ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ДВОРЕЦ ТВОРЧЕСТВА ДЕТЕЙ И МОЛОДЕЖИ КОЛПИНСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

РАССМОТРЕНА И ПРИНЯТА	УТВЕРЖДАЮ
На педагогическом совете	Директор ДТДиМ
ДТДиМ	_____ Н.Е.Самсонова
Протокол № 3 от 01.09.2021	Приказ № 343-ОД от 01.09.2021

Подписано цифровой подписью: Самсонова Н.Е.
DN: cn=Самсонова Н.Е., o=ГБУДО ДТДиМ Колпинского района СПб, ou=администрация, email=dtdmklp@obr.gov.spb.ru, c=RU
Дата: 2021.09.09 19:08:17 +03'00'

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПОГРАММА

«Спортивное ориентирование»

Возраст учащихся – 8-17 лет
Срок реализации – 5 лет

Разработчики:
Лахманов Алексей Сергеевич
педагог дополнительного образования
отдела туризма и краеведения
Лахманова Татьяна Петровна
педагог дополнительного образования
отдела туризма и краеведения

1. Пояснительная записка

Спортивное ориентирование – это вид спорта, в котором участники при помощи спортивной карты и компаса должны как можно быстрее пройти контрольные пункты, расположенные на пересеченной местности.

Ориентирование – это самый здоровый вид спорта (исследования шведских физиологов). Ориентирование – это единение с природой, позволяющее выходить на старт как в 8, так и в 80 лет. Ориентирование – это здоровый образ жизни и здоровые эмоции, постоянная новизна впечатлений, а также исключительно гармоничное сочетание физических и умственных возможностей человека. Ориентирование – это захватывающая, интригующая, завораживающая игра не только с соперником, но и с самим собой, дающая возможность побороть свои эмоции, страхи и переживания.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Спортивное ориентирование» реализуется в ГБУДО ДТДиМ Колпинского района с 2007 года, создана на основе типовой образовательной программы системы дополнительного образования детей «Спортивное ориентирование», утвержденной Минобразования России и федерацией спортивного ориентирования России.

В 2014г. в образовательный процесс был внедрен электронный образовательный ресурс (ЭОР) «Электронный дневник ориентировщика», позволяющий построить индивидуальный образовательный маршрут воспитанника направленный на достижение высоких результатов профессионально-ориентированной деятельности.

Обновление программы в 2018 году в соответствии с Распоряжением Комитета по образованию от 01.03.2017 № 617-р «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ в государственных образовательных организациях Санкт-Петербурга, находящихся в ведении Комитета по образованию» обусловлено необходимостью создания благоприятной среды для личностного развития и самореализации учащихся, имеющих повышенную мотивацию к овладению навыками спортивного ориентирования.

Ребенок приобретает знания, умения и навыки по очень широкому спектру дисциплин: спортивное ориентирование, легкоатлетическая подготовка, топография, краеведение, экология, основы личной гигиены, оказание первой доврачебной помощи. Большое место занимает общая и специальная физическая подготовка. Таким образом, обеспечиваются условия для социально-культурного развития личности ребенка.

В 2020 и 2021 годах одним из наиболее активно развивающихся направлений современного дополнительного образования является реализация дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ (ДООП) с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

В связи с этим, возникла необходимость внесения изменений и дополнений в ДООП «Спортивное ориентирование», которые позволят расширить возможности реализации программы и обеспечить индивидуальный подход к каждому учащемуся.

Направленность

Программа реализуется по физкультурно-спортивной направленности.

Уровень освоения: Углублённый.

Актуальность

Программа акцентирована на формирование всесторонне развитой личности посредством спортивного ориентирования в условиях современного общества, способствует росту качества социальной среды и обеспечения условий развития каждого человека. Программа «Спортивное ориентирование» предоставляет возможности вывести детей из экологически неблагоприятных условий города в относительно чистую природную среду, процесс обучения в которой положительно повлияет на сохранение и укрепление как физического, так эмоционально-психологического здоровья. В этом заключается актуальность программы в современном мире.

Отличительные особенности

К отличительным особенностям программы от типовых программ по спортивному ориентированию можно отнести специально созданные для реализации программы наглядные пособия:

– для детей младшего возраста: карты учебного кабинета, здания учебного заведения ГБУДО ДТДиМ Колпинского района СПб, спортивного зала, придворовой территории дворца творчества и др.;

– для учащихся разрядников: топографические карты в условных знаках и обозначениях, разработанные международной федерацией спортивного ориентирования (IOF) для проведения соревнований по спортивному ориентированию;

–карты в нормативных международных условных знаках (International Specifikation for Sprint Orienteering Maps, ISSOM 2007).

Также, отличным от типовых и других модифицированных программ данного направления в системе дополнительного образования являются уникальные, продиктованные условиями современного мира методические средства, разработанные на основе собственного многолетнего успешного опыта в новейшем спортивном ориентировании:

–электронный образовательный ресурс (ЭОР) «Электронный дневник ориентировщика», позволяющий построить индивидуальный образовательный

маршрут воспитанника направленный на достижение высоких результатов профессионально-ориентированной деятельности. ЭОР является также средством осуществления педагогического сопровождения, фиксирующим динамику развития одаренных детей, детей

с повышенными образовательными потребностями;

– электронный образовательный ресурс «Пазлы карт» на основе, имеющейся в ДТДиМ лицензированной программы «Jigs@wPuzzlePromoCreator».

В отличие от типовых и модифицированных программ в процессе обучения детей спортивному ориентированию по данной программе также широко используют инновационные средства и новейшие электронные программы сторонних разработчиков, заслужившие репутацию в мире ориентирования:

–электронная система отметки на старте, финише и контрольных пунктах, с последующим анализом перегонов между контрольными пунктами SFR-Systems;

–электронный образовательный ресурс «Электронные тесты по легендам спортивного ориентирования» на базе, имеющейся во дворце лицензированной программы Synchron Eyes;

– электронный образовательный ресурс «Электронные тесты по условным знакам спортивного ориентирования» на базе, имеющейся во дворце лицензированной программы Synchron Eyes;

– бесплатный интернет-тренажер «Java приложение Route Gadget».

Адресат программы

Настоящая программа предназначена для учащихсяот 8 до 18 лет любого пола. Программа будет особенно интересна детям склонным занятиям физкультурой и спортом и имеющих склонности к точным наукам. Определённых физических навыков к потенциальным учащимся не предъявляется. Учащиеся должны иметь первую или вторую группу здоровья, а также предоставить справку о состоянии здоровья на начало обучения. Два раза в год учащиеся проходят осмотр в физкультурном диспансере.

Объем и срок реализации программы

Срок реализации программы –5 лет (Всего 1224 часа)
1 год обучения – 6 часов в неделю (216 часов в год)
2 год обучения – 6 часов в неделю (216 часов в год)
3 год обучения – 6 часов в неделю (216 часов в год)
4 год обучения – 8 часов в неделю (288 часа в год)
5 год обучения – 8 часов в неделю (288 часа в год)

Цель и задачи программы

Цель: Развитие двигательной, познавательной активности учащихся и формирование потребности в здоровом образе жизни в процессе обучения спортивному ориентированию.

Задачи программы на весь период обучения

Обучающие:

1. Обучить правилам безопасности при проведении занятий в помещении, на улице, при поездках группы на транспорте, в походе, на соревнованиях, учебно-тренировочных сборах, в туристическом походе.
2. Научить обеспечивать безопасность при подготовке и проведении соревнований, учебно-тренировочных сборов, походов и слетов.
3. Научить условным знакам спортивных карт и легендам контрольных пунктов.
4. Научить ориентироваться в условиях закрытого помещения и на местности, пользоваться электронным дневником ориентировщика.
5. Обучить правилам спортивного ориентирования.
6. Выполнить разряды по спортивному ориентированию.
7. Научить планировать и организовывать дистанции по спортивному ориентированию.
8. Научить проводить различного уровня соревнования, работать программе SFR Systems версии 2.0.
9. Познакомить с основными дисциплинами в спортивном туризме, снаряжением, инструментами, правилами вида спорта «спортивный туризм», регламентом проведения соревнований по группе дисциплин «дистанция - пешеходная».
10. Научить организовывать привалы и ночлеги в туристском походе, устанавливать и собирать палатки, составлять меню и список продуктов для похода, готовить пищу в походных условиях на костре.
11. Познакомить с положением Ленинградской области на географической карте, районами и населенными пунктами, географией, особенностями растительного и животного мира.
12. Познакомить с историей г. Санкт-Петербурга и г. Колпино.
13. Научить основам личной гигиены, основным приемам оказания первой доврачебной помощи, формированию походной аптечки.

Развивающие:

1. Развить умение чувствовать свой организм, определять состояния усталости и не допускать перегрузки.
2. Развить иммунитет организма и научить способам восстановления сил после выполнения физических упражнений.
3. Развить коммуникативные навыки в процессе обучения спортивному ориентированию, организации мероприятий и участии в соревнованиях.
4. Развить волевые качества личности.
5. Развить силу, выносливость, координацию движений.
6. Развивать способность анализировать и делать выводы.
7. Развить способность контролировать своѐ психологическое и эмоциональное состояние.
8. Развить целеустремлѐнность, волю к победе, трудолюбие.

Воспитательные:

1. Воспитать ответственность за свои поступки и научится быть морально устойчивым к стрессовым ситуациям.
2. Воспитать в себе чувство уважения ко всем участникам учебного исоревновательного процессов.
3. Сформировать чувство любви к Родине, уважительное и бережное отношение к историческим и природным памятникам.
4. Воспитать качества самостоятельной личности.
5. Воспитать умение достойно принять поражение или победу на соревнованиях.
6. Воспитать потребность в здоровом образе жизни.

Условия реализации программы

Условия набора в коллектив

Учащиеся образовательных учреждений района в возрасте 8 - 18 лет на основе добровольного вступления в объединение.

Условия формирования групп

Группа может быть разновозрастной. Разновозрастный коллектив дает возможность выстраивания преемственных взаимоотношений внутри группы, шефства по принципу «понял сам, помоги другому».

Условия зачисления на второй и последующие года обучения:

Учащиеся, переходящие из других образовательных учреждений, имеющие спортивные разряды по спортивному ориентированию или спортивному туризму, а также имеющие опыт и навыки в данном виде спорта могут быть зачислены на второй и последующие года обучения по образовательной программе «Спортивное ориентирование».

В данном случае они должны обладать требуемым уровнем знаний, технической грамотностью и физической подготовкой.

По результатам собеседования и тестирования они могут быть зачислены на второй и последующие года обучения.

Учащиеся должны соответствовать возрасту, указанному в условиях набора группы на соответствующий год обучения.

Количество детей в группе

Наполняемость учебных групп по годам обучения:

1 год обучения – 15 человек
2 год обучения – 12 человек
3 год обучения – 10 человек
4 год обучения – 10 человек
5 год обучения – 10 человек

Особенности организации образовательного процесса

Организация учебного процесса соответствует регламенту безопасной реализации дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ (ДООП), в том числе санитарно-гигиенической безопасности (в особых случаях,

связанных с эпидемиологическими, социальными или другими чрезвычайными ситуациями).

Согласно регламенту безопасной реализации ДООП физкультурно-спортивной направленности занятия проводятся в следующих формах:

1. Внеаудиторные занятия (теоретические и практические занятия, проводимые педагогом с использованием электронного обучения), а также самостоятельная работа учащихся по материалам, представляемым педагогом.
2. Аудиторные занятия (практические занятия, проводимые педагогом на свежем воздухепо приказу директора образовательного учреждения).
3. Внеаудиторные занятия (практические занятия на местности, проводимые педагогом на выездах по приказу директора образовательного учреждения).

Занятия также могут проводиться в очной аудиторной форме. Для групп учащихся 2х часовое занятие проводится по 40 минут с перерывом в 15 минут, после занятия проводиться 45 минутная санитарная обработка помещения.

Режим занятий

1 год обучения 216 часов, 2 раза в неделю по 2 часа - теоретические и практические занятия в помещении и на улице, 2 раза в месяц по 4 часа - практические занятия на местности

2 год обучения 216 часов, 2 раза в неделю по 2 часа - теоретические и практические занятия в помещении и на улице, 2 раза в месяц по 4 часа - практические занятия на местности

3 год обучения 216 часов, 1 раз в неделю по 3 часа - теоретические и практические занятия в помещении и на улице, 2 раза в месяц по 6 часов - практические занятия на местности

4 год обучения 288 часов, 2 раза в неделю по 2 часа - теоретические и практические занятия в помещении и на улице, 2 раза в месяц по 8 часов - практические занятия на местности

5 год обучения 288 часов, 2 раза в неделю по 2 часа - теоретические и практические занятия в помещении и на улице, 2 раза в месяц по 8 часов - практические занятия на местности

Формы проведения занятий

Беседа, встреча, игра, учебные соревнования, электронное тестирование, презентации, практические занятия на местности, самостоятельная работа с видеоматериалами.

Формы организации деятельности обучающихся на занятии

Групповые, индивидуальные, индивидуально-групповые.

Материально-техническое оснащение программы

Для занятий по программе спортивного ориентирования необходимо следующее материально-техническое обеспечение:

- учебный кабинет для теоретических и практических занятий;
- компьютерный класс;
- учебный кабинет, оборудованный тренажерами;
- проектор или монитор;
- электронная система отметки SFR Systems;
- дидактические материалы, книги, пособия;
- тетради, ручки, цветные карандаши;
- карты по спортивному ориентированию различных районов;
- компаса для занятия спортивным ориентированием;
- специализированная одежда и обувь;
- секундомер;
- курвиметр;
- мячи: футбольный, волейбольный, набитый;
- скакалка;
- палатки;
- спальники;
- рюкзаки;
- коврики туристские.

Кадровое обеспечение программы

Программа спортивное ориентирование реализуется педагогом дополнительного образования имеющим высшее профессиональное образование, специальную инструкторскую подготовку, высокий уровень мастерства в сфера спортивного ориентирования.

Планируемые результаты

Реализация концептуальных идей развития дополнительного образования учащихся предполагает достижение каждым учащимся личностных, метапредметных и предметных результатов освоения дополнительных общеразвивающих программ.

Личностные результаты:

-ответственно относиться к знаниям о природе, прошлом и настоящем своей Малой Родины, иметь уважение к Отечеству;

- заботиться об окружающей природной среде;
- ответственно относиться к обучению и приобретению практических навыков;
- освоить социальные нормы поведения в разновозрастном коллективе;
- развить экологическое мышление, соблюдать экологические нормы и правила поведения в природе;
- научиться основам здорового и безопасного образа жизни;
- усвоить правила безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей.

Метапредметные результаты:

Коммуникативные:

- уметь слушать и слышать друг друга в различных видах совместной коллективно-творческой деятельности;
- уметь с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации в различных видах деятельности;
- владеть разными видами монолога и диалога;
- уметь создавать и представлять презентации различных типов;
- уметь выступать перед сверстниками с небольшими сообщениями, докладами;
- уметь оценивать свою речь с точки зрения еѐ содержания, языкового оформления;
- совершенствовать и редактировать собственные тексты.

Регулятивные:

- уметь самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель на практических занятиях, как в классе, так и в поле (экскурсия, поход, соревнования, полевой лагерь);
- искать и выделять необходимую информацию из различных источников, включая средства массовой информации, свободно пользоваться справочной литературой при подготовке похода или соревнований; написании отчѐта или подготовке проекта;
- овладеть способами определять цели предстоящей исследовательской, коллективно-творческой деятельности, планировать последовательность действий;
- овладеть приѐмами отбора и систематизации материала в туристской деятельности.

Познавательные:

- формировать познавательный интерес к предмету исследования в сфере спортивного ориентирования;
- объяснять процессы, связи и отношения, выявляемые в ходе исследовательской, проектной работы в спортивной деятельности.
- оценивать достигнутые результаты и адекватно их формулировать в устной и письменной форме;
- составлять первичный проект (индивидуальный, коллективный), алгоритмы проектирования туристических маршрутов;
- формировать умения эмоционального оценивания психологических фактов, личностного восприятия прошлого.

Предметные результаты:

Учащиеся будут знать:

- технику безопасности на занятиях и соревнованиях;

гигиенические нормы в выездах и способы оказания доврачебной помощи;

-основы техники и тактики спортивного ориентирования;

историко-географические особенности своего края (района экспедиции), животный и растительный мир;

- знать о промышленных объектах города Колпино, понимать их воздействие на окружающую среду;

- как тренироваться и развить выносливость, правила безопасного проведения похода и организации бивуака;

- основы техники и тактики различных видов туризма;

- особенности охраны природы на особо охраняемых территориях Санкт-Петербурга и Ленинградской области, других регионов России и сопредельных государств.

- знать в какие ВУЗы им поможет поступить обучение по программе и какие профессии освоить в результате успешного окончания обучения по программе "Спортивное ориентирование"

Учащиеся будут уметь:

- ориентироваться на местности;
- проводить аналитические наблюдения;
- выполнять необходимые бивачные работы и правильно вести себя на природе, ответственно относиться к ней;
- разрабатывать пешеходные маршруты;
- составлять раскладку продуктов;
- владеть техникой и тактикой ориентирования;
- отремонтировать и правильно хранить групповое снаряжение;
- оказывать доврачебную медицинскую помощь пострадавшему втуристском походе;
- оформлять отчет о походе, соревнованиях, подготовить реферат;
- готовить тезисы доклада или выступления и их презентацию.

Форма представления результатов

Участие учащихся в районных, городских и всероссийских мероприятиях. Наличие призёров в районных и городских мероприятиях по спортивному ориентированию.

Формы предъявления результатов по годам обучения:

1 год обучения

Справиться с дистанцией на районных соревнованиях: «Первенство Колпинского района в закрытых помещениях» и «Весенняя капель»

2 год обучения

Попасть в десятку сильнейших спортсменов на районных соревнованиях: «Первенство Колпинского района в закрытых помещениях» и «Весенняя капель»

3 год обучения

Попасть в призеры на районных соревнованиях: «Первенство Колпинского района в закрытых помещениях» и «Весенняя капель» Участие в одном-двух официальных городских соревнованиях за год.

4 год обучения

Попасть в призеры на районных соревнованиях: «Первенство Колпинского района в закрытых помещениях» и «Весенняя капель» Попасть в двадцать сильнейших спортсменов в одном официальном городском соревновании за год.

5 год обучения

Попасть в призеры на районных соревнованиях: «Первенство Колпинского района в закрытых помещениях» и «Весенняя капель» Попасть в десятку сильнейших спортсменов в одном официальном городском соревновании за год. Участие некоторых учащихся во Всероссийских соревнованиях.

2 Учебный план

Учебный план первого года обучения

№ п/п	Раздел, тема	Количество часов				Форма аттестации, контроля
		Всего	Теория	В помещении	На местности	
				Практика		
1	Введение. Техника безопасности	4	2	2	-	Устный опрос
2	Техника спортивного ориентирования	153	40	49	64	Тестирование
3	Туристская подготовка	23	12	3	8	Тестирование
4	Личная гигиена	4	2	2	-	Устный опрос
5	Общая и специальная физическая подготовка	32	-	32	-	Сдача нормативов
	ИТОГО за период обучения	**216**	**56**	**88**	**72**	

Учебный план второго года обучения

№ п/п	Раздел, тема	Количество часов				Форма аттестации, контроля
		Всего	Теория	В помещении	На местности	
				Практика		
1	Введение. Техника безопасности	4	2	2	-	Устный опрос
2	Техника спортивного ориентирования	167	36	75	56	Тестирование
3	Туристская подготовка	31	13	2	16	Тестирование
4	Оказание доврачебной помощи	4	3	1	-	Устный опрос
5	Общая и специальная физическая подготовка	10	-	10	-	Сдача нормативов
	ИТОГО за период обучения	**216**	**54**	**90**	**72**	

Учебный план третьего года обучения

№ п/п	Раздел, тема	Количество часов				Форма аттестации, контроля
		Всего	Теория	В помещении	На местности	

				Практика		
1	Введение. Техника безопасности	4	2	2	-	Устный опрос
2	Техника спортивного Ориентирования	130	36	10	84	Тестирование
3	Туристская подготовка	39	13	2	24	Тестирование
4	Оказание доврачебной помощи	5	3	2	-	Устный опрос
5	Общая и специальная физическая подготовка		-	38	38	Сдача нормативов
	ИТОГО за период обучения	**216**	**54**	**54**	**108**	

Учебный план четвертого года обучения

№ п/п	Раздел, тема	Количество часов				Форма аттестации, контроля
		Всего	Теория	В помещении	На местности	
				Практика		
1	Введение. Техника безопасности	4	2	2	-	Устный опрос
2	Техника спортивного Ориентирования	158	36	10	112	Тестирование
3	Туристская подготовка	47	13	2	32	Тестирование
4	Оказание доврачебной помощи	5	3	2	-	Устный опрос
5	Общая и специальная физическая подготовка	74	-	74	-	Сдача нормативов
	ИТОГО за период обучения	**288**	**54**	**90**	**144**	

Учебный план пятого года обучения

№ п/п	Раздел, тема	Количество часов				Форма аттестации, контроля
		Всего	Теория	В помещении	На местности	
				Практика		
1	Введение. Техника безопасности	4	2	2	-	Устный опрос
2	Техника спортивного ориентирования	158	36	10	112	Тестирование
3	Туристская подготовка	39	13	2	24	Тестирование
	Оказание доврачебной помощи	13	3	2	8	
4	Психологическая подготовка	4	4	-	-	Устный опрос
5	Общая и специальная физическая подготовка			70		Сдача нормативов

	ИТОГО за период обучения	**288**	**58**	**86**	**144**	

3. Оценочные и методические материалы

Оценочные материалы

Многолетнюю подготовку учащихся всех возрастов следует рассматривать как единый педагогический процесс, обеспечивающий преемственность задач, средств и методов тренировки детей, подростков, юношей и девушек, создающий почву для профессионального самоопределения.

В процессе обучения предусматриваются аттестации, теоретические зачеты, контрольные дистанции по спортивному ориентированию, сдача контрольных нормативов по общей и специальной физической подготовке, предусмотренных программой для системы дополнительного образования детей по спортивному ориентированию Министерства образования РФ.

Практические контрольные испытания обучающихся проводятся в процессе занятий (дистанция в заданном направлении) на протяжении 1-2 недель при одинаковых условиях. Данные заносятся в протокол.

Также формой проверки теоретического материала являются промежуточные опросы, контрольные задания и тестирования, которые проводятся после каждой пройденной темы учебно-тематического плана. Они проводятся в классическом общепринятом виде и с помощью вышеописанных авторских электронно-образовательных ресурсов. Один раз в полгода во время практических занятий сдаются нормативы по общей физической подготовке и специальной физической подготовке.

Программа также предусматривает вводный контроль, промежуточную аттестацию и итоговый контроль учащихся.

Вводный контроль

Для получения исходной информации об уровне физической и технической подготовки обучаемых в начале учебного года с 1 по 25 сентября проводится вводный контроль в форме тестирования составленного педагогом для каждого года обучения. Данные заносятся в стандартизированную ведомость контроля знаний. (Для первого года обучения вводный контроль знаний - не проводится, а для последующих проводится на основе изученных материалов)

Текущий контроль

По результатам освоения каждой теоретической темы имеется определенная форма самостоятельной работы в виде тестирования, работы с картографическим материалом или опроса.

Промежуточный контроль

Следующее контрольное тестирование проходит в середине учебного года с целью определения эффективности выполненных работ и контроля изученного теоретического материала в течение первой половины года. Для проведения

промежуточной аттестации в соответствии с ожидаемыми результатами каждого года обучения педагогом разрабатываются, а заведующим отделом утверждаются формы контрольных заданий для усвоения теоретического и практического содержания знаний и умений, а также критерии оценки их выполнения. Аттестация проводится в период с 1 по 25 декабря согласно графику. Результаты аттестации заносятся в ведомость промежуточной аттестации и сдаются заведующему отделом.

Итоговый контроль

Третье тестирование проводиться в конце учебного года, чтобы определить динамику развития учащегося. Для проведения итогового контроля в соответствии с ожидаемыми результатами каждого года обучения педагогом также разрабатываются, а заведующим отделом утверждаются формы контрольных заданий для усвоения теоретического и практического содержания знаний и умений, а также критерии оценки их выполнения. Контроль проводится в период с 1 по 25 мая согласно графику. Результаты заносятся в ведомость итогового контроля и сдаются заведующему отделом.

По результатам тестирования, контрольных упражнений и протоколов контрольных дистанций проводится анализ и коррекция маршрута развития учащегося, диагностика результативности и усвоения программы учащимися за год.

Достигнутые результаты (сдача нормативов) фиксируются в журнале преподавателя, а также в зачетной классификационной книжке спортсмена.

При реализации ДООП с использованием электронного обучения созданы условия для функционирования электронной информационно-образовательной среды, включающей в себя электронные образовательные ресурсы, соответствующие технологические средства для реализации программы».

При применении электронного обучения используются следующие формы контроля и фиксации результатов обучения:

- ответы на задания в виде файлов,
- фотографии или сканы ответов на вопросы контрольных тестов, викторин, контрольных заданий,
- отсканированные карты с разбором дистанций учащимися,
- протоколы результатов соревнований, проводимых в электронной форме,
- анализ дистанций по спортивному ориентированию в современных электронных ресурсах Route Gadget и O-GPS Center,
- скриншоты диалогов учащихся на платформах сети интернет,
- видеозаписи выполнения практических занятий (ОФП, СФП), а также практических заданий по технике спортивного ориентирования.

Методические материалы

В настоящее время интеллект стал важнейшим средством достижения высокого результата в спортивном ориентировании. Образовательный процесс по программе построен таким образом, что закаляя свой мозг сложными интеллектуальными задачами и находясь при этом под воздействием физической нагрузки, учащиеся адаптируется к этой ситуации. Такой подход поможет воспитанникам достойно выйти из возможной создавшейся в будущем трудной жизненной ситуации.

Важным принципом реализации программы является здоровье сберегающая составляющая. Использование представленных в ней методов эффективного здоровья сбережения не позволяет допустить перегрузку организма в процессе занятий с детьми.

Обучение по данной программе дает возможность реализовать себя в спортивных секциях и клубах, достичь успешных результатов, самосовершенствоваться, решить свои потребности в «выплеске» детской энергии в нужное русло.

Занятия спортивным ориентированием вырабатывают самостоятельность, решительность, целеустремленность, настойчивость, умение владеть собой и ситуацией в целом.

В процессе обучения используются следующие технологии:

– *знаково-контекстного обучения;*
– *активного обучения;*
– *развивающего обучения;*
– *дифференцированного обучения*;
– *модульного обучения*;
– *коллективные способы обучения*;
– *интерактивные игровые технологии*.

Методы, используемые на занятиях:

–*словесный* - объяснение терминов, новых понятий – направлен на получение и освоение знаний, формирование необходимых навыков, даёт возможность установления личностных контактов, способствует развитию коммуникативных способностей;

– *наглядный* - показ педагога, демонстрация – способствует развитию восприятия, обмену опытом;

– *практический* - выполнение практических заданий и упражнений развивает способность учащихся применять теоретические знания на практике;

– *репродуктивный* - воспроизведение показанного материала;

– *частично - поисковый* - развивает умение самостоятельно мыслить, анализировать и принимать решения.

В результате обучения с использованием представленной методологии совершенствуются не только физические и технические возможности учащегося, но и психологические и морально-нравственные составляющие ведущие к высокому росту личности и раскрытию талантов ребенка.

По авторской модели выявления одаренных детей в сфере спортивного ориентирования «Три кита» выявляются талантливые дети, с которыми на следующий учебный год будет проводиться дополнительная внепрограммная

работа по авторской методике с использованием электронно-образовательного ресурса «Электронный дневник ориентировщика». Такие дети в обязательном порядке направляются в центральный физкультурно-спортивный диспансер Санкт-Петербурга для прохождения полного медицинского обследования, в том числе под динамически изменяющейся нагрузкой. В случае диагноза врача «Допущен к участию во Всероссийских соревнованиях по спортивному ориентированию по своей возрастной группе» и предоставления соответствующей справки с данными учащимися начинается вышеприведенная дополнительная работа. Совместно с заведующим отделом принимается решение о заведении на таких детей карты «Одаренного ребенка».

<u>Методическое обеспечение программы «Спортивное ориентирование»</u>
Первый год обучения.

№ п/п	Тема программы	Форма занятия и технология их организации	Методы и приемы, технологии	Методическое оснащение (УМК)		
				Дидактический материал	Педагогический инструментарий оценки и формы подведения итогов	Методические материалы, техническое оснащение, в том числе информационные ресурсы
1.	Введение. Техника безопасности	Групповая Беседа, игра.	*Словесные* (объяснение понятий, беседа, рассказ*)* *Наглядные*(демонстрация фотографий, видеофильмов, иллюстраций).	Конспект беседы на тему «спортивное ориентирование и туризм как виды спорта». Видеофильм «Добро пожаловать в ориентирование». Сборник нормативно-правовых актов по туристско-краеведческой деятельности, организации отдыха детей и молодежи.	*Вводный контроль:* опрос на выявление имеющихся знаний о спортивном ориентировании.	Просмотр вводных видеофильмов о спортивном ориентировании.
2.	Техника спортивного ориентирования	Групповая, индивидуально-групповая Беседа, игра, электронное тестирование.	*Словесные* (объяснение понятий, беседа, рассказы из личного опыта). *Практические* (задания, упражнения).	Конспект беседы на тему «Понятие о карте и плане». «Электронный дневник ориентировщика» (в помощь педагогам, реализующим образовательную программу «Спортивное ориентирование»). Учебно-методическое пособие. «Современная подготовка спортсмена - ориентировщика». Условные знаки карт для спортивного ориентирования	*Промежуточная аттестация:* Тест: Авторский электронно-образовательный ресурс «Электронные тесты по условным знакам спортивного ориентирования». Контрольная	Учебные приборы (компас, электронный чип SFR,станция электронной отметки) Наглядные плоскостные (спортивные карты, настенные иллюстрации, магнитная доска). Аудиовизуальные (слайды, слайд-

			частично - поисковые.	ISOM 2000. Методическое пособие «Начальная подготовка ориентировщика». Авторское наглядное пособие «Карточки знаков спортивных карт». Методическое пособие: «Философия спортивного ориентирования».	дистанция по спортивному ориентированию . *Текущий* Выступление учащихся на районных мероприятиях.	фильмы, видеофильмы образовательные, учебные кинофильмы, учебные фильмы на цифровых носителях). Печатные (учебники и учебные пособия).
3.	Туристская подготовка	Групповая, индивидуально-групповая. Беседа, игра.	*Словесные* (объяснение понятий, беседа). *Наглядные*(демонстрация фотографий, иллюстраций). *Практические* (задания, упражнения).	Правила вида спорта «спортивный туризм». Утвержденные приказом Минспорта России от 22 июля 2013 г. № 571. Учебно-методическое пособие. Детско-юношеский туризм. Обеспечение безопасности туристических походов и соревнований подростков.	*Промежуточный контроль:* Однодневный поход.	Таблица «Личное и групповое снаряжение». Палатки, коврики, спальники, рюкзаки, топор, пила.
4.	Личная гигиена	Групповая. Беседа, тестирование, игра.	*Словесные* (объяснение понятий, беседа). *Наглядные*(демонстрация фотографий, иллюстраций).	Гигиена и экология человека. Видеофильм о правильном закаливании организма. Видеофильм про вредное влияние курения и употребления спиртных напитков на здоровье и работоспособность учеников.	*Текущий контроль:* Тест: Соблюдение гигиенических основ физических упражнений.	Просмотр видеофильмов.
5.	Общая физическая	Групповая, индивидуал	*Словесные* (объяснение	Учебник. Теория и методика физической культуры.	*Промежуточный контроль:*	Тренажёры и спортивное

	подготовка и специальная физическая подготовка	ьно-групповая. Беседа, игра, мастер-класс.	понятий, беседа) *Практические* (задания, упражнения) *Репродуктивные.*	Основы беговой подготовки в спортивном ориентировании. Видеофильм «Занятия на тренажёрах».	Контрольные упражнения. Электронно-образовательный ресурс «Электронный дневник ориентировщика».	оборудование, гимнастическое оборудование, спортивные снаряды, мячи и т.п. Просмотр видеофильма.

Второй год обучения.

№ п/п	Тема программы	Форма занятия и технология их организации	Методы и приемы, технологии	**Методическое оснащение (УМК)**		
				Дидактический материал	Педагогический инструментарий оценки и формы подведения итогов	Методические материалы, техническое оснащение, в том числе информационные ресурсы
1.	Введение. Техника безопасности	Групповая Беседа.	*Словесные* (объяснение понятий, беседа*)* *Наглядные*(демонстрация фотографий, видеофильмов, иллюстраций).	Конспект беседы: «Прошедший учебный год, подведение итогов». Авторские демонстрационные средства: «Яркие моменты и итоги прошедшего учебного года», «Женская эстафета VENLA». Обеспечение безопасности туристических походов и соревнований подростков.	*Текущий контроль:* Опрос учащихся об увиденном. (Их мнения и вопросы).	Просмотр фильма об ориентировании.
2.	Техника спортивного ориентиро	Групповая, индивидуально-групповая	*Словесные* (объяснение понятий, беседа,	Учебно-методическое пособие. «Современная подготовка спортсмена - ориентировщика». Конспект беседы: «Виды	*Промежуточная аттестация и* Тест: Авторский электронно-	Учебные приборы (компас, электронный чип SFR,станция электронной отметки,

	вания	Беседа, игра, электронное тестирование.	рассказы из личного опыта). *Практические* (задания, упражнения). *частично - поисковые.*	дисциплин спортивного ориентирования». Условные знаки карт для спортивного ориентирования ISOM 2000. Авторское наглядное пособие «Карточки знаков спортивных карт». Авторский электронно-образовательный ресурс «Пазлы карт». Методическое пособие: «Ориентирование в условиях спортзала».	образовательный ресурс «Электронные тесты по условным знакам спортивного ориентирования». Контрольная дистанция по спортивному ориентированию. *Текущий контроль* Выступление учащихся на районных мероприятиях.	курвиметр). Демонстрационные (макеты рельефа местности, стенды, модели в разрезе). Наглядные плоскостные (спортивные карты, настенные иллюстрации, магнитная доска). Аудиовизуальные (слайды, слайд-фильмы, видеофильмы образовательные, учебные кинофильмы, учебные фильмы на цифровых носителях). Печатные (учебники и учебные пособия).
3.	Туристская подготовка	Групповая, индивидуально-групповая. Беседа, игра.	*Словесные* (объяснение понятий, беседа). *Наглядные*(демонстрация фотографий, иллюстраций). *Практические* (задания,	Пособие для учителей. Азбука туризма (о технике пешеходных путешествий). Учебно-методическое пособие. Детско-юношеский туризм. Техника обеспечения безопасности туристических походов и соревнований подростков.	*Текущий контроль* Приготовление пищи в походных условиях на костре.	Палатки, коврики, спальники, рюкзаки, топор, пила. Аудиовизуальные (слайды).

			упражнения).			
4.	Оказание доврачебной помощи	Групповая Беседа, тестирование, игра.	*Словесные* (объяснение понятий, беседа). *Наглядные*(демонстрация фотографий, иллюстраций).	Конспект беседы «Состав медицинской аптечки для похода выходного дня». Межотраслевая инструкция по оказанию первой помощи при несчастных случаях на производстве.	*Текущий контроль:* Тест: определение лекарственных растений по их внешнему виду.	Медицинская походная аптечка с препаратами и средствами первой медицинской помощи.
5.	Общая физическая подготовка и специальная физическая подготовка	Групповая, индивидуально-групповая. Беседа, игра, мастер-класс.	*Словесные* (объяснение понятий, беседа) *Практические* (задания, упражнения) *Репродуктивные.*	Учебник. Теория и методика физической культуры. Основы беговой подготовки в спортивном ориентировании. Авторские методические рекомендации по функциональной подготовке "Ориенти-рование - как образ жизни".	*Текущий контроль:* Контрольные упражнения.Электронно-образовательный ресурс «Электронный дневник ориентировщика».	Тренажёры и спортивное оборудование, гимнастическое оборудование, спортивные снаряды, мячи и т.п.

Третий год обучения.

№ п/п	Тема программы	Форма занятия и технология их организации	Методы и приемы, технологии	**Методическое оснащение (УМК)**		
				Дидактический материал	Педагогический инструментарий оценки и формы подведения итогов	Методические материалы, техническое оснащение, в том числе информационные ресурсы

1.	Введение. Техника безопасности.	Групповая Беседа.	*Словесные* (объяснение понятий, беседа) *Наглядные*(демонстрация фотографий, видеофильмов, иллюстраций).	Конспект беседы: «Прошедший учебный год, подведение итогов». Авторские демонстрационные средства: «Яркие моменты и итоги прошедшего учебного года», «Мужская эстафета YUKOLAVIESTY». Обеспечение безопасности туристических походов и соревнований подростков.	*Текущий контроль:* Опрос учащихся об увиденном. (Их мнения и вопросы).	Просмотр фильма об ориентировании.
2.	Техника спортивного ориентирования	Групповая, индивидуально-групповая Беседа, игра, электронное тестирование.	*Словесные* (объяснение понятий, беседа, рассказы из личного опыта). *Практические* (задания, упражнения). *частично - поисковые.*	Учебно-методическое пособие. «Современная подготовка спортсмена - ориентировщика». Бег к невидимой цели. Условные знаки карт для спортивного ориентирования ISOM 2000. Авторское наглядное пособие «Карточки знаков спортивных карт». Авторский электронно-образовательный ресурс «Пазлы карт». Авторское научно-методическое пособие. Планирование спринтерской дистанции по спортивному ориентированию. Тренажер «Java приложение RouteGadget». Учебник. Теория и методика	*Промежуточная аттестация* Тест: Авторский электронно-образовательный ресурс «Электронные тесты по условным знакам спортивного ориентирования». Контрольная дистанция по спортивному ориентированию. *Промежуточная аттестация* Выступление учащихся на	Учебные приборы (компас, электронный чип SFR,станция электронной отметки, курвиметр). Наглядные плоскостные (спортивные карты, настенные иллюстрации). Аудиовизуальные (слайды, слайд-фильмы, видеофильмы образовательные, учебные фильмы на цифровых носителях). Печатные (учебники и учебные пособия)

				спортивного ориентирования.	районных мероприятиях.	
3.	Туристская подготовка	Групповая, индивидуально-групповая. Беседа, игра.	*Словесные* (объяснение понятий, беседа). *Наглядные*(демонстрация фотографий, иллюстраций). *Практические* (задания, упражнения).	Пособие для учителей. Азбука туризма (о технике пешеходных путешествий). Учебно-методическое пособие. Детско-юношеский туризм. Техника обеспечения безопасности туристических походов и соревнований подростков.	*Текущий контроль:* Движение группы по пересеченной местности.	Палатки, коврики, спальники, рюкзаки, топор, пила. Аудиовизуальные (слайды).
4.	Оказание доврачебной помощи	Групповая. Беседа, тестирование, игра.	*Словесные* (объяснение понятий, беседа). *Наглядные*(демонстрация фотографий, иллюстраций).	Межотраслевая инструкция по оказанию первой помощи при несчастных случаях на производстве. Конспект беседы: «Пищевые отравления. Первая медицинская помощь». Конспект беседы: «Предупреждение травматизма».	*Текущий контроль:* Тест: пищевые отравления и возможные травмы на занятиях и соревнованиях.	Аудиовизуальные (слайды). Наглядные плоскостные (настенные иллюстрации).
5.	Общая физическая подготовка и специальная физическая подготовка	Групповая, индивидуально-групповая. Беседа, игра, мастер-	*Словесные* (объяснение понятий, беседа) *Практические* (задания, упражнения)	Учебник. Теория и методика физической культуры. Тренировочный процесс: основные принципы. Основы беговой подготовки в спортивном ориентировании. Авторские методические рекомендации по функциональной	*Текущий контроль:* Контрольные упражнения.Электронно-образовательный ресурс «Электронный	Тренажёры и спортивное оборудование, гимнастическое оборудование, спортивные снаряды, мячи и т.п.

		класс.	*Репродуктивные.*	подготовке "Ориентирование - как образ жизни".	дневник ориентировщика».	

Четвёртый год обучения.

№ п/п	Тема программы	Форма занятия и технология их организации	Методы и приемы, технологии	Методическое оснащение (УМК)		
				Дидактический материал	Педагогический инструментарий оценки и формы подведения итогов	Методические материалы, техническое оснащение, в том числе информационные ресурсы
1.	Введение. Техника безопасности	Групповая Беседа.	*Словесные* (объяснение понятий, беседа*)* *Наглядные*(демонстрация фотографий, видеофильмов, иллюстраций).	Конспект беседы: «Прошедший учебный год, подведение итогов». Авторские демонстрационные средства: «Яркие моменты и итоги прошедшего учебного года», «Крупнейшая в мире многодневка O-Ringen». Обеспечение безопасности туристических походов и соревнований подростков.	*Текущий контроль:* Опрос учащихся об увиденном. (Их мнения и вопросы).	Просмотр фильма об ориентировании.
2.	Техника спортивного ориентирования	Групповая, индивидуально-групповая Беседа, игра, электронно	*Словесные* (объяснение понятий, беседа, рассказы из личного опыта). *Практические*	Учебно-методическое пособие. «Современная подготовка спортсмена - ориентировщика». Бег к невидимой цели. Авторское наглядное пособие «Карточки знаков спортивных карт». Легенды контрольных пунктов, разработано с использованием IOF	*Промежуточная аттестация* Тест: Авторский электронно-образовательный ресурс «Электронные тесты по условным знакам	Учебные приборы (компас, электронный чип SFR,станция электронной отметки, курвиметр). Наглядные плоскостные (спортивные карты, настенные

		е тестировани е.	(задания, упражнения). *частично - поисковые.*	ControlDescriptions. Авторский электронно-образовательный ресурс «Пазлы карт». Авторское научно-методическое пособие. Планирование спринтерской дистанции по спортивному ориентированию. Тренажер «Java приложение RouteGadget». Учебник. Теория и методика спортивного ориентирования.	спортивного ориентирования». Контрольная дистанция по спортивному ориентированию *Текущий контроль* Выступление учащихся на районных мероприятиях.	иллюстрации). Аудиовизуальные (слайды, слайд-фильмы, видеофильмы образовательные, учебные кинофильмы, учебные фильмы на цифровых носителях). Печатные (учебники и учебные пособия).
3.	Туристская подготовка	Групповая, индивидуал ьно-групповая. Беседа, игра.	*Словесные* (объяснение понятий, беседа). *Наглядные*(дем онстрация фотографий, иллюстраций). *Практические* (задания, упражнения).	Пособие для учителей. Азбука туризма (о технике пешеходных путешествий). Большая книга узлов. Учебно-методическое пособие. Детско-юношеский туризм. Техника обеспечения безопасности туристических походов и соревнований подростков. Правила вида спорта «спортивный туризм».	*Текущий контроль:* Прохождение этапа брод через реку по перилам и стенкой. Устройство перил.	Веревки, карабины, палатки, коврики, спальники, обвязки, каски, усы самостраховки. Аудиовизуальные (слайды).
4.	Оказание доврачебн ой помощи	Групповая Беседа, тестировани е, игра.	*Словесные* (объяснение понятий, беседа). *Наглядные*(де монстрация фотографий,	Межотраслевая инструкция по оказанию первой помощи при несчастных случаях на производстве. Конспект беседы «Раны и их разновидности. Обработка ран». Конспект беседы «Кровотечения».	*Текущий контроль:* Оказание первой доврачебной помощи условно пострадавшему.	Аудиовизуальные (слайды). Наглядные плоскостные (настенные иллюстрации).

			иллюстраций).			
5.	Общая физическая подготовка и специальная физическая подготовка	Групповая, индивидуально-групповая. Беседа, игра, мастер-класс.	*Словесные* (объяснение понятий, беседа) *Практические* (задания, упражнения) *Репродуктивные.*	Учебник. Теория и методика физической культуры. Тренировочный процесс: основные принципы. Основы беговой подготовки в спортивном ориентировании. Авторские методические рекомендации по функциональной подготовке "Ориентирование - как образ жизни".	*Промежуточная аттестация:* Контрольные упражнения.Электронно-образовательный ресурс «Электронный дневник ориентировщика».	Тренажёры и спортивное оборудование, гимнастическое оборудование, спортивные снаряды, мячи и т.п.

Пятый год обучения.

№ п/п	Тема программы	Форма занятия и технология их организации	Методы и приемы, технологии	**Методическое оснащение (УМК)**		
				Дидактический материал	Педагогический инструментарий оценки и формы подведения итогов	Методические материалы, техническое оснащение, в том числе информационные ресурсы
1.	Введение. Техника безопасности	Групповая Беседа.	*Словесные* (объяснение понятий, беседа*)* *Наглядные*(демонстрация фотографий, видеофильмов, иллюстраций).	Конспект беседы: «Прошедший учебный год, подведение итогов». Авторские демонстрационные средства: «Яркие моменты и итоги прошедшего учебного года», «Эстафета 10 Mila». Обеспечение безопасности туристических походов и соревнований подростков.	*Текущий контроль:* Опрос учащихся об увиденном. (Их мнения и вопросы).	Просмотр фильма об ориентировании.

2.	Техника спортивного ориентирования	Групповая, индивидуально-групповая Беседа, игра, электронное тестирование.	*Словесные* (объяснение понятий, беседа, рассказы из личного опыта). *Практические* (задания, упражнения). *частично - поисковые.*	Учебно-методическое пособие. «Современная подготовка спортсмена - ориентировщика». Правила вида спорта «спортивное ориентирование». Организация массовых соревнований по спортивному ориентированию. Как провести соревнования. Авторский электронно-образовательный ресурс «Пазлы карт». Авторское научно-методическое пособие. Планирование спринтерской дистанции по спортивному ориентированию. Тренажер «Java приложение RouteGadget». Технологии проведения массовых стартов с участием минимального числа судей.	*Промежуточная аттестация:* Тест: Авторский электронно-образовательный ресурс «Электронные тесты по условным знакам спортивного ориентирования». Контрольная дистанция по спортивному ориентированию *Текущий контроль* Выступление учащихся на районных мероприятиях.	Учебные приборы (компас, электронный чип SFR,станция электронной отметки, курвиметр). Программа SFR Systems версии 2.0. Наглядные плоскостные (спортивные карты, настенные иллюстрации). Аудиовизуальные (слайды, видеофильмы образовательные, учебные фильмы на цифровых носителях). Печатные (учебники и учебные пособия).
3.	Туристская подготовка	Групповая, индивидуально-групповая. Беседа, игра	*Словесные* (объяснение понятий, беседа). *Наглядные*(демонстрация фотографий, иллюстраций). *Практические*	Пособие для учителей. Азбука туризма (о технике пешеходных путешествий). Большая книга узлов. Учебно-методическое пособие. Детско-юношеский туризм. Техника обеспечения безопасности туристических походов и соревнований подростков.	*Текущий контроль:* Прохождение одного из этапа по спортивному туризму. Организация страховки и работа с ней.	Веревки, карабины, палатки, коврики, спальники, обвязки, каски, усы самостраховки. Аудиовизуальные (слайды).

			(задания, упражнения)	Правила вида спорта «спортивный туризм».		
4.	Оказание доврачебной помощи	Групповая Беседа, тестирование, игра	*Словесные* (объяснение понятий, беседа). *Наглядные*(демонстрация фотографий, иллюстраций).	Межотраслевая инструкция по оказанию первой помощи при несчастных случаях на производстве. Техника обеспечения безопасности туристических походов и соревнований подростков	*Текущий контроль:* Организация спасательных работ условно пострадавшего.	Аудиовизуальные (слайды). Наглядные плоскостные (настенные иллюстрации).
5.	Психологическая подготовка	Групповая Беседа, тестирование, игра	*Словесные* (объяснение понятий, беседа).	Мышление в ориентировании. Философия спортивного ориентирования. Психология спортивного ориентирования.	*Текущий контроль:* Постановка цели и задач участия в соревнованиях.	Печатные (учебники и учебные пособия).
6.	Общая физическая подготовка и специальная физическая подготовка	Групповая, индивидуально-групповая. Беседа, игра, мастер-класс	*Словесные* (объяснение понятий, беседа) *Практические* (задания, упражнения) *Репродуктивные*	Учебник. Теория и методика физической культуры. Тренировочный процесс: основные принципы. Основы беговой подготовки в спортивном ориентировании. Авторские методические рекомендации по функциональной подготовке "Ориентирование - как образ жизни".	*Промежуточная аттестация:* Контрольные упражнения.Электронно-образовательный ресурс «Электронный дневник ориентировщика».	Тренажёры и спортивное оборудование, гимнастическое оборудование, спортивные снаряды, мячи и т.п.

4.Список литературы

Список литературы для учащихся

1. Акимов В.Г. Подготовка спортсмена - ориентировщика. - Минск, Полымя,1987.-176с.
2. Алешин В.М., Калиткин Н.Н. Соревнования по спортивному ориентированию. - М., Физкультура и спорт, 2014 - 145 с.
3. Бирюков А.А. Эта волшебница баня. - М., Советский спорт, 2019.-112с.
4. Воронкевич И.А. Детские травмы. Профилактика и оказание первой помощи. - СПб., Детство-Пресс, 2018. - 16 с.
5. Иванов Е.И. Начальная подготовка ориентировщика. - М. Физкультура и спорт, 2015. - 159 с.
6. Такое разное ориентирование/под ред. Алѐшин В.М. - Воронеж, ВГУ, 2019. - 253 с.

Использующейся педагогом в своей работе

1. Альмейда К.Ф. Принятие решений в ориентировании // Азимут.-2002.- № 6.- с. 21-24.
2. Бардин К.В. Азбука туризма (о технике пешеходных путешествий). Пособие для учителей, руководителей туристских походов со школьниками. - М., Просвещение, 2018. - 205 с.
3. Большая книга узлов. Рыбацкие, охотничьи, морские, туристские, альпинистские, бытовые /под ред. Демус В.А. - Белгород, Клуб семейного досуга, 2019. - 288 с.
4. Борилкевич В.Е. Основы беговой подготовки в спортивном ориентировании. - СПб, 1994. - 78с.
5. Бубнов В.Г, Бубнова Н.В. Инструкция по оказанию первой помощи при несчастных случаях на производстве. -М., Гало Бубнов, 2017.- 112с.
6. Бубнов В.Г, Бубнова Н.В. Межотраслевая инструкция по оказанию первой помощи при несчастных случаях на производстве. -М., НЦ ЭНАС, 2014. - 80 с.
7. Густов В. Ленинградская область. История и современность. - СПб, Лики России, 1997. - 304 с.
8. Даринский А.В., Старцев В.И. История Санкт-Петербурга. - СПб, Глагол, 2015.- 256 с.
9. Дерманова И.Б. Сидоренко Е.В. Психологический практикум. Межличностные отношения. СПб., Речь, 2013. - 40 с.
10. Дистанции в спортивном ориентировании бегом / под ред. Алешина В. М. - Воронеж, ВГУ, 2018. - 204 с.

11. Елаховский С.Б. Бег к невидимой цели. - М., Физкультура и спорт, 1973. - 144 с.
12. Ермаченков А.А. Технология организации тренировочных стартов. - М., Академпринт, 2018. - 70 с.
13. Ермолаева Л.К., Захваткина И.З., Лебедева И.М. Краеведение: Давным-давно на наших землях. Петербургская тетрадь. – СПб: СМИО - Пресс, 2019. - 40 с.
14. Ермолаева Л.К. Краеведение: Санкт-Петербург – город-музей. Петербургская тетрадь. – СПб: СМИО - Пресс, 2012. - 136 с.
15. Иванов Е.И. Начальная подготовка ориентировщика. - М., Физкультура.и спорт, 2015. - 159 с.
16. Исаченко Г.А. "Окно в Европу". История и ландшафты. - СПб, С.-Петерб. ун-т, 1998. - 476 с.
17. Казанцев С.А. Спортивное ориентирование. Физкультурно-спортивное совершенствование. Учебно-методическое пособие. - СПб., НГУ им. П. Ф. Лесгафта, 2010.- 76 с.
18. Казанцев С. А. Организация массовых соревнований по спортивному ориентированию. – СПб., НГУ им. П. Ф. Лесгафта, 2007. – 55 с.Казанцев, С.А. Психология спортивного ориентирования. - СПб., НГУ им. П. Ф. Лесгафта, 2007. - 110 с.
19. Казанцев С.А. Теория и методика спортивного ориентирования. Учебник. - СПб., НГУ им. П.Ф. Лесгафта, 2013. - 190 с.
20. Как провести соревнования / под.ред. Алѐшина В.М. - Воронеж, ВГУ, 2008. - 159 с.
21. Константинов Ю.С. Детско-юношеский туризм. Учебно-методическое пособие. - М., ФЦДЮТиК, 2008. - 600 с.
22. Константинов Ю. С., Смирнов Д. В., Маслов А.Г. Программы для системы дополнительного образования детей. Юные туристы-краеведы. - М., ФЦДЮТиК, 2006.
23. Костылев В.В. Тренировочный процесс: основные принципы // Азимут. – 1999. - № 1.- с. 13-15.
24. Костылев В.В. Философия спортивного ориентирования. - М. 1995.- 227с.
25. Красная книга природы Ленинградской области. Т. 1. Особо охраняемые природные территории/под ред. Фокина Ю.В. - СПб, Мир и семья, 1999. - 348 с.
26. Красная книга природы Ленинградской области. Том 2. Растения и грибы/под ред. Носкова Г.А. - СПб, Мир и семья, 2000. - 672 с.
28. Красная книга природы Ленинградской области. Т. 3. Животные/под ред. Носкова Г.А. - СПб, Мир и семья, 2002. - 478 с.
29. Матвеев Н.А. Гигиена и экология человека. - М., Академия, 2005.-122с.

30. Налѐтов Д.В. Технологии проведения массовых стартов с участием минимального числа судей // Азимут. - 2007 - №3. - с. 31-33.
31. Обеспечение безопасности туристических походов и соревнований подростков / под ред. Губаненкова С.М. – СПб, Петополис, 2007.-278с.
32. Правила вида спорта «спортивное ориентирование». Утвержденные приказом Минспортуризма России от 2 апреля 2010 г. № 278.
33. Правила вида спорта «спортивный туризм». Утвержденные приказом Минспорта России от 22 июля 2013 г. № 571.
34. Пронтищева Л.П. Истоки мастерства. - М., 1990. - 159 с.
35. Сборник нормативно-правовых актов по туристско-краеведческой деятельности, организации отдыха детей и молодежи / под ред. Константинова Ю.С.,Ускова С.В - М., ФЦДЮТиК, 2006 - 386 с.
36. Теория и методика физической культуры: Учебник/ под ред. Курамшина Ю.Ф. - М., Академия, 2003. – 412 с.
37. Техника обеспечения безопасности туристических походов и соревнований подростков/ под ред. Губаненкова С.М. – СПб, Петополис, 2013. – 180 с.
38. Тюрин А.М., Васичкин В.И. Техника массажа. Л., Медицина, 1986.-160 с.
39. Уланов В.А. Ленинградская область: Знаете ли Вы? - СПб, Паритет, 2007. - 320 с.
40. Ширинян А.А., Иванов А.В. Современная подготовка спортсмена – ориентировщика. М.,2008-112с.
41. Юхансен Б. Мышление в ориентировании // Азимут.- 2002.- № 6.-с. 41 – 44.
42. Энциклопедия психологических тестов / под ред. Касьянова С.А. М., ЭКС-МО-Пресс, 2005. - 496 с

Список литературы для родителей

1. Акимов В.Г., Кудряшов А. А. Спортивное ориентирование. - Минск., БГУ им. В. И. Ленина, 1977. – 87 с.
2. Воронкевич И.А. Детские травмы. Профилактика и оказание первой помощи. - СПб., Детство-Пресс, 2018. - 16 с.
3. Филип Райс, Ким Долджин. Психология подросткового и юношеского возраста. - СПб., Питер, 2017. - 816 с.

Список электронных ресурсов и ресурсов сети интернет

1. Условные знаки карт для спортивного ориентирования ISOM 2000 [Электронный ресурс] Режим доступа:

http://www.moscompass.ru/news/rules/isom2000/ (дата обращения 24.05.2021 г.

2. Описание символов, используемых для пояснения легенд КП, разработано с использованием IOF ControlDescriptions [Электронный ресурс] - Режим доступа: http://moscompass.ru/news/legenda.htm (дата обращения 24.05.2021 г.)

3. Route Gadget [Электронный ресурс] – Режим доступа: http://o-site.spb.ru/cgi-bin/reitti.cgi. (дата обращения 24.05.2021 г.)