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

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

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

Рабочая программа
объединения физкультурно-спортивной направленности
«Спортивное ориентирование»

на 2023-2024 учебный год

Составитель:
Волошин Юрий Иванович,
педагог дополнительного образования

г. Белгород, 2023.

Пояснительная записка

Рабочая программа разработана на основе дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Основы ориентирования» (авторы Дмитриева Е.А., Дмитриев И.В.) физкультурно-спортивной направленности, уровень – стартовый.

Цель программы – всестороннее развитие личности обучающегося и формирование позитивных жизненных ценностей средствами туристско-краеведческой деятельности.

Программа нацеливает образовательный процесс на решение следующих *задач:*

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

Изменения в содержание программы не были внесены.

Возраст обучающихся: 7-12 лет.

Состав группы: разновозрастной, разнополый.

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

Объем учебной нагрузки: 216 часов.

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

Планируемые результаты

Обучающиеся должны знать:

- правила техники безопасности при проведении занятий, участии в массовых мероприятиях;
- понятие «карта», виды карт;
- понятие «масштаб карты»;
- цвета карты, что они обозначают;
- основные условные знаки спортивных карт;
- компас, его устройство, правила обращения;
- основные направления сторон горизонта;
- понятие «азимут»;
- понятие «сечение рельефа»;

- понятие «краеведение»;
- основные сведения о природе, культуре, истории родного края;
- достопримечательные и памятные места Белгородской области;
- личное и групповое туристское снаряжение, требования к нему;
- правила поведения в природе
- виды соревнований по ориентированию.

Обучающиеся должны уметь:

- определять масштаб карты;
- зарисовывать условные знаки спортивных карт;
- обращаться с компасом;
- определять направления сторон горизонта;
- ориентировать карту;
- двигаться по азимуту;
- укладывать рюкзак;
- ставить палатку;
- преодолевать препятствия;
- отмечаться на контрольном пункте.

Учебный план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации / контроля
		всего	теория	практика	
1	**Раздел 1. Введение**	**8**	**4**	**4**	
1.1	Планирование работы объединения	2	1	1	опрос
1.2	Техника безопасности	2	1	1	опрос, контрольные задания
1.3	Спортивное ориентирование как вид спорта	4	2	2	опрос, контрольные задания
2	**Раздел 2. Технические основы ориентирования**	**66**	**22**	**44**	
2.1	Спортивная карта	8	2	6	тестирование, опрос, контрольные задания, наблюдение
2.2	Условные знаки спортивных карт	22	8	14	тестирование, опрос, контрольные задания, наблюдение
2.3	Ориентирование по компасу	16	4	12	тестирование, опрос, контрольные задания, наблюдение
2.4	Чтение карты	20	8	12	тестирование, опрос, контрольные задания, наблюдение
3	**Раздел 3. Технические приемы ориентирования**	**38**	**10**	**28**	
3.1	Приемы ориентирования	26	6	20	тестирование, опрос, контрольные задания, наблюдение
3.2	Вспомогательные технические действия	12	4	8	тестирование, опрос, контрольные задания, наблюдение
4	**Раздел 4. Соревнования по ориентированию**	**30**	**4**	**26**	
4.1	Правила соревнований	4	4	-	опрос, контрольные задания
4.2	Участие в соревнованиях	26	-	26	опрос, наблюдение
5	**Раздел 5. Физическая подготовка**	**48**	**2**	**46**	

5.1	Общая физическая подготовка	30	1	29	опрос, контрольные задания, наблюдение
5.2	Специальная физическая подготовка	18	1	17	опрос, контрольные задания, наблюдение
6	**Раздел 6. Туристско-краеведческие навыки**	**22**	**8**	**14**	
6.1	Краеведение – изучение малой родины	10	4	6	тестирование, опрос, контрольные задания, наблюдение
6.2	Туризм – путешествие по родному краю	12	4	8	тестирование, опрос, контрольные задания, наблюдение
7	**Раздел 7. Подведение итогов**	**4**	**-**	**4**	тестирование, опрос, контрольные задания, наблюдение
	ИТОГО	**216**	**50**	**166**	

Содержание учебного плана

Раздел 1. Введение

1.1 Планирование работы объединения

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

Практика: Игра на тему «Давай познакомимся».

1.2. Техника безопасности

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

Практика: Моделирование нестандартных ситуаций.

1.3. Спортивное ориентирование как вид спорта

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

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

Раздел 2. Технические основы ориентирования

2.1. Спортивная карта

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

Практика: Определение масштаба карты. «Путешествие» по спортивной карте.

2.2. Условные знаки спортивных карт

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

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

2.3. Ориентирование по компасу

Теория: Компас, его устройство, правила обращения. Виды компасов. История создания. Основные направления сторон горизонта. Определение

сторон горизонта по компасу, солнцу, местным признакам. Изготовление компаса из подручных средств. Азимут, определение азимута. Движение по азимуту. Азимутальное кольцо.

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

2.4. Чтение карты

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

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

Раздел 3. Технические основы ориентирования

3.1. Приемы ориентирования

Теория: Технические приемы ориентирования, их разновидности.

Технический прием «ориентирование с помощью чтения карты», его разновидности (ориентирование по точечным объектам, ориентирование по линиям, ориентирование по площадям и ориентирование по рельефу, глобальное чтение карты, подробное чтение карты).

Технический прием «ориентирование с помощью бега по направлению», его разновидности («бег в мешок», «бег с упреждением», «точный азимут»).

Практика: Отработка технических приемов ориентирования на местности. Упражнения по технике ориентирования (ориентирование по линии, ориентирование «в коридоре», ориентирование по «рельефной карте», бег по горизонтали, ориентирование по «памяти» и др.).

3.2. Вспомогательные технические действия

Теория: Вспомогательные технические действия: обращение с компасом, картой, карточкой для отметки (или чипом электронной отметки), легендами КП. Основные приемы обращения с компасом «на плате», с компасом «на пальце». Правила обращения с картой в процессе ориентирования на местности. Легенды КП, значения символов легенд. Отметка на КП. Алгоритм действий при отметке на КП.

Практика: Отработка вспомогательных технических действий.

Раздел 4. Соревнования по ориентированию

4.1. Правила соревнований

Теория: Виды и характеристика соревнований по ориентированию, положения, заявки, жеребьевка участников, виды и порядок старта, медицинское обслуживание, допуск участников соревнований и их обязанности, форма одежды и снаряжение ориентировщика. Карты соревнований и контрольная карта, зачет результатов, обязанности коллегии судей. Положение о соревнованиях. Условия проведения. Действия участников в аварийной ситуации. Основы безопасности.

4.2. Участие в соревнованиях

Практика: Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию.

Раздел 5. Физическая подготовка

5.1. Общая физическая подготовка

Теория: Мышечная деятельность – необходимое условие физического развития, нормального функционирования организма, поддержания здоровья и работоспособности. Принципы: постепенности, повторности, разносторонности, индивидуализации в процессе тренировки.

Практика: Общеразвивающие упражнения, разновидности ходьбы и бега, спортивные игры, подвижные игры с элементами ориентирования, силовая подготовка, кроссовая и лыжная подготовка.

5.2. Специальная физическая подготовка

Теория: 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.

Практика: Беговая подготовка. Упражнения на развитие выносливости, быстроты, гибкости, силы.

Раздел 6. Туристско-краеведческие навыки

6.1. Краеведение – изучение малой родины

Теория: Понятие «краеведение». Сведения об историческом прошлом края. Символика Белгородской области. Знаменитые земляки. Туристско-экскурсионные объекты, музеи, храмы, памятники Боевой Славы. Достопримечательные и памятные места Белгородской области.

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

6.2. Туризм – путешествие по родному краю

Теория: Туристские походы, путешествия, прогулки, их роль и значение. Понятие о личном и групповом туристском снаряжении, требования к нему. Укладка рюкзака. Типы палаток, их назначения. Техника преодоления естественных препятствий. Меры безопасности при преодолении естественных препятствий. Этапы без применения специального туристского снаряжения.

Практика: Укладка рюкзака, подгонка снаряжения. Установка палатки. Преодоление этапов без применения специального туристского снаряжения.

Раздел 7. Подведение итогов

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

Оценочные материалы

Контрольные вопросы входного контроля

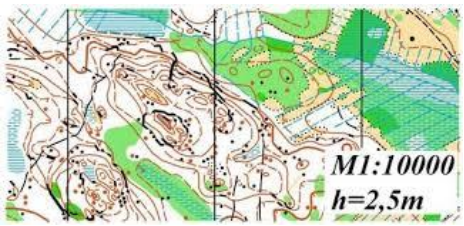
1. Что такое спортивное ориентирование?
а) вид спорта, в котором участнику необходимо пробежать определенную дистанцию;
б) вид спорта, в котором участники при помощи спортивной карты и компаса должны найти контрольные пункты, расположенные на местности;
в) вид спорта, в котором участнику необходимо выступить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

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

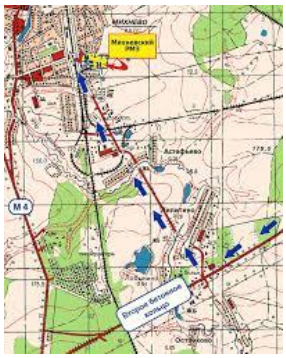
3. Что такое КП?
а) контрольный пунктир; б) контрольный пункт; в) контрольная привязка.

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

5. На каком рисунке изображена спортивная карта?



а)



б)

в)

6. Заплечный мешок, используемый туристами и ориентировщиками для переноски снаряжения, питания, необходимых вещей?
а) чемодан; б) рюкзак; в) авоська.

7. Какое снаряжение необходимо взять на соревнования по спортивному ориентированию?

а)

б)

в)

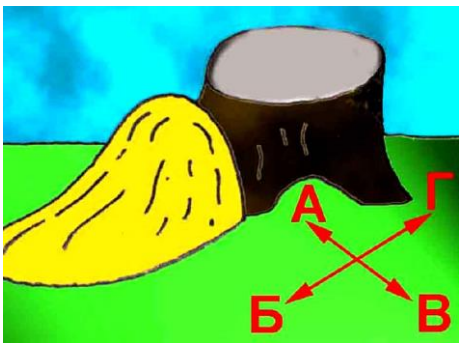
8.На каком рисунке изображен вид спорта – спортивное ориентирование?

а)

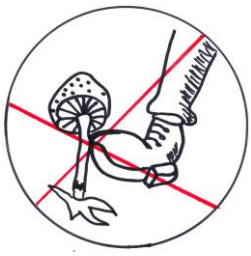
б)

в)

9.Где юг?
Юг в направлении стрелки…



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



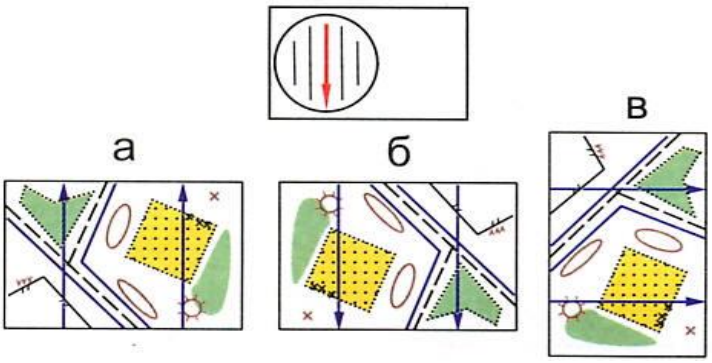
а)

б)

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

Контрольные вопросы промежуточного контроля

1.Какая карта сориентирована по компасу?

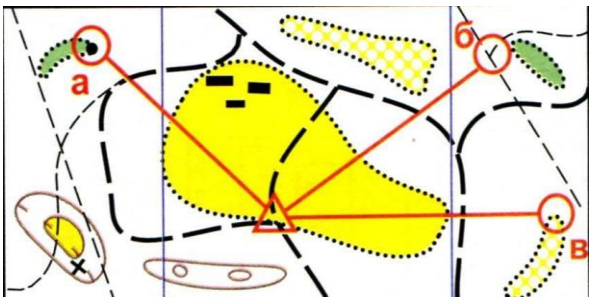


2. Объекты гидрографии – это объекты, связанные с:
   а) рельефом;
   б) водой;
   в) растительностью;
   г) скалами и камнями.

3.Нарисуйте условные знаки спортивных карт:

родник	
тропинка	
бугор	
яма	

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



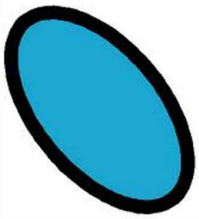
5. Из чего состоит компас?

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

6. Каким условным знаком обозначается болото?

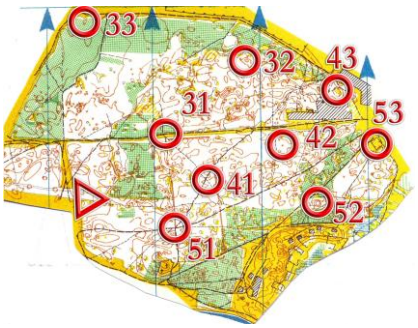
а)

б)

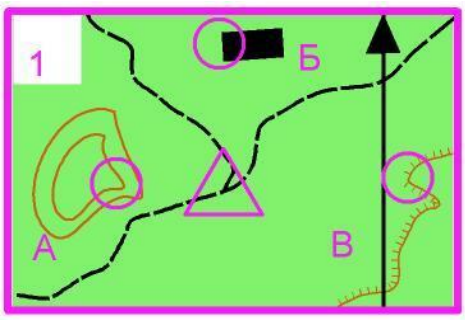


в)

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



8. Какой КП расположен на западе?



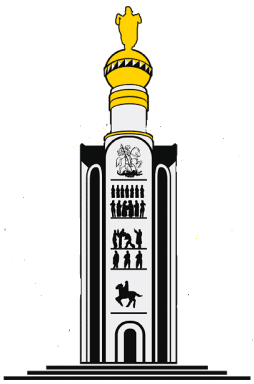
9.День города Белгород празднуется …

а) 5 сентября

б) 5 августа

в) 5 января

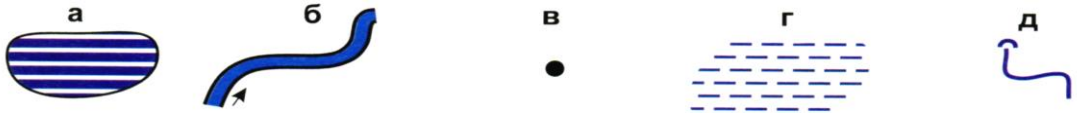
10. Назовите памятник Победы,
где каждые 20 минут звонят колокола
в память о погибших.



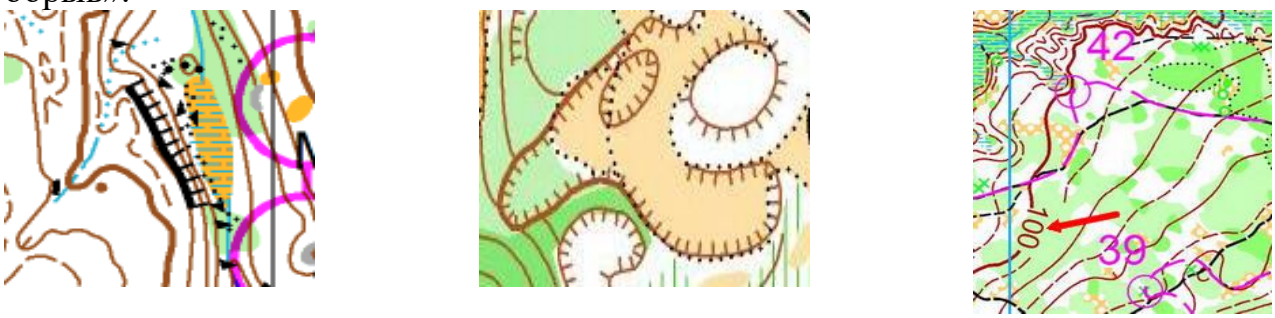
<u>Критерии оценки:</u>
высокий уровень – 7-10 баллов;
средний уровень – 5-6 баллов;
низкий уровень – ниже 5 баллов.

Контрольные вопросы итогового контроля

1. Исключите лишний знак.



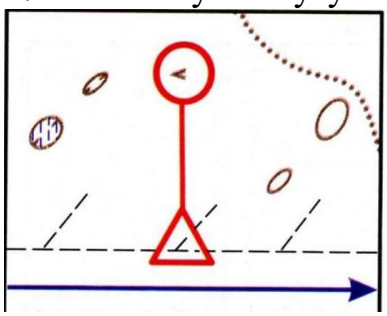
2. На какой спортивной карте изображен условный знак «грунтовый обрыв».



а) б) в)

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

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



а) 180 градусов

б) 270 градусов

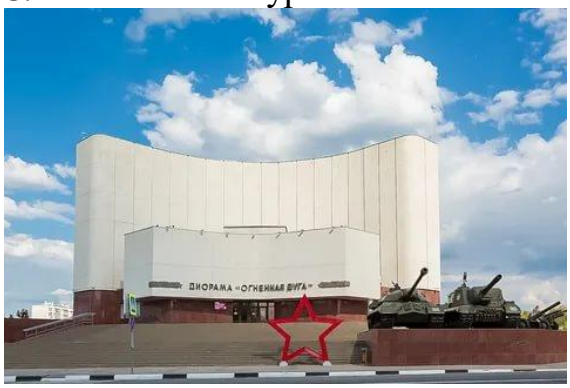
в) 90 градусов

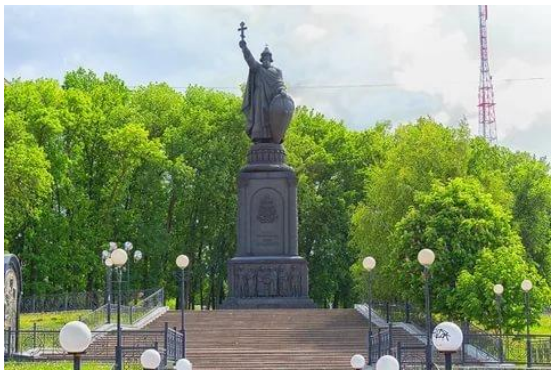
5. Что означает эта надпись на спортивной карте?

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

7. Кто изображен на гербе Белгородской области?
а) лев и ворон; б) орел и тигр; в) орел и лев г) сокол и лев

8. Назовите экскурсионные объекты Белгородчины:





а) _______ б) _____

9. Как называется предмет, изображенный на рисунке?

а) станция отметки; б) ЧИП; в) призма

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

а)

б)

в)

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

Контрольные нормативы

Контрольные упражнения	*Уровень развития*	*до 10 лет*		*11-12 лет*		*13-14 лет*	
		М	Д	М	Д	М	Д
Бег 30 м (сек)	высокий	5,0 и быстрее	5,1 и быстрее	4,9 и быстрее	5,0 и быстрее	4,7 и быстрее	4,9 и быстрее
	средний	5,1-6,0	5,2-6,1	5,0-5,9	5,1-6,0	4,8-5,6	5,0-5,9
	низкий	6,1 и медл.	6,2 и медл.	6,0 и медл.	6,1 и медл.	5,7 и медл.	6,0 и медл.
Кросс с отметкой, 300 м, 4 КП	высокий	2.00 и быстрее	2.05 и быстрее	1.55 и быстрее	2.00 и быстрее	1.50 и быстрее	1.55 и быстрее
	средний	2.01-2.20	2.06-2.25	1.56-2.15	2.01-2.20	1.51-2.10	1.56-2.15
	низкий	2.21 и медл.	2.26 и медл.	2.16 и медл.	2.21 и медл.	2.11 и медл.	2.16 и медл.
Ориентирование в заданном направлении	Параметры дистанции	1 км – 4 КП		1,5 км – 5 КП		2 км – 6 КП	
	высокий	24.00 и быстрее	25.00 и быстрее	24.00 и быстрее	25.00 и быстрее	30.00 и быстрее	32.00 и быстрее
	средний	24.01 – 32.00	25.01 – 34.00	24.01 – 30.00	25.01 – 32.00	30.01 – 38.00	32.01 – 40.00
	низкий	32.01 и медл.	34.01 и медл.	30.01 и медл.	32.01 и медл.	38.01 и медл.	40.01 и медл.

Методическое обеспечение и методические материалы

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

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

Программа предусматривает участие в соревнованиях по спортивному ориентированию, подготовка к которым осуществляется в течение всего учебного года.

Ведущими *методами обучения* являются:

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

Методы, используемые на занятиях, направлены на:

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

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

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

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

Особенности организации образовательной деятельности

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

В процессе закрепления программного материала большое место занимают упражнения, основное назначение которых состоит в том, чтобы научить детей применять полученные знания. Систематическое привлечение краеведческого материала в процессе упражнений создает прочный фундамент для дальнейшего осмысления новых знаний и стимулирует самостоятельность мышления обучающихся.

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

Особое внимание необходимо уделять вопросам обеспечения безопасности и предупреждения травматизма при изучении каждой темы, проведении каждого занятия, мероприятия. Необходимо помнить, что здоровье ребенка – превыше всего. При решении педагогом вопросов, связанных с индивидуальными нагрузками для занимающихся, необходима их строгая дифференциация и индивидуализация с учетом физического, половозрастного, морально-волевого и функционального развития.

На занятиях по спортивному ориентированию основная задача ребенка – побороть страх перед лесом, принятием решения. Не спешите отпускать одного ребенка в лес, если он боится. Лучше вместе с ним пройдите дистанцию. Физическую подготовку желательно проводить в игровой форме (эстафеты, подвижные игры, игры с элементами ориентирования, туризма, краеведения).

Учебные соревнования рекомендуется проводить для обучения и совершенствования технико-тактических навыков, не ставить перед обучающимися задачу – показать результат, занять высокое место и т.д. Главное во всех соревнованиях – обучение и развитие (физическое и умственное).

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

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

программы:

– обеспечение общественно полезной, нравственно-ценной и личностно-значимой для обучающихся направленности туристско-краеведческой и специальной деятельности;

– насыщение деятельности детей элементами творчества и инициативы, основой которых становится последовательное переключение с воспроизводящих на активные творческие, поисковые виды деятельности;

– дифференциация и индивидуализация учебно-тренировочного процесса, что помогает подросткам выступать в наиболее благоприятной для него роли, находить наилучшее применение своим способностям, полнее раскрывать и выражать индивидуальность;

– организацию работы таким образом, чтобы она стала источником положительных эмоций, доставляла детям удовлетворение и радость.

Дидактический материал

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

Информационное обеспечение

Литература для педагога

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

13. Психология и педагогика / под ред. Радугина А. – М.: Центр, 2002. – 256с.
14. Сластенин, В.А. и др. Педагогика. – М.: Издательский центр Академия, 2003. – 576 с.

Литература для обучающихся

1. Колесникова, Л.В. Спортивное ориентирование. Рабочая тетрадь юного ориентировщика. – М.: Советский спорт, 2003. – 64 с.
2. Куликов, В.М. Знатоки идут по фотоследу /настольная топографическая игра
3. Куприн, А.М. Занимательно об ориентировании. – М.: Просвещение, 1980. – 96 с.
4. Моргунова, Т.В. Обучающие и контрольные тесты по спортивному ориентированию. – М.: Советский спорт, 2008. – 92 с.

Интернет-ресурсы

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

Видеоматериалы,
используемые при реализации программы

- Добро пожаловать в ориентирование (Л.С. Лосев, г. Москва);
- Видеоролики «Соревнования по спортивному ориентированию «Российский азимут» (сборники);
- Видеоролик «Ориентирование – спорт для всех»;
- Видеоролики о соревнованиях по спортивному ориентированию (сборники).

Материально-техническое обеспечение

Перечень снаряжения и оборудования:

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

Воспитательная компонента программы

Цель воспитательного компонента – воспитание личности и создание условий для формирования активной жизнедеятельности обучающихся, гражданского самоопределения, развития творческих способностей и самореализации, максимального удовлетворения потребностей в интеллектуальном, культурном, физическом и нравственном развитии.

Задачи:

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

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

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

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

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

- поддержать социальные инициативы и достижений обучающихся согласно целевым ориентирам (сформированность опыта гражданского участия на основе уважения российского закона и правопорядка; опыта социально значимой деятельности; деятельного ценностного отношения к историческому и культурному наследию народов России, российского общества, к языкам, литературе, традициям, праздникам, памятникам, святыням, религиям народов России, к российским соотечественникам,

защите их прав на сохранение российской культурной идентичности; опыта сохранения уникального природного и биологического многообразия России).

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

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

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

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

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

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

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

Методы воспитания:

- метод убеждения (рассказ, разъяснение, внушение), метод положительного примера (педагога и других взрослых, детей);
- метод упражнений (приучения);
- методы одобрения и осуждения поведения детей, педагогического требования, индивидуальных и возрастных особенностей детей младшего возраста) и стимулирования, поощрения (индивидуального и публичного);
- метод переключения в деятельности;

- методы руководства и самовоспитания, развития самоконтроля и самооценки детей в воспитании;

- методы воспитания воздействием группы, в коллективе.

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

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

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

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

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

Воспитательные мероприятия

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

Календарный учебный график

№ п/п	Месяц	Число		Время проведения	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
		пред-полагаемое	факти-ческое						
1.	сентябрь	01		13.00-13.45, 13.55-14.40	вводное занятие	1	1.1 Планирование работы объединения Спортивное ориентирование – средство физического развития, оздоровления, закаливания. Планирование деятельности объединения в учебном году, определение задач и целей, основных мероприятий на учебный год.	ЦО № 15 «Луч» г. Белгород	опрос
					ознакомление с новым материалом	1	1.2. Техника безопасности Моделирование нестандартных ситуаций.		
2.	сентябрь	03		12.40-13.25, 13.35-14.20	применение умений и навыков	1	1.1 Планирование работы объединения Игра на тему «Давай познакомимся».	ЦО № 15 «Луч» г. Белгород	опрос
					применение умений и навыков	1	1.2. Техника безопасности Моделирование нестандартных ситуаций.		
3.	сентябрь	05		13.00-13.45, 13.55-14.40	ознакомление с новым материалом	1	1.3. Спортивное ориентирование как вид спорта Знакомство с видом спорта «спортивное ориентирование». Виды спортивного ориентирования (бегом, на велосипедах, на лыжах, трейл-ориентирование).	ЦО № 15 «Луч» г. Белгород	опрос, наблюдение
					применение умений и навыков	1	1.3. Спортивное ориентирование как вид спорта Просмотр фото-, видеоматериалов соревнований различного уровня по спортивному ориентированию.		
4.	сентябрь	08		13.00-13.45, 13.55-	ознакомление с новым материалом	1	1.3. Спортивное ориентирование как вид спорта Виды соревнований по ориентированию (в	ЦО № 15 «Луч» г. Белгород	опрос, наблюдение

				14.40			заданном направлении, по выбору, на маркированной трассе, эстафетное ориентирование). Обзор развития ориентирования стране и за рубежом. Ориентирование – ключ к приключениям.		
					применение умений и навыков	1	1.3. Спортивное ориентирование как вид спорта Просмотр фото-, видеоматериалов соревнований различного уровня по спортивному ориентированию. Встреча с выдающимися спортсменами-ориентировщиками Белгородчины.		
5.	сентябрь	10		12.40-13.25, 13.35-14.20	ознакомление с новым материалом	2	2.1. Спортивная карта Понятие «карта», виды карт. Спортивная карта, ее особенности. Масштаб карты. Цвета карты, что они обозначают.	ЦО № 15 «Луч» г. Белгород	наблюдение, опрос
6.	сентябрь	12		13.00-13.45, 13.55-14.40	применение умений и навыков	2	2.1. Спортивная карта Определение масштаба карты. «Путешествие» по спортивной карте.	ЦО № 15 «Луч» г. Белгород	наблюдение, опрос
7.	сентябрь	15		13.00-13.45, 13.55-14.40	ознакомление с новым материалом	1	5.1. Общая физическая подготовка Мышечная деятельность – необходимое условие физического развития, нормального функционирования организма, поддержания здоровья и работоспособности. Принципы: постепенности, повторности, разносторонности, индивидуализации в процессе тренировки.	ЦО № 15 «Луч» г. Белгород	контрольные задания
					применение умений и навыков	1	5.1. Общая физическая подготовка Общеразвивающие упражнения, спортивные игры.		
8.	сентябрь	17		12.40-	применение	2	2.1. Спортивная карта	ЦО № 15	наблюдение,

				13.25, 13.35-14.20	умений и навыков		Определение масштаба карты. «Путешествие» по спортивной карте.	«Луч» г. Белгород	опрос
9.	сентябрь	19		13.00-13.45, 13.55-14.40	применение умений и навыков	2	5.1. Общая физическая подготовка Общеразвивающие упражнения, спортивные игры.	ЦО № 15 «Луч» г. Белгород	
10.	сентябрь	22		13.00-13.45, 13.55-14.40	применение умений и навыков	2	2.1. Спортивная карта Определение масштаба карты. «Путешествие» по спортивной карте.	ЦО № 15 «Луч» г. Белгород	наблюдение, опрос
11.	сентябрь	24		12.40-13.25, 13.35-14.20	ознакомление с новым материалом	2	2.2. Условные знаки спортивных карт Условные знаки спортивных карт: линейные, точечные, площадные. Группы условных знаков (рельеф).	ЦО № 15 «Луч» г. Белгород	наблюдение, опрос
12.	сентябрь	26		13.00-13.45, 13.55-14.40	применение умений и навыков	2	2.2. Условные знаки спортивных карт Упражнения и игры на запоминание условных знаков спортивных карт. Зарисовка условных знаков, диктанты. «Путешествие» по спортивной карте.	ЦО № 15 «Луч» г. Белгород	наблюдение, контрольные задания
13.	сентябрь	29		13.00-13.45, 13.55-14.40	ознакомление с новым материалом	2	2.3. Ориентирование по компасу Компас, его устройство, правила обращения. Виды компасов. История создания. Основные направления сторон горизонта. Определение сторон горизонта по компасу, солнцу, местным признакам.	ЦО № 15 «Луч» г. Белгород	тестирование, наблюдение
						26			
14.	октябрь	01		12.40-13.25, 13.35-14.20	применение умений и навыков	2	4.2. Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию.	ЦО № 15 «Луч» г. Белгород	наблюдение, опрос
15.	октябрь	03		13.00-	применение	2	2.2. Условные знаки спортивных карт	ЦО № 15	собеседование

				13.45, 13.55-14.40	умений и навыков		Упражнения и игры на запоминание условных знаков спортивных карт. Зарисовка условных знаков, диктанты. «Путешествие» по спортивной карте.	«Луч» г. Белгород	
16.	октябрь	06		13.00-13.45, 13.55-14.40	ознакомление с новым материалом	2	2.2. Условные знаки спортивных карт Условные знаки спортивных карт: линейные, точечные, площадные. Группы условных знаков (гидрография).	ЦО № 15 «Луч» г. Белгород	опрос, наблюдение
17.	октябрь	08		12.40-13.25, 13.35-14.20	ознакомление с новым материалом	1	5.2. Специальная физическая подготовка 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.	ЦО № 15 «Луч» г. Белгород	контрольные задания
					применение умений и навыков	1	5.2. Специальная физическая подготовка Упражнения на развитие выносливости, быстроты.		
18.	октябрь	10		13.00-13.45, 13.55-14.40	применение умений и навыков	2	2.3. Ориентирование по компасу Работа с компасом. Определение сторон горизонта по компасу, солнцу, местным признакам.	ЦО № 15 «Луч» г. Белгород	тестирование, наблюдение
19.	октябрь	13		13.00-13.45, 13.55-14.40	ознакомление с новым материалом	2	2.4. Чтение карты Как пользоваться картой. Ориентирование карты по компасу, по линиям местности.	ЦО № 15 «Луч» г. Белгород	наблюдение
20.	октябрь	15		12.40-13.25, 13.35-14.20	применение умений и навыков	2	5.1. Физическая подготовка Общеразвивающие упражнения, спортивные игры, подвижные игры с элементами ориентирования.	ЦО № 15 «Луч» г. Белгород	контрольные задания
21.	октябрь	17		13.00-	ознакомление с	2	2.2. Условные знаки спортивных карт	ЦО № 15	опрос,

				13.45, 13.55-14.40	новым материалом		Условные знаки спортивных карт: линейные, точечные, площадные. Группы условных знаков (растительность, скалы и камни).	«Луч» г. Белгород	наблюдение
22.	октябрь	20		13.00-13.45, 13.55-14.40	применение умений и навыков	2	2.4. Чтение карты Ориентирование карты по компасу, линиям местности.	ЦО № 15 «Луч» г. Белгород	тестирование, опрос
23.	октябрь	22		12.40-13.25, 13.35-14.20	ознакомление с новым материалом	2	2.3. Ориентирование по компасу Азимут, определение азимута. Движение по азимуту. Азимутальное кольцо.	ЦО № 15 «Луч» г. Белгород	наблюдение, опрос
24.	октябрь	24		13.00-13.45, 13.55-14.40	ознакомление с новым материалом	2	2.2. Условные знаки спортивных карт Условные знаки спортивных карт: линейные, точечные, площадные. Группы условных знаков (искусственные объекты, знаки дистанции).	ЦО № 15 «Луч» г. Белгород	опрос, наблюдение
25.	октябрь	27		13.00-13.45, 13.55-14.40	ознакомление с новым материалом	2	5.1. Физическая подготовка Общеразвивающие упражнения, силовая подготовка, кроссовая подготовка.	ЦО № 15 «Луч» г. Белгород	собеседование
26.	октябрь	29		12.40-13.25, 13.35-14.20	применение умений и навыков	2	4.2. Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию.	ЦО № 15 «Луч» г. Белгород	контрольные задания
27.	октябрь	31		13.00-13.45, 13.55-14.40	применение умений и навыков	2	4.1. Правила соревнований Виды и характеристика соревнований по ориентированию, положения, заявки, жеребьевка участников, виды и порядок старта, медицинское обслуживание, допуск участников соревнований и их обязанности, форма одежды и снаряжение ориентировщика.	ЦО № 15 «Луч» г. Белгород	собеседование
						28			

28.	ноябрь	03		13.00-13.45, 13.55-14.40	применение умений и навыков	2	2.2. Условные знаки спортивных карт Упражнения и игры на запоминание условных знаков спортивных карт. Зарисовка условных знаков, диктанты. «Путешествие» по спортивной карте.	ЦО № 15 «Луч» г. Белгород	наблюдение, опрос
29.	ноябрь	05		12.40-13.25, 13.35-14.20	применение умений и навыков	2	5.2. Специальная физическая подготовка Упражнения на развитие выносливости, гибкости, силы.	ЦО № 15 «Луч» г. Белгород	контрольные задания
30.	ноябрь	07		13.00-13.45, 13.55-14.40	применение умений и навыков	2	5.1. Физическая подготовка Общеразвивающие упражнения, кроссовая подготовка.	ЦО № 15 «Луч» г. Белгород	контрольные задания
31.	ноябрь	10		13.00-13.45, 13.55-14.40	ознакомление с новым материалом	2	2.4. Чтение карты Линейные ориентиры. Ориентирование по линейным ориентирам.	ЦО № 15 «Луч» г. Белгород	наблюдение, опрос
32.	ноябрь	12		12.40-13.25, 13.35-14.20	применение умений и навыков	2	2.3. Ориентирование по компасу Изготовление компаса из подручных средств.	ЦО № 15 «Луч» г. Белгород	тестирование, наблюдение
33.	ноябрь	14		13.00-13.45, 13.55-14.40	применение умений и навыков	2	2.2. Условные знаки спортивных карт Упражнения и игры на запоминание условных знаков спортивных карт. Зарисовка условных знаков, диктанты. «Путешествие» по спортивной карте.	ЦО № 15 «Луч» г. Белгород	наблюдение, опрос
34.	ноябрь	17		13.00-13.45, 13.55-14.40	применение умений и навыков	2	2.3. Ориентирование по компасу Определение азимута, движение по азимуту. Упражнения по определению азимута.	ЦО № 15 «Луч» г. Белгород	наблюдение
35.	ноябрь	19		12.40-13.25,	применение умений и навыков	2	5.2. Специальная физическая подготовка Упражнения на развитие выносливости,	ЦО № 15 «Луч»	контрольные задания

				13.35-14.20			быстроты, силы.	г. Белгород	
36.	ноябрь	21		13.00-13.45, 13.55-14.40	применение умений и навыков	2	2.2. Условные знаки спортивных карт Упражнения и игры на запоминание условных знаков спортивных карт. Зарисовка условных знаков, диктанты. «Путешествие» по спортивной карте.	ЦО № 15 «Луч» г. Белгород	тестирование, опрос, наблюдение
37.	ноябрь	24		13.00-13.45, 13.55-14.40	применение умений и навыков	2	2.4. Чтение карты Определение точки на карте. Отработка приема «большого пальца». «Путешествие» по карте. Упражнение по спортивной карте.	ЦО № 15 «Луч» г. Белгород	собеседование
38.	ноябрь	26		12.40-13.25, 13.35-14.20	применение умений и навыков	2	4.2. Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию.	ЦО № 15 «Луч» г. Белгород	тестирование, опрос
39.	ноябрь	28		13.00-13.45, 13.55-14.40	применение умений и навыков	2	2.3. Ориентирование по компасу Определение азимута, движение по азимуту. Упражнения по определению азимута.	ЦО № 15 «Луч» г. Белгород	контрольные задания
						24			
40.	декабрь	01		13.00-13.45, 13.55-14.40	применение умений и навыков	2	2.2. Условные знаки спортивных карт Упражнения и игры на запоминание условных знаков спортивных карт. Зарисовка условных знаков, диктанты. «Путешествие» по спортивной карте.	ЦО № 15 «Луч» г. Белгород	наблюдение, опрос
41.	декабрь	03		12.40-13.25, 13.35-14.20	применение умений и навыков	2	4.2. Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию.	ЦО № 15 «Луч» г. Белгород	собеседование
42.	декабрь	05		13.00-13.45, 13.55-	применение умений и навыков	2	6.1. Краеведение – изучение малой родины. Понятие «краеведение».	ЦО № 15 «Луч» г. Белгород	опрос, наблюдение

				14.40					
43.	декабрь	08		13.00-13.45, 13.55-14.40	применение умений и навыков	2	5.1. Физическая подготовка Общеразвивающие упражнения, спортивные игры, подвижные игры с элементами ориентирования, кроссовая подготовка.	ЦО № 15 «Луч» г. Белгород	контрольные задания
44.	декабрь	10		12.40-13.25, 13.35-14.20	ознакомление с новым материалом	2	4.2. Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию.	ЦО № 15 «Луч» г. Белгород	собеседование
45.	декабрь	12		13.00-13.45, 13.55-14.40	применение умений и навыков	2	5.1. Физическая подготовка Общеразвивающие упражнения, спортивные игры, кроссовая подготовка.	ЦО № 15 «Луч» г. Белгород	контрольные задания
46.	декабрь	15		13.00-13.45, 13.55-14.40	ознакомление с новым материалом	2	2.4. Чтение карты Изображение рельефа на спортивной карте.	ЦО № 15 «Луч» г. Белгород	наблюдение
47.	декабрь	17		12.40-13.25, 13.35-14.20	применение умений и навыков	2	5.1. Физическая подготовка Общеразвивающие упражнения, кроссовая подготовка.	ЦО № 15 «Луч» г. Белгород	контрольные задания
48.	декабрь	19		13.00-13.45, 13.55-14.40	применение умений и навыков	2	2.4. Чтение карты Ориентирование карты по компасу, линиям местности. Определение точки на карте. Отработка приема «большого пальца». Упражнение по спортивной карте.	ЦО № 15 «Луч» г. Белгород	опрос, наблюдение
49.	декабрь	22		13.00-13.45, 13.55-14.40	применение умений и навыков	2	6.1. Краеведение – изучение малой родины. «Путешествие» по карте Белгородской области. Просмотр фото-, видеоматериалов «Белгородская область».	ЦО № 15 «Луч» г. Белгород	опрос, контрольные задания
50.	декабрь	24		12.40-13.25,	применение умений и навыков	2	2.2. Условные знаки спортивных карт Упражнения и игры на запоминание условных	ЦО № 15 «Луч»	наблюдение

				13.35-14.20			знаков спортивных карт. Зарисовка условных знаков, диктанты. «Путешествие» по спортивной карте.	г. Белгород	
51.	декабрь	26		13.00-13.45, 13.55-14.40	применение умений и навыков	2	2.4. Чтение карты Ориентирование карты по компасу, линиям местности.	ЦО № 15 «Луч» г. Белгород	тестирование, опрос
52.	декабрь	29		13.00-13.45, 13.55-14.40	применение умений и навыков	2	5.1. Физическая подготовка Общеразвивающие упражнения, спортивные игры, кроссовая подготовка.	ЦО № 15 «Луч» г. Белгород	контрольные задания
						26			
53.	январь	09		13.00-13.45, 13.55-14.40	применение умений и навыков	2	2.3. Ориентирование по компасу Определение азимута, движение по азимуту. Упражнения по определению азимута.	ЦО № 15 «Луч» г. Белгород	контрольные задания
54.	январь	12		13.00-13.45, 13.55-14.40	ознакомление с новым материалом	2	2.4. Чтение карты Определение точки на карте. Прием «большого пальца».	ЦО № 15 «Луч» г. Белгород	наблюдение, опрос
55.	январь	14		12.40-13.25, 13.35-14.20	ознакомление с новым материалом	2	4.1. Правила соревнований Карты соревнований и контрольная карта, зачет результатов, обязанности коллегии судей. Положение о соревнованиях. Условия проведения. Действия участников в аварийной ситуации. Основы безопасности.	ЦО № 15 «Луч» г. Белгород	собеседование
56.	январь	16		13.00-13.45, 13.55-14.40	ознакомление с новым материалом	2	3.1. Приемы ориентирования Технические приемы ориентирования, их разновидности.	ЦО № 15 «Луч» г. Белгород	тест, собеседование
57.	январь	19		13.00-13.45,	применение умений и навыков	2	5.1. Физическая подготовка Подвижные игры с элементами	ЦО № 15 «Луч»	контрольные задания

				13.55-14.40			ориентирования, силовая подготовка, лыжная подготовка.	г. Белгород	
58.	январь	21		12.40-13.25, 13.35-14.20	применение умений и навыков	2	3.1. Приемы ориентирования Отработка технических приемов ориентирования на местности. Упражнения по технике ориентирования.	ЦО № 15 «Луч» г. Белгород	собеседование, контрольные задания
59.	январь	23		13.00-13.45, 13.55-14.40	применение умений и навыков	2	5.2. Специальная физическая подготовка Беговая подготовка Упражнения на развитие выносливости, быстроты.	ЦО № 15 «Луч» г. Белгород	контрольные задания
60.	январь	26		13.00-13.45, 13.55-14.40	применение умений и навыков	2	2.4. Чтение карты Ориентирование карты по компасу, линиям местности. Определение точки на карте. Упражнение по спортивной карте. Ориентирование по линейным ориентирам.	ЦО № 15 «Луч» г. Белгород	собеседование
61.	январь	28		12.40-13.25, 13.35-14.20	применение умений и навыков	2	4.2. Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию.	ЦО № 15 «Луч» г. Белгород	тестирование, опрос, наблюдение
62.	январь	30		13.00-13.45, 13.55-14.40	применение умений и навыков	2	5.1. Физическая подготовка Общеразвивающие упражнения, лыжная подготовка.	ЦО № 15 «Луч» г. Белгород	контрольные задания
						20			
63.	февраль	02		13.00-13.45, 13.55-14.40	применение умений и навыков	2	6.1. Краеведение – изучение малой родины. Сведения об историческом прошлом края. Символика Белгородской области. Знаменитые земляки.	ЦО № 15 «Луч» г. Белгород	наблюдение, опрос
64.	февраль	04		12.40-13.25, 13.35-14.20	ознакомление с новым материалом	2	4.2. Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию.	ЦО № 15 «Луч» г. Белгород	собеседование

65.	февраль	06		13.00-13.45, 13.55-14.40	применение умений и навыков	2	2.4. Чтение карты Ориентирование карты по компасу, линиям местности. Определение точки на карте. Упражнение по спортивной карте. Ориентирование по линейным ориентирам.	ЦО № 15 «Луч» г. Белгород	тестирование, опрос, наблюдение
66.	февраль	09		13.00-13.45, 13.55-14.40	применение умений и навыков	2	5.1. Физическая подготовка Общеразвивающие упражнения, лыжная подготовка.	ЦО № 15 «Луч» г. Белгород	контрольные задания
67.	февраль	11		12.40-13.25, 13.35-14.20	ознакомление с новым материалом	2	5.1. Физическая подготовка Общеразвивающие упражнения, подвижные игры с элементами ориентирования.	ЦО № 15 «Луч» г. Белгород	контрольные задания
68.	февраль	13		13.00-13.45, 13.55-14.40	применение умений и навыков	2	3.1. Приемы ориентирования Технический прием «ориентирование с помощью чтения карты», его разновидности (ориентирование по точечным объектам, ориентирование по линиям, ориентирование по площадям и ориентирование по рельефу, глобальное чтение карты, подробное чтение карты).	ЦО № 15 «Луч» г. Белгород	тест, собеседование
69.	февраль	16		13.00-13.45, 13.55-14.40	применение умений и навыков	2	3.1. Приемы ориентирования Отработка технических приемов ориентирования на местности. Упражнения по технике ориентирования.	ЦО № 15 «Луч» г. Белгород	собеседование, контрольные задания
70.	февраль	18		12.40-13.25, 13.35-14.20	применение умений и навыков	2	5.2. Специальная физическая подготовка Беговая подготовка Упражнения на развитие выносливости, быстроты.	ЦО № 15 «Луч» г. Белгород	контрольные задания
71.	февраль	20		13.00-13.45, 13.55-	применение умений и навыков	2	6.1. Краеведение – изучение малой родины. Экскурсия (виртуальная экскурсия) по памятным и достопримечательным местам	ЦО № 15 «Луч» г. Белгород	наблюдение

				14.40			края.		
72.	февраль	25		12.40-13.25, 13.35-14.20	применение умений и навыков	2	3.1. Приемы ориентирования Отработка технических приемов ориентирования на местности. Упражнения по технике ориентирования.	ЦО № 15 «Луч» г. Белгород	собеседование, контрольные задания
73.	февраль	27		13.00-13.45, 13.55-14.40	применение умений и навыков	2	5.1. Физическая подготовка Общеразвивающие упражнения, силовая подготовка, лыжная подготовка.	ЦО № 15 «Луч» г. Белгород	контрольные задания
						22			
74.	март	01		13.00-13.45, 13.55-14.40	применение умений и навыков	2	3.2. Вспомогательные технические действия Вспомогательные технические действия: обращение с компасом, картой, карточкой для отметки (или чипом электронной отметки), легендами КП. Основные приемы обращения с компасом «на плате», с компасом «на пальце».	ЦО № 15 «Луч» г. Белгород	тест, собеседование
75.	март	03		12.40-13.25, 13.35-14.20	ознакомление с новым материалом	2	3.1. Приемы ориентирования Отработка технических приемов ориентирования на местности. Упражнения по технике ориентирования.	ЦО № 15 «Луч» г. Белгород	собеседование, контрольные задания
76.	март	05		13.00-13.45, 13.55-14.40	применение умений и навыков	2	6.1. Краеведение – изучение малой родины. «Путешествие» по карте Белгородской области. Творческая мастерская. Краеведческие викторины, кроссворды, тесты, задания и др.	ЦО № 15 «Луч» г. Белгород	наблюдение, опрос
77.	март	10		12.40-13.25, 13.35-14.20	применение умений и навыков	2	5.1. Физическая подготовка Общеразвивающие упражнения, подвижные игры с элементами ориентирования, кроссовая подготовка.	ЦО № 15 «Луч» г. Белгород	контрольные задания
78.	март	12		13.00-13.45, 13.55-	применение умений и навыков	2	3.1. Приемы ориентирования Технический прием «ориентирование с помощью бега по направлению», его	ЦО № 15 «Луч» г. Белгород	тест, собеседование

				14.40			разновидности («бег в мешок», «бег с упреждением», «точный азимут»).		
79.	март	15		13.00-13.45, 13.55-14.40	ознакомление с новым материалом	2	2.3. Ориентирование по компасу Определение азимута, движение по азимуту. Упражнения по определению азимута.	ЦО № 15 «Луч» г. Белгород	собеседование
80.	март	17		12.40-13.25, 13.35-14.20	применение умений и навыков	2	4.2. Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию.	ЦО № 15 «Луч» г. Белгород	контрольные задания
81.	март	19		13.00-13.45, 13.55-14.40	применение умений и навыков	2	3.2. Вспомогательные технические действия Отработка вспомогательных технических действий.	ЦО № 15 «Луч» г. Белгород	собеседование, контрольные задания
82.	март	22		13.00-13.45, 13.55-14.40	применение умений и навыков	2	5.1. Физическая подготовка Общеразвивающие упражнения, спортивные игры, кроссовая подготовка.	ЦО № 15 «Луч» г. Белгород	собеседование
83.	март	24		12.40-13.25, 13.35-14.20	применение умений и навыков	2	4.2. Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию.	ЦО № 15 «Луч» г. Белгород	контрольные задания
84.	март	26		13.00-13.45, 13.55-14.40	ознакомление с новым материалом	2	6.2. Туризм – путешествие по родному краю Туристские походы, путешествия, прогулки, их роль и значение. Понятие о личном и групповом туристском снаряжении, требования к нему. Укладка рюкзака.	ЦО № 15 «Луч» г. Белгород	опрос
85.	март	29		13.00-13.45, 13.55-14.40	применение умений и навыков	2	3.2. Вспомогательные технические действия Отработка вспомогательных технических действий.	ЦО № 15 «Луч» г. Белгород	собеседование, контрольные задания
86.	март	31		12.40-	применение	2	3.1. Приемы ориентирования	ЦО № 15	собеседование,

				13.25, 13.35-14.20	умений и навыков		Отработка технических приемов ориентирования на местности. Упражнения по технике ориентирования.	«Луч» г. Белгород	контрольные задания
						26			
87.	апрель	02		13.00-13.45, 13.55-14.40	применение умений и навыков	2	3.1. Приемы ориентирования Отработка технических приемов ориентирования на местности. Упражнения по технике ориентирования.	ЦО № 15 «Луч» г. Белгород	собеседование, контрольные задания
88.	апрель	05		13.00-13.45, 13.55-14.40	применение умений и навыков	2	3.1. Приемы ориентирования Отработка технических приемов ориентирования на местности. Упражнения по технике ориентирования.	ЦО № 15 «Луч» г. Белгород	собеседование
89.	апрель	07		12.40-13.25, 13.35-14.20	применение умений и навыков	2	4.2. Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию	ЦО № 15 «Луч» г. Белгород	собеседование, контрольные задания
90.	апрель	09		13.00-13.45, 13.55-14.40	ознакомление с новым материалом	2	3.2. Вспомогательные технические действия Правила обращения с картой в процессе ориентирования на местности. Легенды КП, значения символов легенд. Отметка на КП. Алгоритм действий при отметке на КП.	ЦО № 15 «Луч» г. Белгород	тест, собеседование
91.	апрель	12		13.00-13.45, 13.55-14.40	применение умений и навыков	2	6.2. Туризм – путешествие по родному краю Укладка рюкзака, подгонка снаряжения.	ЦО № 15 «Луч» г. Белгород	собеседование
92.	апрель	14		12.40-13.25, 13.35-14.20	применение умений и навыков	2	4.2. Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию.	ЦО № 15 «Луч» г. Белгород	наблюдение
93.	апрель	16		13.00-13.45, 13.55-	применение умений и навыков	2	6.2. Туризм – путешествие по родному краю Подготовка личного и группового снаряжения к походу. Установка палатки.	ЦО № 15 «Луч» г. Белгород	контрольные задания

				14.40					
94.	апрель	19		13.00-13.45, 13.55-14.40	ознакомление с новым материалом	2	6.2. Туризм – путешествие по родному краю Типы палаток, их назначения. Устройство палатки, правила использования, транспортировки, хранения, ремонт.	ЦО № 15 «Луч» г. Белгород	опрос
95.	апрель	21		12.40-13.25, 13.35-14.20	применение умений и навыков	2	3.2. Вспомогательные технические действия Отработка вспомогательных технических действий.	ЦО № 15 «Луч» г. Белгород	собеседование, контрольные задания
96.	апрель	23		13.00-13.45, 13.55-14.40	применение умений и навыков	2	3.1. Приемы ориентирования Отработка технических приемов ориентирования на местности. Упражнения по технике ориентирования.	ЦО № 15 «Луч» г. Белгород	собеседование, контрольные задания
97.	апрель	26		13.00-13.45, 13.55-14.40	применение умений и навыков	2	5.2. Специальная физическая подготовка Беговая подготовка. Упражнения на развитие гибкости, силы.	ЦО № 15 «Луч» г. Белгород	контрольные задания е
98.	апрель	28		12.40-13.25, 13.35-14.20	применение умений и навыков	2	4.2. Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию.	ЦО № 15 «Луч» г. Белгород	собеседование
99.	апрель	30		13.00-13.45, 13.55-14.40	применение умений и навыков	2	3.1. Приемы ориентирования. Отработка технических приемов ориентирования на местности. Упражнения по технике ориентирования.	ЦО № 15 «Луч» г. Белгород	собеседование, контрольные задания
						26			
100.	май	03		13.00-13.45, 13.55-14.40	применение умений и навыков	2	5.2. Специальная физическая подготовка. Беговая подготовка. Упражнения на развитие выносливости, быстроты.	ЦО № 15 «Луч» г. Белгород	контрольные задания
101.	май	05		12.40-	применение	2	6.2. Туризм – путешествие по родному краю	ЦО № 15	наблюдение

				13.25, 13.35-14.20	умений и навыков		Преодоление этапов без применения специального туристского снаряжения.	«Луч» г. Белгород	
102.	май	07		13.00-13.45, 13.55-14.40	применение умений и навыков	2	3.2. Вспомогательные технические действия Отработка вспомогательных технических действий.	ЦО № 15 «Луч» г. Белгород	собеседование, контрольные задания
103.	май	10		13.00-13.45, 13.55-14.40	применение умений и навыков	2	3.1. Приемы ориентирования Отработка технических приемов ориентирования на местности. Упражнения по технике ориентирования.	ЦО № 15 «Луч» г. Белгород	собеседование, контрольные задания
104.	май	12		12.40-13.25, 13.35-14.20	применение умений и навыков	2	4.2. Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию.	ЦО № 15 «Луч» г. Белгород	собеседование
105.	май	14		13.00-13.45, 13.55-14.40	применение умений и навыков	2	6.2. Туризм – путешествие по родному краю Преодоление этапов без применения специального туристского снаряжения.	ЦО № 15 «Луч» г. Белгород	наблюдение
106.	май	17		13.00-13.45, 13.55-14.40	применение умений и навыков	2	5.2. Специальная физическая подготовка Беговая подготовка. Упражнения на развитие выносливости, быстроты.	ЦО № 15 «Луч» г. Белгород	контрольные задания
107.	май	19		12.40-13.25, 13.35-14.20	применение умений и навыков	2	5. Подведение итогов Подведение итогов, проверка умений и навыков, тестирование, сдача контрольных нормативов, анкетирование.	ЦО № 15 «Луч» г. Белгород	тестирование, опрос, контрольные задания, наблюдение
108.	май	21		13.00-13.45, 13.55-14.40	применение умений и навыков	2	5. Подведение итогов Подведение итогов, проверка умений и навыков, тестирование, сдача контрольных нормативов, анкетирование.	ЦО № 15 «Луч» г. Белгород	тестирование, опрос, контрольные задания,

									наблюдение
						18			
						216			