

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ПРАВОБЕРЕЖНЫЙ ДОМ ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА»
НЕВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

ПРИНЯТА:

Педагогическим советом

от «31» августа 20 23 г.

Протокол № 1

УТВЕРЖДЕНА:

Приказом № 57 от 31.08 20 23 г.

Директор ГБУ ДО «ПДДТ»

Невского района Санкт-Петербурга

С.В. Гусев



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«Спортивное ориентирование»

Срок освоения: 3 года

Возраст обучающихся: 7-18 лет

Разработчик:
**Сидорова Светлана
Владимировна**
(методист)

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Образовательная программа «Спортивное ориентирование» имеет **физкультурно-спортивную** направленность.

Данная программа апробирована в школах Невского района Санкт-Петербурга, где имеются коллективы туристско-краеведческого направления. Занятия по данной программе ведутся более 10 лет, пользуется большой популярностью у школьников.

Накопленный опыт в Невском районе передаётся детским спортивным коллективам других районов города. Начиная с 2000 года, соревнования по ориентированию в условиях закрытого помещения уже имеют городской статус.

Благодаря новому методу обучения детей ориентированию в условиях закрытого помещения, появилась возможность в простой, доступной форме научить ребенка азам спортивного ориентирования в более раннем возрасте. Данная программа тесно взаимосвязана с авторской методической разработкой Дробышева С.А. «Ориентирование в условиях спортивного зала» 1999 г.

Программа позволяет безопасно и доступно организовать обучение школьников-новичков.

По окончании программы обучения дети переходят в следующую стадию развития (школа спортивного мастерства).

Актуальность и новизна программы

- Программа рассчитана на учащихся детского возраста, делающих первые шаги в спортивном ориентировании.
- Особую актуальность данному виду деятельности придаётся возможность вывести детей из экологически неблагоприятных условий города в относительно чистую природную среду, а также возможность реализовать себя в спортивных секциях и клубах из-за своих физических данных, достичь успешных результатов.
- Занятия по ориентированию перенесены в спортивный зал, школьный двор, микрорайон и парки города;
- Придуманы и рекомендованы условия для проведения соревнований в условиях спортивного зала, школьных коридоров и микрорайона;
- Во время соревнований применяются и действуют «Правила соревнований по ориентированию».

Адресат программы

Возраст занимающихся 7-18 лет. Учащиеся не должны иметь медицинских противопоказаний для занятий по данной программе.

Объём и сроки реализации

Программа рассчитана на **3** года обучения – **864** учебных часа (36 учебных недель, 288 учебных часов в год, 8 часов в неделю). Уровень освоения программы **БАЗОВЫЙ**.

Программа построена с ориентацией на формирование ключевых компетентностей:

- Социально-личностные
- Коммуникативные
- Организаторские

ЦЕЛЬ программы

Дать знания, умения и навыки по основам спортивного ориентирования, туристско-краеведческой деятельности и привить интерес к занятиям по спортивному ориентированию, туризмом, как активной форме познавательной и оздоровительной деятельности;

ЗАДАЧИ

Обучающие:

- обучение технике и тактике спортивного ориентирования,
- обучение технике и тактике спортивного ориентирования в зимних условиях;
- обучение чтению спортивной карты;
- обучение составлению и корректировке спортивной карты;
- обучение технике использования компаса на соревновательной скорости;
- обучение приемам техники безопасности, организации быта в походах, экспедициях;
- обучение основам техники пешеходного туризма
- расширение знаний по географии, биологии, экологии, полученных в средней школе;

Развивающие:

- интеллектуальное и духовно-нравственное развитие учащихся;
- развитие творческой, познавательной и созидательной активности;
- расширение знаний об окружающем мире;
- развитие способности сохранять высокий уровень психических процессов в условиях нарастающего физического утомления.
- укрепление здоровья, воспитание физической культуры в единстве с интеллектуальным и духовным развитием;

Воспитательные:

- воспитание коллективной дисциплины и культуры общения;
- воспитание патриотизма посредством занятия краеведением;
- воспитание экологической культуры, чувства ответственности за состояние окружающей среды и стремления к конкретной деятельности по ее изучению, охране, воспроизведению;
- воспитание самообладания и силы воли;
- формирование умения видеть красоту окружающего мира;
- воспитание потребности в здоровом образе жизни;

Планируемые результаты

Предметные:

Учащиеся будут иметь представление:

- о целях и задачах коллектива на предстоящий учебный год;
- о ведущих спортсменах-ориентировщиках России и Санкт-Петербурга;
- о факторах, влияющих на выбор пути движения;
- об особенностях тактики в соревнованиях в заданном направлении, на маркированной трассе и в эстафете;
- о значении физических упражнений для различных систем организма;
- о способах определения показателей физической готовности;
- об опасностях, связанных с дикими животными и ядовитыми растениями;
- о сигналах бедствия и правилах транспортировки пострадавшего;
- об отрицательном воздействии на здоровье человека вредных привычек;

Учащиеся будут знать:

- понятия: ограничивающий ориентир, бег «в мешок», бег с упреждением, обходный вариант, суммарный набор высоты, оптимальный набор высоты, параллельная ситуация, утомление, восстановление, самоконтроль, массаж и самомассаж, водно-солевой режим, модель действия ориентировщика;
- факторы выбора пути, имеющие решающее значение на определенных типах местности;
- картографические факторы, влияющие на выбор тактики: качество рисовки, типографского отпечатка;

- содержание простейшей модели действия ориентировщика;
- классификацию возможных ошибок;
- причины возникновения и виды утомления;
- основные средства восстановления;
- основные способы самоконтроля;
- правила организации и снятия перил, страховка при преодолении различных этапов;
- правила оказания первой доврачебной помощи при укусах диких животных (змей, насекомых).

Учащиеся будут уметь:

- определять в районе КП ограничивающие ориентиры и использовать их при поиске КП;
- подробно читать карту, фиксировать все ориентиры, встречаемые на пути движения;
- использовать крупные формы рельефа для ориентирования на перегонах;
- восстанавливать своё местоположение на карте по «задним» привязкам;
- двигаться по азимуту пешком и небольшой беговой скорости;
- выбирать варианты движения с оптимальным набором высоты;
- обосновывать выбор данного пути в зависимости от типа местности;
- строить тактический план в соответствии со сложившейся соревновательной ситуацией;
- производить анализ дистанции;
- находить на местности указанный ориентир для постановки КП;
- выполнять упражнения и игры на местности для повышения тактико-технического уровня ориентирования;
- заканчивать дистанции по ориентированию уровня сложности II-ю разряда;
- оказывать первую доврачебную помощь при укусах диких животных, делать искусственное дыхание.
- правильно называть и изображать значковым методом все условные знаки спортивных карт;
- изображать при помощи пиктограмм информацию о контрольном пункте;
- показывать на карте формы рельефа и называть их;
- изображать значковым методом различные формы рельефа по их описанию или зрительному восприятию;
- осуществлять движение по азимуту (в градусах и по карте) при помощи компаса вне леса или в хорошо проходимом лесу;
- двигаться по азимуту на беговой скорости;
- осуществлять во время ориентирования (с помощью компаса и без него) срезки, т. е. выпрямление пути;

Метапредметные

Учащиеся будут иметь представление:

- о правилах поведения на природе
- о гигиенических основах физических упражнений.

Учащиеся будут знать:

- способы выхода из леса при потере ориентировки;
- правила и рациональные приемы преодоления простейших природных препятствий;
- правила уличного движения и пользования общественным транспортом;

- профилактические мероприятия по предупреждению пищевых отравлений в полевых условиях;
- правила техники безопасности при проведении тренировочных занятий, соревнований, в походах;
- различные способы определения расстояния на местности и по карте;
- признаки неблагоприятной экологической обстановки в населенном пункте;
- принципы выбора площадки для костра;
- правила упаковки, транспортировки и хранения продуктов;
- правила поведения на воде;

Учащиеся будут уметь:

- двигаться по местности с различной проходимостью;
- уверенно чувствовать себя в лесу;

Личностные

- Учащиеся разовьют целеустремлённость, дисциплинированность, активность и инициативность, стойкость, решительность, настойчивость и упорство в достижении цели.
- Учащиеся смогут приобрести коммуникативные навыки, умение организовать себя и свое время

Организационно-педагогические условия реализации программы

Язык реализации программы: русский.

Форма обучения: очная, очно-заочная (дистанционная).

Особенности реализации программы

Возможна реализация дополнительной общеразвивающей программы или её частей (модулей) с применением электронного обучения и дистанционных технологий руководствуясь Федеральным законом от 29 декабря 2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» и Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 23 августа 2017 г. № 816 «Порядок применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».

Особенности организации образовательного процесса:

Программа позволяет безопасно и доступно организовать обучение школьников-новичков.

Для успешного осуществления многолетней тренировки юных спортсменов на каждом ее этапе учитываются следующие методические положения:

1. Многолетнюю подготовку ориентировщиков всех возрастов следует рассматривать, как единый педагогический процесс, обеспечивающий преемственность задач, средств и методов тренировки детей, подростков, юношей, девушек и взрослых спортсменов на всех этапах подготовки.
2. При построении многолетнего учебного процесса необходимо ориентироваться на оптимальные возрастные границы, в пределах которых учащиеся добиваются своих высших достижений.
3. В процессе подготовки всех возрастных групп нагрузка должна быть направлена на уровень, характерный для следующего этапа.

4. Неуклонный рост объема средств общей и специальной физической подготовки, соотношение между которыми постепенно изменяется в сторону увеличения удельного веса средств специальной физической подготовки.

Вид подготовки	Год занятий		
	1	2	3
ОФП в %	70	60	40
СФП в %	30	40	60

Условия набора в коллектив: заниматься могут все желающие, начиная с 7 лет. Обязательным условием для обучающихся является отсутствие медицинских противопоказаний к занятиям активными формами туризма.

Условия формирования групп: группы могут быть как одновозрастные, так и разновозрастные. Допускается доукомплектация групп после собеседования определяющего степень подготовки.

Количество обучающихся в группе:

Нормы наполняемости групп 1 года обучения - не менее 15 человек, 2 года обучения - не менее 12 человек, 3 года – не менее 10 человек.

Формы организации занятий:

Программой предусмотрены как аудиторные, так и внеаудиторные занятия.

Формы проведения занятий:

- традиционные (аудиторные) занятия, включающие объяснительно-иллюстративный материал;
- практические занятия, включающие закрепление материала в игровых формах.

После каждого года обучения за рамками учебных часов проводится многодневное туристское мероприятие - поход, слет, соревнования, туристский лагерь, сборы и т.п. (в течении года и в период летней оздоровительной кампании).

Формы организации деятельности учащихся на занятии.

Основная форма работы с обучающимися – групповая:

- *фронтальная* работа педагога со всеми обучающимися одновременно: беседа при введении в большую теоретическую тему, рассчитанную на несколько занятий,
- *коллективная* работа:
 - игровые занятия с делением обучающихся на команды в рамках практического занятия с изучением новой темы;
 - диалого-дискуссионное обсуждение;
- *групповая*: организация работы (совместные действия, общение, взаимопомощь) в малых группах, в т. ч. в парах, для выполнения определенных задач; задание выполняется таким образом, чтобы был виден вклад каждого учащегося (группы могут выполнять одинаковые или разные задания, состав группы может меняться в зависимости от цели деятельности);
- *индивидуальная*: организуется для работы с одаренными детьми или отстающими от программы детьми по причине болезни для коррекции пробелов в знаниях и отработки отдельных навыков;

Занятия можно проводить с полным составом объединения, но по мере роста опыта занимающихся, следует делать больший упор на групповые (2-3 человека) и

индивидуальные занятия, особенно на том этапе обучения, когда начинается специализация.

Занятия могут проводиться в спортивном зале, школьном коридоре, в школьном дворе или микрорайоне, где находится сама школа.

Материально-техническое оснащение программы:

Перечень необходимого оборудования:

- помещение, оборудованное для теоретических и практических занятий.
- специально оборудованный спортзал;
- полигон для практических занятий на местности;
- снаряжение и оборудование для проведения занятий по ориентированию

Для того чтобы успешно выполнить данную программу по спортивному ориентированию, необходим специально оборудованный спортзал и открытый полигон, расположенный в пределах ежедневной досягаемости.

Для этого необходимо, чтобы в школе, где реализуется данная программа, было бы подготовлено следующие условия:

- разработаны спортивные карты физкультурного зала и коридоров всей школы
- технически обеспечены полигоны в школе и вокруг нее
- составлены карты небольшого микрорайона, в котором находится сама школа

Перечень инвентаря (на 15 человек)

ЛЕТО

1. Аптечка медицинская в упаковке	1 комплект
2. Накидка от дождя	15 шт.
3. Компас жидкостный для ориентирования	15 шт.
4. Курвиметр	2 шт.
5. Призмы бумажные для ориентирования на местности	30 шт.
6. Компостеры для отметки прохождения КП	30 шт.
7. Секундомер электронный	2 шт.
8. Летний беговой костюм из нейлона	15 комплектов
9. Специальная беговая обувь с резиновыми шипами	15 пар
10. Костровое оборудование	2 комплекта
11. Котлы туристские	2 комплекта
12. Спальники	15 шт.
13. Коврики	15 шт.
14. Рюкзаки (90л)	15 шт.
15. Палатки туристские	5 шт.
16. Тент от дождя (5x10м)	2 шт.
17. Топор походный	2 шт.
18. Пила	2 шт.
19. Ремонтный набор	1 комплект
20. Кассеты учебные	комплект
21. Спортивные карты различных парков и местностей	комплект

ЗИМА

1. Лыжи	15 пар
2. Лыжные палки	15 пар
3. Лыжные ботинки	15 пар
4. Планшеты для зимнего ориентирования	15 шт.
5. Мази для разных температур	комплект

УЧЕБНЫЙ ПЛАН
1 года обучения.
8 часов в неделю, 288 часов в год

№	Наименование раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Теория	Практика	Всего	
1	Введение	2	-	2	Диагностика анкетирование
2	Специализация	38	85	123	Зачёты, соревнования
3	Краеведение и Экология	6	-	6	Беседа, опрос, зачёты, диагностические игры, конкурсы
4	Т у р и з м	22	16	38	Беседа, опрос, зачёты, диагностические игры, конкурсы соревнования
5	О Ф П И г р ы	-	46	46	Зачёты и соревнования
6	Техника безопасности	5	1	6	Беседа, опрос
7	Оказание доврачебной помощи. Основы валеологии.	5	-	5	Беседа, опрос, зачёты, диагностические игры, конкурсы
8	Психологические аспекты тренировочного процесса	-	-	-	Беседа, опрос
9	Контрольные задания. Тесты	6	4	10	Зачёт
10	Подготовка к проведению массовых мероприятий	-	17	17	Беседа, опрос
11	Участие в мероприятиях	-	31	31	Зачёты и соревнования
12	Подведение итогов	-	4	4	Беседа, опрос, зачёты, диагностические игры, конкурсы соревнования
	И т о г о:	84	204	288	

УЧЕБНЫЙ ПЛАН
2 года обучения.
8 часов в неделю, 288 часов в год

№	Наименование раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Теория	Практика	Всего	
1	Введение	1	-	1	Диагностика анкетирование
2	Специализация	49	67	116	Зачёты, соревнования
3	Краеведение и Экология	6	4	10	Беседа, опрос, зачёты, диагностические игры, конкурсы
4	Т у р и з м	16	21	37	Беседа, опрос, зачёты, диагностические игры, конкурсы соревнования
5	О Ф П И г р ы	-	42	42	Зачёты и соревнования
6	Техника безопасности	3	-	3	Беседа, опрос
7	Оказание доврачебной помощи. Основы валеологии.	10	4	14	Беседа, опрос, зачёты, диагностические игры, конкурсы
8	Психологические аспекты тренировочного процесса	-	4	4	Беседа, опрос
9	Контрольные задания. Тесты	7	11	17	Зачёт
10	Подготовка к проведению массовых мероприятий	-	16	16	Беседа, опрос
11	Участие в мероприятиях	-	23	23	Зачёты и соревнования
12	Подведение итогов	-	4	4	Беседа, опрос, зачёты, диагностические игры, конкурсы соревнования
	И т о г о :	92	196	288	

УЧЕБНЫЙ ПЛАН
3 года обучения.
8 часов в неделю, 288 часов в год

№	Наименование раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Теория	Практика	Всего	
1	Введение	2	-	2	Диагностика анкетирование
2	Специализация	4	95	99	Зачёты, соревнования
3	Краеведение и Экология	4	4	8	Беседа, опрос, зачёты, диагностические игры, конкурсы
4	Т у р и з м	-	20	20	Беседа, опрос, зачёты, диагностические игры, конкурсы соревнования
5	О Ф П И г р ы	-	72	72	Зачёты и соревнования
6	Техника безопасности	2	2	4	Беседа, опрос
7	Оказание доврачебной помощи. Основы валеологии.	3	6	9	Беседа, опрос, зачёты, диагностические игры, конкурсы
8	Психологические аспекты тренировочного процесса	-	10	10	Беседа, опрос
9	Контрольные задания. Тесты	-	8	8	Зачёт
10	Подготовка к проведению массовых мероприятий	-	8	8	Беседа, опрос
11	Участие в мероприятиях	-	44	44	Зачёты и соревнования
12	Подведение итогов	-	4	4	Беседа, опрос, зачёты, диагностические игры, конкурсы соревнования
	И т о г о:	15	273	288	

При реализации дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий необходим контроль посещения занятий и освоения учебного материала учащимися дистанционно.

СОГЛАСОВАНО:
« _____ » _____ 20__ г.
заместитель директора по УВР
ГБУ ДО «ПДДТ» Невского района Санкт-Петербурга
_____ ФИО

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

При нагрузке в неделю 8 часов

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Кол-во учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год			36	72	288	2 раза в неделю по 4 часа
2 год			36	72	288	2 раза в неделю по 4 часа
3 год			36	72	288	2 раза в неделю по 4 часа
					864	

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

При планировании учебной деятельности педагог может произвести отбор и определение тем и разделов дополнительной общеобразовательной программы для реализации с учетом применения электронного обучения и дистанционных образовательных технологий. При этом корректировки в текущее календарно-тематическое планирование дополнительной образовательной программы оформляются приложением к календарно-тематическому плану (КТП).

Изучение вопросов безопасности труда организуется и проводится на всех стадиях образовательного процесса с целью формирования у обучающихся сознательного и ответственного отношения к вопросам личной безопасности и безопасности окружающих в учебное и каникулярное время, включая правила дорожного движения и безопасного поведения на дорогах, согласно перечня инструкций по охране труда ГБУ ДО «ПДДТ» Невского района Санкт-Петербурга.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

288 часов, 1 год обучения

Пояснительная записка

Задачи:

Обучающие

- обучение технике и тактике спортивного ориентирования,
- обучение технике и тактике спортивного ориентирования в зимних условиях;
- обучение чтению спортивной карты;
- обучение технике использования компаса;
- обучение приемам техники безопасности, организации быта в походах, экспедициях;
- обучение основам техники пешеходного туризма
- расширение знаний по географии, биологии, экологии, полученных в средней школе;

Развивающие:

- интеллектуальное и духовно-нравственное развитие учащихся;
- развитие творческой, познавательной и созидательной активности;
- расширение знаний об окружающем мире;
- укрепление здоровья, воспитание физической культуры в единстве с интеллектуальным и духовным развитием;

Воспитательные:

- воспитание коллективной дисциплины и культуры общения;
- воспитание патриотизма посредством занятия краеведением;
- воспитание экологической культуры, чувства ответственности за состояние окружающей среды и стремления к конкретной деятельности по ее изучению, охране, воспроизведению;
- воспитание самообладания и силы воли;
- формирование умения видеть красоту окружающего мира;
- воспитание потребности в здоровом образе жизни;

Планируемые результаты

Предметные:

Учащиеся будут иметь представление:

- об ориентировании, как виде спорта;
- об истории появления карты и компаса и областях их применения;
- о различиях между спортивной и топографической картами;
- об экологической обстановке района;
- о видах туризма;
- о личном и групповом снаряжении туриста;
- об особенностях ориентирования в заданном направлении, по выбору, на маркированной трассе и в эстафетном ориентировании;
- о правилах организации бивака и правилах укладки рюкзака;
- о правилах приготовления пищи на костре;
- отличия спортивных карт от плана и схемы;

Учащиеся будут знать:

- смысл понятий: рельеф, гидрография, растительность, искусственные сооружения, ориентирование сторон горизонта, легенда КП, аварийный градус, грубый азимут, тормозной ориентир, привязка, экология;
- 20 условных знаков спортивной карты;
- карточку участника, правила её заполнения и крепления;
- способы определения сторон горизонта;
- устройство и принцип работы с компасом;
- правила ориентирования по линейным ориентирам с одним моментом и с несколькими моментами;
- приёмы ориентирования карты;
- правила безопасного очага;
- состав аптечки и способы применения некоторых лекарств и медикаментов;

Учащиеся будут уметь:

- изображать план-схему спортивного зала, коридоров школы;
- правильно называть и изображать значковым методом условные знаки спортивных карт;
- выполнять простейшие топодиктанты, задания и упражнения с картами;

- самостоятельно заполнять карточку участника и крепить её на руке, одежде;
- правильно осуществлять на КП отметку в карточке участника;
- определять стороны горизонта, ориентировать карту;
- определять расстояния на местности и на карте различными способами;
- называть легенды КП словесно по рисункам, наблюдениям ориентиров на местности;
- ориентироваться вдоль канав, дорог, тропинок, водоемов, изгороди, края леса;
- осуществлять выбор пути из различных вариантов путей;
- определять направление движения с помощью компаса и карты по местным признакам;
- заканчивать простейшие дистанции в заданном направлении;
- выбирать простейшую и надежную привязку в районе КП;
- приобрести соревновательный опыт участия в соревнованиях по ориентированию в условиях закрытого помещения.

Метапредметные

Учащиеся будут иметь представление:

- о правилах поведения на природе
- о гигиенических основах физических упражнений.

Учащиеся будут знать:

- способы выхода из леса при потери ориентировки;
- правила и рациональные приемы преодоления простейших природных препятствий;
- правила уличного движения и пользования общественным транспортом;
- профилактические мероприятия по предупреждению пищевых отравлений в полевых условиях;
- правила техники безопасности при проведении тренировочных занятий, соревнований, в походах;

Учащиеся будут уметь:

- двигаться по местности с различной проходимостью;
- уверенно чувствовать себя в лесу;
- выполнять различные упражнения на развитие восприятия, наблюдательности, чувства времени, внимания и воображения;

Личностные

- Учащиеся разовьют целеустремлённость, дисциплинированность, активность и инициативность, стойкость, решительность, настойчивость и упорство в достижении цели.
- Учащиеся смогут приобрести коммуникативные навыки, умение организовать себя и свое время

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Наименование тем

1. Введение.

1.1. Ориентирование как вид спорта. Цели и задачи группы на 1 год. Показ видеofilmов о спортивном ориентировании. Права и обязанности членов группы.

2. Специализация (техника и тактика ориентирования)

2.1. Понятие о карте и плане. Цветность карты.

2.2. План спортивного зала. Поиск нужного КП

2.3. Упражнения по ориентированию по схеме спортзала

2.4. Понимание карты. Правильное обращение с картой.

Приёмы ориентирования карты.

2.5. Контрольный пункт и система отметки. Карточка участника.

2.6. Определение привязок в районе КП в условиях закрытого помещения.

2.7. Техника ориентирования в з/н в закрытом помещении.

2.8. Навыки скоростного прохождения дистанции з/н в условиях закрытого помещения.

2.9. Тактика на дистанциях з/н в закрытом помещении.

2.10. Участие в соревнованиях в условиях закрытого помещения (пер-во района, города и т.д.).

2.11. Условные знаки спортивных карт. Ориентиры. Упражнения с дидактическим материалом.

2.12. Личное снаряжение ориентировщика в летних соревнованиях.

2.13. Стороны горизонта, их определение по местным предметам. Игра «Магнитные стрелки».

2.14. Виды компасов. Определение сторон с помощью компаса. Определение направления движения. Грубый азимут.

2.15. Упражнения на развитие восприятия, наблюдательности, чувства времени, внимания и воображения

2.16. Спортивная карта. Информация на карте. Масштаб карты. Способы определения расстояний на карте.

2.17. Определение расстояний на местности: шагами, по времени движения, глазомерно.

2.18. Легенды КП. Упражнения с дидактическим материалом.

2.19. Ориентирование по карте микрорайона. Простейшие дистанции в заданном направлении.

2.20. Ориентирование в мини-парке с элементами рельефа.

2.21. Летнее и зимнее ориентирование. Их виды и особенности.

2.22. Ориентирование вдоль линейного ориентира с одним вариантом выбора пути (вдоль отдельной тропинки, канавы).

2.23. Ориентирование вдоль линейного ориентира с несколькими вариантами выбора пути.

Наименование тем

2.24. Чтение четких объектов с тропинок. Взятие КП, расположенных в пределах видимости от линейных ориентиров.

2.25. Игры на местности для привыкания к лесу.

3. КРАЕВЕДЕНИЕ И ЭКОЛОГИЯ.

3.1. Моя школа. Мой район. Достопримечательности района.

3.2. Наука об экологии. Экологическое равновесие в природе.

4. ТУРИЗМ.

4.1. Виды туризма. Личное и групповое снаряжение туриста по сезону. Должности в группе.

4.2. Отличие топографической и спортивной карты. Топознаки. Топодиктант.

4.3. Укладка рюкзака. Туристический бивак. Костровище.

Приготовление пищи на костре. Палатка. Её основные детали и устройство. Выбор места для привала. Костровые приспособления.

4.4. Организация питания в походе или в полевом лагере.

4.5. Преодоление природных препятствий: заросли леса и кустарника, каменистые и травянистые склоны, заболоченные участки.

5. О Ф П. Игры.

5.1. Спортивные, подвижные, народные, специализированные игры. Эстафетный бег. Веселые старты. Кроссы. Упражнения на растяжение, гибкость. Комплекс ОРУ.

6. Техника безопасности.

6.1. Знакомство с Инструкцией по технике безопасности при проведении тренировочных занятий, соревнований, УТС по спортивному ориентированию.

6.2. Правила поведения на занятиях. Правила дорожного движения и пользования общественным транспортом

6.3. Правила безопасности при обращении с топором, пилой, ножом. Правила безопасности при разведении костров и приготовлении пищи в полевых условиях.

7. Первая доврачебная помощь. Гигиена. Основы валеологии.

7.1. Медицинская аптечка. Состав и хранение.

7.2. Личная гигиена.

7.3. Пищевые отравления. Первая помощь. Профилактика пищевых отравлений в полевых условиях. Простейшие способы обеззараживания воды в полевых условиях.

8. Контрольные тесты.

8.1. Контрольные пробежки и кроссы на время. Сдача нормативов по физической подготовке.

СОГЛАСОВАНО:
 «___» _____ 20__ г.
 заведующей методическим отделом
 ГБУДО «ПДДТ» Невского района Санкт-
 Петербурга
 _____ ФИО

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН
1 год обучения, 288часов в год

№ занятия	планируемая дата занятия	фактическая дата занятия	Раздел (или тема) учебно-тематического плана	Тематика теоретической и практической части занятия	час. (теория)	час. (практика)	Всего количество часов	Формы контроля
1	2	3	4	5	6	7	8	9
1			<i>Введение</i>	<i>Теория:</i> . История развития спортивного ориентирования. Цели и задачи	4		4	Меры безопасности и правила поведения
2			<i>Основы спортивного ориентирования</i>	<i>Теория:</i> Условные знаки спортивных карт.	4		4	Укладка рюкзака.

3			Основы спортивного ориентирования	Практика: Упражнения с дидактическим материалом.	4	4	Выполнение принятых в школьной программе нормативов по физической подготовке с превышением их на 10-15%
4			Основы туристской подготовки и турнавыки	Практика: Техника безопасности при проведении туристских походов, занятий. Назначение основных видов туристских и альпинистских узлов.	4	4	Завязывание узлов: ткацкий, прямой, проводник, восьмерка, булинь...
5			Общая и специальная физическая подготовка	Практика: Общая физическая подготовка. Обучение основам техники бега. Упражнения на развитие быстроты, скоростно-силовых качеств, силы, выносливости, гибкости и координационных способностей. Спортивные игры. Гимнастические упражнения.	4	4	Выполнение принятых в школьной программе нормативов по физической подготовке с превышением их на 10-15%
6			Основы туристской подготовки и турнавыки	Практика: Действие группы в аварийных ситуациях. Организация работы по устройству аварийного бивака (выбор места для палаток, костра, определение мест для забора воды и умывания), заготовка дров.	4	4	Способы обеззараживания воды.
7			Основы гигиены и первая доврачебная помощь	Практика: Походная медицинская аптечка, использование лекарственных растений. Пищевые отравления, признаки отравления. Сроки хранения пищи и продуктов. Ядовитые растения, ягоды и грибы. Промывание желудка и оказание первой помощи при отравлениях. Меры профилактики.	4	4	Способы обеззараживания воды.

8			Топография и ориентирование	Практика: Ориентирование по местным предметам. Действия в случае потери ориентировки	4	4	Определение направления выхода в случае потери ориентировки
9			Основы туристской подготовки и турнавыки	Практика: Организация туристского быта. Привалы и ночлеги. Постановка палатки, натяжка тента.	4	4	Выбор места для бивака, привала. Установка палатки.
10			Топография и ориентирование	Теория: Символы изображений КП	4	4	Осуществление самоконтроля и ведение дневника самоконтроля
11				Практика: Питание в туристском походе. Набор продуктов. Нормы расхода продуктов. Меню. Хранение продуктов. Приготовление пищи на костре. Питьевой режим на маршруте	4	4	Составление меню и списка продуктов. Фасовка и упаковка продуктов.
12			Топография и ориентирование	Теория: Измерение расстояний. Теория: Компас, его устройство, правила обращения	4	4	Измерение расстояний.
13			Основы туристской подготовки и турнавыки	Практика: Действие группы в аварийных ситуациях. Организация работы по устройству аварийного бивака (выбор места для палаток, костра, определение мест для забора воды и умывания), заготовка дров.	4	4	Выбор места для бивака, привала. Установка палатки и размещение в ней вещей. Разведение костра. Заготовка дров.

14			Топография и ориентирование	Практика: Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию.	4	4	Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию.
15			Основы гигиены и первая доврачебная помощь	Теория: Основные приемы оказания первой доврачебной помощи. Оказание первой доврачебной помощи при ранах, порезах, ссадинах, ушибах, мозолях, растяжениях, вывихах, переломах конечностей. Приемы транспортировки пострадавшего	4	4	Оказание первой доврачебной помощи.
16			Общая и специальная физическая подготовка	Практика: Общая физическая подготовка. Развитие общей и специальной выносливости и морально-волевых качеств, кроссовая подготовка.	4	4	Выполнение принятых в школьной программе нормативов по физической подготовке с превышением их на 10-15%
17			Топография и ориентирование	Практика: Компас. Работа с компасом. Практика работы с топографическими и спортивными картами в помещении и на местности.	4	4	Работа с компасом.
18			Основы туристской подготовки и турнавыки	Практика: Подготовка к походу, путешествию. Ремнабор, комплектность и использование. Ремонт группового снаряжения.	4	4	Выполнение обязанностей по должностям в период подготовки похода.
19			Топография и ориентирование	Практика: Условные знаки. Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию.	4	4	Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию.

20			Основы туристской подготовки и турнавыки	Практика: Правила движения в походе, преодоление препятствий. ИСС назначение и порядок одевания	4	4	Использование самостраховки при преодолении несложных естественных препятствий.
21			Начальная судейская подготовка	Практика: Организация и проведение туристских слетов и соревнований	4	4	Участие в постановке и оборудовании этапов. Судейство этапов
22			Основы туристской подготовки и турнавыки	Практика: Причины возникновения аварийных ситуаций в походе и меры их предупреждения. Психологические аспекты взаимоотношений в группе	4	4	Использование самостраховки при преодолении несложных естественных препятствий.
23			Общая и специальная физическая подготовка	Практика: Общая физическая подготовка, подвижные игры. Врачебный контроль, самоконтроль, предупреждение спортивных травм на тренировках	4	4	Выполнение принятых в школьной программе нормативов по физической подготовке с превышением их на 10-15%
24			Краеведение	Практика: Туристские возможности родного края, обзор экскурсионных объектов, музеи. Туристские путешествия, история развития туризма	4	4	Основные сведения по истории развития туризма в России.

25			Топография и ориентирование	Практика: Понятие о топографической и спортивной карте. Спортивная карта, её назначение, отличие от топографической карты. Условные знаки спортивной карты: населенные пункты, гидрография, дорожная сеть, сооружения, растительный покров, местные предметы.	4	4	Чтение и изображение топографических знаков.
26			Основы гигиены и первая доврачебная помощь	Практика: Основные приемы оказания первой доврачебной помощи. Оказание первой доврачебной помощи при ранах, порезах, ссадинах, ушибах, мозолях, растяжениях, вывихах, переломах конечностей.	4	4	Оказание первой доврачебной помощи.
27			Топография и ориентирование	Практика: Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию.	4	4	Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию.
28			Общая и специальная физическая подготовка	Практика: Общая физическая подготовка. Обучение основам техники бега. Упражнения на развитие быстроты, скоростно-силовых качеств, силы, выносливости, гибкости и координационных способностей. Спортивные игры. Гимнастические упражнения.	4	4	Выполнение принятых в школьной программе нормативов по физической подготовке с превышением их на 10-15%
29			Основы туристской подготовки и турнавыки	Теория: Туристские должности в группе. Питание в туристском походе. Значение правильного питания в походе.	4	4	Выполнение обязанностей по должностям в период подготовки, проведения и подведения итогов похода

30			Топография и ориентирование	Практика: Измерение расстояний. Ориентирование по местным предметам. Определение азимута по карте. Определение азимута на ориентир. Прохождение азимутальных отрезков	4	4	Измерение расстояний.
31			Основы туристской подготовки и турнавыки	Практика: Туристские должности в группе. Составление раскладки продуктов и меню. Практика приготовления пищи в полевых условиях. Особенности приготовления пищи на костре.	4	4	Составление раскладки продуктов и меню
32			Топография и ориентирование	Практика: Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию.	4	4	Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию.
33			Основы туристской подготовки и турнавыки	Практика: Причины возникновения аварийных ситуаций в походе и меры их предупреждения. Психологические аспекты взаимоотношений в группе.	4	4	Использование самостраховки при преодолении несложных естественных препятствий.
34			Краеведение	Практика: Туристские возможности родного края, обзор экскурсионных объектов, музеи. Воспитательная роль туризма. Туризм средство познания своего края, физического и духовного развития, оздоровления, воспитания самостоятельности, приобретения трудовых и прикладных навыков.	4	4	Разработка маршрута по интересным местам края.

35			Начальная судейская подготовка	Практика: Организация и проведение туристских слетов и соревнований. Работа судей на этапах	4	4	Участие в постановке и оборудовании этапов. Судейство этапов
36			Основы туристской подготовки и турнавыки	Теория: Техника и тактика в туристском походе. Правила движения в походе, преодоление препятствий. Групповое снаряжение, требования к нему.	4	4	Соблюдение правил и режима движения.
37			Общая и специальная физическая подготовка	Практика: Специальная физическая подготовка. Соблюдение личной гигиены при занятиях физической культурой, спортом и туризмом. Зарядка, закаливание, душ, парная баня, сауна, солнечные ванны. Утренний и вечерний туалет. Соблюдение правил личной гигиены при выполнении физических упражнений. Обязанности санитара туристской группы.	4	4	Осуществление самоконтроля и ведение дневника самоконтроля
38			Топография и ориентирование	Практика: Ориентирование по местным предметам. Действия в случае потери ориентировки.	4	4	Определение направления выхода в случае потери ориентировки
39			Краеведение	Практика: Изучение района путешествия	4	4	Изучение района похода. Составление плана-графика движения.
40			Основы туристской подготовки и турнавыки	Практика: Личное и групповое туристское снаряжение. Правила укладки рюкзака	4	4	Составление перечня личного и группового снаряжения.

41			Основы гигиены и первая доврачебная помощь	Практика: Приемы транспортировки пострадавшего	4	4	Изготовление транспортировочных средств и транспортировка пострадавшего
42			Основы туристской подготовки и турнавыки	Практика: Подготовка к походу, путешествию. Ремнабор, комплектность и использование. Ремонт группового снаряжения.	4	4	Ремонт группового снаряжения
43			Общая и специальная физическая подготовка	Практика: Общая физическая подготовка, подвижные игры	4	4	Выполнение принятых в школьной программе нормативов по физической подготовке с превышением их на 10-15%
44			Основы туристской подготовки и турнавыки	Практика: Питание в туристском походе. Набор продуктов. Нормы расхода продуктов. Меню. Хранение продуктов. Приготовление пищи на костре. Питьевой режим на маршруте	4	4	Составление меню и списка продуктов. Фасовка и упаковка продуктов.
45			Топография и ориентирование	Практика: Способы ориентирования. Действия при потере ориентировки.	4	4	Определение направления выхода в случае потери ориентировки

46			Основы туристской подготовки и турнавыки	Практика: Техника и тактика в туристском походе. Способы преодоления простых естественных препятствий при помощи веревки: спуск, подъем по склону спортивным способом с использованием вертикальных наведенных перил	4	4	Использование самостраховки при преодолении несложных естественных препятствий.
47			Краеведение	Практика: Изучение района путешествия	4	4	Разработка маршрута и сбор краеведческих сведений.
48			Основы туристской подготовки и турнавыки	Практика: Установка палаток, размещение вещей в них, предохранение палаток от намокания и проникновения насекомых. Правила поведения в палатке.	4	4	Установка палатки и размещение в ней вещей.
49			Краеведение	Практика: Общественно полезная работа в путешествии, охрана природы и памятников культуры	4	4	Выполнение обязанностей по должностям в период подведения итогов похода
50			Основы туристской подготовки и турнавыки	Практика: Подведение итогов туристского путешествия	4	4	Составление отчета о походе.
51			Начальная судейская подготовка	Теория: Правила туристских соревнований. Работа судей на этапах.	4	4	Участие в постановке и оборудовании этапов. Судейство этапов

52			Основы туристской подготовки и турнавыки	Практика: Техника и тактика в туристском походе. Переправа через условное болото с наведением кладей, жердей. Переправа через условное болото по кочкам. Переправа через канавы, завалы.	4	4	Использование самостраховки при преодолении несложных естественных препятствий.
53			Общая и специальная физическая подготовка	Практика: Общая физическая подготовка. Обучение основам техники бега. Упражнения на развитие быстроты, скоростно-силовых качеств, силы, выносливости, гибкости и координационных способностей. Спортивные игры. Гимнастические упражнения.	4	4	Осуществление самоконтроля и ведение дневника самоконтроля
54			Основы туристской подготовки и турнавыки	Практика: Техника и тактика в туристском походе. Правила движения в походе, преодоление препятствий. Способы безопасного преодоления препятствий с туристским рюкзаком.	4	4	Соблюдение правил и режима движения. Преодоление несложных естественных препятствий.
55			Топография и ориентирование	Теория: Ориентирование по местным предметам. Действия в случае потери ориентировки. Способы ориентирования. Приближенное определение сторон горизонта по особенностям местных предметов.	4	4	Определение направления выхода в случае потери ориентировки
56			Основы туристской подготовки и турнавыки	Практика: Организация туристского быта. Привалы и ночлеги. Типы палаток, их назначение, преимущества и недостатки.	4	4	Выбор места для бивака, привала. Установка палатки.
57			Краеведение	Практика: Туристские возможности родного края, обзор экскурсионных объектов, музеев.	4	4	Разработка маршрута по интересным местам края.

58		<i>Основы туристской подготовки и турнавыки</i>	Практика: Подведение итогов туристского путешествия	4	4	Составление отчета о походе.
59		<i>Краеведение</i>	Практика: Изучение района путешествия	4	4	Изучение района похода. Составление плана-графика движения.
60		<i>Основы туристской подготовки и турнавыки</i>	Практика: Техника и тактика в туристском походе. Правила движения в походе, преодоление препятствий. Организация движения группы в однодневном походе по пересеченной и залесенной местности, преодоление водных преград, крутых склонов, траверсы склонов "серпантином", движение вдоль шоссе.	4	4	Использование самостраховки при преодолении несложных естественных препятствий.
61		<i>Общая и специальная физическая подготовка</i>	Практика: Общая физическая подготовка. Обучение основам техники бега. Упражнения на развитие быстроты, скоростно-силовых качеств, силы, выносливости, гибкости и координационных способностей. Спортивные игры. Гимнастические упражнения.	4	4	Выполнение принятых в школьной программе нормативов по физической подготовке с превышением их на 10-15%
62		<i>Основы туристской подготовки и турнавыки</i>	Практика: Техника и тактика в туристском походе. Подъем, траверс и спуск по склону с использованием альпенштоков.	4	4	Использование самостраховки при преодолении несложных естественных препятствий.
63		<i>Топография и ориентирование</i>	Практика: Ориентирование по горизонту. Азимут, определение азимута. Движение по азимуту.	4	4	Движение по азимуту
64		<i>Основы туристской подготовки и турнавыки</i>	Практика: Подведение итогов туристского путешествия	4	4	Составление отчета о походе.

65			<i>Краеведение</i>	<i>Теория:</i> Туристские возможности родного края, обзор экскурсионных объектов, музеи. Знаменитые русские путешественники, их роль в развитии нашей страны. История развития туризма в России. Охрана природы и памятников культуры.	4		4	Основные сведения по истории, культуре...
66			<i>Основы туристской подготовки и турнавыки</i>	<i>Практика:</i> Подготовка к походу, путешествию. Ремнабор, комплектность и использование.		4	4	Выполнение обязанностей по должностям в период подготовки похода.
67			<i>Краеведение</i>	<i>Практика:</i> Общественно полезная работа в путешествии, охрана природы и памятников культуры		4	4	Сбор краеведческих сведений.
68			<i>Основы туристской подготовки и турнавыки</i>	<i>Практика:</i> Техника и тактика в туристском походе. Участие в соревнованиях по спортивному туризму		4	4	Участие в туристских соревнованиях в качестве участника
69			<i>Основы туристской подготовки и турнавыки</i>	<i>Теория:</i> Причины возникновения аварийных ситуаций в походе и меры их предупреждения. Психологические аспекты взаимоотношений в группе. Действие группы в аварийных ситуациях.	4		4	Действие группы в аварийных ситуациях.
70			<i>Основы туристской подготовки и турнавыки</i>	<i>Теория:</i> Организация туристского быта. Привалы и ночлеги. Типы палаток, их назначение, преимущества и недостатки.	4		4	Выбор места для бивака, привала. Установка палатки.
71			<i>Краеведение</i>	<i>Практика</i> обзор экскурсионных объектов, музеи.		4	4	Разработка маршрута по интересным местам края.

72			<i>Основы туристской подготовки и турнавыки</i>	<i>Практика:</i> Подведение итогов туристского путешествия		4	4	Составление отчета о походе.
					ИТОГО	84	204	288

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА 288 часов, 2 год обучения

Пояснительная записка

Задачи

Обучающие:

- обучение технике и тактике спортивного ориентирования,
- обучение технике и тактике спортивного ориентирования в зимних условиях;
- обучение чтению спортивной карты;
- обучение корректировке спортивной карты;
- обучение технике использования компаса на бегу;
- обучение приемам техники безопасности, организации быта в походах, экспедициях;
- расширение знаний по географии, биологии, экологии, полученных в средней школе;

Развивающие:

- интеллектуальное и духовно-нравственное развитие учащихся;
- развитие творческой, познавательной и созидательной активности;
- расширение знаний об окружающем мире;
- развитие способности сохранять высокий уровень психических процессов в условиях нарастающего физического утомления.
- укрепление здоровья, воспитание физической культуры в единстве с интеллектуальным и духовным развитием;

Воспитательные:

- воспитание коллективной дисциплины и культуры общения;
- воспитание патриотизма посредством занятия краеведением;
- воспитание экологической культуры, чувства ответственности за состояние окружающей среды и стремления к конкретной деятельности по ее изучению, охране, воспроизведению;
- воспитание самообладания и силы воли;
- формирование умения видеть красоту окружающего мира;
- воспитание потребности в здоровом образе жизни;

Планируемые результаты

Предметные:

Учащиеся будут иметь представление:

- об ориентировании, как виде спорта;
- об истории появления карты и компаса и областях их применения;
- о различиях между спортивной и топографической картами;
- об экологической обстановке района;
- о видах туризма;
- о личном и групповом снаряжении туриста;
- об особенностях ориентирования в заданном направлении, по выбору, на маркированной трассе и в эстафетном ориентировании;
- о правилах организации бивака и правилах укладки рюкзака;
- о правилах приготовления пищи на костре;
- отличия спортивных карт от плана и схемы;

Учащиеся будут знать:

- смысл понятий: рельеф, гидрография, растительность, искусственные сооружения, ориентирование сторон горизонта, легенда КП, аварийный градус, грубый азимут, тормозной ориентир, привязка, экология;
- 20 условных знаков спортивной карты;

- карточку участника, правила её заполнения и крепления;
- способы определения сторон горизонта;
- устройство и принцип работы с компасом;
- правила ориентирования по линейным ориентирам с одним моментом и с несколькими моментами;
- приёмы ориентирования карты;
- правила безопасного очага;
- состав аптечки и способы применения некоторых лекарств и медикаментов;

Учащиеся будут уметь:

- изображать план-схему спортивного зала, коридоров школы;
- правильно называть и изображать значковым методом условные знаки спортивных карт;
- выполнять простейшие топодиктанты, задания и упражнения с картами;
- самостоятельно заполнять карточку участника и крепить её на руке, одежде;
- правильно осуществлять на КП отметку в карточке участника;
- определять стороны горизонта, ориентировать карту;
- определять расстояния на местности и на карте различными способами;
- называть легенды КП словесно по рисункам, наблюдениям ориентиров на местности;
- ориентироваться вдоль канав, дорог, тропинок, водоемов, изгороди, края леса;
- осуществлять выбор пути из различных вариантов путей;
- определять направление движения с помощью компаса и карты по местным признакам;
- заканчивать простейшие дистанции в заданном направлении;
- выбирать простейшую и надежную привязку в районе КП;
- приобрести соревновательный опыт участия в соревнованиях по ориентированию в условиях закрытого помещения.

Метапредметные

Учащиеся будут иметь представление:

- о правилах поведения на природе
- о гигиенических основах физических упражнений.

Учащиеся будут знать:

- способы выхода из леса при потере ориентировки;
- правила и рациональные приемы преодоления простейших природных препятствий;
- правила уличного движения и пользования общественным транспортом;
- профилактические мероприятия по предупреждению пищевых отравлений в полевых условиях;
- правила техники безопасности при проведении тренировочных занятий, соревнований, в походах;

Учащиеся будут уметь:

- двигаться по местности с различной проходимостью;
- уверенно чувствовать себя в лесу;
- выполнять различные упражнения на развитие восприятия, наблюдательности, чувства времени, внимания и воображения;

Личностные

- Учащиеся разовьют целеустремлённость, дисциплинированность, активность и инициативность, стойкость, решительность, настойчивость и упорство в достижении цели.
- Учащиеся смогут приобрести коммуникативные навыки, умение организовать себя и свое время

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

(2-й год обучения) 8 часов в неделю, 288 часов в год

1. Введение.

1.1. Итоги прошедшего сезона и планирование на новый учебный год. Цели и задачи.

2. Специализация (техника и тактика ориентирования)

- 2.1. Условные знаки спортивных карт. Виды ориентирования. Упражнения с дидактическими материалами.
- 2.2. Символьное изображение легенд КП. Пиктограммы.
- 2.3. Изображение рельефа на картах. Детали рельефа. Горизонтальные линии.
- 2.4. Определение азимута на указанный объект. Движение по азимуту (на открытой местности и в хорошо проходимом лесу). Азимутальные дистанции и упражнения.
- 2.5. Короткие срезки (переход с одной дороги на другую) и срезание углов.
- 2.6. Ориентирование на коротких отрезках с использованием тормозных ориентиров.
- 2.7. Выбор пути движения. «Заход» на КП. Привязки.
- 2.8. Влияющие на выбор пути факторы. Выбор темпа и ритма движения.
- 2.9. Способы определения точки стояния при движении по маркированной трассе (диктанты).
- 2.10. Скоростное прохождение дистанции в з/н в условиях закрытого помещения.
- 2.11. Особенности ориентирования во время соревнований в з/н и в эстафете в условиях закрытого помещения и на местности.
- 2.12. Игры и упражнения технического уровня ориентирования: «Нахождение КП по заданному азимуту и расстоянию», поиск КП по памяти. Прохождение дистанции за лидером.
- 2.13. Упражнения на устойчивость и переключение внимания, развитие зрительной памяти, мышления, логики.

3. Краеведение и Экология.

- 3.1. Мой город. Возникновение Санкт-Петербурга, его история, Героизм. Посещение Эрмитажа (экскурсия).
- 3.2. Углубленное понятие об экологии, экологическом равновесии в природе.
- 3.3. Растительный и животный мир Ленинградской области.

4. Туризм.

- 4.1. Понятие о страховке. Виды страховки. Страховочная система. Карабин.
- 4.2. Узлы. Способы присоединения и связывания концов верёвки к опоре или объекту.
- 4.3. Преодоление препятствий с самостраховкой: спуск и подъём по склону, бревно, маятник, переправа по параллельным перилам.
- 4.4. Организация питания в полевых условиях.

5. О Ф П. Игры.

- 5.1. Комплекс ОРУ. Специальные беговые упражнения, техника бега, кроссы (длительные, переменные, темповые), упражнения на растяжение, координацию. Игры: подвижные, спортивные. Участие в лыжных гонках.

6. Техника безопасности.

- 6.1. Инструкция по технике безопасности при проведении тренировочных занятий, соревнований, УТС по спортивному ориентированию.
- 6.2. Правила пользования топором, пилой, ножом в полевых

условиях.

7. Первая доврачебная помощь. Гигиенические требования. Основы валеологии.

- 7.1. Медицинская аптечка: состав и хранение.
- 7.2. Соблюдение гигиенических основ физических упражнений - залог здорового образа жизни. Закаливание.
- 7.3. Баня. Приёмы массажа и самомассажа.
- 7.4. Пищевые отравления. Первая мед. помощь.

8. Психологические аспекты тренировочного процесса.

- 8.1. Психологическое тестирование: диагностика интеллекта и коммуникативных особенностей личности.

9. Контрольные задания и тесты.

- 9.1. Контрольные кроссы, лыжные гонки на время, сдача нормативов физической подготовки, контрольные задания для оценки уровня развития внимания, памяти, анкетирование по краеведению и экологии, медицине.

10. Подготовка к мероприятиям:

- 10.1. – подготовка к судейству школьных соревнований
- подготовка и ремонт инвентаря для соревнований
- закупка продуктов

11. Проведение мероприятий:

- 11.1. - участие в соревнованиях;
- учебно-тренировочный поход;
- экологическая тропа;
- общественно-полезная работа;

СОГЛАСОВАНО:
 «___» _____ 20__ г.
 заведующей методическим отделом
 ГБУ ДО «ПДДТ» Невского района Санкт-Петербурга
 _____ ФИО

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

2 год обучения, 288 часов в год

№ занятия	планируемая дата занятия	фактическая дата занятия	Раздел (или тема) учебно-тематического плана	Тематика теоретической и практической части занятия	час. (теория)	час. (практика)	Всего количество часов	Формы контроля
1	2	3	4	5	6	7	8	9
1			Введение	Теория: Техника безопасности при проведении занятий. Инструктаж по Т/Б при работе в спортивном зале. История развития спортивного ориентирования. Цели и задачи	4		4	Меры безопасности и правила поведения
2			Основы спортивного ориентирования	Теория: Условные знаки спортивных карт.	4		4	Укладка рюкзака.

3			Основы спортивного ориентирования	Практика: Упражнения с дидактическим материалом.	4	4	Выполнение принятых в школьной программе нормативов по физической подготовке с превышением их на 10-15%
4			Основы туристской подготовки и турнавыки	Практика: Техника безопасности при проведении туристских походов, занятий. Назначение основных видов туристских и альпинистских узлов.	4	4	Завязывание узлов: ткацкий, прямой, проводник, восьмерка, булинь...
5			Общая и специальная физическая подготовка	Практика: Общая физическая подготовка. Обучение основам техники бега. Упражнения на развитие быстроты, скоростно-силовых качеств, силы, выносливости, гибкости и координационных способностей. Спортивные игры. Гимнастические упражнения.	4	4	Выполнение принятых в школьной программе нормативов по физической подготовке с превышением их на 10-15%
6			Основы туристской подготовки и турнавыки	Практика: Действие группы в аварийных ситуациях. Организация работы по устройству аварийного бивака (выбор места для палаток, костра, определение мест для забора воды и умывания), заготовка дров.	4	4	Способы обеззараживания воды.
7			Основы гигиены и первая доврачебная помощь	Практика: Походная медицинская аптечка, использование лекарственных растений. Пищевые отравления, признаки отравления. Сроки хранения пищи и продуктов. Ядовитые растения, ягоды и грибы. Промывание желудка и оказание первой помощи при отравлениях. Меры профилактики.	4	4	Способы обеззараживания воды.

8			Топография и ориентирование	Практика: Ориентирование по местным предметам. Действия в случае потери ориентировки	4	4	Определение направления выхода в случае потери ориентировки
9			Основы туристской подготовки и турнавыки	Практика: Организация туристского быта. Привалы и ночлеги. Постановка палатки, натяжка тента.	4	4	Выбор места для бивака, привала. Установка палатки.
10			Топография и ориентирование	Теория: Символы изображений КП	4	4	Осуществление самоконтроля и ведение дневника самоконтроля
11				Практика: Питание в туристском походе. Набор продуктов. Нормы расхода продуктов. Меню. Хранение продуктов. Приготовление пищи на костре. Питьевой режим на маршруте	4	4	Составление меню и списка продуктов. Фасовка и упаковка продуктов.
12			Топография и ориентирование	Теория: Измерение расстояний. Теория: Компас, его устройство, правила обращения	4	4	Измерение расстояний.
13			Основы туристской подготовки и турнавыки	Практика: Действие группы в аварийных ситуациях. Организация работы по устройству аварийного бивака (выбор места для палаток, костра, определение мест для забора воды и умывания), заготовка дров.	4	4	Выбор места для бивака, привала. Установка палатки и размещение в ней вещей. Разведение костра. Заготовка дров.

14			Топография и ориентирование	Практика: Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию.	4	4	Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию.
15			Основы гигиены и первая доврачебная помощь	Теория: Основные приемы оказания первой доврачебной помощи. Оказание первой доврачебной помощи при ранах, порезах, ссадинах, ушибах, мозолях, растяжениях, вывихах, переломах конечностей. Приемы транспортировки пострадавшего	4	4	Оказание первой доврачебной помощи.
16			Общая и специальная физическая подготовка	Практика: Общая физическая подготовка. Развитие общей и специальной выносливости и морально-волевых качеств, кроссовая подготовка.	4	4	Выполнение принятых в школьной программе нормативов по физической подготовке с превышением их на 10-15%
17			Топография и ориентирование	Практика: Компас. Работа с компасом. Практика работы с топографическими и спортивными картами в помещении и на местности.	4	4	Работа с компасом.
18			Основы туристской подготовки и турнавыки	Практика: Подготовка к походу, путешествию. Ремнабор, комплектность и использование. Ремонт группового снаряжения.	4	4	Выполнение обязанностей по должностям в период подготовки похода.
19			Топография и ориентирование	Практика: Условные знаки. Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию.	4	4	Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию.

20			Основы туристской подготовки и турнавыки	Практика: Правила движения в походе, преодоление препятствий. ИСС назначение и порядок одевания	4	4	Использование самостраховки при преодолении несложных естественных препятствий.
21			Начальная судейская подготовка	Практика: Организация и проведение туристских слетов и соревнований	4	4	Участие в постановке и оборудовании этапов. Судейство этапов
22			Основы туристской подготовки и турнавыки	Практика: Причины возникновения аварийных ситуаций в походе и меры их предупреждения. Психологические аспекты взаимоотношений в группе	4	4	Использование самостраховки при преодолении несложных естественных препятствий.
23			Общая и специальная физическая подготовка	Практика: Общая физическая подготовка, подвижные игры. Врачебный контроль, самоконтроль, предупреждение спортивных травм на тренировках	4	4	Выполнение принятых в школьной программе нормативов по физической подготовке с превышением их на 10-15%
24			Краеведение	Практика: Туристские возможности родного края, обзор экскурсионных объектов, музеи. Туристские путешествия, история развития туризма	4	4	Основные сведения по истории развития туризма в России.

25			Топография и ориентирование	Практика: Понятие о топографической и спортивной карте. Спортивная карта, её назначение, отличие от топографической карты. Условные знаки спортивной карты: населенные пункты, гидрография, дорожная сеть, сооружения, растительный покров, местные предметы.	4	4	Чтение и изображение топографических знаков.
26			Основы гигиены и первая доврачебная помощь	Практика: Основные приемы оказания первой доврачебной помощи. Оказание первой доврачебной помощи при ранах, порезах, ссадинах, ушибах, мозолях, растяжениях, вывихах, переломах конечностей.	4	4	Оказание первой доврачебной помощи.
27			Топография и ориентирование	Практика: Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию.	4	4	Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию.
28			Общая и специальная физическая подготовка	Практика: Общая физическая подготовка. Обучение основам техники бега. Упражнения на развитие быстроты, скоростно-силовых качеств, силы, выносливости, гибкости и координационных способностей. Спортивные игры. Гимнастические упражнения.	4	4	Выполнение принятых в школьной программе нормативов по физической подготовке с превышением их на 10-15%
29			Основы туристской подготовки и турнавыки	Теория: Туристские должности в группе. Питание в туристском походе. Значение правильного питания в походе.	4	4	Выполнение обязанностей по должностям в период подготовки, проведения и подведения итогов похода

30			Топография и ориентирование	Практика: Измерение расстояний. Ориентирование по местным предметам. Определение азимута по карте. Определение азимута на ориентир. Прохождение азимутальных отрезков	4	4	Измерение расстояний.
31			Основы туристской подготовки и турнавыки	Практика: Туристские должности в группе. Составление раскладки продуктов и меню. Практика приготовления пищи в полевых условиях. Особенности приготовления пищи на костре.	4	4	Составление раскладки продуктов и меню
32			Топография и ориентирование	Практика: Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию.	4	4	Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию.
33			Основы туристской подготовки и турнавыки	Практика: Причины возникновения аварийных ситуаций в походе и меры их предупреждения. Психологические аспекты взаимоотношений в группе.	4	4	Использование самостраховки при преодолении несложных естественных препятствий.
34			Краеведение	Практика: Туристские возможности родного края, обзор экскурсионных объектов, музеи. Воспитательная роль туризма. Туризм средство познания своего края, физического и духовного развития, оздоровления, воспитания самостоятельности, приобретения трудовых и прикладных навыков.	4	4	Разработка маршрута по интересным местам края.

35			Начальная судейская подготовка	Практика: Организация и проведение туристских слетов и соревнований. Работа судей на этапах	4	4	Участие в постановке и оборудовании этапов. Судейство этапов
36			Основы туристской подготовки и турнавыки	Теория: Техника и тактика в туристском походе. Правила движения в походе, преодоление препятствий. Групповое снаряжение, требования к нему.	4	4	Соблюдение правил и режима движения.
37			Общая и специальная физическая подготовка	Практика: Специальная физическая подготовка. Соблюдение личной гигиены при занятиях физической культурой, спортом и туризмом. Зарядка, закаливание, душ, парная баня, сауна, солнечные ванны. Утренний и вечерний туалет. Соблюдение правил личной гигиены при выполнении физических упражнений. Обязанности санитара туристской группы.	4	4	Осуществление самоконтроля и ведение дневника самоконтроля
38			Топография и ориентирование	Практика: Ориентирование по местным предметам. Действия в случае потери ориентировки.	4	4	Определение направления выхода в случае потери ориентировки
39			Краеведение	Практика: Изучение района путешествия	4	4	Изучение района похода. Составление плана-графика движения.
40			Основы туристской подготовки и турнавыки	Практика: Личное и групповое туристское снаряжение. Правила укладки рюкзака	4	4	Составление перечня личного и группового снаряжения.

41			Основы гигиены и первая доврачебная помощь	Практика: Приемы транспортировки пострадавшего	4	4	Изготовление транспортировочных средств и транспортировка пострадавшего
42			Основы туристской подготовки и турнавыки	Практика: Подготовка к походу, путешествию. Ремнабор, комплектность и использование. Ремонт группового снаряжения.	4	4	Ремонт группового снаряжения
43			Общая и специальная физическая подготовка	Практика: Общая физическая подготовка, подвижные игры	4	4	Выполнение принятых в школьной программе нормативов по физической подготовке с превышением их на 10-15%
44			Основы туристской подготовки и турнавыки	Практика: Питание в туристском походе. Набор продуктов. Нормы расхода продуктов. Меню. Хранение продуктов. Приготовление пищи на костре. Питьевой режим на маршруте	4	4	Составление меню и списка продуктов. Фасовка и упаковка продуктов.
45			Топография и ориентирование	Практика: Способы ориентирования. Действия при потере ориентировки.	4	4	Определение направления выхода в случае потери ориентировки

46			<i>Основы туристской подготовки и турнавыки</i>	<i>Практика:</i> Техника и тактика в туристском походе. Способы преодоления простых естественных препятствий при помощи веревки: спуск, подъем по склону спортивным способом с использованием вертикальных наведенных перил	4	4	Использование самостраховки при преодолении несложных естественных препятствий.
47			<i>Краеведение</i>	<i>Практика:</i> Изучение района путешествия	4	4	Разработка маршрута и сбор краеведческих сведений.
48			<i>Основы туристской подготовки и турнавыки</i>	<i>Практика:</i> Установка палаток, размещение вещей в них, предохранение палаток от намокания и проникновения насекомых. Правила поведения в палатке.	4	4	Установка палатки и размещение в ней вещей.
49			<i>Краеведение</i>	<i>Практика:</i> Общественно полезная работа в путешествии, охрана природы и памятников культуры	4	4	Выполнение обязанностей по должностям в период подведения итогов похода
50			<i>Основы туристской подготовки и турнавыки</i>	<i>Практика:</i> Подведение итогов туристского путешествия	4	4	Составление отчета о походе.
51			<i>Начальная судейская подготовка</i>	<i>Теория:</i> Правила туристских соревнований. Работа судей на этапах.	4	4	Участие в постановке и оборудовании этапов. Судейство этапов

52			Основы туристской подготовки и турнавыки	Практика: Техника и тактика в туристском походе. Переправа через условное болото с наведением кладей, жердей. Переправа через условное болото по кочкам. Переправа через канавы, завалы.	4	4	Использование самостраховки при преодолении несложных естественных препятствий.
53			Общая и специальная физическая подготовка	Практика: Общая физическая подготовка. Обучение основам техники бега. Упражнения на развитие быстроты, скоростно-силовых качеств, силы, выносливости, гибкости и координационных способностей. Спортивные игры. Гимнастические упражнения.	4	4	Осуществление самоконтроля и ведение дневника самоконтроля
54			Основы туристской подготовки и турнавыки	Практика: Техника и тактика в туристском походе. Правила движения в походе, преодоление препятствий. Способы безопасного преодоления препятствий с туристским рюкзаком.	4	4	Соблюдение правил и режима движения. Преодоление несложных естественных препятствий.
55			Топография и ориентирование	Теория: Ориентирование по местным предметам. Действия в случае потери ориентировки. Способы ориентирования. Приближенное определение сторон горизонта по особенностям местных предметов.	4	4	Определение направления выхода в случае потери ориентировки
56			Основы туристской подготовки и турнавыки	Практика: Организация туристского быта. Привалы и ночлеги. Типы палаток, их назначение, преимущества и недостатки.	4	4	Выбор места для бивака, привала. Установка палатки.
57			Краеведение	Практика: Туристские возможности родного края, обзор экскурсионных объектов, музеев.	4	4	Разработка маршрута по интересным местам края.

58		<i>Основы туристской подготовки и турнавыки</i>	Практика: Подведение итогов туристского путешествия	4	4	Составление отчета о походе.
59		<i>Краеведение</i>	Практика: Изучение района путешествия	4	4	Изучение района похода. Составление плана-графика движения.
60		<i>Основы туристской подготовки и турнавыки</i>	Практика: Техника и тактика в туристском походе. Правила движения в походе, преодоление препятствий. Организация движения группы в однодневном походе по пересеченной и залесенной местности, преодоление водных преград, крутых склонов, траверсы склонов "серпантином", движение вдоль шоссе.	4	4	Использование самостраховки при преодолении несложных естественных препятствий.
61		<i>Общая и специальная физическая подготовка</i>	Практика: Общая физическая подготовка. Обучение основам техники бега. Упражнения на развитие быстроты, скоростно-силовых качеств, силы, выносливости, гибкости и координационных способностей. Спортивные игры. Гимнастические упражнения.	4	4	Выполнение принятых в школьной программе нормативов по физической подготовке с превышением их на 10-15%
62		<i>Основы туристской подготовки и турнавыки</i>	Практика: Техника и тактика в туристском походе. Подъем, траверс и спуск по склону с использованием альпенштоков.	4	4	Использование самостраховки при преодолении несложных естественных препятствий.
63		<i>Топография и ориентирование</i>	Практика: Ориентирование по горизонту. Азимут, определение азимута. Движение по азимуту.	4	4	Движение по азимуту
64		<i>Основы туристской подготовки и турнавыки</i>	Практика: Подведение итогов туристского путешествия	4	4	Составление отчета о походе.

65			<i>Краеведение</i>	<i>Теория:</i> Туристские возможности родного края, обзор экскурсионных объектов, музеи. Знаменитые русские путешественники, их роль в развитии нашей страны. История развития туризма в России. Охрана природы и памятников культуры.	4		4	Основные сведения по истории, культуре...
66			<i>Основы туристской подготовки и турнавыки</i>	<i>Практика:</i> Подготовка к походу, путешествию. Ремнабор, комплектность и использование.		4	4	Выполнение обязанностей по должностям в период подготовки похода.
67			<i>Краеведение</i>	<i>Практика:</i> Общественно полезная работа в путешествии, охрана природы и памятников культуры		4	4	Сбор краеведческих сведений.
68			<i>Основы туристской подготовки и турнавыки</i>	<i>Практика:</i> Техника и тактика в туристском походе. Участие в соревнованиях по спортивному туризму		4	4	Участие в туристских соревнованиях в качестве участника
69			<i>Основы туристской подготовки и турнавыки</i>	<i>Теория:</i> Причины возникновения аварийных ситуаций в походе и меры их предупреждения. Психологические аспекты взаимоотношений в группе. Действие группы в аварийных ситуациях.	4		4	Действие группы в аварийных ситуациях.
70			<i>Основы туристской подготовки и турнавыки</i>	<i>Теория:</i> Организация туристского быта. Привалы и ночлеги. Типы палаток, их назначение, преимущества и недостатки.	4		4	Выбор места для бивака, привала. Установка палатки.
71			<i>Краеведение</i>	<i>Теория:</i> Туристские возможности родного края, обзор экскурсионных объектов, музеи.	4		4	Разработка маршрута по интересным местам края.

72			<i>Основы туристской подготовки и турнавыки</i>	<i>Теория::</i> Подведение итогов туристского путешествия	4		4	Составление отчета о походе.
			<i>ИТОГО</i>		92	196	288	

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА 288 часов, 3 год обучения

Пояснительная записка

Задачи:

Обучающие

- обучение технике и тактике спортивного ориентирования,
- обучение технике и тактике спортивного ориентирования в зимних условиях;
- обучение чтению спортивной карты;
- обучение технике использования компаса;
- обучение приемам техники безопасности, организации быта в походах, экспедициях;
- обучение основам техники пешеходного туризма
- расширение знаний по географии, биологии, экологии, полученных в средней школе;

Развивающие:

- интеллектуальное и духовно-нравственное развитие учащихся;
- развитие творческой, познавательной и созидательной активности;
- расширение знаний об окружающем мире;
- укрепление здоровья, воспитание физической культуры в единстве с интеллектуальным и духовным развитием;

Воспитательные:

- воспитание коллективной дисциплины и культуры общения;
- воспитание патриотизма посредством занятия краеведением;
- воспитание экологической культуры, чувства ответственности за состояние окружающей среды и стремления к конкретной деятельности по ее изучению, охране, воспроизведению;
- воспитание самообладания и силы воли;
- формирование умения видеть красоту окружающего мира;
- воспитание потребности в здоровом образе жизни;

Планируемые результаты

Предметные:

Учащиеся будут иметь представление:

- об ориентировании, как виде спорта;
- об истории появления карты и компаса и областях их применения;
- о различиях между спортивной и топографической картами;
- об экологической обстановке района;
- о видах туризма;
- о личном и групповом снаряжении туриста;
- об особенностях ориентирования в заданном направлении, по выбору, на маркированной трассе и в эстафетном ориентировании;
- о правилах организации бивака и правилах укладки рюкзака;
- о правилах приготовления пищи на костре;
- отличия спортивных карт от плана и схемы;

Учащиеся будут знать:

- смысл понятий: рельеф, гидрография, растительность, искусственные сооружения, ориентирование сторон горизонта, легенда КП, аварийный градус, грубый азимут, тормозной ориентир, привязка, экология;
- 20 условных знаков спортивной карты;
- карточку участника, правила её заполнения и крепления;
- способы определения сторон горизонта;

- устройство и принцип работы с компасом;
- правила ориентирования по линейным ориентирам с одним моментом и с несколькими моментами;
- приёмы ориентирования карты;
- правила безопасного очага;
- состав аптечки и способы применения некоторых лекарств и медикаментов;

Учащиеся будут уметь:

- изображать план-схему спортивного зала, коридоров школы;
- правильно называть и изображать значковым методом условные знаки спортивных карт;
- выполнять простейшие топодиктанты, задания и упражнения с картами;
- самостоятельно заполнять карточку участника и крепить её на руке, одежде;
- правильно осуществлять на КП отметку в карточке участника;
- определять стороны горизонта, ориентировать карту;
- определять расстояния на местности и на карте различными способами;
- называть легенды КП словесно по рисункам, наблюдениям ориентиров на местности;
- ориентироваться вдоль канав, дорог, тропинок, водоемов, изгороди, края леса;
- осуществлять выбор пути из различных вариантов путей;
- определять направление движения с помощью компаса и карты по местным признакам;
- заканчивать простейшие дистанции в заданном направлении;
- выбирать простейшую и надежную привязку в районе КП;
- приобрести соревновательный опыт участия в соревнованиях по ориентированию в условиях закрытого помещения.

Метапредметные

Учащиеся будут иметь представление:

- о правилах поведения на природе
- о гигиенических основах физических упражнений.

Учащиеся будут знать:

- способы выхода из леса при потере ориентировки;
- правила и рациональные приемы преодоления простейших природных препятствий;
- правила уличного движения и пользования общественным транспортом;
- профилактические мероприятия по предупреждению пищевых отравлений в полевых условиях;
- правила техники безопасности при проведении тренировочных занятий, соревнований, в походах;

Учащиеся будут уметь:

- двигаться по местности с различной проходимостью;
- уверенно чувствовать себя в лесу;
- выполнять различные упражнения на развитие восприятия, наблюдательности, чувства времени, внимания и воображения;

Личностные

- Учащиеся разовьют целеустремлённость, дисциплинированность, активность и инициативность, стойкость, решительность, настойчивость и упорство в достижении цели.
- Учащиеся смогут приобрести коммуникативные навыки, умение организовать себя и свое время

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

(3й год обучения) 8 часов 288 часов в год

1. Введение.

- 1.1. Итоги прошедшего сезона и планирование на новый учебный год. Цели и задачи.
- 1.2. Современное ориентирование в личностях. Анализ выступления на отдельных соревнованиях прошлого сезона. Плюсы и минусы.

2. Специализация (*техника и тактика ориентирования*)

- 2.1. Условные знаки спортивных карт. Виды ориентирования. Упражнения с дидактическими материалами.
- 2.2. Символьное изображение легенд КП. Пиктограммы.
- 2.3. Изображение рельефа на картах. Детали рельефа. Горизонтальные линии.
- 2.4. Грубое ориентирование на этапах с ограничивающим ориентиром.
- 2.5. Точное ориентирование на коротких отрезках. Детальное чтение карты на перегонах.
- 2.6. Азимутальный бег по «коридору». Техника чтения карты во время бега.
- 2.7. Ориентирование с использованием крупных форм рельефа.
- 2.8. Скоростное прохождение дистанции з/н в условиях закрытого помещения. Закрепление навыков.
- 2.9. Основные тактические задачи и факторы, влияющие на их решение. Оптимальная модель действия ориентировщика.
- 2.10. Ориентирование на сильно пересеченной местности. Тактика движения по сильно пересеченной местности.
- 2.11. Детальное чтение рельефа.
- 2.12. Особенности выбора пути на различных типах местности. Факторы, влияющие на выбор пути.
- 2.13. Определение тактики для конкретной карты. Особенности тактики во время соревнований.
- 2.14. Анализ дистанций. Таблица ошибок
- 2.15. Упражнения в постановке простейших КП.
- 2.16. Упражнения по взятию КП по памяти, по азимуту.
- 2.17. Комбинированные тренировки: выполнение упражнений с дидактическим материалом в сочетании с физической нагрузкой.
- 2.18. Упражнения на развитие внимания, памяти

3. Краеведение и Экология.

- 3.1. Мой город. Зеленый пояс Славы. Посещение памятных мест, где проходила линия обороны.
- 3.2. Проблемы в экологическом равновесии.
- 3.3. Растительный и животный мир Ленинградской области

4. Туризм.

- 4.1. Страховочная система. Закрепление навыков техники лазания и преодоления по перилам.
 - 4.2. Узлы. Способы присоединения и связывания концов верёвки к опоре или объекту.
 - 4.3. Преодоление природных препятствий, спуск и подъём по склону, бревно, маятник, переправа по параллельным перилам, воздушка.
- Организация питания в полевых условиях.

5. О Ф П. Игры.

5.1. Комплекс ОРУ. Специальные беговые упражнения, техника бега, кроссы (длительные, переменные, темповые), упражнения на растяжение, координацию. Игры: подвижные, спортивные. Участие в лыжных гонках.

6. Техника безопасности.

6.1. Инструкция по технике безопасности при проведении тренировочных занятий, соревнований, УТС по спортивному ориентированию.

6.2. Правила пользования топором, пилой, ножом в полевых условиях.

7. Первая доврачебная помощь. Гигиенические требования. Основы валеологии.

7.1. Лекарства и средства перевязки, их состав и хранение

7.2. Гигиенические основы физических упражнений. Закаливание.

7.3. Баня. Приёмы массажа и самомассажа.

7.4. Пищевые отравления. Первая мед. помощь

8. Психологические аспекты тренировочного процесса.

8.1. Психологическое тестирование: диагностика интеллекта и коммуникативных особенностей личности.

8.2. Приемы аутогенной тренировки.

9. Контрольные задания и тесты.

9.1. Контрольные кроссы, лыжные гонки на время, сдача нормативов по физической подготовке, контрольные задания для оценки уровня развития внимания, памяти, анкетирование по краеведению и экологии, медицине.

10. Подготовка к мероприятиям:

- подготовка к судейству школьных соревнований
- подготовка и ремонт инвентаря для соревнований
- закупка продуктов

11. Проведение мероприятий:

- участие в соревнованиях;
- учебно-тренировочный поход;
- экологическая тропа;
- общественно-полезная работа;

12. Подведение итогов (вечер ориентировщиков)

СОГЛАСОВАНО:
 «___» _____ 20__ г.
 заведующей методическим отделом
 ГБУДО «ПДДТ» Невского района Санкт-Петербурга
 _____ ФИО

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН
3 год обучения 288 часов в год

№ занятия	планируемая дата занятия	фактическая дата занятия	Раздел (или тема) учебно-тематического плана	Тематика теоретической и практической части занятия	час. (теория)	час. (практика)	Всего количество часов	Формы контроля
1	2	3	4	5	6	7	8	9
1			Введение	Теория: Техника безопасности при проведении занятий. Инструктаж по Т/Б при работе в спортивном зале. История развития спортивного ориентирования. Цели и задачи	4		4	Меры безопасности и правила поведения
2			Основы спортивного ориентирования	Теория: Условные знаки спортивных карт. Практика: Упражнения с дидактическим материалом.	3	1	4	Укладка рюкзака.

3			Основы спортивного ориентирования	Практика: Упражнения с дидактическим материалом.	4	4	Выполнение принятых в школьной программе нормативов по физической подготовке с превышением их на 10-15%
4			Основы туристской подготовки и турнавыки	Практика: Техника безопасности при проведении туристских походов, занятий. Назначение основных видов туристских и альпинистских узлов.	4	4	Завязывание узлов: ткацкий, прямой, проводник, восьмерка, булинь...
5			Общая и специальная физическая подготовка	Практика: Общая физическая подготовка. Обучение основам техники бега. Упражнения на развитие быстроты, скоростно-силовых качеств, силы, выносливости, гибкости и координационных способностей. Спортивные игры. Гимнастические упражнения.	4	4	Выполнение принятых в школьной программе нормативов по физической подготовке с превышением их на 10-15%
6			Основы туристской подготовки и турнавыки	Практика: Действие группы в аварийных ситуациях. Организация работы по устройству аварийного бивака (выбор места для палаток, костра, определение мест для забора воды и умывания), заготовка дров.	4	4	Способы обеззараживания воды.
7			Основы гигиены и первая доврачебная помощь	Практика: Походная медицинская аптечка, использование лекарственных растений. Пищевые отравления, признаки отравления. Сроки хранения пищи и продуктов. Ядовитые растения, ягоды и грибы. Промывание желудка и оказание первой помощи при отравлениях. Меры профилактики.	4	4	Способы обеззараживания воды.

8			<i>Топография и ориентирование</i>	<i>Практика:</i> Ориентирование по местным предметам. Действия в случае потери ориентировки	4	4	Определение направления выхода в случае потери ориентировки
9			<i>Основы туристской подготовки и турнавыки</i>	<i>Практика:</i> Организация туристского быта. Привалы и ночлеги. Постановка палатки, натяжка тента.	4	4	Выбор места для бивака, привала. Установка палатки.
10			<i>Топография и ориентирование</i>	<i>Теория:</i> Символы изображений КП	4	4	Осуществление самоконтроля и ведение дневника самоконтроля
11				<i>Практика:</i> Питание в туристском походе. Набор продуктов. Нормы расхода продуктов. Меню. Хранение продуктов. Приготовление пищи на костре. Питьевой режим на маршруте	4	4	Составление меню и списка продуктов. Фасовка и упаковка продуктов.
12			<i>Топография и ориентирование</i>	<i>Теория:</i> Измерение расстояний. <i>Теория:</i> Компас, его устройство, правила обращения	4	4	Измерение расстояний.
13			<i>Основы туристской подготовки и турнавыки</i>	<i>Практика:</i> Действие группы в аварийных ситуациях. Организация работы по устройству аварийного бивака (выбор места для палаток, костра, определение мест для забора воды и умывания), заготовка дров.	4	4	Выбор места для бивака, привала. Установка палатки и размещение в ней вещей. Разведение костра. Заготовка дров.

14			Топография и ориентирование	Практика: Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию.	4	4	Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию.
15			Основы гигиены и первая доврачебная помощь	Практика: Основные приемы оказания первой доврачебной помощи. Оказание первой доврачебной помощи при ранах, порезах, ссадинах, ушибах, мозолях, растяжениях, вывихах, переломах конечностей. Приемы транспортировки пострадавшего	4	4	Оказание первой доврачебной помощи.
16			Общая и специальная физическая подготовка	Практика: Общая физическая подготовка. Развитие общей и специальной выносливости и морально-волевых качеств, кроссовая подготовка.	4	4	Выполнение принятых в школьной программе нормативов по физической подготовке с превышением их на 10-15%
17			Топография и ориентирование	Практика: Компас. Работа с компасом. Практика работы с топографическими и спортивными картами в помещении и на местности.	4	4	Работа с компасом.
18			Основы туристской подготовки и турнавыки	Практика: Подготовка к походу, путешествию. Ремнабор, комплектность и использование. Ремонт группового снаряжения.	4	4	Выполнение обязанностей по должностям в период подготовки похода.
19			Топография и ориентирование	Практика: Условные знаки. Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию.	4	4	Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию.

20			Основы туристской подготовки и турнавыки	Практика: Правила движения в походе, преодоление препятствий. ИСС назначение и порядок одевания	4	4	Использование самостраховки при преодолении несложных естественных препятствий.
21			Начальная судейская подготовка	Практика: Организация и проведение туристских слетов и соревнований	4	4	Участие в постановке и оборудовании этапов. Судейство этапов
22			Основы туристской подготовки и турнавыки	Практика: Причины возникновения аварийных ситуаций в походе и меры их предупреждения. Психологические аспекты взаимоотношений в группе	4	4	Использование самостраховки при преодолении несложных естественных препятствий.
23			Общая и специальная физическая подготовка	Практика: Общая физическая подготовка, подвижные игры. Врачебный контроль, самоконтроль, предупреждение спортивных травм на тренировках	4	4	Выполнение принятых в школьной программе нормативов по физической подготовке с превышением их на 10-15%
24			Краеведение	Практика: Туристские возможности родного края, обзор экскурсионных объектов, музеев. Туристские путешествия, история развития туризма	4	4	Основные сведения по истории развития туризма в России.

25			Топография и ориентирование	Практика: Понятие о топографической и спортивной карте. Спортивная карта, её назначение, отличие от топографической карты. Условные знаки спортивной карты: населенные пункты, гидрография, дорожная сеть, сооружения, растительный покров, местные предметы.	4	4	Чтение и изображение топографических знаков.
26			Основы гигиены и первая доврачебная помощь	Практика: Основные приемы оказания первой доврачебной помощи. Оказание первой доврачебной помощи при ранах, порезах, ссадинах, ушибах, мозолях, растяжениях, вывихах, переломах конечностей.	4	4	Оказание первой доврачебной помощи.
27			Топография и ориентирование	Практика: Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию.	4	4	Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию.
28			Общая и специальная физическая подготовка	Практика: Общая физическая подготовка. Обучение основам техники бега. Упражнения на развитие быстроты, скоростно-силовых качеств, силы, выносливости, гибкости и координационных способностей. Спортивные игры. Гимнастические упражнения.	4	4	Выполнение принятых в школьной программе нормативов по физической подготовке с превышением их на 10-15%
29			Основы туристской подготовки и турнавыки	Практика: Туристские должности в группе. Питание в туристском походе. Значение правильного питания в походе.	4	4	Выполнение обязанностей по должностям в период подготовки, проведения и подведения итогов похода

30			Топография и ориентирование	Практика: Измерение расстояний. Ориентирование по местным предметам. Определение азимута по карте. Определение азимута на ориентир. Прохождение азимутальных отрезков	4	4	Измерение расстояний.
31			Основы туристской подготовки и турнавыки	Практика: Туристские должности в группе. Составление раскладки продуктов и меню. Практика приготовления пищи в полевых условиях. Особенности приготовления пищи на костре.	4	4	Составление раскладки продуктов и меню
32			Топография и ориентирование	Практика: Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию.	4	4	Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию.
33			Основы туристской подготовки и турнавыки	Практика: Причины возникновения аварийных ситуаций в походе и меры их предупреждения. Психологические аспекты взаимоотношений в группе.	4	4	Использование самостраховки при преодолении несложных естественных препятствий.
34			Краеведение	Практика: Туристские возможности родного края, обзор экскурсионных объектов, музеи. Воспитательная роль туризма. Туризм средство познания своего края, физического и духовного развития, оздоровления, воспитания самостоятельности, приобретения трудовых и прикладных навыков.	4	4	Разработка маршрута по интересным местам края.

35			Начальная судейская подготовка	Практика: Организация и проведение туристских слетов и соревнований. Работа судей на этапах	4	4	Участие в постановке и оборудовании этапов. Судейство этапов
36			Основы туристской подготовки и турнавыки	Практика: Техника и тактика в туристском походе. Правила движения в походе, преодоление препятствий. Групповое снаряжение, требования к нему.	4	4	Соблюдение правил и режима движения.
37			Общая и специальная физическая подготовка	Практика: Специальная физическая подготовка. Соблюдение личной гигиены при занятиях физической культурой, спортом и туризмом. Зарядка, закаливание, душ, парная баня, сауна, солнечные ванны. Утренний и вечерний туалет. Соблюдение правил личной гигиены при выполнении физических упражнений. Обязанности санитара туристской группы.	4	4	Осуществление самоконтроля и ведение дневника самоконтроля
38			Топография и ориентирование	Практика: Ориентирование по местным предметам. Действия в случае потери ориентировки.	4	4	Определение направления выхода в случае потери ориентировки
39			Краеведение	Практика: Изучение района путешествия	4	4	Изучение района похода. Составление плана-графика движения.
40			Основы туристской подготовки и турнавыки	Практика: Личное и групповое туристское снаряжение. Правила укладки рюкзака	4	4	Составление перечня личного и группового снаряжения.

41			Основы гигиены и первая доврачебная помощь	Практика: Приемы транспортировки пострадавшего	4	4	Изготовление транспортировочных средств и транспортировка пострадавшего
42			Основы туристской подготовки и турнавыки	Практика: Подготовка к походу, путешествию. Ремнабор, комплектность и использование. Ремонт группового снаряжения.	4	4	Ремонт группового снаряжения
43			Общая и специальная физическая подготовка	Практика: Общая физическая подготовка, подвижные игры	4	4	Выполнение принятых в школьной программе нормативов по физической подготовке с превышением их на 10-15%
44			Основы туристской подготовки и турнавыки	Практика: Питание в туристском походе. Набор продуктов. Нормы расхода продуктов. Меню. Хранение продуктов. Приготовление пищи на костре. Питьевой режим на маршруте	4	4	Составление меню и списка продуктов. Фасовка и упаковка продуктов.
45			Топография и ориентирование	Практика: Способы ориентирования. Действия при потере ориентировки.	4	4	Определение направления выхода в случае потери ориентировки

46			<i>Основы туристской подготовки и турнавыки</i>	<i>Практика:</i> Техника и тактика в туристском походе. Способы преодоления простых естественных препятствий при помощи веревки: спуск, подъем по склону спортивным способом с использованием вертикальных наведенных перил	4	4	Использование самостраховки при преодолении несложных естественных препятствий.
47			<i>Краеведение</i>	<i>Практика:</i> Изучение района путешествия	4	4	Разработка маршрута и сбор краеведческих сведений.
48			<i>Основы туристской подготовки и турнавыки</i>	<i>Практика:</i> Установка палаток, размещение вещей в них, предохранение палаток от намокания и проникновения насекомых. Правила поведения в палатке.	4	4	Установка палатки и размещение в ней вещей.
49			<i>Краеведение</i>	<i>Практика:</i> Общественно полезная работа в путешествии, охрана природы и памятников культуры	4	4	Выполнение обязанностей по должностям в период подведения итогов похода
50			<i>Основы туристской подготовки и турнавыки</i>	<i>Практика:</i> Подведение итогов туристского путешествия	4	4	Составление отчета о походе.
51			<i>Начальная судейская подготовка</i>	<i>Практика:</i> Правила туристских соревнований. Работа судей на этапах.	4	4	Участие в постановке и оборудовании этапов. Судейство этапов

52			<i>Основы туристской подготовки и турнавыки</i>	<i>Практика:</i> Техника и тактика в туристском походе. Переправа через условное болото с наведением кладей, жердей. Переправа через условное болото по кочкам. Переправа через канавы, завалы.	4	4	Использование самостраховки при преодолении несложных естественных препятствий.
53			<i>Общая и специальная физическая подготовка</i>	<i>Практика:</i> Общая физическая подготовка. Обучение основам техники бега. Упражнения на развитие быстроты, скоростно-силовых качеств, силы, выносливости, гибкости и координационных способностей. Спортивные игры. Гимнастические упражнения.	4	4	Осуществление самоконтроля и ведение дневника самоконтроля
54			<i>Основы туристской подготовки и турнавыки</i>	<i>Практика:</i> Техника и тактика в туристском походе. Правила движения в походе, преодоление препятствий. Способы безопасного преодоления препятствий с туристским рюкзаком.	4	4	Соблюдение правил и режима движения. Преодоление несложных естественных препятствий.
55			<i>Топография и ориентирование</i>	<i>Практика:</i> Ориентирование по местным предметам. Действия в случае потери ориентировки. Способы ориентирования. Приближенное определение сторон горизонта по особенностям местных предметов.	4	4	Определение направления выхода в случае потери ориентировки
56			<i>Основы туристской подготовки и турнавыки</i>	<i>Практика:</i> Организация туристского быта. Привалы и ночлеги. Типы палаток, их назначение, преимущества и недостатки.	4	4	Выбор места для бивака, привала. Установка палатки.
57			<i>Краеведение</i>	<i>Практика:</i> Туристские возможности родного края, обзор экскурсионных объектов, музеи.	4	4	Разработка маршрута по интересным местам края.

58		<i>Основы туристской подготовки и турнавыки</i>	Практика: Подведение итогов туристского путешествия	4	4	Составление отчета о походе.
59		<i>Краеведение</i>	Практика: Изучение района путешествия	4	4	Изучение района похода. Составление плана-графика движения.
60		<i>Основы туристской подготовки и турнавыки</i>	Практика: Техника и тактика в туристском походе. Правила движения в походе, преодоление препятствий. Организация движения группы в однодневном походе по пересеченной и залесенной местности, преодоление водных преград, крутых склонов, траверсы склонов "серпантином", движение вдоль шоссе.	4	4	Использование самостраховки при преодолении несложных естественных препятствий.
61		<i>Общая и специальная физическая подготовка</i>	Практика: Общая физическая подготовка. Обучение основам техники бега. Упражнения на развитие быстроты, скоростно-силовых качеств, силы, выносливости, гибкости и координационных способностей. Спортивные игры. Гимнастические упражнения.	4	4	Выполнение принятых в школьной программе нормативов по физической подготовке с превышением их на 10-15%
62		<i>Основы туристской подготовки и турнавыки</i>	Практика: Техника и тактика в туристском походе. Подъем, траверс и спуск по склону с использованием альпенштоков.	4	4	Использование самостраховки при преодолении несложных естественных препятствий.
63		<i>Топография и ориентирование</i>	Практика: Ориентирование по горизонту. Азимут, определение азимута. Движение по азимуту.	4	4	Движение по азимуту
64		<i>Основы туристской подготовки и турнавыки</i>	Практика: Подведение итогов туристского путешествия	4	4	Составление отчета о походе.

65		<i>Краеведение</i>	<i>Практика:</i> Туристские возможности родного края, обзор экскурсионных объектов, музеев. Знаменитые русские путешественники, их роль в развитии нашей страны. История развития туризма в России. Охрана природы и памятников культуры.	4	4	Основные сведения по истории, культуре...
66		<i>Основы туристской подготовки и турнавыки</i>	<i>Практика:</i> Подготовка к походу, путешествию. Ремнабор, комплектность и использование.	4	4	Выполнение обязанностей по должностям в период подготовки похода.
67		<i>Краеведение</i>	<i>Практика:</i> Общественно полезная работа в путешествии, охрана природы и памятников культуры	4	4	Сбор краеведческих сведений.
68		<i>Основы туристской подготовки и турнавыки</i>	<i>Практика:</i> Техника и тактика в туристском походе. Участие в соревнованиях по спортивному туризму	4	4	Участие в туристских соревнованиях в качестве участника
69		<i>Основы туристской подготовки и турнавыки</i>	<i>Практика:</i> Причины возникновения аварийных ситуаций в походе и меры их предупреждения. Психологические аспекты взаимоотношений в группе. Действие группы в аварийных ситуациях.	4	4	Действие группы в аварийных ситуациях.
70		<i>Основы туристской подготовки и турнавыки</i>	<i>Практика:</i> Организация туристского быта. Привалы и ночлеги. Типы палаток, их назначение, преимущества и недостатки.	4	4	Выбор места для бивака, привала. Установка палатки.
71		<i>Краеведение</i>	<i>Практика:</i> Туристские возможности родного края, обзор экскурсионных объектов, музеев.	4	4	Разработка маршрута по интересным местам края.

72		<i>Основы туристской подготовки и турнавыки</i>	<i>Практика:</i> Подведение итогов туристского путешествия		4	4	Составление отчета о походе.
		<i>ИТОГО</i>		15	273	288	

МЕТОДИЧЕСКИЕ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

1. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Для реализации программы необходимо взаимодействие следующих факторов:

- ⇒ **организационно-методическое обеспечение**
- ⇒ **материально-техническое обеспечение**

Организационно- методическое обеспечение

- наличие специальной литературы, освещающей туристскую сферу деятельности;
 - возможность повышения уровня профессионального мастерства через участие педагогов и обучающихся в профильных курсах, семинарах, (Школа инструкторов; Школа юных судей по линии ГОУ ДОД «Балтийский берег» - ГОРСЮТУР, районные школы инструкторов);
 - совершенствование форм и методов организации учебно-воспитательного процесса;
 - учебные материалы: карты, атласы, схемы;
 - учебные пособия;
 - дидактический материал;
 - аудио-видео средства; фотоаппарат;
- разработка комплекса методик, позволяющих обучающимся эффективнее осваивать программу.

Теоретические и практические занятия должны проводиться с привлечением наглядных материалов, использованием новейших методик. Преподаватель должен воспитывать в обучающихся умения самостоятельно принимать решения, неукоснительно выполнять правила соревнований, быть объективным судьей. Обязательным условием является участие в подготовке и судействе туристских мероприятий, проводимых в своем образовательном учреждении, городе, районе. Для проведения теоретических и практических занятий рекомендуется привлекать опытных судей, туристов, спортсменов.

Формы проведения и организации занятий

Формы и методы	Индивидуально	В работе с малой группой	В работе со всей группой
Традиционное занятие (теория, практика)	+	+	+
Беседа	+	+	+
Лекция	-	+	+
Семинар	-	+	+
Консультация	+	+	-
Инструктаж	+	+	+
Чтение вслух	-	+	+
Коллективное пение		+	+
Дидактическая игра	+	+	+
Физические упражнения	+	+	+
Спортивные игры	-	+	+
Деятельность по самообслуживанию	+	+	+
Трудовая и общественная деятельность (общественно-полезная работа)	+	+	+
Прогулка	-	+	+
Экскурсия	-	+	+
Соревнования	+	+	+
Учебно-тренировочные сборы	-	+	+

Туристский поход	-	-	+
Экспедиция	-	-	+
Обсуждение итогов	+	+	+

Наряду с традиционными методиками и технологиями педагогом могут использоваться в практике применения дистанционного обучения методики синхронного, асинхронного и смешанного обучения

Методика синхронного дистанционного обучения предусматривает общение учащегося в режиме реального времени.

Методика асинхронного дистанционного обучения применяется, когда невозможно общение между педагогом и учащимся в реальном времени.

Синхронная методика дистанционного обучения предполагает активное взаимодействие преподавателя и учащегося и, таким образом, большую нагрузку и на учащегося, и на педагога. При асинхронной методике больше ответственности за прохождение обучения возлагается на учащегося, когда на первый план выдвигается самообучение, индивидуальный темп обучения, регулирование этого темпа. Педагог при асинхронной методике дистанционного обучения выступает консультантом, но в меньшей степени, чем при синхронной методике дистанционного обучения.

Смешанная методика дистанционного обучения подразумевает, что программа обучения строится как из элементов синхронной, так и из элементов асинхронной методики обучения.

Представленным вариантам методики соответствуют следующие типы занятий, классифицированные в зависимости от времени осуществления коммуникации:

- в режиме реального времени (onlineзанятия);
- в режиме отложенного времени (offlineзанятия);
- смешанный тип, включающий элементы и online, и offlineзанятий.

Использование традиционных и инновационных методов и технологий позволяет формировать у обучающихся **ключевые компетенции**:

- ценностно-смысловой,
- общекультурной,
- учебно-познавательной,
- информационной,
- коммуникативной,
- социально-трудовой,
- компетенции личностного самосовершенствования.

2. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Система контроля результативности обучения разработана на основе Положения о формах, периодичности, порядке контроля результатов освоения учащимися дополнительных общеобразовательных программ ГБУ ДО «ПДДТ».

Критерии оценки результативности определяются в соответствии с реализуемой дополнительной общеобразовательной программой (Приложение 1 и Приложение 2 в программе).

В этих таблицах

Показатели - наглядно представляют ожидаемые результаты.

Показатели позволяют определить и **ключевые компетенции**, на которые делается упор при освоении программы.

Критерии (мерило) – совокупность признаков, на основе которых дается оценка показателей.

При реализации программы используются четыре вида контроля: входящий, текущий, промежуточный, итоговый.

Входящий контроль — это оценка начального уровня образовательных возможностей учащихся при поступлении в объединения впервые, а также учащихся осваивающих программы 2-го и последующих лет обучения, ранее не занимавшихся по данной дополнительной общеобразовательной программе. (например: если проходит собеседование для зачисления учащегося на 2 год обучения, то критериями будут планируемые результаты 1 года обучения)

Текущий контроль – это оценка уровня и качества освоения тем/разделов программы и личностных качеств учащихся; осуществляется на занятиях в течение всего учебного года

Промежуточный контроль – это оценка уровня и качества освоения учащимися дополнительных общеобразовательных программ по итогам полугодия. Промежуточный контроль осуществляется в декабре каждого учебного года. Результаты промежуточного контроля фиксируются в карте педагогического мониторинга (Приложение 4) и оформляются в информационной справке (Приложение 3).

Итоговый контроль результативности освоения дополнительной общеобразовательной программы — это оценка уровня и качества освоения учащимися дополнительных общеобразовательных программ по итогам учебного года (при сроке реализации программы — более одного года) и по мере окончания освоения дополнительной общеобразовательной программы. Итоговый контроль осуществляется, как правило, в апреле-мае, в соответствии с графиком. Результаты итогового контроля фиксируются в карте педагогического мониторинга (Приложение 3) и оформляются в информационной справке (Приложение 4).

Формы проведения контроля определены в соответствии с дополнительной общеобразовательной программой. Формами контроля могут быть: анкетирование, тестирование, практические и контрольные задания, собеседование, беседа, анкетирование, опрос, самооценка, участие в выставках, конкурсах и др.

Контроль позволяет выявить способности ученика и скорректировать индивидуальную работу.

Объективный и систематический контроль учебной работы является важнейшим средством управления образовательно-воспитательным процессом.

При реализации дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий необходим контроль посещения занятий и освоения учебного материала учащимися дистанционно.

Для контроля и оценки результатов обучения, подтверждения факта проведения занятия рекомендуется использовать следующие способы дистанционного взаимодействия:

- регистрация обучающихся на электронном ресурсе (при возможности);
- размещение учебного материала в сети Интернет;
- выполнение учащимися контрольных или тестовых заданий, предъявленных педагогу в электронном виде;
- выполнение учащимися небольших по объему творческих, проектных заданий, в том числе предполагающих коллективные формы взаимодействия через ресурсы сети Интернет, предъявленных педагогу дистанционно.

Психолого-педагогическая диагностика. Формы и методы:

Анкетирование	При наборе новичков или в начале учебного года для всей группы
Наблюдение	Наиболее применим в спортивных лагерях, на учебно-тренировочных сборах и многодневных соревнованиях

Совместное обсуждение результатов	Проводится под контролем педагога
Отслеживание стабильности достижений	Педагог ведет личную картотеку обучающегося, в которой фиксируется систематичность участия детей в соревнованиях; мероприятиях; выполнение спортивных разрядов; результативность соревнований; следит за оформлением справок по итогам спортивных походов, по итогам судейской практики на соревнованиях (ранг среди учащихся, который ведется по результатам районных и городских соревнований, соревнований РФ)
Методы самооценки	Обучающиеся ведут дневник, где самостоятельно анализируется его деятельность в образовательном процессе
Психологические тесты	Для проверки уровня развития познавательной сферы обучающихся: восприятия; памяти (кратковременной, объёмной, механической); мышления; речи; воображения; внимания; Тесты интеллектуального развития; Методики изучения индивидуальных особенностей подростков;(не менее 3 раз в год)
Физиологические тесты	Выявление уровня физического развития, физиологических кондиций и сдача контрольных нормативов (3 раза в год)
Минисоревнования	По туризму и спортивному ориентированию
Викторины, кроссворды, тесты	Применимы во всех разделах программы
Обсуждение типовых ситуаций	Применимы во всех разделах программы
Деловые и ролевые игры	Применимы во всех разделах программы
Собеседование	Применимы во всех разделах программы

К системе контроля результативности обучения по данной программе относятся : средства выявления результатов обучения

- контрольные нормативы (разрядные требования по виду спорта Спортивный туризм ЕВСК http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_131516/2787b9dfe944eef8d951b7c81e641a9542b5ae30/#dst100025)
- контрольные занятия
- контрольные полевые выезды
- участие в соревнованиях по правилам вида спорта Спортивный туризм (Утверждены приказом Минспорта России от “22” июля 2013 г. № 571)ПРАВИЛА ВИДА СПОРТА «СПОРТИВНЫЙ ТУРИЗМ» | <http://automototurizm.ru/?p=84>
- совершение туристских походов

средства фиксации и предъявления результатов обучения

протоколы соревнований, разрядные книжки, маршрутные книжки совершенных походов

3. ИНФОРМАЦИОННЫЕ ИСТОЧНИКИ

Нормативно-правовые акты

1. Федеральный закон Российской Федерации №273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012
2. Концепция развития дополнительного образования детей в Российской Федерации // Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 №678-р
3. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года // Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 №996-р
4. Приоритетный проект "Доступное дополнительное образование для детей" // Протокол от 30.11.2016 №11 Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и приоритетным проектам
5. Об объявлении в Российской Федерации Десятилетия детства // Указ Президента РФ от 29.05.2017 №240
6. Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам // Приказ Министерства образования и науки РФ от 29.08.2013 г. №1008
7. Об утверждении Правил выявления детей, проявивших выдающие способности, сопровождения и мониторинга их дальнейшего развития // Постановление Правительства Российской Федерации от 17.11.2015 №1239
8. Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательной организации дополнительного образования детей" // Постановление Главного санитарного врача РФ от 04.07.2014 №41
9. О государственной программе Санкт-Петербурга "Развитие образования в Санкт-Петербурге" на 2015-2020 годы // Постановление Правительства Санкт-Петербурга от 04.06.2014 №453
10. Закон Санкт-Петербурга "О патриотическом воспитании в Санкт-Петербурге" // Закон Санкт-Петербурга от 18.07.2016 № 453-87
11. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ в государственных образовательных организациях Санкт-Петербурга, находящихся в ведении Комитета по образованию // Распоряжение Комитета по образованию Санкт-Петербурга от 01.03.2017 № 617-р
12. Порядок применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ. // Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23 августа 2017 г. № 816
13. Проектирование дополнительных общеразвивающих программ. Методические комментарии. Издание второе, переработанное. - СПб.: РИС ГБНОУ «СПБ ГДТЮ», 2022. - 40 с.

ЛИТЕРАТУРА в адрес педагога

1. Аппенянский А.И. Методика врачебно-педагогического контроля в туризме. М.: ЦРИБ «Турист», 1990.
2. Аппенянский А.И. Физическая тренировка в туризме. М.: ЦРИБ «Турист», 1988.
3. Кодыш Э.Н., Константинов Ю.С., Кузнецов Ю.А. Туристские слеты и соревнования. – М.: Профиздат, 1984.
4. Константинов Ю.С., Куликов В.М. Педагогика школьного туризма. – М.: ЦДЮТК МО РФ, 2002.
5. Лукоянов П.И. Безопасность в лыжных походах и чрезвычайных ситуациях зимних условий. –М.: ЦДЮТур МО РФ, 1998.

6. Русский турист: Нормативные акты по спортивно-оздоровительному туризму в России на 1998-2000гг. Вып.2.-М., 1998.
7. Садакова Л.Г. Руководство развитием самодеятельности школьников в клубных объединениях. – Киров, 1993.
8. Сборник официальных документов по детско-юношескому туризму, краеведению и летнему отдыху детей. /Сост. Ю.С.Константинов. – М.: 1995.
9. Соловьев А.В. Обеспечение безопасности в туристских походах. Метод. рекомендации. Челябинск, 1983.
10. Энциклопедия туриста. – М.: Большая российская энциклопедия, 1993.

в адрес обучающихся

1. Берман А.Е. Путешествие на лыжах. – М.: «ФиС», 1968.
2. Григорьев В.Н., Штовба Ю.К. Сложные походы на байдарках. – М.: «ФиС», 1971.
3. Иванов Е.И. Начальная подготовка ориентировщика. – М.: «ФиС», 1985.
4. Карманный справочник туриста. Изд. Третье. – М.: Профиздат 1985.
5. Кодыш Э.Н. Соревнования туристов. – М.: «ФиС», 1990.
6. Питание в туристском путешествии. Мир туристских интересов. – М.: Профиздат, 1986.
7. Самодельное туристское снаряжение. – М.: «ФиС», 1987.

Ссылки на эл источники

- **контрольные нормативы (разрядные требования по виду спорта Спортивный туризм)**
ЕВСКhttp://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_131516/2787b9dfe944eef8d951b7c81e641a9542b5ae30/#dst100025
- ПРАВИЛА ВИДА СПОРТА «СПОРТИВНЫЙ ТУРИЗМ» |
<http://automototurizm.ru/?p=84>
- **Спортивные соревнования**
<http://rfstspb.ru/index.php/komitety/komitet-po-distantsiyam/sportivnye-sorevnovaniya>
- **Информационные источники, используемые при реализации программы Сайт Федерации спортивного туризма России**

ВОСПИТАТЕЛЬНАЯ РАБОТА

Воспитание - деятельность, направленная на развитие личности, создание условий для самоопределения и социализации обучающихся на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства, формирование у обучающихся чувства патриотизма, гражданственности, уважения к памяти защитников Отечества и подвигам Героев Отечества, закону и правопорядку, человеку труда и старшему поколению, взаимного уважения, бережного отношения к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации, природе и окружающей среде.

Используется модульный принцип построения воспитательной работы: инвариантный (обязательный для всех учреждений дополнительного образования) и вариативный (по выбору образовательного учреждения).

Согласно модульному принципу Программа воспитания ГБУ ДО «ПДДТ» Невского района Санкт-Петербурга «**Будущее начинается сегодня**» имеет

Инвариантные модули:

- «Учебное занятие» (открытые занятия и мониторинги результативности освоения программы),
- «Детское объединение» (традиции коллектива, концерты и мероприятия),
- «Воспитательная среда» (использование потенциала городской среды и социальное партнерство),
- «Работа с родителями»,
- «Самоопределение» (в том числе, ранняя профориентация)
- «Наставничество»,
- «Профилактика».

Вариативные модули:

- «Юные инструкторы туризма»,
- «Юные краеведы»,
- «Юные музееведы».
- «Отдых, оздоровление и занятость детей в период каникул» («Умные каникулы»)

Выбор инвариантных модулей обусловлен специфическими формами организации дополнительного образования, через которые успешно решаются задачи воспитания, и приоритетными направлениями, которые определяет государственная политика в области образования. Данные модули тесно связаны с деятельностью педагогов в рамках реализации дополнительных общеобразовательных программ.

Выбор вариативных модулей обусловлен особенностями учреждения и тематикой ответственной деятельности, определенной отделом образования

КАЛЕНДАРНЫЙ ПЛАН МЕРОПРИЯТИЙ

по воспитательной работе на учебный год с учетом календаря образовательных событий, приуроченных к государственным и национальным праздникам Российской Федерации, памятным датам и событиям российской истории и культуры

ИНВАРИАНТНЫЕ МОДУЛИ ПРОГРАММЫ¹

План мероприятий по реализации модуля «УЧЕБНОЕ ЗАНЯТИЕ»

№	дата	образовательные события	мероприятие	аудитория	ответственный

План мероприятий по реализации модуля «ДЕТСКОЕ ОБЪЕДИНЕНИЕ»

№	дата	образовательные события	мероприятие	аудитория	ответственный

План мероприятий по реализации модуля «ВОСПИТАТЕЛЬНАЯ СРЕДА»

№	дата	образовательные события	мероприятие	аудитория	ответственный

План мероприятий по реализации модуля «РАБОТА С РОДИТЕЛЯМИ»

№	дата	образовательные события	мероприятие	аудитория	ответственный

¹Инвариантные модули тесно связаны с деятельностью педагогов в рамках реализации дополнительных общеразвивающих программ.

План мероприятий по реализации модуля «САМООПРЕДЕЛЕНИЕ»

№	дата	образовательные события	мероприятие	аудитория	ответственный

План мероприятий по реализации модуля «НАСТАВНИЧЕСТВО»

№	дата	образовательные события	мероприятие	аудитория	ответственный

План мероприятий по реализации модуля «ПРОФИЛАКТИКА».

№	дата	образовательные события	мероприятие	аудитория	ответственный

ВАРИАТИВНЫЕ МОДУЛИ²

План мероприятий по реализации модуля «ЮНЫЕ ИНСПЕКТОРЫ ДВИЖЕНИЯ»

№	дата	образовательные события	мероприятие	аудитория	ответственный

²Вариативные модули реализуются в программах определяющих особенности учреждения и с тематикой деятельности, определенной отделом образования, как деятельность опорного центра.

План мероприятий по реализации модуля «ЮНЫЕ ИНСТРУКТОРЫ ТУРИЗМА»

№	дата	образовательные события	мероприятие	аудитория	ответственный

План мероприятий по реализации модуля «ЮНЫЕ КРАЕВЕДЫ»

№	дата	Образовательные события	мероприятие	аудитория	ответственный

План мероприятий по реализации модуля «ЮНЫЕ МУЗЕЕВЕДЫ»

№	дата	Образовательные события	мероприятие	аудитория	ответственный

**План мероприятий по реализации модуля «Отдых, оздоровление и занятость детей в период каникул»
(«УМНЫЕ КАНИКУЛЫ»)**

№	дата	Образовательные события	мероприятие	аудитория	ответственный

Мониторинг результатов обучения

ребенка по дополнительной общеобразовательной программе

На основе материалов Буйловой Л.Н. доцента кафедры педагогики Московского института открытого образования, кандидата педагогических наук; Клёновой Н.В., зам. зав. отделом развития кадрового потенциала Московского городского Дворца детского (юношеского) творчества, кандидата философских наук.

	<i>Показатели (оцениваемые параметры)</i>	<i>Критерии</i>	<i>Степень выраженности оцениваемого качества</i>	<i>Возможное кол-во баллов</i>	<i>Методы диагностики</i>
ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ					
1	Теоретическая подготовка ребенка:				
1.1	Теоретические знания (по основным разделам учебно-тематического плана программы) <i>Учебно-познавательная компетенция</i>	Соответствие теоретических знаний ребенка программным требованиям	<i>минимальный уровень</i> (ребенок овладел менее чем ½ объема знаний, предусмотренных программой);	3	наблюдение, тестирование, контрольный опрос и др.
			<i>средний уровень</i> (объем усвоенных знаний составляет более ½);	4	
			<i>максимальный уровень</i> (ребенок освоил практически весь объем знаний, предусмотренных программой за конкретный период).	5	
1.2.	Владение специальной терминологией <i>Учебно-познавательная компетенция</i>	Осмысленность и правильность использования специальной терминологии	<i>минимальный уровень</i> (ребенок, как правило, избегает употреблять специальные термины);	3	собеседование
			<i>средний уровень</i> (ребенок сочетает специальную терминологию с бытовой);	4	
			<i>максимальный уровень</i> (специальные термины употребляет осознанно и в полном соответствии с их содержанием)	5	
2	Практическая подготовка ребенка:				
2.1	Практические умения и навыки, предусмотренные программой • <i>Учебно-познавательная</i>	Соответствие практических умений и навыков программным требованиям (по основным разделам	<i>минимальный уровень</i> (ребенок овладел менее чем ½ предусмотренных умений и навыков);	3	контрольное задание
			<i>средний уровень</i> (объем усвоенных умений и навыков составляет более ½);	4	
			<i>максимальный уровень</i> (ребенок овладел практически всеми	5	

	компетенция • Социально-трудовая компетенция	учебно-тематического плана программы)	умениями и навыками, предусмотренными программой за конкретный период).		
2.2.	Владение специальным оборудованием и оснащением Социально-трудовая компетенция	Отсутствие затруднений в использовании специального оборудования и оснащения	<i>минимальный уровень умений</i> (ребенок испытывает серьезные затруднения при работе с оборудованием);	3	контрольное задание
			<i>средний уровень</i> (работает с оборудованием с помощью педагога);	4	
			<i>максимальный уровень</i> (работает с оборудованием самостоятельно, не испытывает особых трудностей).	5	
2.3.	Творческие навыки Общекультурная компетенция	Креативность в выполнении практических заданий	<i>начальный (элементарный) уровень развития креативности</i> (ребенок в состоянии выполнять лишь простейшие практические задания педагога);	3	контрольное задание
			<i>репродуктивный уровень</i> (выполняет в основном задания на основе образца);	4	
			<i>творческий уровень</i> (выполняет практические задания с элементами творчества).	5	

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ					
3	Общеучебные умения и навыки ребенка:				
3.1	Учебно-интеллектуальные умения:				
А	Умение подбирать и анализировать специальную литературу Учебно-познавательная компетенция	Самостоятельность в подборе и анализе литературы	<i>минимальный уровень умений</i> (учащийся испытывает серьезные затруднения при работе с литературой, нуждается в постоянной помощи и контроле педагога);	3	анализ исслед работы
			<i>средний уровень</i> (работает с литературой с помощью педагога или родителей)	4	
			<i>максимальный уровень</i> (работает с литературой самостоятельно, не испытывает особых трудностей)	5	
Б	Умение пользоваться	Самостоятельность в	<i>минимальный уровень умений</i> (учащийся испытывает	3	анализ исслед

	компьютерными источниками информации	пользовании компьютерными источниками информации	серьезные затруднения при работе с литературой, нуждается в постоянной помощи и контроле педагога);		работы
	Информационная компетенция		<i>средний уровень</i> (работает с литературой с помощью педагога или родителей)	4	
			<i>максимальный уровень</i> (работает с литературой самостоятельно, не испытывает особых трудностей)	5	
В	Умение осуществлять учебно-исследовательскую работу (писать рефераты, проводить самостоятельные учебные исследования)	Самостоятельность в учебно-исследовательской работе	<i>минимальный уровень умений</i> (учащийся испытывает серьезные затруднения при работе с литературой, нуждается в постоянной помощи и контроле педагога);	3	анализ исслед работы
	<ul style="list-style-type: none"> • Учебно-познавательная компетенция • Ценностно-смысловая компетенция 		<i>средний уровень</i> (работает с литературой с помощью педагога или родителей)	4	
			<i>максимальный уровень</i> (работает с литературой самостоятельно, не испытывает особых трудностей)	5	
3.2.	Учебно-коммуникативные умения:				
А	Умение слушать и слышать педагога	Адекватность восприятия информации, идущей от педагога	<i>минимальный уровень умений</i> (учащийся испытывает серьезные затруднения при работе с литературой, нуждается в постоянной помощи и контроле педагога);	3	наблюдение
	Коммуникативная компетенция		<i>средний уровень</i> (работает с литературой с помощью педагога или родителей)	4	
			<i>максимальный уровень</i> (работает с литературой самостоятельно, не испытывает особых трудностей)	5	
Б	Умение выступать перед аудиторией	Свобода владения и подачи обучающимся подготовленной информации	<i>минимальный уровень умений</i> (учащийся испытывает серьезные затруднения при работе с литературой, нуждается в постоянной помощи и контроле педагога);	3	наблюдение
	Коммуникативная компетенция		<i>средний уровень</i> (работает с литературой с помощью педагога или родителей)	4	
			<i>максимальный уровень</i> (работает с литературой самостоятельно, не испытывает особых трудностей)	5	

В	Умение вести полемику, участвовать в дискуссии	Самостоятельность в построении дискуссионного выступления, логика в построении доказательств	<i>минимальный уровень умений</i> (учащийся испытывает серьезные затруднения при работе с литературой, нуждается в постоянной помощи и контроле педагога);	3	наблюдение
	Коммуникативная компетенция		<i>средний уровень</i> (работает с литературой с помощью педагога или родителей)	4	
			<i>максимальный уровень</i> (работает с литературой самостоятельно, не испытывает особых трудностей)	5	

3.3. Учебно-организационные умения и навыки:					
А	Умение организовать свое рабочее (учебное) место	Способность самостоятельно готовить свое рабочее место к деятельности и убирать его за собой	<i>минимальный уровень умений</i> (учащийся испытывает серьезные затруднения при работе с литературой, нуждается в постоянной помощи и контроле педагога);	3	наблюдение
	Социально-трудовая компетенция		<i>средний уровень</i> (работает с литературой с помощью педагога или родителей)	4	
			<i>максимальный уровень</i> (работает с литературой самостоятельно, не испытывает особых трудностей)	5	
Б	Навыки соблюдения в процессе деятельности правил безопасности	Соответствие реальных навыков соблюдения правил безопасности программным требованиям	<i>минимальный уровень</i> (ребенок овладел менее чем ½ объема навыков соблюдения правил безопасности, предусмотренных программой);	3	наблюдение
	Социально-трудовая компетенция		<i>средний уровень</i> (объем усвоенных навыков составляет более ½);	4	
			<i>максимальный уровень</i> (ребенок освоил практически весь объем навыков, предусмотренных программой за конкретный период).	5	
В	Умение аккуратно выполнять работу	Аккуратность и ответственность в работе	удовл. – хорошо – отлично		наблюдение
	Социально-трудовая компетенция				

**Мониторинг личностного развития ребёнка
в процессе освоения им дополнительной образовательной программы**

	<i>Показатели (оцениваемые параметры)</i>	<i>Критерии</i>	<i>Степень выраженности оцениваемого качества</i>	Возможно е кол-во баллов	<i>Методы диагностики</i>
ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ					
1	Организационно-волевые качества:				
1.1	Терпение <i>Компетенция личностного самосовершенствования</i>	Способность переносить (выдерживать) известные нагрузки в течение определённого времени, преодолевать трудности	терпения хватает < чем на ½ занятия	3	наблюдение
			терпения хватает > чем на ½ занятия	4	
			терпения хватает на все занятие	5	
1.2	Воля <i>Компетенция личностного самосовершенствования</i>	Способность активно побуждать себя к практическим действиям	волевые усилия ребёнка побуждаются извне	3	наблюдение
			иногда – самим ребёнком	4	
			всегда – самим ребёнком	5	
1.3	Самоконтроль • <i>Компетенция личностного самосовершенствования</i> • <i>Ценностно-смысловая компетенция</i>	Умение контролировать свои поступки (приводить к должному свои действия)	ребёнок постоянно действует под воздействием контроля извне	3	наблюдение
			периодически контролирует себя сам	4	
			постоянно контролирует себя сам	5	

2 Ориентационные качества:					
2.1	Самооценка • <i>Компетенция личностного самосовершенствования</i> • <i>Ценностно-смысловая компетенция</i>	Способность оценивать себя адекватно реальным достижениям	завышенная	3	анкетирование
			заниженная	4	
			нормальная	5	
2.2	Интерес к занятиям в детском объединении • <i>Компетенция личностного самосовершенствования</i> • <i>Ценностно-смысловая компетенция</i>	Осознанное участие ребёнка в освоении образовательной программы	интерес к занятиям продиктован ребёнку извне	3	тестирование
			интерес периодически поддерживается самим ребёнком	4	
			интерес постоянно поддерживается ребёнком самостоятельно	5	
3 Поведенческие качества:					
3.1	Конфликтность (отношение ребёнка к столкновению интересов (спору) в процессе взаимодействия) <i>Компетенция личностного самосовершенствования</i>	Способность занять определенную позицию в конфликтной ситуации	периодически провоцирует конфликты	0	тестирование, метод незаконченного предложения
			сам в конфликтах не участвует, старается их избежать	4	
			пытается самостоятельно уладить возникающие конфликты	5	
3.2	Тип сотрудничества (отношение ребёнка к общим делам детского объединения) <i>Компетенция личностного самосовершенствования</i>	Умение воспринимать общие дела как свои собственные	избегает участия в общих делах	0	наблюдение
			участвует при побуждении извне	4	
			инициативен в общих делах	5	

КАРТА ПЕДАГОГИЧЕСКОГО МОНИТОРИНГА 20 ___/20___ учебный год

Педагог _____

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа _____

Год обучения _____ Группа № _____

№ п/п	Фамилия и имя обучающегося	РЕЗУЛЬТАТЫ обучения по программе													РЕЗУЛЬТАТЫ личностного развития								
		Предметные				Метапредметные									Личностные								
		Теоретическая подготовка		Практическая подготовка		Учебно-интеллектуальные умения		Учебно-коммуникативные умения		Учебно-организационные умения и		Предметные достижения		Итого %		Организационно-волевые качества		Ориентационные качества		Поведенческие качества		Итого %	
		полугодие		полугодие		полугодие		полугодие		полугодие		полугодие		полугодие		полугодие		полугодие		полугодие		полугодие	
1 2		1 2		1 2		1 2		1 2		1 2		1 2		1 2		1 2		1 2		1 2			
1.																							
2.																							
3.																							
4.																							
5.																							
6.																							
7.																							
8.																							
9.																							
10.																							
11.																							
12.																							
13.																							
14.																							
15.																							
	%																						
	ИТОГО																						

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

о контроле результатов освоения учащимися образовательной программы объединения

20___/20___ учебный год

отдел _____

направленность _____

Название дополнительной общеразвивающей программы,

год обучения _____, № группы _____

Педагог (Ф.И.О.) _____

Дата проведения контроля:

Промежуточный _____ Итоговый _____

Форма проведения контроля _____

Форма оценки результатов: Высокий уровень освоения программы - 90% - 100%,

Средний уровень освоения программы - 75% - 89%

Низкий уровень освоения программы – 60% - 74%

Результаты промежуточного контроля

Всего диагностировано _____ учащихся

Из них по результатам контроля достигли уровня освоения программы:

Высокий - _____ чел.

Средний - _____ чел.

Низкий - _____ чел.

Подпись педагога _____

Результаты итогового контроля

Всего диагностировано _____ учащихся

Из них по результатам контроля достигли уровня освоения программы:

Высокий - _____ чел.

Средний - _____ чел.

Низкий - _____ чел.

Подпись педагога _____

Показатель качества обучения $A = ((B+C):D) \times 100\%$

сложить количество учащихся, имеющих высокий (B) и средний (C) уровень, разделить это число на общее количество учащихся в объединении (D) и умножить результат на 100%.

Показатель качества обучения $A = \underline{\hspace{2cm}} \%$

ЗАНЯТИЕ С ПРИМЕНЕНИЕМ ДИСТАНЦИОННЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ И ЭЛЕКТРОННОГО ОБУЧЕНИЯ может включать:

- разработанные педагогом презентации с текстовым комментарием;
- online-занятие, видеолекция; online-консультация;
- фрагменты и материалы доступных образовательных интернет-ресурсов;
- инструкции по выполнению практических заданий;
- дидактические материалы/ технологические карты;
- тестовые задания;
- контрольные задания;
- и др.

Структура занятия с применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения содержит основные компоненты, что и занятие в очной форме. При проведении занятия с использованием дистанционных образовательных технологий, электронного обучения, в водной части следует обозначены правила работы и взаимодействия (технические особенности работы и правила обмена информацией). В процессе занятия обучающиеся объединения получают инструкции для выполнения заданий. Далее корректируются по мере длительности периода дистанционного обучения дальнейший маршрут изучения темы. Изучение теоретического материала организовывается различными способами:

- использование готовых тематических видеолекций;
- проведение занятий в режиме онлайн;
- размещение презентаций и текстовых документов в сети Интернет.

К каждому теоретическому разделу есть вопросы для самоконтроля и закрепления материала. Для организации практической деятельности выполняется комплекс практических упражнений, творческих заданий, индивидуальных или групповых проектов. Организовываются занятия в формате видеоконференций, индивидуальные консультации (социальные сети, телефон, мессенджеры). Важными компонентами эффективного занятия являются создание благоприятного эмоционального фона, психологического комфорта, ситуации успеха, обеспечение лично-ориентированного и дифференцированного подхода к учащимся.

Контроль посещения занятий и освоения учебного материала учащимися. Для контроля и оценки результатов обучения, подтверждения факта проведения занятия могут быть использованы следующие способы дистанционного взаимодействия:

- регистрация обучающихся на электронном ресурсе (при возможности);
- размещение учебного материала в сети Интернет;
- выполнение учащимися контрольных или тестовых заданий, предъявленных педагогу в электронном виде;
- выполнение учащимися небольших по объему творческих, проектных заданий, в том числе предполагающих коллективные формы взаимодействия через ресурсы сети Интернет, предъявленных педагогу дистанционно.

Перечень образовательных электронных ресурсов, предоставляющих возможность организации образовательного процесса с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий

Сервисы для проведения видеоконференций:

- Discord (Бесплатный мессенджер с поддержкой видеоконференций, голосовой и текстовый чат).

- Skype (Площадка для проведения видеоконференций до 50 человек, возможность совершать индивидуальные и групповые голосовые и бесплатные видеозвонки, а также отправлять мгновенные сообщения и файлы другим пользователям).
- Zoom (Платформа для проведения онлайн-занятий. Бесплатная учетная запись позволяет проводить видеоконференцию длительностью 40 минут с возможностью онлайн-общения до 100 человек. В платформу встроена интерактивная доска, можно легко и быстро переключаться с демонстрации экрана на доску. Наличие чата, в котором можно писать сообщения, передавать файлы).
- TrueConf (Программа для видеосвязи через интернет, которая поможет вам организовать встречу в формате видеоконференции до 120 участников).
- BigBlueButton (Бесплатная площадка для проведения вебинаров. Без ограничений по количеству пользователей, без ограничений по времени вебинаров (веб камера, презентации, показ экрана, онлайн чат).
- Cisco Webex (Платформа для видеосвязи. Облачный сервис для проведения конференций и совещаний онлайн с аудио, видеосвязью и инструментами совместной работы над документами).
- и другие.

Платформы для онлайн обучения:

- Stepik (Российская образовательная платформа и конструктор бесплатных открытых онлайн-курсов и уроков).
- Moodle (Система управления курсами, также известная как система управления обучением или виртуальная обучающая среда. Является аббревиатурой от англ. Modular Object-Oriented Dynamic Learning Environment (модульная объектно-ориентированная динамическая обучающая среда).
- Учи.Ру (В личном кабинете педагогу бесплатно доступен сервис «Виртуальный класс» для проведения индивидуального и группового онлайн-уроков с видео. Педагоги и ученики могут видеть и слышать друг друга, а также педагог может демонстрировать ученикам презентации, электронные учебники и использовать виртуальный маркер и виртуальную указку).
 - «ЯКласс» (Сервис довольно прост в использовании: педагог задаёт проверочную работу, ребёнок заходит на сайт и выполняет задание; если ребенок допускает ошибку, ему объясняют ход решения задания и предлагают выполнить другой вариант. Педагог получает отчёт о том, как ученики справляются с заданиями).
 - Google Classroom (бесплатный сервис позволяет удобно публиковать и оценивать задания, организовать совместную работу и эффективное взаимодействие всех участников процесса. Создавать курсы, раздавать задания и комментировать работы учащихся - все это можно делать в одном сервисе).
- и другие.

Социальные сети: Вконтакте, Facebook, Одноклассники и другие, позволяющие создание закрытых или публичных сообществ и чатов для группы или направления деятельности. В сообществах можно не только публиковать записи с важной информацией и участвовать в обсуждениях, но и хранить учебные документы, конспекты, учебники, создавать прямые трансляции лекций и занятий, записывать видео, размещать учебные материалы: презентации, таблицы, картинки, аудио, -видеофайлы и др.

Образовательные электронные ресурсы:

- Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов (ФЦИОР направлен на распространение электронных образовательных ресурсов и сервисов для всех уровней и ступеней образования. Электронные учебные модули создаются по тематическим элементам учебных предметов и дисциплин и представляют собой законченные интерактивные мультимедиа продукты, нацеленные на решение определенной учебной задачи. В разделе «Дополнительное образование» каталога представлены в онлайн-режиме различные викторины, кроссворды, филворды).

- Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов (Сайт включает в себя разнообразные цифровые образовательные ресурсы, методические материалы, тематические коллекции, инструменты (программные средства) для поддержки учебной деятельности и организации учебного процесса).
- ПроеКТОриЯ (Онлайн-площадка для коммуникации, выбора профессии и работы над проектными задачами. Интерактивная цифровая платформа включает в себя открытые занятия, опросы, интернет-издания с уникальным информационно- образовательным контентом).
- WorldSkills Russia (На сайте представлены обучающие ролики по профессиональным компетенциям, размещены рекомендации по совершенствованию данных компетенций).
- Национальная платформа «Открытое образование» (Образовательная платформа, предлагающая более 550 онлайн-курсов ведущих российских вузов, от экологии почвенных беспозвоночных до прав человека).
- Россия-Моя история (Наличие десятков различных форматов: лекции, мини- сериалы, видеообзоры, видеоэкскурсии, юмористические шоу, публикации статей, фильмов, и конкурсы о стране).
- Просвещение (Бесплатный доступ к учебникам и учебно-методическим комплексам, тренажерам для отработки и закрепления полученных знаний по разным направлениям деятельности).
- Ключ на старт (Просветительский проект о космосе. Платформа включает в себя лекции, книги, документальные и художественные фильмы и многое другое).
- Библиотекарь.Ру (Электронная библиотека содержит литературу по различным отраслям знаний: истории, искусству, культуре, технике).
- Культура.РФ (Гуманитарный просветительский проект, посвященный культуре России. Интересные и значимые события и люди в истории литературы, архитектуры, музыки, кино, театра, а также информация о народных традициях и памятниках нашей природы в формате просветительских статей, заметок, интервью, тестов, новостей и в любых современных интернет-форматах).
- ПостНаука (Проект о современной фундаментальной науке и ученых, которые ее создают. На сайте опубликованы более 3500 материалов, из них почти 2000 - видео о достижениях фундаментальной науки и важных современных технологиях).
- choreograf.COM (Книги, программы и методические пособия по хореографии, видео, ноты, музыка для постановки танцев).
- Детские шахматы в Санкт-Петербурге (На сайте размещены серии шахматных уроков для учащихся. Сайт содержит словарь шахматных терминов, методические статьи и пособия преподавателей, развивающие игры).
- Туристёнок.ру (Сайт посвящен основам организации туристических походов с детьми (туристическое снаряжение, техника безопасности, разработка пеших и водных маршрутов).
- и другие.