

Комитет образования и науки администрации г. Новокузнецка
Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
«Детско-юношеский центр «Орион»
(МАУ ДО «ДЮЦ «Орион»)

Программа рассмотрена и рекомендована к утверждению педагогическим советом муниципального автономного учреждения дополнительного образования «Детско-юношеский центр «Орион»

Протокол № 1 от «30» августа 2019 г.

УТВЕРЖДАЮ
директор муниципального автономного учреждения дополнительного образования «Детско-юношеский центр «Орион»
В.Л. Сафонов
Приказ № 108/4
от «31» августа 2019г.



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
«Занимательное ориентирование»**

Тематическая направленность – туристско-краеведческая
Возраст учащихся: 10-14 лет
Срок реализации: 1 год

Авторы-составители:
Колесникова Людмила Викторовна
педагог дополнительного образования
МАУ ДО «ДЮЦ «Орион»,
Козина Оксана Александровна
педагог дополнительного образования
МАУ ДО «ДЮЦ «Орион»

Новокузнецкий городской округ
2019 г.

Содержание

Паспорт программы	3
Пояснительная записка.....	6
Учебно-тематический план	12
Содержание программы	13
Календарный учебный график.....	17
Материально-техническое обеспечение программы (техническая и материальная платформа программы)	17
Оценочные материалы, формирующие систему оценивания.....	18
Перечень информационно-методических материалов.....	19
Список литературы, используемой при составлении программы	21
Список литературы для учащихся.....	21
Список литературы для родителей.....	21

Паспорт программы

Наименование программы
<i>Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Занимательное ориентирование»</i>
Автор программы
<i>Колесникова Людмила Викторовна, педагог дополнительного образования Козина Оксана Александровна, педагог дополнительного образования</i>
Образовательная направленность
<i>туристско-краеведческая</i>
Цель программы
<i>создание оптимальных условий для реализации и самореализации учащихся, развитие мотивации к познанию и творчеству; формирование позитивных жизненных ценностей посредством занятий спортивным ориентированием.</i>
Задачи программы
<u>Развивающие:</u> <ul style="list-style-type: none">• содействовать повышению разносторонней физической подготовленности;• сохранять и укреплять здоровье, развитие физических качеств младших школьников;• способствовать выполнению норм на присвоение юношеских (взрослых) спортивных разрядов Единой всероссийской спортивной классификации;• обеспечить приобретение соревновательного опыта;• развивать творческие способности детей, духовное, нравственное и физическое совершенствование. <u>Обучающие:</u> <ul style="list-style-type: none">• дать представление об основах ориентирования;• познакомить с основами техники спортивного ориентирования;• формировать способы овладения основами техники туризма и спортивного ориентирования;• способствовать расширению и углублению знаний, умений и навыков по спортивному ориентированию и туризму, основам оказания первой доврачебной медицинской помощи;• формировать установки на сохранение и укрепления здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни. <u>Воспитательные:</u> <ul style="list-style-type: none">• воспитывать черты спортивного характера (волевые качества, целеустремленность и др.);• воспитывать дисциплинированность, доброжелательное отношение к товарищам, честность, отзывчивость, в том числе во время участия в соревнованиях и других спортивных мероприятиях;• формировать у детей чувство патриотизма, чувство гордости за свою Родину.
Возраст учащихся:
<i>10-14 лет</i>

Год разработки программы
2019г.
Сроки реализации программы
1 год
Нормативно-правовое обеспечение программы
<ul style="list-style-type: none"> - Конвенция о правах ребенка (принята резолюцией 44/25 Генеральной Ассамблеи от 20 ноября 1989 г.; - Закон РФ «Об образовании в Российской Федерации» (№ 273-ФЗ от 29.12.2012); - Государственная программа РФ «Развитие образования» на 2018 - 2025 гг. (постановление Правительства Российской Федерации от 26 декабря 2017 г. № 1642); - Концепция развития дополнительного образования детей (утв. распоряжением Правительства РФ от 04.09.2014 г. № 1726-р); - Стратегия развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 N 996-р); - Основы государственной молодежной политики в РФ на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29.11.2014 г. № 2403-р); - Программа патриотического воспитания граждан на период 2016-2020 годов (постановление Правительства РФ от 30.12. 2015 N 1493); - Указ Президента Российской Федерации «О создании Общероссийской общественно-государственной детско-юношеской организации «Российское движение школьников» (от 29.10.2015 г. № 536); - Профессиональный стандарт «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» (Приказ Минтруда и соц. защиты РФ от 05.05.2018 № 298н); - Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России; - Приказ Минпросвещения России от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»; - Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 4 июля 2014 г. № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций ДО детей»; - Письмо Минобрнауки РФ от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении рекомендаций» (вместе Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ) - Письмо Минобрнауки РФ от 14.12 2015 г. № 09-3564 «О внеурочной деятельности и реализации дополнительных общеобразовательных программ» (вместе с «Методическими рекомендациями по организации внеурочной деятельности и реализации дополнительных общеобразовательных программ»); - Приказ Департамента образования и науки Кемеровской области «Об утверждении Правил персонализированного финансирования дополнительного образования детей» (от 05.05.2019 г. № 740); - Закон «Об образовании в Кемеровской области» редакция от 03.07.2013 №86-ОЗ; - Локальные акты Центра: Устав, Учебный план, Учебный график, Положение о составлении программы, Правила внутреннего трудового

<i>распорядка, инструкции по технике безопасности и другие.</i>
Методическое обеспечение программы
<ul style="list-style-type: none"> • <i>Методическое пособие «Использование психологических тестов и методик для развития интеллектуальных способностей ориентировщика»;</i> • <i>Дидактический материал «Проверочные и контрольные тесты по спортивному ориентированию».</i> • <i>Сборник игр и упражнений «Зимние забавы».</i> • <i>Сборник общеразвивающих упражнений и игр для спортсменов – ориентировщиков.</i> • <i>Учебный DVD фильм «Спортивное ориентирование».</i> • <i>Методическая разработка «Конкурс-игра «Занимательное ориентирование»</i>
Рецензенты
<p><i><u>Внешняя рецензия:</u> Синева М.В. Кандидат педагогических наук, доцент кафедры педагогики и методики начального образования ФГБОУ ВО НФИ «КемГУ»;</i></p> <p><i><u>Внутренняя рецензия:</u> Тактаева И.В. руководитель структурного подразделения «ЦТКиФСР» МАУ ДО «Детско-юношеский центр «Орион».</i></p>

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Занимательное ориентирование» направлена на развитие личностных, регулятивных, коммуникативных и познавательных универсальных учебных действий, учебной компетентности учащихся, составляющих психолого-педагогическую и инструментальную основы формирования у учащихся способности и готовности к освоению систематических знаний, их самостоятельному пополнению, переносу и интеграции; способности к сотрудничеству и коммуникации; решению лично и социально значимых проблем и воплощению решений в практику; способности к самоорганизации, саморегуляции и рефлексии.

Спортивное ориентирование – один из немногих видов спорта, сочетающих физическое движение с движением мысли. Его суть состоит в том, что на старте (в лесной или лесопарковой зоне) участник получает карту с обозначенными контрольными пунктами. Цель участника – найти эти пункты, затратив при этом как можно меньше времени. Спортсмен должен мгновенно продумать маршрут, наметить ориентиры и бежать к намеченной цели.

Программа по своей структуре и содержанию соответствует нормативно правовым актам и программным документам всех уровней (Федеральному, региональному, муниципальному и нормативно-локальным актам МАУ ДО «ДЮЦ «Орион»), в том числе:

- Конвенция о правах ребенка (принята резолюцией 44/25 Генеральной Ассамблеи от 20 ноября 1989 г.;
- Закон РФ «Об образовании в Российской Федерации» (№ 273-ФЗ от 29.12.2012);
- Государственная программа РФ «Развитие образования» на 2018 - 2025 гг. (постановление Правительства Российской Федерации от 26 декабря 2017 г. № 1642);
- Концепция развития дополнительного образования детей (утв. распоряжением Правительства РФ от 04.09.2014 г. № 1726-р);
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 N 996-р);
- Основы государственной молодежной политики в РФ на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29.11.2014 г. № 2403-р);
- Программа патриотического воспитания граждан на период 2016-2020 годов (постановление Правительства РФ от 30.12. 2015 N 1493);
- Указ Президента Российской Федерации «О создании Общероссийской общественно-государственной детско-юношеской организации «Российское движение школьников» (от 29.10.2015 г. № 536);

- Профессиональный стандарт «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» (Приказ Минтруда и соц. защиты РФ от 05.05.2018 № 298н);

- Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России;

- Приказ Минпросвещения России от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 4 июля 2014 г. № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций ДО детей»;

- Письмо Минобрнауки РФ от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении рекомендаций» (вместе Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ)

- Письмо Минобрнауки РФ от 14.12.2015 г. № 09-3564 «О внеурочной деятельности и реализации дополнительных общеобразовательных программ» (вместе с «Методическими рекомендациями по организации внеурочной деятельности и реализации дополнительных общеобразовательных программ»);

- Приказ Департамента образования и науки Кемеровской области «Об утверждении Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей» (от 05.05.2019 г. № 740);

- Закон «Об образовании в Кемеровской области» редакция от 03.07.2013 №86-ОЗ;

- Локальные акты Центра: Устав, Учебный план, Учебный график, Положение о составлении программы, Правила внутреннего трудового распорядка, инструкции по технике безопасности и другие.

Интегрированность программы по содержанию или видам деятельности:

Программа «Занимательное ориентирование» реализует интегрированный подход через установление методологического, содержательного единства процесса обучения, ориентируется на природную детскую любознательность, потребность самостоятельного познания окружающего мира, познавательную активность, инициативность. Этим объясняется закономерность появления в программе раздела туризма и краеведения. Курс создает образовательную среду, стимулирующую активные формы познания. Таким образом, в программе, помимо спортивного ориентирования, рассматриваются: основы туризма, основы безопасности нахождения в природной среде, вопросы краеведения, физической культуры и спорта.

Программа специально адаптирована в целях сопровождения отдельных различных категорий учащихся. Занятия по программе предполагают личностно-ориентированный подход, вовлечение детей в

такие виды деятельности, в которых равноценно обеспечивается как интеллектуальное, так и физическое развитие, стремление к ведению здорового образа жизни, формирует необходимые. Они связаны с необходимостью расширения сферы благотворного влияния занятий физическими упражнениями и использования элементов интеллектуальной деятельности в формировании личности ребенка.

Занятия в объединении «Спортивное ориентирование» по данной программе помогают отдельным категориям учащихся: в формировании личностных нравственных качеств, а также навыков организации здорового образа жизни, созданию благоприятных условий для развития ребёнка. Реализация программы решает важные проблемы обеспечения равных условий обучения, для всех социальных категорий учащихся.

Направленность программы

Дополнительная общеобразовательная программа «Занимательное ориентирование» относится к программам туристско-краеведческой направленности и предназначена для учащихся общеобразовательных учреждений, которым интересен активный образ жизни, развито стремление к познанию родного края.

Программа направлена на:

- удовлетворение индивидуальных потребностей учащихся в интеллектуальном, нравственном развитии;
- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья учащихся;
- удовлетворение индивидуальных потребностей учащихся в занятиях физической культурой и спортом;
- создание и обеспечение необходимых условий для личностного развития учащихся.

Обоснованность новизны, отличительных особенностей программы от существующих в рамках данной направленности. Программа «Занимательное ориентирование» соответствует достижениям мировой культуры, российским, культурно-национальным традициям и особенностям Кемеровской области, города. Программа разработана с учетом современных образовательных технологий, которые отражены в: принципах обучения (индивидуальности, доступности, преемственности, результативности); формах и методах обучения (активных методах дистанционного обучения, дифференцированного обучения, занятиях, конкурсах, соревнованиях, экскурсиях, походах и т.д.); методах контроля и управления образовательным процессом (анализе результатов деятельности детей); средствах обучения (перечне необходимого оборудования, инструментов и материалов в расчете на объединение учащихся).

Новизна данной образовательной программы опирается на разработку новых методов преподавания спортивного ориентирования для учащихся с

использованием современных технологий физической культуры и спорта, информационно-коммуникационных технологий, которые позволяют построить занятия с учетом современных требований, предъявляемые к спортивному ориентированию, правилам соревнований.

Обоснованность актуальности, необходимости разработки программы в рамках данной направленности дополнительной общеобразовательной программы соотносится с тенденциями развития дополнительного образования и согласно Концепции развития дополнительного образования способствует: формированию культуры здорового и безопасного образа жизни, укреплению здоровья учащихся. Программа направлена на достижения поставленной цели, а именно, разрабатывает систему социализации учащихся, органически связанную с системой воспитания и развития личности средствами физической культуры и спорта, спортивного ориентирования.

Педагогическая целесообразность программы заключается в том, что занятия в объединении «Спортивное ориентирование» по данной программе предоставляют детям возможность приобрести практический опыт взаимодействия в природно-социальной среде, обеспечивают условия для профессиональной ориентации, формирование социальной активности и гражданской позиции воспитанников.

Обучение формирует интерес к занятиям. Это осуществляется в игровой форме через постепенное приобщение к физическим нагрузкам и тренировкам. Используя «ситуацию успеха» при проведении игровых соревнований, эстафет, спортивных праздников, у учащихся закрепляется ощущение радости от успеха в новой для них деятельности. Все занятия построены в игровой познавательной форме. Основная цель практических занятий программы – формирование у учащихся умений, связанных с использованием полученных знаний, закрепление и совершенствование практических навыков. Для этого после изучения каждого раздела проводится итоговое мероприятие. Это или соревнование, или конкурсная программа. По ориентированию – игра «Поиски клада», по туризму – мини-полоса препятствий «Карусель». Конкурсно-игровая программа «Следопыт» включает в себя задания и игры, позволяющая работам показать полученные теоретические знания и проявить свои физические качества.

Преимственность содержания программы «Занимательное ориентирование». Отличительная особенность данной дополнительной общеобразовательной программы заключается в том, в ее основу положена авторская образовательная программа для учреждений дополнительного образования Колесниковой Л.В. «Спортивное ориентирование с основами туризма и краеведения». Учащиеся получают первоначальные знания по основам краеведения, туризма и ориентирования. После освоения данной программы учащиеся переходят на следующий уровень обучения с учетом их индивидуальных интересов.

Соответствие программы заявленному возрасту, категории и индивидуальным особенностям детей

Количество учащихся в группе-12-15 человек, возраст учащихся 10-14 лет.

Зачисление в группы производится с обязательным условием - заявления о зачислении учащегося от родителей (законных представителей), подписание согласия на обработку персональных данных. Учащийся должен предоставить справку о состоянии здоровья, обеспечивающую доступ к занятиям физической культурой и спортом.

Обоснованность продолжительности программы

Программа составлена с учетом возрастных особенностей учащихся и рассчитана на 1 год обучения. На занятия отводится 144 часа в год, из расчета 4 часа в неделю.

Год обучения	Кол-во часов по программе	Теоретические	Практические
1	144	24	120

Режим занятий. Указание объемов (совокупной продолжительности реализации программы).

Программа рассчитана на 9 месяцев (36 недель) обучения. Форма обучения – очная. Занятия проводятся по расписанию с учетом возможности учащихся. В период каникул работа может осуществляться по отдельному расписанию, могут проводиться занятия по профессиональным пробам, городские, профильные, оздоровительные лагеря, игровые площадки, учебно-тренировочные сборы.

Основная часть учебного материала отводится на практическую деятельность. Занятия проходят в учебном помещении, на местности, на учебных полигонах и т.п. Учащиеся принимают участие в массовых мероприятиях согласно плану работы. В мероприятиях и соревнованиях могут принимать участие родители (законные представители) учащихся.

В субботние и воскресные дни, кроме основных занятий по расписанию, ведутся индивидуальная и консультационная работа с родителями (законными представителями) учащихся, проводятся родительские собрания согласно графика.

Продолжительность и режим занятий объединения определяются в соответствии с характером деятельности, содержанием образовательной программы, психолого-педагогическими и возрастными особенностями учащихся, с учетом требований санитарных норм и правил.

Продолжительность одного занятия составляет 2 академических часа (академический час 45 минут). Периодичность занятий 2 раза в неделю. После каждого академического часа занятий проводятся 5 – 10 минутные перемены. Допускается - проведение занятий без организованной перемены,

но при наличии релаксационных пауз, тренингов, упражнений в плане занятий и мероприятий.

Содержание и условия реализации образовательной программы соответствуют возрастным и индивидуальным особенностям учащихся.

Занятия в группах проводятся с учащимися 10-14 лет с учетом индивидуальных возрастных особенностей и физической подготовки. На занятиях используются технологии коллективного обучения, наставничества, что способствует формированию метапредметных компетенций, в том числе: навыков работы в команде, решение проблем в реальных жизненных ситуациях.

В соответствии с санитарными нормами и правилами допуск к занятиям производится при наличии медицинского заключения о состоянии здоровья, позволяющего заниматься физической культурой и спортом и после обязательного прохождения и закрепления инструктажа по технике безопасности по соответствующим инструкциям.

Число учащихся одновременно находящихся в группе составляет 12-15 человек.

Реализация программ ведется на основе использования современных образовательных технологий, форм, методов организации учебно-воспитательного процесса, его контроля и управления. Содержание и материал программы организованы по принципу дифференциации в соответствии **со стартовым уровнем сложности**, который предполагает использование и реализацию общедоступных и универсальных форм организации материала, оптимально минимальную сложность предлагаемого для освоения содержания программы по виду деятельности спортивное ориентирование.

Цель и задачи программы их обоснование.

Цели и задачи программы определены с учетом основных современных направлений развития дополнительного образования и региональными социально-экономическими и социокультурными потребностями региона.

Цель программы «Занимательное ориентирование»: создание оптимальных условий для реализации и самореализации учащихся, развитие мотивации к познанию и творчеству; формирование позитивных жизненных ценностей посредством занятий спортивным ориентированием.

Задачи программы:

Обучающие:

- дать представление об основах ориентирования;
- познакомить с основами техники спортивного ориентирования;
- формировать способы овладения основами техники туризма и спортивного ориентирования;
- способствовать расширению и углублению знаний, умений и навыков по спортивному ориентированию и туризму, основам оказания первой доврачебной медицинской помощи;

- формировать установки на сохранение и укрепления здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни.

Развивающие:

- содействовать повышению разносторонней физической подготовленности;
- сохранять и укреплять здоровье, развитие физических качеств младших школьников;
- способствовать выполнению норм на присвоение юношеских (взрослых) спортивных разрядов Единой всероссийской спортивной классификации;
- обеспечить приобретение соревновательного опыта;
- развивать творческие способности детей, духовное, нравственное и физическое совершенствование.

Воспитательные:

- воспитывать черты спортивного характера (волевые качества, целеустремленность и др.);
- воспитывать дисциплинированность, доброжелательное отношение к товарищам, честность, отзывчивость, в том числе во время участия в соревнованиях и других спортивных мероприятиях;
- формировать у детей чувство патриотизма, чувство гордости за свою Родину.

Учебно-тематический план

№ п.п.	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации и контроля
		всего	теория	практика	
1.	Юные ориентировщики				
1.1	Страна ориентирования	6	3	3	Контрольный опрос, тестирование
1.2	Основы безопасности путешественников на занятиях	2	1	1	Контроль за выполнением творческих заданий
1.3	Остров «Топография»	4	1	3	Контроль за выполнением творческих заданий
1.4	Спортивная карта	3	1	2	Контроль за выполнением упражнения на ориентировку в пространстве

1.5	В гостях у условных знаков	12	4	8	Контрольный опрос, тестирование
1.6	Наш помощник компас	3	1	2	Контроль за выполнением задания по работе с компасом
2.	Туризм				
2.1	Страна путешественников	4	2	2	Наблюдение за выполнением контрольных упражнений
2.2	Как мы отдыхаем	8	4	4	Наблюдение за выполнением контрольных упражнений
3.	«Искатели приключений» игровые программы, эстафеты, выполнение упражнений по физической подготовке	76	2	74	Наблюдение за выполнением контрольных упражнений
3.1	«Самый быстрый, ловкий и умелый» сдача контрольных нормативов	4	1	3	
4.	Интересный мир вокруг нас	10	4	6	Контроль за выполнением упражнения на ориентировку в пространстве
5.	«Первые шаги» итоговые мероприятия	12		12	Наблюдение за выполнением контрольных упражнений
	Всего часов	144	24	120	

Содержание программы

1. Занимательное ориентирование

1.1. Страна ориентирования

Теоретическое занятие. Организация работы в группе, знакомство с группой. Путешествие в страну ориентирования. Просмотр мультфильма «Лунтик, ориентирование, что такое спортивное ориентирование». Беседа и обсуждение мультфильма для выяснения «Что такое ориентирование?». В каких профессиях используют знания ориентирования. Ориентировщик – сильный, ловкий, быстрый и смелый.

Практическое занятие. Портрет ориентировщика, рисуем, как мы представляем себе ориентировщика. Прогулка по территории учебного заведения. Знакомство с картой учебного заведения и его участками.

Оборудование и дидактические материалы: Мультфильм «Лунтик и ориентирование», набор карт по спортивному ориентированию. Наглядные и дидактические материалы по теме.

1.2. Основы безопасности путешественников на занятиях

Теоретическое занятие. Как правильно вести себя на улице, в помещениях учебного здания и в группе во время движения к месту занятий, на учебно-тренировочном занятии, в спортивном зале. Техника безопасности при проведении занятий в спортивном зале, на местности и в учебном кабинете.

1.3. Остров «Топография»

Теоретическое занятие. Жители острова – топонимы. Топографические карты. Цвета карты.

Практическое занятие. Мы топографы, рисуем топонимы. Рисование объектов местности и простых схем. Рисуем схему школьного участка. Пишем сочинение «как дойти до школы?» с использованием топонимов. Игра - найти клад. Топографическое лото.

Оборудование и дидактические материалы: наборы топографических и спортивных карт, наборы больших карточек с изображением топонимов.

1.4. Спортивная карта – важнейший инструмент ориентирования

Теоретическое занятие. Как создается спортивная карта. Где ориентируются в Новокузнецке? Какие бывают карты

Практическое занятие. Игра в картографическое лото: «определи, какая это карта?»

Оборудование и дидактические материалы: Мультфильм из серии «Лунтик» (карта), спортивные карты окрестностей Новокузнецка, «топографическое лото». Презентация по теме «Спортивные карты г. Новокузнецка», «Кузбасса».

1.5. В гостях у условных знаков

Теоретическое занятие. Путешествие в страну условных знаков. Знаки «полезные» - искусственные сооружения, дорожная сеть. Знаки «сердитые» запрещающие и предупреждающие (гидрография, растительность, знаки обозначения дистанции).

Практическое занятие. Рисуем жителей страны условных знаков (изображение человечков, животных с помощью условных знаков.) Придумай и нарисуй карту сказочного острова, используя условные знаки спортивных карт.

Оборудование и дидактические материалы: комплекты таблиц с условными знаками, фильм «Условные знаки», учебный DVD – фильм «Спортивное ориентирование». Презентация по теме «Условные знаки».

1.6. Наш помощник - компас

Теоретическое занятие. Куда показывает стрелка компаса. Красная стрелка компаса, где живет Дед Мороз. Стороны горизонта.

Практическое занятие. Выполнение игровых практических заданий: «Фигурка из сторон горизонта», «Секретная цифра или секретная буква».

Оборудование и дидактические материалы: компаса, карточки с практическими заданиями, спортивные карты. Презентация по теме «Виды компасов».

2. Туризм

2.1. Страна путешественников

Теоретическое занятие. История развития туризма в городе Новокузнецке и его окрестностях, Кемеровской области.

Практическое занятие. Собираемся в поход. Что взять с собой?

Оборудование и дидактические материалы: карта города Новокузнецка. Рюкзак. Карточки с названием снаряжения для похода и «лишних» вещей.

2.2. Как мы отдыхаем

Теоретическое занятие. Путешествие пешком. Путешествие в горах. Путешествие по воде. Путешествие на лыжах. Путешествие в пещеры (спелеотуризм).

Практическое занятие. Поход-экскурсия.

Оборудование и дидактические материалы: видеофильм «Виды туризма», фотографии походов. Презентация по теме.

3. «Искатели приключений» игровые программы, эстафеты, выполнение упражнений по физической подготовке

Теоретическое занятие. Для чего ориентировщику и туристу нужна сила, быстрота, ловкость и сообразительность?

Практические занятия. Общеразвивающие упражнения, ходьба на пятках, на носках; бег вперед и бег с препятствиями; упражнения для ног; упражнения для рук; подвижные игры и эстафеты. Игры на внимание, сообразительность, координацию. Лыжная подготовка. Игры и эстафеты на лыжах. Обучение поворотам и движениям на лыжах, спускам и подъемам.

3.1. Самый быстрый, ловкий и умелый: контрольные нормативы

Сдача теоретических и практических тестов:

- тесты память, внимание, наблюдательность и мышление;
- физическая подготовка

4. Интересный мир вокруг нас

Теоретическое занятие. Что такое окружающий мир? Что мы знаем об окружающем нас мире? Что растет вокруг нас и окружает? Какие растения, живут на территории Кемеровской области? Разнообразие растений на территории Кузбасса? Чем полезны и вредны растения? Что делают растения в разные времена года? Роль деревьев, растений в жизни людей. Правила ухода за растениями.

Практические занятия. Рассмотреть - рисунок и рассказать, что такое окружающий мир. Игра «Собери букет» из листочков, веток

деревьев, травы. Игра делаем и собираем «**Гербарий**» используются семена, злаки, листья, трава и т.д., которые растут около школы. Игра «**Угадай, чей листочек**». Альбом с рисунками растений. **Погода и ты.**

Оборудование и дидактический материал: плакаты, рисунки, картинки с растениями. Видеофильм о природе.

5. «Первые шаги» итоговые мероприятия

По разделу «Юные ориентировщики»: «Поиски клада» (спортивная игра).

По разделу «Туризм»: «Карусель» (мини - полоса препятствий).

По разделу «Искатели приключений» «Следопыт» – конкурсno - игровая программа (игры, эстафеты).

Соответствие ожидаемых результатов программы ее целям, задачам в соответствии с содержанием программы.

Формами итоговой аттестации учащихся по программе являются:

- результаты участия детей в соревнованиях по спортивному ориентированию и туризму;
- творческие результаты детей в краеведческих и других массовых мероприятиях МАУ ДО «ДЮОЦ «Орион»;
- занятия- зачеты по технической подготовке;
- сдача норм по ОФП, включая кроссы и лыжные гонки, сдача нормативов;
- анкетирование, тесты по темам программы.

В качестве диагностического инструментария планируется использовать: комплекты модифицированных методик Пряжникова Н.С., Чистяковой С.Н., Климова Е.А., Шалавиной Т.И., Прощицкой Е.Н., Симоненко В.Д., анкеты, тесты, технологические карты профессий туристско-краеведческого направления; материалы, разработанные педагогами учреждений дополнительно образования.

В результате освоения программы, занимающиеся должны обладать определенными знаниями и умениями.

Учащиеся должны знать:

- основы безопасности при проведении занятий на местности;
- снаряжение спортсменов–ориентировщиков;
- историю развития спортивного ориентирования.

Учащиеся должны уметь:

- правильно выполнять упражнения на развитие отдельных качеств;
- выполнять контрольные нормативы по физической подготовке;
- выполнять основные технические приемы в спортивном ориентировании такие как: чтение карты, использование приема «большого пальца», чтение условных знаков;
- выполнять задания для тренировки техники спортивного ориентирования в помещении и на местности.

Календарный учебный график

Календарно-учебный график разрабатывается и утверждается ежегодно, на начало учебного года с учетом режима занятий, содержания программы, корректируется по степени освоения учебного материала учащимися. Форма календарного учебного графика определяется Положением «Об организации деятельности Муниципального автономного учреждения дополнительного образования «Детско-юношеский центр «Орион» по составлению, согласованию и утверждению дополнительных общеобразовательных программ в соответствии с указанными в таблице объемами учебных часов, режимом занятий и их периодичностью.

№	Год обучения	Объём учебных часов	Всего учебных недель	Режим работы	Количество учебных дней
1	1 год обучения	144	36	2 раза в неделю по 2 часа	72

Календарный учебный график имеет титульный лист, на котором кратко обозначаются основные сведения и основной план проведения занятий на учебный год. Основной план занятий оформляется в виде таблицы, включающей следующие разделы: номер учебной недели, дата проведения занятия (число, месяц, год), наименование раздела и темы по программе, краткое содержание, форма занятия, место проведения, форма контроля, количество часов занятия (теория, практика).

Материально-техническое обеспечение программы (техническая и материальная платформа программы)

Для реализации программы необходимо наличие:

1. отдельного помещения: учебного кабинета оптимальной площади с достаточным количеством посадочных мест и столов;
2. компьютерной техники: компьютера, сканера, принтера, а также DVD – проигрывателя, фото- и видеокамер, телевизора. Оптимальным является наличие интерактивной доски;
3. спортивного зала и спортивной площадки для проведения занятий по блоку физической подготовки.

Для занятий по спортивному ориентированию:

- компасы всех видов – от простейших (компас «Андреянова») до современных «на плате» и «на палец»;
- карточки для отметок КП;
- спортивные карты различных участков местности;
- карточки с условными знаками спортивных карт.
- планшеты для зимнего ориентирования

- электронная отметка SportIdent
- призмы для постановки дистанций

Для занятий по туризму:

- личное снаряжение, необходимое для проживания в полевом лагере соревнований или учебно-тренировочных сборах;
- групповое снаряжение, необходимое для проживания в полевом лагере соревнований или учебно-тренировочных сборах;
- рюкзаки различных видов, типов и конструкций;
- палатки различных видов, типов и конфигураций;
- спальники различных видов, типов и конфигураций;
- шаблоны меню и раскладки продуктов;

Для занятий по физической подготовке:

- спортивный инвентарь для занятий в спортивном зале (мячи, скакалки, эспандеры и др.);
- лыжи, лыжные ботинки, лыжные палки.

Информационное обеспечение

Учебные DVD – фильмы: «Спортивное ориентирование», «Спортивный лабиринт», «Новокузнецк – город над Томью» и др.

Кадровое обеспечение

Согласно Профессиональному стандарту «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» по данной программе может работать педагог дополнительного образования с уровнем образования и квалификации, соответствующим обозначениям таблицы пункта 2 Профессионального стандарта (Описание трудовых функций, входящих в профессиональный стандарт), а именно: коды А и В с уровнями квалификации.

Оценочные материалы, формирующие систему оценивания

Значительную роль в реализации программы играет диагностика результатов и контроль качества учебно-тренировочного процесса. Для проверки результативности программы применяется разнообразный диагностический инструментарий.

В течение учебного года применяются следующие виды диагностики:

- теоретическое тестирование на определение уровня знаний по спортивному ориентированию, туризму, окружающему миру;
- тестирование по общефизической подготовке;
- тестирование по специальной физической подготовке.

Все виды тестирования и контрольных проверок проходят в три этапа:

1. **Входной контроль** проводится в начале учебного года (сентябрь). Цель - выявление у учащихся имеющихся знаний, умений.

2. **Промежуточный контроль** проводится в середине учебного года (январь - февраль). По его результатам, при необходимости, производится корректировка учебно-тренировочного плана или программы тренировки.

3. **Итоговый контроль** проводится в конце каждого учебного, позволяет оценить результативность работы педагога за учебный год.

Кроме того, при отслеживании эффективности и качества реализации программы большое значение имеет учет результативности участия учащихся в итоговых мероприятиях и соревнованиях по спортивному ориентированию разного уровня, выполнение нормативов юношеских разрядов.

Перечень информационно-методических материалов

Построение программы позволяет систематично решать поставленные перед педагогом задачи. В программе выделяется несколько направлений: спортивное ориентирование, туризм, окружающий мир и физическая подготовка. В теоретической подготовке и физической подготовке, выделены ключевые (основные) компетенции, которыми должны обладать учащиеся и закреплять их во время участия в соревнованиях. О формах занятий, методах и приемах, применяемых при проведении занятий, подробно изложено в пояснительной записке.

Задачи, определенные программой, решаются при помощи методического обеспечения. Для успешной реализации программы разработан учебно-дидактический и методический комплект (авторы Колесникова Л.В, Козина О.А.) В который входят:

Методическое пособие «Использование психологических тестов и методик для развития интеллектуальных способностей ориентировщика»;

Дидактический материал «Проверочные и контрольные тесты по спортивному ориентированию».

Все эти работы переработаны для возраста младших школьников и позволяют сделать восприятие программы наглядным и доступным.

Так же для методического обеспечения программы «Занимательное ориентирование» специально созданы следующие работы:

Сборник игр и упражнений «Зимние забавы» и «Сборник общеразвивающих упражнений и игр для спортсменов – ориентировщиков» используемых при реализации программы.

Наборы карт по спортивному ориентированию различных местностей.

Таблицы для определения типа памяти и тестирования памяти.

Учебные DVD – фильмы: «Спортивное ориентирование», «Спортивный лабиринт», «Новокузнецк – город над Томью» и др.

Презентации по различным темам программы.

Также при организации учебно-тренировочного процесса, рекомендуется использовать на теоретических занятиях по спортивному ориентированию: «Рабочую тетрадь ориентировщика», учебный видеofilm «Условные знаки спортивных карт» учебно-методическое

пособие «Основы спортивного ориентирования с методическими рекомендациями к рабочей тетради ориентировщика».

На начальном этапе подготовки учащимся прививается интерес к занятиям спортивным ориентированием. Объяснения теоретического материала рекомендуется проводить с использованием вышеперечисленных DVD и презентаций. Кроме того, различные разделы фильмов могут использоваться на протяжении всего года. Приобретенные теоретические знания, учащиеся закрепляют практически, с помощью «Рабочей тетради юного ориентировщика» и «Сборника обучающих тестов и практических заданий по спортивному ориентированию». В представленных работах по каждой теме есть упражнения и задания на закрепление и проверку полученных знаний, что позволяет педагогу контролировать усвоение учебного материала и корректировать учебно-тематический план в зависимости от успехов занимающихся. Проводится разносторонняя общефизическая подготовка, которая осуществляется преимущественно в игровой форме.

Образовательные и учебные форматы (используемые в программе формы, методы, приемы и педагогические технологии). В теоретической части образовательном процессе используются традиционные методы обучения: словесные (рассказ, объяснение, беседа, диспут); наглядные (демонстрация, показ - плакатов, рисунков, схем, графических изображений, карт, видеофильмов, приемов работы); практические (работа с книгой, справочной литературой, дидактическим материалом, нормативно-правовыми документами, выполнение заданий, упражнений по спортивному ориентированию, скалолазанию, технике туризма).

Рекомендуемые типы занятий: изучение новой информации, обобщение и систематизация изученного, практическое применение знаний, умений (закрепление), комбинированные занятия.

Рекомендуемые формы занятий: учебные занятия в кабинете и учебно-тренировочные занятия на местности. Кроме того, используются такие формы, как соревнование и мероприятие.

Список литературы, используемой при составлении программы

1. Болотов, С.Б. Программа для объединений дополнительного образования «Спортивное ориентирование» [Текст] / С.Б. Болотов. - М.: ЦДЮТиК МО РФ, 2002. - Выпуск 3– 5с.
2. Ингстрём, А. Книга по спортивному ориентированию «В лесу и на опушке» Для ученика, 1 [Текст] / А. Ингстрём. - Пер. со швед. – М.: Физкультура и спорт, 1979.- 32с.
3. Ингстрём А. Книга по спортивному ориентированию «В лесу и на опушке» Для преподавателя, 2 [Текст] / А. Ингстрём. - Пер. со швед. А.Н.Кирчо.-М.: Физкультура и спорт, 1979. -20с.
4. Колесникова Л.В. «Спортивное ориентирование с основами туризма и краеведения» [Текст] / Л.В. Колесникова. - г. Новокузнецк, 2007.-10-20с.
5. Колесникова Л.В.Зрелищные виды спортивного ориентирования (методическое пособие) [Текст] / Л.В. Колесникова, г. Новокузнецк, 2007.- 20с.
- 6.Тыкул, В.И. Пособие для руководителей кружков внешкольных учреждений «Спортивное ориентирование» [Текст] / В.И. Тыкул. – М.: Просвещение, 1990.- 15с.

Список литературы для учащихся

1. Воронов Ю.С. Учебное пособие «Тесты и занимательные задачи для юных ориентировщиков [Текст] / Ю.С.Воронов. – М. : Смоленск, СГИФК, 1998.-10-15с.
2. Иванов Е.И. Начальная подготовка ориентировщика [Текст] / Е.И. Иванов. - М. : Физкультура и спорт, 1985.-15с.
3. Колесникова Л.В. Рабочая тетрадь юного ориентировщика [Текст] / Л.В. Колесникова. - М. : Советский спорт, 2003.-3-20с.
4. Колесникова Л.В. «Спортивное ориентирование с основами туризма и краеведения» [Текст] / Л.В. Колесникова .- г. Новокузнецк, 2007.10-15с.
5. Моргунова Т.В. Обучающие контрольные тесты по спортивному ориентированию [Текст] / Т.В. Моргунова. – М.: ЦДЮТур, 2003.-12с.
6. Журнал «Азимут» Федерация спортивного ориентирования России.

Список литературы для родителей

1. Болотов, С.Б. Программа для объединений дополнительного образования «Спортивное ориентирование» [Текст] / С.Б. Болотов. - М.: ЦДЮТиК МО РФ, 2002. - Выпуск 3– 5с.
2. Васильев, Н.Д. Спортивное ориентирование: учебное пособие [Текст] / Н.Д. Васильев. – М.: Волгоград: ВГИФК, 1983.-4-6с.

3. Елаховский, С.Б. Спортивное ориентирование на лыжах [Текст] / С.Б. Елаховский. – М.: Физкультура и спорт, 1981.-15с.
4. Колесникова, Л.В. Рабочая тетрадь юного ориентировщика [Текст] / Колесникова, Л.В. – М.: Советский спорт, 2003.-3с.
5. Моргунова, Т.В. Обучающие контрольные тесты по спортивному ориентированию [Текст] / Т.В. Моргунова. – М.: ЦДЮТур, 2003.-10с.
6. Тыкул, В.И. Спортивное ориентирование: пособие для руководителей кружков внешкольных учреждений [Текст] / В.И. Тыкул. – М.: Просвещение, 1990.-3с.

