности;
- Выполнять технические действия: ориентировать карту, брать азимут, определять точку стояния, контролировать расстояние;
- Использовать предстартовую информацию;
- Выполнять нормативы по общей и специальной физической подготовке.

### **Планируемые результаты по окончании 3-го года обучения.**

Учащиеся должны знать:

- Достижения российских спортсменов-ориентировщиков на международных соревнованиях;

- Меры личной и общественной профилактики болезней;
- Общие положения правил соревнований;
- Упражнения на развития специальных физических качеств спортсмена-ориентировщика;
- Понятие технических приемов;
- Условия проведения соревнований по спортивному ориентированию;

Учащиеся должны уметь:

- Анализировать результаты тренировок и соревнований;

- Соблюдать права и обязанности участников соревнований;

- Выполнять упражнения на расширение функциональных возможностей организма;

- Выполнять общеразвивающие упражнения;
- Передвигаться на лыжах, выполнять технические приемы;
- Эффективно передвигаться по местности с учетом характера ландшафта;
- Выполнять упражнения на развитие выносливости, быстроты, силы, гибкости;

- Выполнять технические действия: контролировать расстояние в заболоченной, труднопроходимой местности, двигаться по азимуту по закрытой и открытой местности;

- Грамотно и в полном объеме использовать предстартовую информацию.

### **Планируемые результаты по окончании 4-го года обучения.**

Учащиеся должны знать:

- Перспективы развития ориентирования;

- Достижение российских спортсменов ориентировщиков на международных соревнованиях;

- Меры личной и общественной профилактики болезней;
- Общие положения правил соревнований;
- Методы анализа результатов тренировок и соревнований;

- Признаки перетренированности;
- Взаимосвязь физической, технической, тактической, волевой и психологической подготовок;

- Упражнения на развития специальных качеств, необходимых спортсмену-ориентировщику;

- Технические приемы ориентирования;
- Специальные качества спортсмена-ориентировщика;

Учащиеся должны уметь:

- Анализировать выступления на дистанции;
- Соблюдать права и обязанности участников соревнований;
- Выполнять упражнения на расширение функциональных возможностей организма;

- Передвигаться на лыжах, выполнять технические приемы;
- Эффективно передвигаться по местности с учетом характера ландшафта;
- Выполнять упражнения на развитие выносливости, быстроты, силы, гибкости;

- Выполнять технические действия: контролировать расстояние в заболоченной, труднопроходимой местности, двигаться по азимуту по закрытой и открытой местности;

- Грамотно и в полном объеме использовать предстартовую информацию;
- Вести записи по выполнению планов общефизической, специальной и

технической подготовки.

## **2. Метапредметные результаты**

В результате освоения данной дополнительной образовательной программы обучающиеся в той или иной степени должны повысить:

1. Умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;

2. Умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения

учебных и познавательных задач;

3. Умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;

4. Умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения;

5. Владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;

6. Умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы;

7. Умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;

8. Смысловое чтение;

9. Умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение;

10. Умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей, планирования и регуляции своей деятельности; владение устной и письменной речью, монологической контекстной речью;

11. Формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий.

### **3. Личностные результаты**

В результате освоения данной дополнительной образовательной программы

обучающиеся в той или иной степени должны повысить уровень сформированности отдельных личностных результатов, которые проявляются в:

- соблюдении норм и правил поведения, принятых в образовательном учреждении;

- участия в общественной жизни образовательного учреждения и ближайшего социального окружения, общественно-полезной деятельности;

- инициативе и ответственности за результаты обучения, готовность и способность к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию;

- готовности и способности делать осознанный выбор своей образовательной траектории, в том числе выбор направления профильного образования, проектирование индивидуального учебного плана на старшей ступени общего образования;

- ценностно-смысловых установках обучающихся: ценности здорового и безопасного образа жизни, осознание значения семьи в жизни человека и общества, ценности уважения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, вере и т.д.



## 2. Комплекс организационно-педагогических условий.

### 2.1. Календарный учебный график.

Группы по годам обучения:		1 год	2 год	3 год	4 год
1	Продолжительность освоения программы	4 года			
2	Начало освоения программы	01.09.2024	01.09.2023	01.09.2022	01.09.2021
3	Окончание освоения программы	31.05.2028	31.05.2027	31.05.2026	31.05.2025
4	Входной (вводный) мониторинг	15.09.24- 01.10.24	15.09.24- 01.10.24	15.09.24- 01.10.24	15.09.24- 01.10.24
5	Регламентирование образовательного процесса (режим работы объединения)	Расписание. (Приложение 1 к Календарному графику)			
6	Выходные и праздничные дни	4 ноября — День народного единства 30 декабря по 7 января - Новогодние каникулы 23 февраля - День защитника Отечества 8 марта - Международный женский день 25 марта по 2 апреля – весенние каникулы 1 мая - Праздник Весны и Труда 9 мая - День Победы			
7	Каникулы (сроки, продолжительность)	Осенние каникулы: 28 октября по 5 ноября 2024г. Каникулы зимние: 01 – 10.01 2025 г. Каникулы летние: 01.06.2025 – 31.08.2025 г.			
8	Сроки текущего контроля	В течение учебного года			
9	Сроки промежуточной аттестации освоения программного материала обучающимися	27-29.12.2025	27-29.12.2025	27-29.12.2025	27-29.12.2025
10	Дата итоговой аттестации освоения программы (дата итогового занятия)	22-26.05.2025	22-26.05.2025	22-26.05.2025	22-26.05.2025

**Приложение 1**  
к календарному учебному графику

Расписание работы в 2024/2025 учебном году  
**01.09.2024 - 31.05.2025**  
(Педагог Епифанов Ф.В.)  
Объединение спортивное ориентирование

Номер группы	Площадка	Год обучения	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница	суббота	воскресение	Итого часов в группе
Итого часов по дням										

Место проведения занятий: МАОУ «СОШ № 154 г. Челябинска», ул. Салавата Юлаева, 13. Лесопарки: Золотая гора, ЦПКиО

## **2.2. Условия реализации программы.**

### **Сроки реализации программы.**

Программа рассчитана на 4 года обучения. Этапы образовательного процесса:

1. Этап начальной подготовки (НП), 1-2 год обучения
2. Учебно-тренировочный этап (УТ), 3-4 год обучения

Этапы связаны между собой, что обеспечивает поступательное развитие учебного процесса.

### **Распределение количества часов по годам обучения**

<b>Год обучения</b>	<b>Продолжительность занятий (часы)</b>	<b>Кол-во в неделю (разы)</b>	<b>Количество неделю (часы)</b>	<b>Количество в год (часы)</b>
1	2	3	6	216
2	2	3	6	216
3	2	3	6	216
4	2	3	6	216

### **Возраст обучающихся.**

Возраст обучающихся от 8 до 15 лет, для детей младшего и среднего школьного возраста, любой половой принадлежности детей. Уровень базового образования – дошкольное. Состав групп - одного возраста.

Программа предназначена для следующих категорий детей:

- кадеты (обучающиеся, воспитанники кадетских школ или кадетских классов);
- школьники, лицеисты, гимназисты (обучающиеся общеобразовательных учреждений);
- воспитанники общеобразовательных школ – интернатов;
- воспитанники образовательных учреждений для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей;
- обучающиеся, воспитанники образовательных учреждений дополнительного образования детей.

### **Условия набора обучающихся.**

Наполняемость групп определяется в соответствии с уставом учреждения, санитарно-гигиеническими требованиями к данному виду деятельности и региональными нормативными документами в сфере дополнительного образования детей и составляет:

- 1 год обучения – не менее 13 человек;
- 2 год обучения – не менее 12 человек;
- 3 год обучения и последующих – не менее 10 человек.

Состав учебной группы формируется с учётом уровня подготовки, а также психологической совместимости в коллективе.

### **Организация образовательного процесса**

Образовательный процесс представляет собой специально организованную деятельность, направленную на решение задач обучения, воспитания, развития личности, и должен отвечает следующим требованиям:

- иметь развивающий характер, т.е. должен быть направлен на развитие у детей природных задатков и интересов;
- быть разнообразным как по форме (групповые и индивидуальные, теоретические и практические, исполнительские и творческие занятия), так и по содержанию;
- основываться на многообразии дополнительных образовательных программ: модифицированных, авторских, адаптированных;
- базироваться на развивающих методах обучения детей;
- для педагога дополнительного образования уже недостаточно знания лишь той предметной области, которую он преподаёт, он должен обладать психолого-педагогическими знаниями;
- использовать диагностику интересов и мотивации детей с тем, чтобы обеспечить такое многообразие видов деятельности и форм их осуществления, которое позволило бы разным детям с разными интересами и проблемами найти для себя занятие по душе;
- основываться на социальном заказе общества;

- отражать региональные особенности и традиции.

### **Формы организации и проведения занятий:**

Основными формами являются:

- групповые и индивидуальные тренировочные и теоретические занятия;
- участие в спортивных соревнованиях и мероприятиях;
- инструкторская и судейская практика;
- тестирование и контроль.

Возможные **формы проведения** занятий: беседа, занятие-игра, акция, круглый стол, сбор, семинар, сказка, мастер-класс, соревнование, викторина, «мозговой штурм», спектакль, встреча с интересными людьми, наблюдение, студия, выставка, творческая встреча, галерея, открытое занятие, творческая мастерская, гостиная, посиделки, творческий отчет, диспут, дискуссия, обсуждение, поход, тренинг, праздник, турнир, защита проектов, практическое занятие, представление, фестиваль, презентация, чемпионат, игра сюжетно-ролевая, шоу, игровая программа, профильный лагерь, класс-концерт, экскурсия, КВН, размышление, конкурс, эксперимент, консультация, репетиция, эстафета, конференция, ринг, ярмарка, концерт, салон и т.д.

Занятие **по типу** может быть: комбинированным, теоретическим, практическим, диагностическим, лабораторным, контрольным, репетиционным, тренировочным и др.

**Методы**, в основе которых лежит уровень деятельности обучающихся:

- объяснительно-иллюстративные (методы обучения, при использовании которых, обучающиеся воспринимают и усваивают готовую информацию);
- репродуктивные методы обучения (обучающиеся воспроизводят полученные знания и освоенные способы деятельности);
- частично-поисковые методы обучения (участие обучающихся в коллективном поиске, решение поставленной задачи совместно с педагогом);
- исследовательские методы обучения (овладение обучающимися методами научного познания, самостоятельной творческой работы).

## **Материально-техническое обеспечение программы.**

### Помещения:

- Кабинет для занятий теоретической подготовкой;
- Спортивный зал для занятий общей физической подготовкой;
- Комната для хранения инвентаря;
- Раздевалки.

### Оборудование помещений:

- Классная доска, столы и стулья для обучающихся и педагога;
- Шкафы и стеллажи для хранения пособий, инвентаря и учебных материалов;
- Тренажеры, маты, стенки/турники для зала.

### Оборудование для проведения занятий:

- Оборудование контрольного пункта;
- Средства отметки (цветные карандаши, компостеры, электронные станции/карточки отметки);
- Компасы;
- Курвиметр;
- Мячи игровые.

### Технические средства обучения:

- Компьютер/ноутбук;
- Цветной и ч/б принтеры;
- Программное обеспечение (OCAD).

### Материалы для занятий:

- Картографический материал;
- Бумага для печати карт (водостойкая 90-120г/м<sup>2</sup>);

- Бумага для офисной техники (80г/м<sup>2</sup>);
- Канцелярские принадлежности (скотч, цветные карандаши, ножницы, линейка, файлы, фломастеры);
- Шпагат полипропиленовый;
- Разметка (маркировка трасс).

Экипировка для занятий летом:

- Специальная одежда (кроссовки, обувь с шипами, костюм беговой);
- Туристское оборудование (рюкзаки, палатки, спальные мешки, коврики, костровое оборудование, топор/пила).

Экипировка для занятий зимой:

- Снаряжение лыжника (лыжи, палки, ботинки, планшет, смазки);
- Костюм беговой зимний, костюм ветрозащитный, шапочка лыжная, перчатки;
- Станок для подготовки лыж.

### 2.3. Формы аттестации и оценочные материалы.

Результаты образовательной деятельности отслеживаются путем проведения аттестации обучающихся. Аттестационный материал составлен в соответствии с целями и задачами и планируемыми результатами данной программы.

Виды аттестации и сроки проведения:

- **Входной** контроль: проводится при наборе, на начальном этапе формирования коллектива (в сентябре) или для учащихся, которые желают обучаться по данной программе не сначала учебного года и года обучения. Данный контроль нацелен на изучение: интересов ребенка, его знаний и умений, творческих способностей.

- **Текущий** контроль: проводится в течение учебного года, возможен на каждом занятии, по окончании изучения темы, раздела программы.

- **Промежуточный** контроль: проводится в конце I полугодия (в декабре-январе) и II полугодия (апрель-май) учебного года. Данный контроль нацелен на изучение динамики освоения предметного содержания учащимися, метапредметных результатов, личностного развития и взаимоотношений в коллективе.

- **Итоговый** контроль: проводится в конце курса обучения по данной программе. Данный контроль нацелен на проверку освоения программы, учет изменений качеств личности каждого учащегося.

Периодичность, формы проведения, оценивания и фиксации результатов приведены в таблице «Аттестация по итогам реализации программы» в соответствии с содержанием программы.

Методические и дидактические разработки форм проведения и оценивания результатов приведены в Приложении к программе, с указанием ссылки на них в таблице.



### Аттестация по итогам реализации программы.

Форма аттестации	Периодичность	Цель проведения	Формы проведения	Формы оценивания	Форма фиксации результатов
Входящий контроль	В начале курса обучения	Определения уровня физического развития детей, их способностей и возможностей.	Сдача контрольных упражнений	5-ти бальная система.	Протокол «Контрольные показатели по общей физической подготовке для спортсменов-ориентировщиков». (Приложение 1.3)
Текущий контроль	На протяжении всего периода обучения	Определение степени усвоения обучающимися учебного материала.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Тестирование;</li> <li>- Проверочные задания; -</li> <li>Выполнений контрольных нормативов;</li> <li>- Педагогическое наблюдение;</li> <li>- Соревнования;</li> <li>- Анализ достижений.</li> </ul>	Баллы Место Разряды Рейтинг	Протокол «Контрольные показатели по общей физической подготовке для спортсменов - ориентировщиков». (Приложение 1.3) Протокол «Результаты тестирования на освоение техники ориентирования, ...» (Приложение 1.4.)
Промежуточная аттестация	По итогам полугодия, года	Определение результатов обучения. Качество образовательного процесса.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Соревнования;</li> <li>- Тестирование по теоретическому материалу;</li> <li>Викторина;</li> <li>- Анализ достижений.</li> <li>- Сдача контрольных упражнений, результаты соревнований.</li> </ul>	Баллы Место Разряды Рейтинг	«Протокол промежуточной и итоговой аттестации ...» (Приложение 1.1) «Индивидуальная карточка учета результатов...» (Приложение 1.2) Протокол «Контрольные показатели по общей физической подготовке для спортсменов-ориентировщиков». (Приложение 1.3)

					<p>Протокол «Результаты тестирования на освоение техники ориентирования,» (Приложение 1.4.)</p> <p>Протокол «Результаты викторины по теоретической подготовке» (Приложение 1.7)</p>
Итоговая аттестация	В конце курса обучения	<p>Определение изменения уровня развития детей, их способностей.</p> <p>Определение результатов обучения.</p> <p>Ориентирование обучающихся на дальнейшее (в том числе самостоятельное) обучение.</p>	<p>- Выполнений контрольных нормативов;</p> <p>- Соревнования;</p> <p>- Тестирование по теоретическому материалу;</p> <p>- Анализ достижений</p>	<p>Баллы</p> <p>Место</p> <p>Разряды</p> <p>Рейтинг</p>	<p>«Протокол промежуточной и итоговой аттестации ...» (Приложение 1.1)</p> <p>«Индивидуальная карточка учета результатов...» (Приложение 1.2)</p> <p>Протокол «Контрольные показатели по общей физической подготовке для спортсменов-ориентировщиков». (Приложение 1.3)</p> <p>Протокол «Результаты викторины по теоретической подготовке» (Приложение 1.7)</p>

## **2.4. Методические и дидактические материалы.**

При организации образовательной деятельности по данной программе использованы следующие материалы:

### **Методические:**

Карта школьного двора СОШ №154 <https://clck.ru/RuQoc>

Карта жилого квартала с СОШ №154 <https://clck.ru/RuQwQ>

Крайнов И.В. «Техническая подготовка в спортивном ориентировании»  
<https://clck.ru/RtqWP>

Ширина А.А., Иванов А.В. «Современная подготовка спортсмена-ориентировщика» <https://clck.ru/RtqkT>

Карта лесопарка «Золотая гора» <https://clck.ru/RuRdV>

Карта лесопарка ЦПКиО-север <https://clck.ru/RuRnU>

Карта лесопарка ЦПКиО-юг <https://clck.ru/RuRtE>

### **Дидактические:**

Карпельсон Ася «Ориентирование – первые шаги» <https://clck.ru/RtpYE>

Горан Андерссон (Швеция) «Классно, потрясающе и интересно»  
<https://clck.ru/Rtpvg>

Шведский самоучитель по ориентированию «Ориентируйтесь правильно»  
<https://clck.ru/Rtq38>

Моргунова Т.В.: Обучающие и контрольные тесты по спортивному ориентированию <https://clck.ru/RwdXX>

## **2.5. Воспитательный компонент.**

Воспитание представляет собой целенаправленный и планомерный процесс по формированию и развитию личности человека в соответствии с нормами и правилами, принятыми в обществе.

**Цель:** воспитание гармоничной, духовно развитой, социально-активной личности учащегося, способной к постоянному самообразованию и самосовершенствованию; привитие ему нравственных принципов на основе изучения культурно-исторических, патриотических традиций семьи, учреждения, России.

### **Задачи:**

- способствовать приобретению опыта осуществления социально значимых дел;
- реализовывать воспитательный потенциал и возможности учебного занятия;
- воспитывать чувства патриотизма, активной гражданской позиции, сопричастности к истории России;
- развивать навыки самоопределения и самореализации;
- организовывать работу с семьями обучающихся, их родителями и или законными представителями, направленную на решение проблем личностного развития обучающихся;
- формировать и развивать духовно-нравственные ориентиры на основе традиционных общечеловеческих ценностей;
- реализация важных для личностного развития социально значимых форм и моделей поведения; формирование и развитие творческих способностей;
- способствовать ранней профессиональной ориентации.

### **Формы и методы воспитания.**

Дополнительное образование имеет практико-ориентированный характер и ориентировано на выбор таких видов и форм воспитательной деятельности, которые способствуют формированию и развитию у детей индивидуальных способностей и способов деятельности, объективных представлений о мире,

окружающей действительности, внутренней мотивации к творческой деятельности, познанию, нравственному поведению.

Формы воспитательной работы, используемые при реализации воспитательного компонента в программе:

- Учебное занятие. Основная форма воспитания и обучения, в ходе которого, в соответствии с предметным и метапредметным содержанием программы обучающиеся: усваивают информацию, имеющую воспитательное значение; получают опыт деятельности, в которой формируются, проявляются и утверждаются ценностные, нравственные ориентации; осознают себя способными к нравственному выбору; участвуют в освоении и формировании среды своего личностного развития, творческой самореализации.

- Практические занятия. Тренировки, репетиции, конструирование, подготовка к конкурсам, соревнованиям, туристическим походам, выставкам, участие в дискуссиях, в коллективных творческих делах и др. Способствуют усвоению и применению правил поведения и коммуникации, формированию позитивного и конструктивного отношения к событиям, в которых они участвуют, к членам своего коллектива.

- Проекты. Участие в проектах и исследованиях способствует формированию умений в области целеполагания, планирования и рефлексии, укрепляет внутреннюю дисциплину, даёт опыт долгосрочной системной деятельности.

- Коллективные игры. В коллективных играх проявляются и развиваются личностные качества: эмоциональность, активность, нацеленность на успех, готовность к командной деятельности и взаимопомощи.

- Итоговые мероприятия: концерты, конкурсы, соревнования, выставки выступления, презентации проектов и исследований, туристические слёты - способствуют закреплению ситуации успеха, развивают рефлексивные и коммуникативные умения, ответственность, благоприятно воздействуют на эмоциональную сферу детей.

- Социальные проекты. Воспитательное значение активностей детей при реализации программ дополнительного образования наиболее наглядно проявляется в социальных проектах, благотворительных и волонтерских акциях, в экологической, патриотической, трудовой, профориентационной деятельности. Педагог видит и отмечает успехи детей, обеспечивает понимание детьми того, что личное, семейное благополучие и достижения являются воплощением национальных ценностей, что в их деятельности и результатах находят своё выражение российские базовые ценности, традиционные духовно-нравственные ценности народов России.

Технологии и методы организации воспитательной деятельности в рамках программы:

- методы формирования сознания (рассказ, беседа, лекция, дискуссия, метод примера);

- методы организации деятельности и формирования опыта поведения (поручение, требование, создание воспитывающих ситуаций);

- методы стимулирования поведения (соревнование, поощрение);

- методы контроля, самоконтроля и самооценки (наблюдение, опросные методы (беседы, анкетирование), тестирование, анализ результатов деятельности).

#### **Условия воспитания.**

Условия воспитания – это внешняя объективная среда (обстановка, обстоятельства места, времени и действия, общественный строй и пр.), а также внешние субъективно сконструированные педагогом обстоятельства, которые существенно влияют на протекание организуемого педагогического процесса.

Условия для организации воспитательного процесса в программе создаются через работу с коллективом, индивидуальную работу с обучающимися и работу с родителями обучающихся или их законными представителями.

Работа с детским объединением:

- инициирование, мотивация и поддержка участия детского объединения в общеучрежденческих ключевых делах (портфолио обучающихся, награждение активных обучающихся по итогам мероприятий и учебного года и др.);

- осуществление педагогического сопровождения и оказание необходимой помощи детям в их подготовке, проведении и анализе мероприятия (подбор необходимого материала, совместное составление инструкций, планов работы, проектов и др.);

- поддержка детских инициатив и их педагогическое сопровождение (обучающиеся являются инициаторами различных мероприятий, педагог направляет, корректирует и поддерживает);

- организация и проведение с обучающимися их родителями совместных дел различных направленностей (интеллектуально-познавательной, гражданско-патриотической, героико-патриотической, трудовой, спортивно-оздоровительной, духовно-нравственной, творческой, профориентационной и др. направленности), позволяющих вовлечь в них детей с самыми разными потребностями и тем самым дать им возможность самореализоваться в них (семейные праздники, конкурсы, игры, соревнования, квесты и др.);

- установление и упрочение доверительных отношений с обучающимися детского объединения (поддержка, помощь, собственный пример, искренность, сочувствие и др.);

- сплочение детского коллектива посредством игр и тренингов на сплочение и командообразование;

- развитие организаторских, лидерских качеств, умений и навыков посредством профессиональных проб, социальных практик и мастер - классов;

- мотивация исполнения существующих и выработка совместно с обучающимися новых правил коллектива, помогающих детям освоить нормы и правила общения, которым они должны следовать.

Индивидуальная работа с обучающимися:

- изучение особенностей личностного развития обучающихся детского объединения через наблюдение за их поведением в повседневной жизни, в

специально создаваемых педагогических ситуациях, в играх, погружающих ребенка в мир человеческих отношений, в организуемых педагогом беседах по тем или иным нравственным проблемам;

- поддержка ребенка в решении важных для него жизненных проблем (налаживание взаимоотношений с ребятами, выбор профессии, и т.п.),

- мотивация ребенка на участие в жизни детского объединения, учреждения (посредством поощрения, доверительных бесед, отдельных поручений и др.);

- мотивация обучающихся на участие в конкурсных мероприятиях (методом поощрения, личным примером и др.);

- коррекция поведения ребенка через частные беседы с ним, его родителями или законными представителями, с другими обучающимися; через предложение взять на себя ответственность за то или иное поручение в детском объединении.

Работа с родителями обучающихся или их законными представителями:

- регулярное информирование родителей об успехах и проблемах их детей, о жизни детского объединения в целом;

- помощь родителям обучающихся или их законным представителям в регулировании отношений между ними, администрацией учреждения;

- организация родительских собраний, происходящих в режиме обсуждения наиболее острых проблем обучения и воспитания;

- создание и организация работы родительских комитетов детских объединений, участвующих в управлении образовательной организацией и решении вопросов воспитания и обучения их детей;

- привлечение членов семей, обучающихся к организации и проведению дел детского объединения;

- организация на базе детского объединения семейных праздников, конкурсов, соревнований, направленных на сплочение семьи и учреждения, как института обучения и воспитания.

**Ценностно-целевую основу воспитания детей** при реализации программы составляют целевые ориентиры воспитания как ожидаемые результаты воспитательной деятельности в процессе реализации для программы



- туристско-краеведческой направленности: ценностного отношения к региональной и местной культуре; уважения к историческому и культурному наследию народов России; уважения к ценностям, святыням традиционных религий народов России; культуры общения, взаимопомощи; эстетической культуры; трудолюбия и уважения к труду; экологической культуры, навыков охраны природы, сбережения природных ресурсов; личной ответственности за действия в природной среде, неприятие действий, приносящих вред природе; опыта сохранения уникального природного и биологического многообразия России, природного наследия РФ; стремления к заботе о своём здоровье и здоровье окружающих людей; способности видеть и реагировать на угрозы безопасности; воли, упорства, дисциплинированности в туристической деятельности; готовности к анализу и реализации своей нравственной позиции на основе российских базовых ценностей, традиционных духовно-нравственных ценностей народов России.

- физкультурно-спортивной направленности: понимания ценности жизни, здоровья и здорового образа жизни; безопасного поведения; культуры самоконтроля своего физического состояния; стремления к соблюдению норм спортивной этики; уважения к старшим, наставникам; дисциплинированности, трудолюбия, воли, ответственности; сознания ценности физической культуры, эстетики спорта; интереса к спортивным достижениям и традициям, к истории российского и мирового спорта и спортивных достижений; стремления к командному взаимодействию, к общей победе.

#### **Анализ результатов.**

Дополнительное образование обеспечивает ребенку возможность максимально реализовать себя, лично и профессионально самоопределиться. Результаты обучения в дополнительном образовании доступны, привлекательны, реальны, что позитивно сказывается на развитии личности ребенка, стимулирует его творчество и усиливает воспитательный эффект.

Результативность реализации программы в части воспитания определяются через:

- педагогическое наблюдение, в процессе которого внимание педагогов сосредотачивается на проявлении в деятельности детей и в её результатах определённых в данной программе целевых ориентиров воспитания, а также на проблемах и трудностях достижения воспитательных задач программы;

- оценку творческих и исследовательских работ и проектов экспертным сообществом (педагоги, родители, другие обучающиеся, приглашённые внешние эксперты и др.) с точки зрения достижения воспитательных результатов, поскольку в индивидуальных творческих и исследовательских работах, проектах неизбежно отражаются личностные результаты освоения программы и личностные качества каждого ребёнка;

- отзывы, интервью, материалы рефлексии, которые предоставляют возможности для выявления и анализа продвижения детей (индивидуально и в группе в целом) по выбранным целевым ориентирам воспитания в процессе и по итогам реализации программы, оценки личностных результатов участия детей в деятельности по программе.

- самоанализ и самооценка обучающихся по итогам деятельности, отзывы родителей (законных представителей) и других участников образовательных событий и мероприятий также дают возможность для выявления и анализа наиболее значимых результатов воспитания детей.

В процессе и в итоге освоения программы дети демонстрируют результаты, которые обусловлены их индивидуальными потребностями, культурными интересами и личными качествами (целеустремлённостью, дисциплинированностью, терпеливостью, способностью к самостоятельным решениям, умением действовать в коллективе, желанием проявлять заботу о других людях и т. д.). Дети обозначают личностную позицию по отношению к изучаемому учебному материалу, к практике, целям и результатам собственных действий. Педагог, родители (законные представители) детей и сами дети, таким

образом, получают свидетельства достижения задач воспитания, усвоения нравственных ориентиров и ценностей в деятельности по данной программе.

Организация воспитательного процесса основывается на **принципах** взаимодействия педагога и обучающихся:

- принцип опоры на ценности, предусматривающий совместное (педагога и обучающихся) размышление, осмысление базовых, традиционных культурных ценностей и обретения на их основе совместного опыта социально ценной деятельности, межличностных отношений;

- принцип безопасной среды, предполагающий создание условий, обеспечивающих сохранение здоровья, психологически комфортной атмосферы взаимодействия, а также неукоснительного соблюдения законности и прав ребенка и семьи, конфиденциальности информации о них;

- принцип деятельностного подхода к организации педагогического взаимодействия, реализуемый посредством вовлечения обучающихся в активную познавательную, творческую и организаторскую деятельность;

- принцип креативности и самореализации, предполагающий сотворчество педагогов и воспитанников как условие самораскрытия личности и стимул самосовершенствования в соответствии с возможностями, склонностями, потребностями, интересами, направленностью личности, профессиональным самоопределением;

- принцип свободы выбора, предусматривающий добровольность участия в деятельности детского объединения.

**План воспитательной работы** в объединение структурирован по каждому году обучения отдельно, по модулям, с указанием основных задач, которые решаются при реализации мероприятий плана воспитательной работы в объединение. План воспитательной работы включает следующие модули: «Учебное занятие», «Походы, экскурсии», «Соревнования, слеты, сборы, тренировки, конференции, конкурсы», «Воспитательная среда (праздники, памятные даты, акции, десанты)», «Работа с родителями», «Наставничество», «Самоопределение (профориентация)», «Профилактика».

## План воспитательной работы на 1 год обучения

<b>Модуль: Учебное занятие</b>			
<b>Задачи:</b> использовать воспитательный потенциал занятий по программе «Спортивное ориентирование» для развития познавательного интереса обучающихся, создания ситуаций успеха, развития наставничества.			
№	Наименование мероприятия	Форма проведения	Сроки проведения
1	Учебные занятия раздела «Теоретическая подготовка»	Теоретические занятия	Согласно программе
2	Учебные занятия раздела «Практическая подготовка»	Практические занятия	Согласно программе
<b>Модуль: Походы, экскурсии</b>			
<b>Задачи:</b> Использовать воспитательные возможности похода (экскурсии) для активного познания окружающего мира, воспитания любви к своему краю, его истории, культуре, природе, потребности и опыта действий сохранения национального достояния, формирования навыков сотрудничества, воспитания характера.			
№	Наименование мероприятия	Форма проведения	Сроки проведения
1	Поход выходного дня в район Золотой горы	Пешеходный поход	Октябрь
2	Экскурсия к «Мемориальному Комплексу Золотая Гора»	Экскурсия в парк	Декабрь
3	Поход выходного дня в район «Монахи»	Лыжный поход	Январь
4	Поход выходного дня в район ПКиО Гагарина	Пешеходный поход	Ноябрь
<b>Модуль: соревнования, слеты, сборы, тренировки, конференции, конкурсы</b>			
<b>Задачи:</b> Формирование физического, волевого и интеллектуального самосовершенствования, развитие психологической устойчивости, самовоспитания и личностного роста обучающихся.			
№	Наименование мероприятия	Форма проведения	Сроки проведения
1	Летний слет юных туристов г. Челябинска	Слет-соревнование	Сентябрь
2	Тренировочные дистанции	Практическое занятие по отработке навыков ориентирования	В течение учебного года
	Тренировочные дистанции в онлайн формате	Дистанционное занятие	В течение учебного года
3	Слет кружковцев	Слет-соревнование	Октябрь-ноябрь
5	Зимний слет юных туристов города Челябинска	Слет-соревнование	Февраль-март

6	Городской слет-соревнование «Зарница-Школа безопасности»	Слет-соревнование	Май
7	Российский Азимут	Всероссийские соревнования	Май
<b>Модуль: Воспитательная среда (праздники, памятные даты, акции, десанты)</b>			
<b>Задачи:</b> создать воспитательное пространство возможностей для активной социализации, приобретения обучающимися опыта творческого взаимодействия, организации интересной, событийно насыщенной жизни, личностного самораскрытия, развития коллектива.			
<i>№</i>	<i>Наименование мероприятия</i>	<i>Форма проведения</i>	<i>Сроки проведения</i>
1	Всемирный день туризма	Викторина	Сентябрь
2	«День народного единства»	Лекция	Ноябрь
3	Новогодний праздник	Беседа	Декабрь
4	День защитника отечества	Учебная дискуссия	Февраль
5	Международный женский день	Беседа	Март
6	Всемирный день здоровья	Просмотр фильма	Апрель
7	Праздник весны и труда	Беседа	Май
8	Всемирный день ориентирования.	Лекция	Май
9	День Победы	Экскурсия	Май
10	День России	Лекция	Июнь
<b>Модуль: Работа с родителями</b>			
<b>Задачи:</b> обеспечить согласованность позиций, активное сотрудничество с родителями (законными представителями) обучающихся для эффективного решения образовательных и воспитательных задач, личностного развития обучающихся.			
<i>№</i>	<i>Наименование мероприятия</i>	<i>Форма проведения</i>	<i>Сроки проведения</i>
1	«Цели, задачи, план мероприятий на учебный год»	Родительское собрание	Сентябрь
2	Городские профилактические акции, направленные на сохранение и укрепление физического и психического здоровья, информационной безопасности, профилактику употребления ПАВ и противоправного поведения детей	Беседы, лекции, раздаточный материал, презентации и др. мероприятия в рамках городских профилактических акций	В течение года
3	Совместные праздники, соревнования, экскурсии, походы	Мероприятия по календарному плану	В течение года
4	Индивидуальная консультация	Беседа	В течение года
5	«Итоги учебного года, летняя оздоровительная кампания»	Родительское собрание	Май-июнь
<b>Модуль: Наставничество</b>			

**Задачи:** развивать возможности наставничества в воспитании обучающихся как основу взаимодействия детей разных возрастов и уровней обученности, мотивировать к саморазвитию и самореализации.

<i>№</i>	<i>Наименование мероприятия</i>	<i>Форма проведения</i>	<i>Сроки проведения</i>
1	Обучающийся-обучающийся (ученик-ученик)	Совместная деятельность разновозрастных групп обучения в организации и проведении мероприятий	В течение года
2	Педагог-обучающийся (учитель-ученик)	Привлечение к организации и проведению мероприятий	В течение года

**Модуль: Самоопределение (профорientация)**

**Задачи:** содействовать приобретению опыта личностного и профессионального самоопределения на основе личностных проб в совместной деятельности и социальных практиках.

<i>№</i>	<i>Наименование мероприятия</i>	<i>Форма проведения</i>	<i>Сроки проведения</i>
1	«Профессия – Тренер»	Лекция или беседа	Декабрь
2	Встреча со специалистами, интересными людьми, работающими в сфере спорта	Встреча или лекция, беседа	Январь
3	Фильмы по тематике вида спорта «Спортивное ориентирование»	Просмотр фильмов, видеороликов	В течение года

**Модуль: Профилактика**

**Задачи:** использовать возможности воспитательной работы для сохранения и укрепления физического и психического здоровья, информационной безопасности, профилактике употребления ПАВ и противоправного поведения.

<i>№</i>	<i>Наименование мероприятия</i>	<i>Форма проведения</i>	<i>Сроки проведения</i>
1	Акция «Образование всем детям!»	День открытых дверей	Сентябрь
2	Акция «Осенние каникулы»	Беседа	Октябрь-ноябрь
3	Акция «Я и закон!»	Беседа	Ноябрь
4	Акция «Защита»	Беседа	Ноябрь
5	Акция «Осторожно, тонкий лёд!»	Беседа	Ноябрь-декабрь
6	Акция «Безопасный Новый год» » (Зимние каникулы)	Беседа	Январь
7	Акция «Дети улиц»	Беседа	Февраль
8	Акция «Весна прекрасна, когда она безопасна!» (Весенние каникулы)	Беседа	Март

9	Акция «Мы - за здоровый образ жизни!»	Беседа	Апрель
10	Акция «Безопасные окна»	Беседа	Май
11	Акция «Внимание дети!»	Беседа	Май-июнь
13	Профилактическая работа с детьми находящимися в трудной жизненной ситуации	Беседа	В течение учебного года
14	Детский травматизм	Беседа	В течение учебного года
15	«Правила движения и нормы поведения!»	Беседа	В течение учебного года

### План воспитательной работы на 2 год обучения

<b>Модуль: Учебное занятие</b>			
<b>Задачи:</b> использовать воспитательный потенциал занятий по программе «Спортивное ориентирование» для развития познавательного интереса обучающихся, создания ситуаций успеха, развития наставничества.			
<i>№</i>	<i>Наименование мероприятия</i>	<i>Форма проведения</i>	<i>Сроки проведения</i>
1	Учебные занятия раздела «Теоретическая подготовка»	Теоретические занятия	Согласно программе
2	Учебные занятия раздела «Практическая подготовка»	Практические занятия	Согласно программе
<b>Модуль: Походы, экскурсии</b>			
<b>Задачи:</b> Использовать воспитательные возможности похода (экскурсии) для активного познания окружающего мира, воспитания любви к своему краю, его истории, культуре, природе, потребности и опыта действий сохранения национального достояния, формирования навыков сотрудничества, воспитания характера.			
<i>№</i>	<i>Наименование мероприятия</i>	<i>Форма проведения</i>	<i>Сроки проведения</i>
1	Поход выходного дня в район Золотой горы	Пешеходный поход	Октябрь
2	Экскурсия к «Мемориальному Комплексу Золотая Гора»	Экскурсия в парк	Декабрь
3	Поход выходного дня в район «Монахи»	Лыжный поход	Январь
4	Поход выходного дня в район ПКиО Гагарина	Пешеходный поход	Ноябрь
<b>Модуль: соревнования, слеты, сборы, тренировки, конференции, конкурсы</b>			
<b>Задачи:</b> Формирование физического, волевого и интеллектуального самосовершенствования, развитие психологической устойчивости, самовоспитания и личностного роста обучающихся.			
<i>№</i>	<i>Наименование мероприятия</i>	<i>Форма проведения</i>	<i>Сроки проведения</i>

1	Летний слет юных туристов г. Челябинска	Слет-соревнование	Сентябрь
2	Тренировочные дистанции	Практическое занятие по отработке навыков ориентирования	В течение учебного года
	Тренировочные дистанции в онлайн формате	Дистанционное занятие	В течение учебного года
3	Слет кружковцев	Слет-соревнование	Октябрь-ноябрь
5	Зимний слет юных туристов города Челябинска	Слет-соревнование	Февраль-март
6	Городской слет-соревнование «Зарница-Школа безопасности»	Слет-соревнование	Май
7	Российский Азимут	Всероссийские соревнования	Май
<b>Модуль: Воспитательная среда (праздники, памятные даты, акции, десанты)</b>			
<b>Задачи:</b> создать воспитательное пространство возможностей для активной социализации, приобретения обучающимися опыта творческого взаимодействия, организации интересной, событийно насыщенной жизни, личностного самораскрытия, развития коллектива.			
<i>№</i>	<i>Наименование мероприятия</i>	<i>Форма проведения</i>	<i>Сроки проведения</i>
1	Всемирный день туризма	Викторина	Сентябрь
2	«День народного единства»	Лекция	Ноябрь
3	Новогодний праздник	Беседа	Декабрь
4	День защитника отечества	Учебная дискуссия	Февраль
5	Международный женский день	Беседа	Март
6	Всемирный день здоровья	Просмотр фильма	Апрель
7	Праздник весны и труда	Беседа	Май
	Всемирный день ориентирования.	Лекция	Май
8	День Победы	Экскурсия	Май
9	День России	Лекция	Июнь
<b>Модуль: Работа с родителями</b>			
<b>Задачи:</b> обеспечить согласованность позиций, активное сотрудничество с родителями (законными представителями) обучающихся для эффективного решения образовательных и воспитательных задач, личностного развития обучающихся.			
<i>№</i>	<i>Наименование мероприятия</i>	<i>Форма проведения</i>	<i>Сроки проведения</i>
1	«Цели, задачи, план мероприятий на учебный год»	Родительское собрание	Сентябрь
2	Городские профилактические акции, направленные на сохранение и укрепление физического и психического здоровья, информационной	Беседы, лекции, раздаточный материал, презентации и др. мероприятия в рамках	В течение года



	безопасности, профилактику употребления ПАВ и противоправного поведения детей	городских профилактических акций	
3	Совместные праздники, соревнования, экскурсии, походы	Мероприятия по календарному плану	В течение года
4	Индивидуальная консультация	Беседа	В течение года
5	«Итоги учебного года, летняя оздоровительная кампания»	Родительское собрание	Май-июнь

**Модуль: Наставничество**

**Задачи:** развивать возможности наставничества в воспитании обучающихся как основу взаимодействия детей разных возрастов и уровней обученности, мотивировать к саморазвитию и самореализации.

<i>№</i>	<i>Наименование мероприятия</i>	<i>Форма проведения</i>	<i>Сроки проведения</i>
1	Обучающийся-обучающийся (ученик-ученик)	Совместная деятельность разновозрастных групп обучения в организации и проведении мероприятий	В течение года
2	Педагог-обучающийся (учитель-ученик)	Привлечение к организации и проведению мероприятий	В течение года

**Модуль: Самоопределение (профориентация)**

**Задачи:** содействовать приобретению опыта личностного и профессионального самоопределения на основе личностных проб в совместной деятельности и социальных практиках.

<i>№</i>	<i>Наименование мероприятия</i>	<i>Форма проведения</i>	<i>Сроки проведения</i>
1	«Профессия – Тренер»	Лекция или беседа	Декабрь
2	Встреча со специалистами, интересными людьми, работающими в сфере спорта	Встреча или лекция, беседа	Январь
3	Фильмы по тематике вида спорта «Спортивное ориентирование»	Просмотр фильмов, видеороликов	В течение года

**Модуль: Профилактика**

**Задачи:** использовать возможности воспитательной работы для сохранения и укрепления физического и психического здоровья, информационной безопасности, профилактике употребления ПАВ и противоправного поведения.

<i>№</i>	<i>Наименование мероприятия</i>	<i>Форма проведения</i>	<i>Сроки проведения</i>
1	Акция «Образование всем детям!»	День открытых дверей	Сентябрь
2	Акция «Осенние каникулы»	Беседа	Октябрь-ноябрь

3	Акция «Я и закон!»	Беседа	Ноябрь
4	Акция «Защита»	Беседа	Ноябрь
5	Акция «Осторожно, тонкий лёд!»	Беседа	Ноябрь-декабрь
6	Акция «Безопасный Новый год» (Зимние каникулы)	Беседа	Январь
7	Акция «Дети улиц»	Беседа	Февраль
8	Акция «Весна прекрасна, когда она безопасна!» (Весенние каникулы)	Беседа	Март
9	Акция «Мы - за здоровый образ жизни!»	Беседа	Апрель
10	Акция «Безопасные окна»	Беседа	Май
11	Акция «Внимание дети!»	Беседа	Май-июнь
12	Акция «Подросток»	Беседа	Июнь-август
13	Профилактическая работа с детьми находящимися в трудной жизненной ситуации	Беседа	В течение учебного года
14	Детский травматизм	Беседа	В течение учебного года
15	«Правила движения и нормы поведения!»	Беседа	В течение учебного года

### План воспитательной работы на 3 год обучения

<b>Модуль: Учебное занятие</b>			
<b>Задачи:</b> использовать воспитательный потенциал занятий по программе «Спортивное ориентирование» для развития познавательного интереса обучающихся, создания ситуаций успеха, развития наставничества.			
<i>№</i>	<i>Наименование мероприятия</i>	<i>Форма проведения</i>	<i>Сроки проведения</i>
1	Учебные занятия раздела «Теоретическая подготовка»	Теоретические занятия	Согласно программе
2	Учебные занятия раздела «Практическая подготовка»	Практические занятия	Согласно программе
<b>Модуль: Походы, экскурсии</b>			
<b>Задачи:</b> Использовать воспитательные возможности похода (экскурсии) для активного познания окружающего мира, воспитания любви к своему краю, его истории, культуре, природе, потребности и опыта действий сохранения национального достояния, формирования навыков сотрудничества, воспитания характера.			
<i>№</i>	<i>Наименование мероприятия</i>	<i>Форма проведения</i>	<i>Сроки проведения</i>
1	Поход выходного дня в район Золотой горы	Пешеходный поход	Октябрь
2	Экскурсия к «Мемориальному Комплексу Золотая Гора»	Экскурсия в парк	Декабрь

3	Поход выходного дня в район «Монахи»	Лыжный поход	Январь
4	Поход выходного дня в район ПКиО Гагарина	Пешеходный поход	Ноябрь

**Модуль: соревнования, слеты, сборы, тренировки, конференции, конкурсы**  
**Задачи:** Формирование физического, волевого и интеллектуального самосовершенствования, развитие психологической устойчивости, самовоспитания и личностного роста обучающихся.

<i>№</i>	<i>Наименование мероприятия</i>	<i>Форма проведения</i>	<i>Сроки проведения</i>
1	Летний слет юных туристов г. Челябинска	Слет-соревнование	Сентябрь
2	Тренировочные дистанции	Практическое занятие по отработке навыков ориентирования	В течение учебного года
	Тренировочные дистанции в онлайн формате	Дистанционное занятие	В течение учебного года
3	Слет кружковцев	Слет-соревнование	Октябрь-ноябрь
5	Зимний слет юных туристов города Челябинска	Слет-соревнование	Февраль-март
6	Городской слет-соревнование «Зарница-Школа безопасности»	Слет-соревнование	Май
7	Российский Азимут	Всероссийские соревнования	Май

**Модуль: Воспитательная среда (праздники, памятные даты, акции, десанты)**  
**Задачи:** создать воспитательное пространство возможностей для активной социализации, приобретения обучающимися опыта творческого взаимодействия, организации интересной, событийно насыщенной жизни, личностного самораскрытия, развития коллектива.

<i>№</i>	<i>Наименование мероприятия</i>	<i>Форма проведения</i>	<i>Сроки проведения</i>
1	«Давайте знакомиться»	Игровая программа для обучающихся	Сентябрь
2	Всемирный день туризма	Викторина	Сентябрь
3	«День народного единства»	Лекция	Ноябрь
4	Новогодний праздник	Беседа	Декабрь
5	День защитника отечества	Учебная дискуссия	Февраль
6	Международный женский день	Беседа	Март
7	Всемирный день здоровья	Просмотр фильма	Апрель
8	Праздник весны и труда	Беседа	Май
9	Всемирный день ориентирования.	Лекция	Май
10	День Победы	Экскурсия	Май

**Модуль: Работа с родителями**

**Задачи:** обеспечить согласованность позиций, активное сотрудничество с родителями (законными представителями) обучающихся для эффективного решения образовательных и воспитательных задач, личностного развития обучающихся.

<i>№</i>	<i>Наименование мероприятия</i>	<i>Форма проведения</i>	<i>Сроки проведения</i>
1	«Цели, задачи, план мероприятий на учебный год»	Родительское собрание	Сентябрь
2	Городские профилактические акции, направленные на сохранение и укрепление физического и психического здоровья, информационной безопасности, профилактику употребления ПАВ и противоправного поведения детей	Беседы, лекции, раздаточный материал, презентации и др. мероприятия в рамках городских профилактических акций	В течение года
3	Совместные праздники, соревнования, экскурсии, походы	Мероприятия по календарному плану	В течение года
4	Индивидуальная консультация	Беседа	В течение года
5	«Итоги учебного года, летняя оздоровительная кампания»	Родительское собрание	Май-июнь

#### **Модуль: Наставничество**

**Задачи:** развивать возможности наставничества в воспитании обучающихся как основу взаимодействия детей разных возрастов и уровней обученности, мотивировать к саморазвитию и самореализации.

<i>№</i>	<i>Наименование мероприятия</i>	<i>Форма проведения</i>	<i>Сроки проведения</i>
1	Обучающийся-обучающийся (ученик-ученик)	Совместная деятельность разновозрастных групп обучения в организации и проведении мероприятий	В течение года
2	Педагог-обучающийся (учитель-ученик)	Привлечение к организации и проведению мероприятий	В течение года

#### **Модуль: Самоопределение (профориентация)**

**Задачи:** содействовать приобретению опыта личностного и профессионального самоопределения на основе личностных проб в совместной деятельности и социальных практиках.

<i>№</i>	<i>Наименование мероприятия</i>	<i>Форма проведения</i>	<i>Сроки проведения</i>
1	«Профессия – Тренер»	Лекция или беседа	Декабрь
2	Встреча со специалистами, интересными людьми, работающими в сфере спорта	Встреча или лекция, беседа	Январь

3	Фильмы по тематике вида спорта «Спортивное ориентирование»	Просмотр фильмов, видеороликов	В течение года
<b>Модуль: Профилактика</b>			
<b>Задачи:</b> использовать возможности воспитательной работы для сохранения и укрепления физического и психического здоровья, информационной безопасности, профилактике употребления ПАВ и противоправного поведения.			
<i>№</i>	<i>Наименование мероприятия</i>	<i>Форма проведения</i>	<i>Сроки проведения</i>
1	Акция «Образование всем детям!»	День открытых дверей	Сентябрь
2	Акция «Осенние каникулы»	Беседа	Октябрь-ноябрь
3	Акция «Я и закон!»	Беседа	Ноябрь
4	Акция «Защита»	Беседа	Ноябрь
5	Акция «Осторожно, тонкий лёд!»	Беседа	Ноябрь-декабрь
6	Акция «Безопасный Новый год» » (Зимние каникулы)	Беседа	Январь
7	Акция «Дети улиц»	Беседа	Февраль
8	Акция «Весна прекрасна, когда она безопасна!» (Весенние каникулы)	Беседа	Март
9	Акция «Мы - за здоровый образ жизни!»	Беседа	Апрель
10	Акция «Безопасные окна»	Беседа	Май
11	Акция «Внимание дети!»	Беседа	Май-июнь
12	Акция «Подросток»	Беседа	Июнь-август
13	Профилактическая работа с детьми находящимися в трудной жизненной ситуации	Беседа	В течение учебного года
14	Детский травматизм	Беседа	В течение учебного года
15	«Правила движения и нормы поведения!»	Беседа	В течение учебного года

### **План воспитательной работы на 4 год обучения**

<b>Модуль: Учебное занятие</b>			
<b>Задачи:</b> использовать воспитательный потенциал занятий по программе «Спортивное ориентирование» для развития познавательного интереса обучающихся, создания ситуаций успеха, развития наставничества.			
<i>№</i>	<i>Наименование мероприятия</i>	<i>Форма проведения</i>	<i>Сроки проведения</i>
1	Учебные занятия раздела «Теоретическая подготовка»	Теоретические занятия	Согласно программе
2	Учебные занятия раздела «Практическая подготовка»	Практические занятия	Согласно программе

<b>Модуль: Походы, экскурсии</b>			
<b>Задачи:</b> Использовать воспитательные возможности похода (экскурсии) для активного познания окружающего мира, воспитания любви к своему краю, его истории, культуре, природе, потребности и опыта действий сохранения национального достояния, формирования навыков сотрудничества, воспитания характера.			
<i>№</i>	<i>Наименование мероприятия</i>	<i>Форма проведения</i>	<i>Сроки проведения</i>
<b>1</b>	Поход выходного дня в район Золотой горы	Пешеходный поход	Октябрь
<b>2</b>	Экскурсия к «Мемориальному Комплексу Золотая Гора»	Экскурсия в парк	Декабрь
<b>3</b>	Поход выходного дня в район «Монахи»	Лыжный поход	Январь
<b>4</b>	Поход выходного дня в район ПКЮ Гагарина	Пешеходный поход	Ноябрь
<b>Модуль: соревнования, слеты, сборы, тренировки, конференции, конкурсы</b>			
<b>Задачи:</b> Формирование физического, волевого и интеллектуального самосовершенствования, развитие психологической устойчивости, самовоспитания и личностного роста обучающихся.			
<i>№</i>	<i>Наименование мероприятия</i>	<i>Форма проведения</i>	<i>Сроки проведения</i>
<b>1</b>	Летний слет юных туристов г. Челябинска	Слет-соревнование	Сентябрь
<b>2</b>	Тренировочные дистанции	Практическое занятие по отработке навыков ориентирования	В течение учебного года
	Тренировочные дистанции в онлайн формате	Дистанционное занятие	В течение учебного года
<b>3</b>	Слет кружковцев	Слет-соревнование	Октябрь-ноябрь
<b>5</b>	Зимний слет юных туристов города Челябинска	Слет-соревнование	Февраль-март
<b>6</b>	Городской слет-соревнование «Зарница-Школа безопасности»	Слет-соревнование	Май
<b>7</b>	Российский Азимут	Всероссийские соревнования	Май
<b>Модуль: Воспитательная среда (праздники, памятные даты, акции, десанты)</b>			
<b>Задачи:</b> создать воспитательное пространство возможностей для активной социализации, приобретения обучающимися опыта творческого взаимодействия, организации интересной, событийно насыщенной жизни, личностного самораскрытия, развития коллектива.			
<i>№</i>	<i>Наименование мероприятия</i>	<i>Форма проведения</i>	<i>Сроки проведения</i>
<b>1</b>	Всемирный день туризма	Викторина	Сентябрь
<b>2</b>	«День народного единства»	Лекция	Ноябрь

3	Новогодний праздник	Беседа	Декабрь
4	День защитника отечества	Учебная дискуссия	Февраль
5	Международный женский день	Беседа	Март
6	Всемирный день здоровья	Просмотр фильма	Апрель
7	Праздник весны и труда	Беседа	Май
8	Всемирный день ориентирования.	Лекция	Май
9	День Победы	Экскурсия	Май

#### **Модуль: Работа с родителями**

**Задачи:** обеспечить согласованность позиций, активное сотрудничество с родителями (законными представителями) обучающихся для эффективного решения образовательных и воспитательных задач, личностного развития обучающихся.

<i>№</i>	<i>Наименование мероприятия</i>	<i>Форма проведения</i>	<i>Сроки проведения</i>
1	«Цели, задачи, план мероприятий на учебный год»	Родительское собрание	Сентябрь
2	Городские профилактические акции, направленные на сохранение и укрепление физического и психического здоровья, информационной безопасности, профилактики употребления ПАВ и противоправного поведения детей	Беседы, лекции, раздаточный материал, презентации и др. мероприятия в рамках городских профилактических акций	В течение года
3	Совместные праздники, соревнования, экскурсии, походы	Мероприятия по календарному плану	В течение года
4	Индивидуальная консультация	Беседа	В течение года
5	«Итоги учебного года, летняя оздоровительная кампания»	Родительское собрание	Май-июнь

#### **Модуль: Наставничество**

**Задачи:** развивать возможности наставничества в воспитании обучающихся как основу взаимодействия детей разных возрастов и уровней обученности, мотивировать к саморазвитию и самореализации.

<i>№</i>	<i>Наименование мероприятия</i>	<i>Форма проведения</i>	<i>Сроки проведения</i>
1	Обучающийся-обучающийся (ученик-ученик)	Совместная деятельность разновозрастных групп обучения в организации и проведении мероприятий	В течение года
2	Педагог-обучающийся (учитель-ученик)	Привлечение к организации и проведению мероприятий	В течение года

#### **Модуль: Самоопределение (профориентация)**

**Задачи:** содействовать приобретению опыта личностного и профессионального самоопределения на основе личностных проб в совместной деятельности и социальных практиках.

<i>№</i>	<i>Наименование мероприятия</i>	<i>Форма проведения</i>	<i>Сроки проведения</i>
1	«Профессия – Тренер»	Лекция или беседа	Декабрь
2	Встреча со специалистами, интересными людьми, работающими в сфере спорта	Встреча или лекция, беседа	Январь
3	Фильмы по тематике вида спорта «Спортивное ориентирование»	Просмотр фильмов, видеороликов	В течение года

**Модуль: Профилактика**

**Задачи:** использовать возможности воспитательной работы для сохранения и укрепления физического и психического здоровья, информационной безопасности, профилактике употребления ПАВ и противоправного поведения.

<i>№</i>	<i>Наименование мероприятия</i>	<i>Форма проведения</i>	<i>Сроки проведения</i>
1	Акция «Образование всем детям!»	День открытых дверей	Сентябрь
2	Акция «Осенние каникулы»	Беседа	Октябрь-ноябрь
3	Акция «Я и закон!»	Беседа	Ноябрь
4	Акция «Защита»	Беседа	Ноябрь
5	Акция «Осторожно, тонкий лёд!»	Беседа	Ноябрь-декабрь
6	Акция «Безопасный Новый год» » (Зимние каникулы)	Беседа	Январь
7	Акция «Дети улиц»	Беседа	Февраль
8	Акция «Весна прекрасна, когда она безопасна!» (Весенние каникулы)	Беседа	Март
9	Акция «Мы - за здоровый образ жизни!»	Беседа	Апрель
10	Акция «Безопасные окна»	Беседа	Май
11	Акция «Внимание дети!»	Беседа	Май-июнь
12	Акция «Подросток»	Беседа	Июнь-август
13	Профилактическая работа с детьми находящимися в трудной жизненной ситуации	Беседа	В течение учебного года
14	Детский травматизм	Беседа	В течение учебного года
15	«Правила движения и нормы поведения!»	Беседа	В течение учебного года



## **2.6. Список литературы.**

### **Педагогам (коллегам) для освоения данного вида деятельности:**

Библиографический указатель научно-исследовательских и научно-методических работ по спортивному ориентированию, опубликованных на русском языке (1951-2011 гг.) / Ю.С. Воронов. – Смоленск: СГАФКСТ, 2011. – 111 с. <https://clck.ru/RtrFm>

«Литература в спортивном ориентировании» <https://clck.ru/RtrQ6>

### **Обучающимся для успешного освоения данной образовательной программы:**

Карпельсон Ася «Ориентирование – первые шаги» <https://clck.ru/RtpYE>

Горан Андерссон (Швеция) «Классно, потрясающе и занимательно» <https://clck.ru/Rtpvg>

Шведский самоучитель по ориентированию «Ориентируйтесь правильно» <https://clck.ru/Rtq38>

### **Интернет ресурсы:**

<https://rufso.ru> Федерация спортивного ориентирования России

<http://o-chel.ru> Ориентирование в Челябинской области

# ПРИЛОЖЕНИЯ 1

## «Бланки результатов аттестации» к программе

### Содержание

Приложение 1.1. «Протокол промежуточной и итоговой аттестации обучающихся МБУДО «СЮТур г. Челябинска»	75
Приложение 1.2. «Индивидуальная карточка учета результатов обучения по дополнительной образовательной программе»	76
Приложение 1.3. Протокол «Контрольные показатели по общей физической подготовке для спортсменов- ориентировщиков».	77
Приложение 1.4. Протокол «Результаты тестирования на освоение техники ориентирования, на развитие интеллектуальной подготовки с помощью упражнений тренажеров (лото, пазлы из карт, «перевертыши» и др.)»	78
Приложение 1.5. Протокол «Участия обучающихся в школьных, городских и областных соревнованиях».	79
Приложение 1.6. Протокол «Результаты тестирования по сборнику тестов Т.В. Моргуновой «Тесты по спортивному ориентированию»	80
Приложение 1.7. Протокол «Результаты викторины по теоретической подготовке»	81

**ПРОТОКОЛ**  
**промежуточной и итоговой аттестации обучающихся**  
**МБУДО «СЮТур г. Челябинска»**  
**в \_\_\_\_\_ учебном году**

Объединение	
Группа, год обучения	
Количество человек в группе	
Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа и срок её реализации	
Направленность	
ФИО педагога	
Сроки проведения аттестации	
Форма проведения	

**РЕЗУЛЬТАТЫ АТТЕСТАЦИИ**

№ п/п	Фамилия, имя ребёнка	Содержание аттестации	Результат аттестации (уровень)

**ИТОГИ АТТЕСТАЦИИ**

Высокий (В) уровень (чел.)	
Средний (С) уровень (чел.)	
Достаточный (Д) уровень (чел.)	
ВСЕГО чел.	

**ПО РЕЗУЛЬТАТАМ АТТЕСТАЦИИ**

Переведены на следующий год обучения (чел.)	
Оставлено для повторного обучения (чел.), ФИО	
Выпущено в связи с окончанием обучения (чел.), ФИО	
ВСЕГО чел.	

Дата:

Подпись педагога:

**Индивидуальная карточка учета результатов обучения  
по дополнительной образовательной программе  
туристско-краеведческой направленности  
(в баллах, соответствующих степени выраженности измеряемого качества)**

Фамилия, имя, ребенка \_\_\_\_\_

Возраст \_\_\_\_\_

Название объединения, вид деятельности \_\_\_\_\_

Ф.И.О. педагога \_\_\_\_\_

Дата начала наблюдения \_\_\_\_\_

Сроки диагностики Показатели	1-й год обучения		2-й год обучения		3-й год обучения	
	декабрь	май	декабрь	май	декабрь	май
<b>1. Теоретическая подготовка</b>						
<b>1.1. Теоретические знания</b>						
<b>1.2. Владение специальной терминологией</b>						
<b>2. Практическая подготовка.</b> Практические умения и навыки, предусмотренные программой						
<b>2.2. Владение специальным оборудованием и оснащением</b>						
<b>2.3. Творческие навыки</b>						
<b>3. Обще-учебные умения и навыки:</b>						
<b>3.1. Учебно-интеллектуальные:</b> - умение подбирать и анализировать специальную литературу; - умение пользоваться компьютерными источниками информации; - умение осуществлять учебно-исследовательскую работу						
<b>3.2. Учебно-коммуникативные:</b> - умение слушать и слышать педагога; - умение выступать перед аудиторией; - умение вести полемику, участвовать в дискуссии						
<b>3.3. Учебно-организационные умения и навыки:</b> - навыки соблюдения в процессе деятельности правил безопасности; - аккуратность при выполнении работы						
<b>4. Предметные достижения:</b> - внутриучрежденческие; - районные; - городские; - областные; - региональные; - российские; - международные.						
<b>ИТОГО баллов:</b>						

**Протокол «Контрольные показатели по общей физической подготовке для спортсменов- ориентировщиков».**

№	Фамилия Имя	Контрольные тесты					
		Бег 60м (сек.)	Прыжок в длину с места (см)	Бег 500-1000м (мин.сек.)	Бег на лыжах Свободным ходом 1000м (мин. сек.)	Прыжок 5-ой с места	Разгибание рук

**Протокол «Результаты тестирования на освоение техники ориентирования, на развитие интеллектуальной подготовки с помощью упражнений тренажеров (лото, пазлы из карт, «перевертыши» и др.)»**

№	Фамилия Имя	Техническая подготовка				Интеллектуальная подготовка	
		Диктант по условным знакам		Определение азимута		результат	оценка
		результат	оценка	результат	оценка		

**Протокол «Участия обучающихся в школьных, городских и областных соревнованиях».**

№	Фамилия Имя	Первенство школы летнее	Городские соревнования	Летний городской слет юных туристов	Первенство школы зимнее	«Новогодняя гонка»	Первенство города зимнее	Первенство области	Зимний городской слет юных туристов	Первенство города летнее	Первенство области

**Протокол «Результаты тестирования по сборнику тестов Т.В. Моргуновой «Тесты по спортивному ориентированию»**

№	Фамилия Имя	Тест №	Тест №	Тест №	Тест №	Тест №	Тест №	Тест №	Тест №	Тест №	Тест №	Тест №	Тест №	Тест №	Тест №	Тест №	Тест №	Тест №	Тест №	
		Количество правильных ответов																		



**Протокол «Результаты викторины по теоретической подготовке»**

№	Фамилия Имя	Вопрос 1	Вопрос 2	Вопрос 3	Вопрос 4	Вопрос 5	Вопрос 6	Вопрос 7	Вопрос 8	Вопрос 9	Вопрос 10	Вопрос 11	Вопрос 12	Вопрос 14	Вопрос 15	Вопрос 16	Вопрос 17	Вопрос 18	Вопрос 19	Вопрос 20	
		Количество правильных ответов																			

**ПРИЛОЖЕНИЯ 2**  
**«Методические, дидактические,**  
**оценочные материалы»**  
к программе

Содержание

Приложение 2.1. «Мониторинг оценки уровня освоения результатов обучающихся по дополнительной общеобразовательной программе физкультурно-спортивной направленности»	83
Приложение 2.2. «Уровни освоения материала обучающимися»	86

**Мониторинг оценки уровня освоения результатов обучающихся  
по дополнительной общеобразовательной программе  
туристско-краеведческой направленности**

Показатели		Критерии	Степень выраженности оцениваемого качества	Возможное кол-во баллов	Методы диагностики
<b>1. Теоретическая подготовка:</b>	<u>1.1. Теоретические знания по основным разделам УТП (уровня теоретической подготовки)</u>	Соответствие теоретических знаний ребёнка программным требованиям	<b>достаточный уровень</b> (ребенок владеет менее чем ½ объема знаний, предусмотренных программой);	<b>1</b>	- наблюдение - тестирование - контрольный опрос - собеседование
			<b>средний уровень</b> (объем основных знаний составляет более ½);	<b>5</b>	
			<b>высокий уровень</b> (освоен практически весь объем знаний, предусмотренных программой за конкретный период)	<b>10</b>	
	<u>1.2. Владение специальной терминологией</u>	Осмысление и правильность использования специальной терминологией	<b>достаточный уровень</b> (ребенок, как правило, избегает употреблять специальные термины);	<b>1</b>	
			<b>средний уровень</b> (ребенок сочетает специальную терминологию с бытовой);	<b>5</b>	
			<b>максимальный уровень</b> (специальные термины употребляет осознано и в их полном соответствии с содержанием)	<b>10</b>	
<b>2. Практическая подготовка:</b>	<u>2.1. Практические умения и навыки, предусмотренные программой (по основным разделам УТП)</u>	Соответствие практических умений и навыков программным требованиям	<b>достаточный уровень</b> (ребенок овладел менее чем ½ предусмотренных умений и навыков);	<b>1</b>	- контрольное задание
			<b>средний уровень</b> (объем усвоенных умений и навыков составляет более ½);	<b>5</b>	
			<b>максимальный уровень</b> (ребенок овладел практически всеми умениями и навыками, предусмотренными программой).	<b>10</b>	
	<u>2.2. Владение специальным оборудованием и оснащением</u>	Отсутствие затруднений в использовании специального оборудования и оснащения	<b>достаточный уровень</b> (ребенок испытывает серьезные затруднения при работе с оборудованием);	<b>1</b>	
			<b>средний уровень</b> (работает с оборудованием с помощью педагога);	<b>5</b>	
			<b>максимальный уровень</b> (работает с оборудованием самостоятельно, не испытывает особых затруднений).	<b>10</b>	

	<u>2.3. Творческие навыки</u>	Креативность и выполнение практических заданий	<b>начальный уровень</b> развития креативности (ребенок в состоянии выполнять лишь простейшие практические задания);	<b>1</b>	- контрольное задание
			<b>репродуктивный уровень</b> (выполняет задания на основе образца);	<b>5</b>	
			<b>творческий уровень</b> (выполняет практические задания с элементами творчества)	<b>10</b>	
<b>3. Обще - учебные умения и навыки:</b>	<u>3.1. Учебно-интеллектуальные умения:</u> 3.1.1. Умение подбирать и анализировать специальную литературу 3.1.2. Умение пользоваться компьютерными источниками информации	Адекватность восприятия информации, идущей от педагога.  Самостоятельность в пользовании компьютерными источниками информации в учебно-исследовательской работе	<b>достаточный уровень умений</b> (ребенок испытывает серьезные затруднения при работе литературой, нуждается в постоянной помощи и контроле педагога);	<b>1</b>	- анализ - наблюдение
			<b>средний уровень</b> (работает с литературой с помощью педагога или родителей);	<b>5</b>	
			<b>максимальный уровень</b> (работает с литературой самостоятельно, не испытывает особых затруднений).	<b>10</b>	
	3.1.3. Умение осуществлять учебно-исследовательскую работу (писать рефераты, проводить самостоятельные учебные исследования).	Свобода владения и подачи обучающимся подготовленной информации.	<b>достаточный уровень</b> (ребенок овладел менее чем 1/2 навыков соблюдения правил безопасности, предусмотренных программой);	<b>1</b>	- наблюдение
			<b>средний уровень</b> (объем усвоенных навыков составляет более 1/2);	<b>5</b>	
			<b>максимальный уровень</b> (освоен практически весь объем навыков, предусмотренных программой за конкретный период)	<b>10</b>	
	<u>3.2. Учебно-коммуникативные умения.</u> 3.2.1. Умение слушать и слышать педагога.	Адекватность восприятия информации, идущей от педагога.	<b>достаточный уровень</b> (ребенок овладел менее чем 1/2 навыков соблюдения правил безопасности, предусмотренных программой);	<b>1</b>	- наблюдение
			<b>средний уровень</b> (объем усвоенных навыков составляет более 1/2);	<b>5</b>	

3.2.2. Умение выступать перед аудиторией	Соответствие реальных навыков соблюдения правил безопасности программным требованиям.	<b>максимальный уровень</b> (освоен практически весь объем навыков, предусмотренных программой за конкретный период).	<b>10</b>	
3.2.3. Умение вести полемику, участвовать в дискуссии.				
3.3. <u>Учебно-организационные умения и навыки:</u>				
3.3.1. Навыки соблюдения в процессе деятельности правил безопасности	Соответствие реальных навыков соблюдения правил безопасности программным требованиям.	<b>достаточный уровень</b> (ребенок овладел менее чем 1/2 навыков соблюдения правил безопасности, предусмотренных программой);	<b>1</b>	
3.3.2. Умение аккуратно выполнять работу				
	Аккуратность и ответственность в работе	<b>максимальный уровень</b> (освоен практически весь объем навыков, предусмотренных программой за конкретный период).	<b>10</b>	

### Критерии баллов туристско-краеведческой направленности

Высокий (В) уровень	С 46-до 90 баллов
Средний (С) уровень	С 10-до 45 баллов
Достаточный (Д) уровень	До 9 баллов

### Уровни освоения материала обучающимися

Достаточный	Средний	Высокий
Незнание или слабое знание приема, неумение сформулировать его	Осознание приема, умение вспомнить и сформулировать его с помощью извне	Осознание приема, сохранения его в памяти, умение самостоятельно его сформулировать
Выбор нужного приема и применение его по образцу только с помощью педагога	Выбор нужного приема с небольшой помощью извне и самостоятельное применение по образцу. Осознание легко различимых связей между приемами	Самостоятельный выбор нужного приема, усвоение способа деятельности по образцу с вариациями
Непонимание связей между приемами	Осознание легко различимых связей между приемами	Глубокое осознание связей между приемами
Узнавание ситуаций применения приемов с большой помощью извне и в зависимости от ситуации	Самостоятельное узнавание наиболее типичных ситуаций применения приемов	Самостоятельное и творческое применение приемов в различных ситуациях
Неумение самостоятельно обобщать способы деятельности при решении учебных задач	Умение обобщать и сформулировать прием решения несложной учебной задачи с помощью педагога	Обобщение и самостоятельное нахождение приемов решения учебных задач
Неумение осуществлять перестройку и перенос приема	Осуществление перестройки и перенос приема с помощью педагога и в несложных ситуациях	Самостоятельное осуществление перестройки и переноса приёма в различных ситуациях
Отсутствие умения и навыка самостоятельного применения приёма	Самостоятельное применение приема на уровне умения	Самостоятельное применение приема на уровне навыка
Низкий темп учебной деятельности, её исполнительский характер, отсутствие интереса к ней	Средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес к ней	Высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, потребность в творческих действиях