

Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
«Станция детского и юношеского туризма и экскурсий (юных туристов)»
города Новотроицка Оренбургской области

Принята на заседании методического

УТВЕРЖДАЮ

совета МАУДО «СДЮТурЭ»

от «10» 09 2020 г.

Протокол № 1

Директор МАУДО «СДЮТурЭ»

Е.В.Махова



«10» 09 2020 г.

**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа**

туристско-краеведческой направленности

«Спортивное ориентирование»

Автор-составитель:

Шмелёв Юрий Николаевич

педагог дополнительного образования

Срок реализации: 2 года

Возраст обучающихся: 10-16 лет

Новотроицк, 2020 г.

Содержание

Пояснительная записка	3-5
Учебно-тематический план 1 года занятий объединения	6
Содержание программы 1 года обучения.....	7-10
Предполагаемые педагогические результаты	10-14
Учебно-тематический план 2 года занятий объединения	15
Содержание программы 2 года обучения.....	15-18
Предполагаемые педагогические результаты	18-22
Методическое обеспечение образовательной программы	23-39
Перечень снаряжения и оборудования для реализации программы занятий объединения дополнительного образования	40
Личное снаряжение, необходимое для выездов на соревнования и походов	41
Список литературы, использованной при создании программы	42

Пояснительная записка

Спортивное ориентирование – вид спорта, в котором участники самостоятельно, при помощи карты и компаса, должны пройти заданное число контрольных пунктов (КП), расположенных на местности.

Ориентирование в форме спортивных соревнований имеет довольно продолжительные традиции. Сначала этим видом увлекались почти исключительно как соревновательным спортом, но в последнее время возрос интерес к ориентированию как к движению «Спорт для каждого».

В нашей стране этот вид спорта получает все большее признание. Широкая доступность (соревнования проводятся во всех возрастных группах, от 10 лет до 70 и старше, среди инвалидов), захватывающая борьба на трассе, красота природы, с которой так близко соприкасаются спортсмены на дистанции, - все это способствует популярности спортивного ориентирования. Массовые старты вовлекают в этот вид спорта новых любителей.

Данная программа имеет **туристско-краеведческую направленность**. Занятия ориентированием содействуют умственному и физическому развитию, укреплению здоровья, помогают познавать и понимать природу. Наряду с оздоровительным и спортивным ориентирование имеет большое прикладное значение. Умение ориентироваться – это навык, который необходим и туристу, и охотнику, и геологу, и будущему воину.

При занятиях ориентированием вырабатываются такие необходимые человеку качества, как самостоятельность, решительность, целеустремленность, настойчивость при достижении цели, умение владеть собой, быстрая реакция, эффективное мышление в условиях больших физических нагрузок.

Спортсмен – ориентировщик в процессе занятий спортивным ориентированием совершенствуется и закрепляет знания, полученные на уроках географии, физики, геометрии, физкультуры.

Для плодотворной и успешной работы педагог и его ученики должны видеть итоги своего труда. Педагог – для определения эффективности применяемых средств и методов, ученик – как стимул для дальнейшего продвижения вперед.

Программа рассчитана на 2 года и предусматривает обучение кружковцев начальным знаниям спортивного ориентирования. Она составлена на основе программы Министерства просвещения, автор – Тыкул В.И., 1990 г. Возраст занимающихся – 10 – 12 лет.

В ходе выполнения программы совершенствуются психологические, эстетические, морально – волевые качества.

Новизна программы «Спортивное ориентирование» заключается в создании эффективной модели организации спортивно-туристской деятельности посредством сочетания широкой интеграции учебных дисциплин (география, краеведение, экология, ОБЖ, физкультура, медицина).

Актуальность программы «Спортивное ориентирование» в том, что она отвечает потребностям общества и государственным задачам, которые направлены на сохранение и укрепление здоровья детей: «Здоровая нация – сильное государство». Данная программа приспособлена к условиям, сложившихся социально – экономических отношений и отвечает требованиям здоровьесберегающих образовательных технологий. Способствует личностному профессиональному и жизненному самоопределению воспитанников.

Целью программы является формирование здоровой, всесторонне образованной и развитой личности посредством занятий спортивным ориентированием, достижение высоких результатов на городском уровне и участие сильнейших кружковцев в областных соревнованиях.

Также программа решает ряд образовательных и воспитательных **задач**:

- охрана окружающей среды;
- соблюдение навыков спортивной этики, дисциплины, преданности своему коллективу;
- укрепление здоровья, соблюдение требований личной и общественной гигиены, гигиены тренировки, четкая организация врачебного контроля;
- повышение уровня общей и специальной физической подготовки;
- совершенствование технической и тактической подготовки занимающихся;
- пропаганда спортивного ориентирования среди населения как средства активного отдыха;
- формирование представлений о межпредметных связях и получение дополнительного образования по дисциплинам: физиология человека, ОБЖ, гигиена и санитария, география, краеведение, экология, психология;
- совершенствование знаний и умений, полученных на занятиях и соревнованиях, в учебно – тренировочных лагерях и походах.

Комплексность программы основывается на цикличности и круглогодичности учебно – тренировочного процесса. В образовательно – воспитательном процессе с участием педагога – ребенка – родителей – общеобразовательного учреждения особое место занимает деятельность педагога и воспитанника. Большое значение имеет принцип индивидуализация и дифференциации в подборе соответствующих методов и приемов дополнительного образования и воспитания для каждого обучающегося.

Структура программы. Программа состоит из пояснительной записки, памяти годовичных циклов дополнительного образования, методических рекомендаций, списка необходимого оборудования и снаряжения, списка литературы.

Годовой цикл дополнительного образования состоит из взаимосвязанных частей:

- тематического учебного плана занятий объединения (с наименованием тем занятий и распределением часов на изучение теоретического и практического материала);
- рабочей учебной программы занятий объединения дополнительного образования;
- предполагаемых педагогических результатов – знаний, умений, навыков, которыми должен овладеть обучающийся к концу каждого года занятий.

В методических рекомендациях даются практические советы по использованию программы, как строить учебный процесс, какие средства лучше использовать.

Список оборудования включает в себя перечень снаряжения, необходимого для проведения занятий объединения дополнительного образования.

Представлен список литературы, использованной для написания программы.

Учебно – тренировочный процесс рассчитан программой на 36 учебных недель в течение учебного года с общим объемом нагрузки 216 часов по 6 часов в неделю. Предполагается увеличение объема учебно – тренировочной нагрузки в каникулярное время и непосредственно перед ответственными соревнованиями, а также в спортивно – оздоровительных лагерях юных ориентировщиков и туристов, учебных походах.

Ожидаемые результаты и способы определения их результативности.

По ожидаемым результатам: освоение программы «Спортивное ориентирование» отслеживается по трем компонентам: предметный, метапредметный и личностный, что позволяет определить динамическую картину развития воспитанника.

В структуре планируемых результатов определяются ожидания, связанные с тем, какими учебными действиями в отношении опорной системы знаний, умений и навыков воспитанники овладевают на уровне:

актуального развития (исполнительская компетентность – репродуктивная работа хорошо освоенная и выполняемая практически автоматически)

зоны ближайшего развития («перспективные действия» - находящиеся еще в стадии формирования, что лежат в основе дальнейшего развития детей в области спортивного ориентирования).

Предметные результаты – уровень освоения воспитанниками базовых понятий по географии, рисованию, анатомии, физической культуре, опыт деятельности по получению

новых знаний в области топографии, геологии, краеведению, медицине, его преобразование и применение.

Проверка результатов проходит в форме:

- игровых занятий на повторение теоретических понятий (конкурсы, викторины, составление кроссвордов и др.),
- собеседования (индивидуальное и групповое),
- тестирования,
- участие в конференциях «Здесь мой край, здесь я живу», «Шаг в будущее»
- участие в соревнованиях по спортивному ориентированию;
- участие в походах не категорийных и категорийных
- участие в городском турслете.

Метапредметные результаты – овладение воспитанниками умениями, которые создадут возможность самостоятельно, успешно усваивать новые знания, умения и компетентности, необходимые для дальнейшего умственного и физического развития.

Личностные результаты – готовность и способность воспитанников к саморазвитию, ценностно-смысловые установки выпускников, отражающие их индивидуально-личностные позиции, социальные компетентности, личностные качества, сформированность гражданской позиции. Для оценки формирования и развития личностных характеристик воспитанников (ценности, интересы, склонности, уровень притязаний положение ребенка в объединении, деловые качества воспитанника) используется

- простое наблюдение,
- проведение ролевых игр,
- анкетирование.

Прямыми критериями оценки результатов обучения служит успешное усвоение дополнительной программы по годам обучения, прирост спортивных достижений, участие в походах, соревнованиях.

Косвенными критериями служат: заинтересованность участников в выбранном виде деятельности. Развитие чувства ответственности и товарищества, а в конечном итоге – воспитание физически здоровых людей.

Формы подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы.

Основными формами подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы являются:

- соревнования, походы выходного дня (ПВД);
- тематические конкурсы, конференции;
- турслеты, категорийные походы.

На занятиях предусматриваются следующие формы организации учебной деятельности:

- индивидуальная (воспитаннику дается самостоятельное задание с учетом его возможностей);
- фронтальная (работа в коллективе при объяснении нового материала);
- групповая (разделение на минигруппы для выполнения определенной работы);
- коллективная (выполнение работы для подготовки к походам и др мероприятиям).