



**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
ДОМ ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА «НА 9-ОЙ ЛИНИИ»  
ВАСИЛЕОСТРОВСКОГО РАЙОНА  
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА**

**Принята**

на педагогическом совете

«\_31\_» августа\_\_ 2017 г.

Протокол № 1

**Утверждена**

Приказом №55 от 31.08. 2017 г.

Директор ГБУ ДО  
ДДТ «На 9-ой линии»

\_\_\_\_\_ И.В.Петерсон

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
«ОСНОВЫ СПОРТИВНОГО ОРИЕНТИРОВАНИЯ»**

**(для детей с ОВЗ)**

**Возраст учащихся: 11 - 15 лет**

**Срок реализации: 1 год**

Разработчик:  
**Васильева Елена Афанасьевна,**  
педагог дополнительного образования

## Пояснительная записка

Спортивное ориентирование, как вид спорта получило в нашей стране большую популярность. Этим видом спорта на разных уровнях могут заниматься дети дошкольного, школьного возраста, взрослые и даже люди пожилого возраста. Такой возрастной диапазон людей, увлекающихся данным видом спорта объясняется доступностью ориентирования как в понимании выполняемых действий на дистанции, так и в доступности в плане оснащения и экипировки. Большую популярность приобрело "Парковое ориентирование, где соревнования проходят в парках и лесопарках в пределах городской черты. Для учащихся введены новые виды ориентирования, такие как "фотоориентирование", спринт, "лабиринт", что делает этот вид спорта доступным и таким образом популярным.

Занятия спортивным ориентированием вводятся в программы школ на уроках физической культуры. Занятия доступны в понимании учащихся, они повышают физическую активность, улучшают память и внимание, способствуют развитию образно-наглядной памяти, быстроты реакции, воспитывают дух соперничества и в тоже время дух товарищества, так как это не только индивидуальный, но и командный вид спорта.

Для учащихся с ограниченными возможностями занятия основами спортивного ориентирования расширяют познавательные возможности, обогащают его интеллектуальную и эмоциональную жизнь, помогают осознать свои возможности и определиться: «это я делаю, это я могу», а также принять помощь взрослого человека в саморазвитии и самообразовании.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «**Основы спортивного ориентирования**» разработана для учащихся с ОВЗ. Дети с ОВЗ отличаются сниженной познавательной активностью, недостаточностью внимания, памяти, пространственной ориентацией и другими особенностями. В программе изучаются основные темы, посвященные обучению ориентированию на местности в соответствии с уровнем знаний и психо-физическими особенностями учащихся.

Направленность программы **физкультурно-спортивная**. Уровень освоения программы **общекультурный**.

Программа разработана с учетом психофизического развития и индивидуальных возможностей учащихся. Она направлена на содействие ребенку в решении актуальных задач развития, обучения, социализации. Темы, изучаемые в программе "Основы спортивного ориентирования", помогают расширить кругозор учащихся, устранить пробелы в знаниях, ранее полученных ими в школе по темам, близким к темам, изучаемым в программе. В этом заключается **актуальность** данной программы.

Программа учитывает специфику и принципы коррекционно-развивающего обучения, принципы продуктивной обработки информации.

При обучении используются упражнения на развитие внимания, памяти, выполняются задания, предполагающие самостоятельную обработку информации с дозированной поэтапной помощью педагога. При работе над индивидуальным заданием дети обучаются работе с информацией по образцу, алгоритмам, вопросам.

**Адресат программы:** программа разработана для учащихся с ОВЗ, возраст учащихся 11-15 лет, не имеющих противопоказаний для занятий по данной программе.

**Объем и срок реализации программы:** программа рассчитана на 1 год обучения (72 часа в год). Занятия проходят 1 раз в неделю по 2 часа.

В группе 15 детей.

## **Особенности организации образовательного процесса.**

Для проведения практических и теоретических занятий с учащимися используются специальные дидактические материалы. Объем предложенных заданий варьируется с учетом интеллектуальных возможностей учащихся. Задания повторяются. К ним можно возвращаться несколько раз. Для закрепления материала разработаны тренировочные упражнения.

## **Цель программы**

Социализация и раскрытие потенциала ребёнка с ограниченными возможностями здоровья через предметно-практическую деятельность в спортивном ориентировании.

## **Задачи программы**

### **Обучающие:**

- познакомить детей с основными терминами и понятиями спортивного ориентирования;
- укрепление здоровья обучающихся, приобщение к здоровому образу жизни;
- познакомить с основными условными обозначениями спортивных карт;
- дать знания о масштабах карт и способах работы с картами;
- научить вычерчиванию плана местности пришкольного участка, кабинета, зала;
- научить измерению габаритов отдельных предметов, габаритов помещения с использованием измерительных инструментов;
- научить составлению " мозаики " из карт;
- научить пользоваться компасом и определять стороны горизонта;
- научить определять азимут на предмет, двигаться по азимуту;
- формировать умение ориентироваться в пространстве (в помещении, на участке местности, «в лабиринте»);
- научить пользоваться различными средствами отметки на КП.

### **Развивающие:**

- способствовать развитию мелкой моторики кистей и пальцев рук (при выполнении упражнений с картами и компасом);
- способствовать развитию зрительной, наглядно-образной, слуховой памяти;
- способствовать развитию устойчивости внимания;
- способствовать развитию умения работать с информацией;
- способствовать развитию самостоятельности и инициативности.

### **Воспитательные:**

- воспитывать чувство ответственности при выполнении командных (групповых) заданий;
- способствовать формированию умения работать в команде;
- способствовать формированию умения работать на результат и контролировать себя при выполнении задания;
- воспитывать самоуважение при достижении результата и стремление радоваться успехам других.

## **Условия реализации программы.**

Набор и формирование групп осуществляется на основе самозаписи, принимаются все желающие, имеющие медицинский допуск к занятиям

Группы формируются разновозрастными.

**Формы проведения занятий:** теоретические и практические занятия строятся с учетом наглядно-действенного и наглядно-образного восприятия обучающимися окружающего мира.

Одной из форм проведения занятий с детьми с ОВЗ являются игровые упражнения и игры (дидактические, подвижные, игры-соревнования), соревнования, беседы.

Для лучшего усвоения материала детьми с ОВЗ применяются следующие приемы:

- ✓ показ образца выполнения действия;
- ✓ его выполнение ребенком по подражанию и по образцу;
- ✓ образное описание действия;
- ✓ игровая форма действий;
- ✓ максимальное расчленение задания на отдельные фразы-инструкции.

### **Формы организации деятельности учащихся на занятии:**

На занятиях используются фронтальная (беседа, показ, объяснение), групповая формы работы (организация работы по малым группам (2 - 7 человек), коллективно-групповая (выполнение заданий малыми группами), последующая презентация результатов выполнения заданий и их обсуждение (дискуссия) в парах, индивидуальная (индивидуальное выполнение заданий, решение проблем).

## **Материально - техническое обеспечение программы**

1. Компьютер-1шт.
2. Мультимедийный проектор-1шт.
3. Экран – 1 шт.
4. Доска-1шт.
5. Компас «Азимут» или любой другой жидкостной-15шт.
6. Призмы-10шт.
7. Стойки для крепления призмы.
8. Компостеры-10шт., талоны для отметки (собственного изготовления).
9. Карты для спортивного ориентирования.
10. Транспортеры-15шт.
11. Бумага писчая.
12. Канцелярские принадлежности: рулетки-3шт., линейки-15шт.
13. План-карты территории школы-15шт.
14. План-карты спортивного зала-15шт.
15. Рисунки с примерами изображения местности (в художественном исполнении).
16. Рисунки с изображением объектов местности для изучения обозначений условных знаков спортивных карт (в художественном исполнении)-30шт.
17. Макет местности (собственного изготовления)-1шт.
18. Раздаточный материал: карты для сбора «мозаики»-15шт.
19. Наборы с тестовыми заданиями -15шт.
20. Карточки с изображением условных знаков в комбинации с рисунком, изображающим вид этого знака на местности (домино) -15 наборов.

## **Планируемые результаты**

**Личностные:** чувство ответственности при выполнении командных заданий, умение работать в команде, самоуважение при работе в команде, стремиться достигать намеченных результатов, контролировать собственное поведение, умение сотрудничать со сверстниками, проявлять инициативность и самостоятельность, выполнение правил ЗОЖ, осторожность и забота о себе и безопасности других людей;

**Метапредметные:** умение работать с информацией, использование графических изображений (специальные условные обозначения), планирование последовательности практических действий для реализации поставленной задачи; выполнение инструкций, несложных алгоритмов при решении учебных задач; применение усвоенных знаний и способов деятельности для решения новых задач, поставленных как педагогом, так и самим учащимся, способность контролировать и оценивать процесс и результаты деятельности; включение в групповую работу, умение договориться.

**Предметные:** владение специальной терминологией по спортивному ориентированию, знание основных условных обозначений спортивных карт, знание о масштабах карт и способах работы с картами, уметь вычерчивать план местности участка, кабинета, зала, уметь измерять габариты отдельных предметов, габариты помещений с использованием измерительных инструментов, составлять «мозаики» из карт, пользоваться компасом и определять стороны горизонта, уметь ориентироваться в пространстве (в помещении, на участке местности, в «лабиринте»), пользоваться различными средствами отметки на КП.

## Учебный план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		всего	теория	практика	
1	Вводное занятие	2	2	-	Педагогическое наблюдение
2	Топографические и спортивные карты	12	5	7	опрос
3	Условные знаки спортивных карт	12	3	9	тестирование
4	Компас, его устройство и назначение. Работа с компасом.	8	2	6	опрос
5	Определение расстояний. Способы определения расстояний на местности.	12	3	9	тестирование
6	Ориентирование в помещении, на пришкольном участке	12	3	9	соревнование
7	Контрольные пункты. Средства отметки на контрольном пункте.	10	3	7	тестирование
8	Контрольные и итоговые занятия	4	2	2	Тест (Викторина), Практическое задание, Показательное выступление – прохождение «Лабиринта».
<b>Итого</b>		<b>72</b>	<b>23</b>	<b>49</b>	

**Календарный учебный график**  
**реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей**  
**программы «Основы спортивного ориентирования»**  
**на 2017/2018 учебный год**

<b>Год обучения</b>	<b>Дата начала занятий</b>	<b>Дата окончания занятий</b>	<b>Количество учебных недель</b>	<b>Количество учебных дней</b>	<b>Количество учебных часов</b>	<b>Режим занятий</b>
1 год	12.09.2017	29.05.2018	36	72	72	1 раз в неделю по 2 часа

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ  
ПРОГРАММЫ «ОСНОВЫ СПОРТИВНОГО ОРИЕНТИРОВАНИЯ»

**1 год обучения**

Разработчик:  
**Васильева Елена Афанасьевна**  
педагог дополнительного образования

**Задачи программы**

**Обучающие:**

- познакомить детей с основными терминами и понятиями спортивного ориентирования;
- познакомить с основными с условными обозначениями спортивных карт;
- дать знания о масштабах карт и способах работы с картами;
- научить вычерчиванию плана местности пришкольного участка, кабинета, зала;
- научить измерению габаритов отдельных предметов, габаритов помещения с использованием измерительных инструментов;
- научить составлению " мозаики" из карт;
- научить пользоваться компасом и определять стороны горизонта;
- научить определять азимут на предмет, двигаться по азимуту;
- формировать умение ориентироваться в пространстве (в помещении, на участке местности, «в лабиринте»);
- научить пользоваться различными средствами отметки на КП.

**Развивающие:**

- способствовать развитию мелкой моторики кистей и пальцев рук (при выполнении упражнений с картами и компасом);
- способствовать развитию зрительной, наглядно-образной, слуховой памяти;
- способствовать развитию устойчивости внимания.

**Воспитательные:**

- воспитывать чувство ответственности при выполнении командных (групповых) заданий;
- способствовать формированию умения работать в команде;
- способствовать формированию умения работать на результат и контролировать себя при выполнении задания;
- воспитывать самоуважение при достижении результата и стремление радоваться успехам других.



## Планируемые результаты

**Личностные:** чувство ответственности при выполнении командных заданий, умение работать в команде, самоуважение при работе в команде, стремиться достигать намеченных результатов, контролировать собственное поведение, умение сотрудничать со сверстниками, проявлять инициативность и самостоятельность, выполнение правил ЗОЖ, осторожность и забота о себе и безопасности других людей;

**Метапредметные:** умение работать с информацией, использование графических изображений (специальные условные обозначения), планирование последовательности практических действий для реализации поставленной задачи; выполнение инструкций, несложных алгоритмов при решении учебных задач; применение усвоенных знаний и способов деятельности для решения новых задач, поставленных как педагогом, так и самим учащимся, способность контролировать и оценивать процесс и результаты деятельности; включение в групповую работу, проявление умения договариваться.

**Предметные:** владение специальной терминологией по спортивному ориентированию, знание основных условных обозначений спортивных карт, знание о масштабах карт и способах работы с картами, уметь вычерчивать план местности участка, кабинета, зала, уметь измерять габариты отдельных предметов, габариты помещений с использованием измерительных инструментов, составлять «мозаики» из карт, пользоваться компасом и определять стороны горизонта, уметь ориентироваться в пространстве (в помещении, на участке местности, в «лабиринте»), пользоваться различными средствами отметки на КП.

### К концу обучения учащиеся:

#### будут знать:

- правила ТБ;
- что такое ориентирование как вид спорта;
- что такое спортивная карта;
- что такое план местности;
- что такое масштаб карты;
- что такое условный знак (обозначение);
- название групп условных знаков;
- что такое компас, его назначение;
- устройство компаса;
- название сторон горизонта;
- способы определения расстояний на карте;
- способы определения расстояний на местности;
- что такое ориентирование в помещении;
- название различных видов ориентирования;
- что такое контрольный пункт;
- что такое компостерная и электронная отметка.

### **будут уметь:**

- составлять план класса;
- производить измерения отдельных предметов, габаритов помещения;
- пользоваться измерительными инструментами (рулеткой, линейкой, курвиметром);
- рисовать условный знак с образца;
- рисовать знакомый участок местности с помощью условных знаков;
- составить "мозаику" из карт;
- правильно пользоваться компасом;
- устанавливать северный конец стрелки компаса на север;
- двигаться в указанном в градусах направлении (по азимуту);
- измерять расстояния (горизонтальные и вертикальные отрезки на бумаге) визуально и с помощью измерительных инструментов;
- измерять визуально, с помощью пар шагов, рулетки расстояния до ближайших предметов на местности;
- выполнять задания по ориентированию (нахождение КП) в кабинете, на пришкольном участке;
- выполнять задания по ориентированию (нахождение КП) в "заданном направлении", "по выбору";
- пользоваться компостерной отметкой и личной карточкой участника (талоном) при посещении КП;
- выполнять задания индивидуально и коллективно;
- проявлять инициативность и самостоятельность;
- оценивать свои действия и действия других.

## **Содержание программы**

### **1. Вводное занятие**

#### **Теория**

Знакомство с учащимися. Значение физической культуры и спорта в жизни человека. Краткий обзор различных видов спорта. Классификация видов спорта. Ориентирование как вид спорта. Виды ориентирования: на местности, в помещении, городское ориентирование. Значение умения ориентироваться в жизни человека. Карта и компас в занятиях ориентированием, одежда для ориентирования. Техника безопасности при занятиях ориентированием, ПДД.

### **2. Топографические и спортивные карты.**

#### **Теория**

Какие бывают карты. История зарождения карты. Древнейшие карты местности. Арабские карты, первые печатные карты Руси. Карты для путешественников, мореплавателей, геологов. План местности. Отличие плана местности от карты для ориентирования. Масштаб карты. Кармы мелкомасштабные, среднемасштабные, крупномасштабные. Их назначение. Что такое наглядность карты, содержание карты, информативность карты.

#### **Практика.**

Составление плана. Вычерчивание плана помещения (класса, рекреации, зала) с учетом расположенных там предметов. Наглядное понятие масштаба. Измерение отдельных предметов, габаритов помещения и вычерчивание их в масштабе.

### **3. Условные знаки спортивных карт.**

#### **Теория**

Что такое условный знак. Передача действительной картины местности с помощью условных знаков. Сопоставление условного знака и соответствующего ему предмета на местности. Группы условных знаков:

- 1) рельеф;
- 2) скалы и камни;
- 3) гидрография и болота;
- 4) растительность;
- 5) искусственные сооружения;
- 6) знаки обозначения дистанции и линии магнитного меридиана.

Демонстрация условных знаков каждой из групп и соответствующих им изображений на местности с помощью картинок, рисунков или проекционной аппаратуры (фотографий). "Мозаика" из карт- составление разрезанной на части карты.

### **Практика.**

Зарисовка условных знаков с образцов условных знаков. Зарисовка по памяти (диктант). Отображение знакомого ребенку участка местности с помощью изученных условных знаков. Составление "мозаики" из карт.

## **4.Компас. Его устройство и назначение. Работа с компасом.**

### **Теория**

Что такое компас, его устройство, назначение. Виды компасов.

Определение сторон горизонта с помощью компаса. Приемы ориентирования карты по компасу.

### **Практика**

Изучение деталей компаса, объяснение их назначения. Проведение игры-соревнования по изучению деталей компаса. Обучение приемам пользования компасом:

- размещение компаса в руке;
- совмещение линий, находящихся на основании корпуса компаса с линиями, указывающими направления движения на планке компаса;
- установка северного конца стрелки компаса между двумя светящимися штрихами на корпусе компаса.

Упражнения для закрепления навыков пользования компасом. Установка северного конца стрелки компаса. Стороны горизонта. Соответствие сторон горизонта и градусов по шкале компаса. Проведение игр-соревнований по закреплению изученной темы.

Прохождение различных участков на местности с указанным направлением на компасе в градусах. Ориентирование карты по компасу. Сопоставление направления линий магнитного меридиана и северного направления стрелки компаса.

## **5. Определение расстояний. Способы определения расстояний на местности.**

### **Теория**

Способы определения расстояний на местности. Определение расстояний на карте визуально и с помощью измерительных инструментов. Перевод измеренного расстояния с использованием масштаба карты. Определение расстояний на местности. Визуальное определение расстояний. Определение расстояний на местности с помощью шагов, пар шагов. Прохождение расстояния в заданном направлении (подсчет шагов, направление по компасу).

### **Практика**

Практическое задание по измерению горизонтальных, вертикальных отрезков, вычерченных на листе бумаги, визуально, с использованием измерительных инструментов. Вычерчивание горизонтальных и вертикальных отрезков на листе бумаги визуально, с дальнейшей проверкой измерительными инструментами. Измерение отрезков расстояний на карте визуально и с применением шкалы компаса (линейки). Выполнение заданий индивидуально и в команде. Игра соревнование между командами. Практическое задание на местности по определению расстояний до предмета, контрольного пункта

(КП), сначала визуально, затем с помощью шагов, с помощью рулетки. Проведение заданий в игровой форме.

## **6. Ориентирование в помещении, на участке местности.**

### **Теория**

Маркированная дистанция. Основные виды ориентирования.

Классика:

- ориентирование в заданном направлении;
- ориентирование" в заданном направлении", по выбору - "Выбор", спринт, удлиненная дистанция.

Ориентирование в помещении (спортивный зал, кабинет, здание школы).

Особенности данного вида ориентирования, правила, технические приемы.

Ориентирование в помещении - "Лабиринт". Его особенности, правила выполнения, технические приемы. Ориентирование на пришкольном участке. ("Лабиринт").

Особенности данного вида ориентирования, использование план - карты участка.

Постановка задачи. Схема выполнения каждого из заданий: "выбор", "заданное направление", "лабиринт".

### **Практика**

Выполнение заданий по ориентированию в кабинете. Выполнение заданий по ориентированию в зале (лабиринт). Выполнение заданий индивидуально и в команде.

Выполнение заданий по ориентированию на участке местности. Индивидуальное прохождение дистанции, командное выполнение задания. Выполнение заданий на время.

Соревнование в группе: личные и командные.

## **7. Контрольные пункты. Средства отметки на КП.**

**Теория:** Средства отметки на контрольном пункте. Что такое контрольный пункт в ориентировании. Его назначение, внешний вид. Средства отметки на контрольном пункте. Карточки для отметки на КП. Компостеры, правила пользования ими. Электронная отметка. Правила пользования электронной отметкой.

### **Практика:**

Обучение пользованием компостером и карточкой участника для отметки на КП.

Тренировка последовательности движения при отметки на КП с использованием компостера. Упражнение на скорость и правильность отметки в карточке участника.

Прохождение дистанции всех видов ориентирования с использованием карточки участника и компостеров на КП. Индивидуальные упражнения, групповые (командные) упражнения. Игры-соревнования среди учащихся.

## **8. Контрольные и итоговые занятия**

Промежуточный контроль (декабрь) – опрос на основе тестов по пройденным темам. Итоговое занятие (май) – тестирование на знание пройденных тем. Подведение итогов обучения за год. Награждение победителей-участников соревнований внутри секции.

### Календарно-тематическое планирование

Группа №1

1 год обучения

№ п/п	Наименование раздела (темы) ОП, количество часов в соответствии с учебно-тематическим планом ОП	Тема занятия, содержание (теоретическая и практическая часть)	Дата проведения занятия по		Количество часов			Формы подведения итогов
			плану/ фактическая		Теория	Практика	Всего	
			по плану	фактическая				
1	Вводное занятие (2 ч.)	Знакомство с учащимися. Краткий обзор различных видов спорта. Ориентирование как вид спорта. Виды ориентирования. ТБ при занятиях ориентированием. ПДД	12.09		2		2	Педагогическое наблюдение.
2	Топографические и спортивные карты (12 ч.)	Теория: История зарождения карты. Примеры изображений древнейших карт местности.	19.09		2		2	

3		Теория: рассказ и демонстрация карт для путешественников и мореплавателей. План местности, отличие плана местности от карты для ориентирования. Практика: составление плана и карты произвольной местности.	<b>26.09</b>		<b>1</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	
4		Теория: понятие о масштабе карты. Практика: зарисовка отдельных объектов в масштабе.	<b>03.10</b>		<b>0,5</b>	<b>1,5</b>	<b>2</b>	
5		Теория: понятие о наглядности карты, содержании карты, информативности карты. Практика: составление карты произвольной местности.	<b>10.10</b>		<b>0,5</b>	<b>1,5</b>	<b>2</b>	

6		Теория: методика составления плана помещения, понятие о применении масштабов в спортивных картах. Практика: составление плана класса. Вычерчивание плана помещения в масштабе.	17.10		0,5	1,5	2	
7		Теория: составление плана конкретного помещения (актовый зал). Практика: Составление плана. Вычерчивание плана зала, в масштабе.	24.10		0,5	1,5	2	Контрольное занятие Опрос
8	<b>Условные знаки спортивных карт (12 ч.)</b>	Теория: Передача действительной картины местности с помощью условных знаков. Практика: Работа с картами местности, рассмотрение карт, нахождение на них условных знаков, изучение макета местности.	31.10		0,5	1,5	2	

9		Теория: Группы условных знаков. Демонстрация знаков с помощью учебных пособий. Практика: работа с картами, нахождение на них условных знаков, словесное описание знаков.	<b>07.11</b>		<b>0,5</b>	<b>1.5</b>	<b>2</b>	
10		Теория: группы знаков: Рельеф, скалы и камни. Демонстрация с помощью учебных пособий. Практика: нахождение знаков на учебных картах, зарисовка знаков.	<b>14.11</b>		<b>0.5</b>	<b>1.5</b>	<b>2</b>	
11		Теория: группы знаков гидрография и болота, растительность, искусственные сооружения. Практика: нахождение знаков на учебных картах, зарисовка знаков.	<b>21.11</b>		<b>0.5</b>	<b>1.5</b>	<b>2</b>	



12		Теория: Отображение отдельного участка местности с помощью условных знаков. Практика: Зарисовка условных знаков с образцов(карточек).	28.11		0,5	1,5	2	
13		Теория: методика изображения участка местности с помощью условных знаков. Практика: изображение участка местности с использованием условных знаков	05.12		0,5	1,5	2	Тестирование
14	<b>Компас. Его устройство и назначение. Работа с компасом (8 ч.)</b>	Теория: Компас. Его устройство и назначение, виды компасов. демонстрация различных видов компасов. Практика: Работа с компасом, рассмотрение деталей компаса, основные действия с компасом.	12.12		0.5	1,5	2	
15		Теория: Назначение деталей компаса. Способы применения компаса. Практика: приемы пользования компасом.	19.12		0.5	1,5	2	

16		Теория: стороны горизонта, ориентирование карты по компасу. Практика: Определение сторон горизонта, приемы ориентирования карты по компасу.	26.12		0,5	1,5	2	
17	<b>Контрольное занятие (2 ч.)</b>	<b>Промежуточный контроль</b> Отслеживание результатов освоения программы за I полугодие (опрос); Практика: Нарисовать 5 условных знаков по памяти	09.01		1	1	2	<b>ПК: Тест (Викторина); Практическое задание</b>

18	<b>Компас. Его устройство и назначение. Работа с компасом (8 ч.)</b>	Теория: Методика прохождения отдельных заданных расстояний по компасу. Практика: Упражнения для закрепления навыков пользования компасом. Ориентирование карты по компасу. Прохождение участков в указанном направлении по компасу. Инструктаж по технике безопасности. ПДД.	16.01		0,5	1,5	2	Опрос
19	<b>Определение расстояний. Способы определения расстояний на местности (12 ч.)</b>	Теория: Способы определения расстояний на местности. Практика: работа с картами местности, выполнение заданий по измерению расстояний.	23.01		0,5	1,5	2	

20		Теория: Определение расстояний на карте визуально, с помощью пар шагов, с помощью измерительных приборов. Практика: выполнение задания по измерению расстояний на местности	30.01		0,5	1,5	2	
21		Теория: методика измерения отрезков на плоскости ( листе бумаги, карте). Практика :измерение горизонтальных и вертикальных отрезков , нарисованных на бумаге. .	06.02		0,5	1,5	2	
22		Теория: методика измерения расстояний в помещении. Практика: измерение горизонтальных и вертикальных отрезков в помещении.	13.02		0,5	1,5	2	

23		Теория: методика определения расстояний до предмета, КП в помещении. Практика: определение расстояний в классе, актовом зале.	20.02		0,5	1,5	2	
24		Теория: методика определения расстояний в помещении. Практика: Определение расстояний до предмета, КП в классе, актовом зале.	27.02		0,5	1,5	2	Тестирование
25	<b>Ориентирование в помещении, на участке местности. (12 ч.)</b>	Теория: Основные виды ориентирования. ориентирование «по выбору», «в заданном направлении». Практика: выполнение упражнения по ориентированию в «заданном направлении»	06.03		0,5	1,5	2	

26	Теория: понятие о маркированной дистанции, заданном направлении. Практика: выполнение упражнения по прохождению маркированной дистанции на участке местности	13.03		0,5	1,5	2	
27	Теория: Ориентирование «по выбору». Практика: нахождение КП « по выбору» на участке местности	20.03		0,5	1,5	2	
28	Теория: Ориентирование «в заданном направлении». Практика: нахождение КП « в заданном направлении» на участке местности	27.03		0,5	1,5	2	
29	Теория: виды ориентирования: «Спринт». Схема выполнения упражнения. Практика: ориентирование «спринт» в актовом зале.	03.04		0,5	1,5	2	

30		Теория: виды ориентирования: «лабиринт». Схема выполнения упражнения. Практика: ориентирование «лабиринт» в актовом зале.	10.04		0,5	1,5	2	Соревнование в группе.
31	<b>Контрольные пункты. Средства отметки на контрольном пункте (10 ч.)</b>	Теория: Назначение, внешний вид КП. Карточки для отметки на КП, их назначение и применение, внешний вид, разновидности. Практика: самостоятельное изготовление карточек для отметки на КП, установка КП.	17.04		1	1	2	
32		Теория: Что такое компостер, правила отметки на компостере. Практика: отметка в талоне с помощью компостера.	24.04		0,5	1,5	2	
33		Теория: приемы отметки на компостере. Практика: Обучение пользоваться компостером и карточкой для отметки.	08.05		0,5	1,5	2	

34		Теория: правильная установка КП (видимость КП, хороший подход к нему). Практика: установка КП и отработка действий при отметке на КП.	15.05		0,5	1,5	2	
35		Теория: схема действий при отметке на нескольких КП. Практика: Отметка на нескольких КП на местности на результат.	22.05		0.5	1,5	2	
36	<b>Итоговое контрольное занятие (2 ч.)</b>	<b>Итоговый контроль.</b> Подведение итогов за год.	29.05		1	1	2	<b>ИК: Тест (Викторина), Показательное выступление – прохождение «Лабиринта».</b>
					23	49	72	



## Оценочные и методические материалы

### Система контроля результативности обучения по ДООП.

Для отслеживания результативности образовательной деятельности по программе проводятся: входной, текущий, промежуточный и итоговый контроли.

**Входной контроль:** сентябрь – проверяется уровень первоначальных знаний, проверка производится с помощью тестов, включающих в себя вопросы об основных понятиях, терминологии, изучаемых в будущем тем предмета. Предлагается заполнить анкету, включающую в себя вопросы о личности учащегося, достигнутых успехах в каком-либо направлении (творческого, либо спортивного характера), его пожеланиях в работе секции, его личных интересах. Во время вводного занятия педагогом ведется визуальное наблюдение за активностью учащихся, их заинтересованностью данным предметом, отмечается эрудиция учащихся.

**Текущий контроль** - производится проверка усвоения пройденного материала после прохождения каждого раздела программы. Контроль производится в виде опросов, тестов, соревнований среди учащихся внутри секции.

**Промежуточный контроль** – производится в декабре-январе, цель - определение уровня полученных учениками знаний. Контроль производится в виде тестовых заданий, личных соревнований внутри секции, викторины. Форма проведения контроля определяется педагогом.

**Итоговый контроль** - проводится в мае, после прохождения программы обучения. Цель итогового контроля - выявление полученных учениками знаний и практических умений в результате обучения по данной программе. Формой итогового контроля могут быть тестовые задания, соревнования внутри секции. Форма проведения контроля определяется педагогом

Определение результативности по усвоению пройденных тем осуществляется посредством контрольных заданий (тестов), опросов учащихся, выполнения поставленных задач на время (для сравнительного анализа).

По результатам проводятся награждения учащихся (для создания мотивации и дальнейшей заинтересованности в обучении).

#### **Формы отслеживания результатов по разделам программы:**

Раздел №1: Вводное занятие: Педагогическое наблюдение - визуальное определение заинтересованности учащихся предлагаемой темой будущих занятий.  
(Педагог делает отметки в информационную карту учащегося).

Раздел №2: Топографические и спортивные карты: Опрос - производится опрос учащихся по пройденному материалу по теме с использованием наглядных пособий.  
Каждый правильный ответ- 2 балла.

Раздел №3: Условные знаки спортивных карт: Тестирование - карточки с вопросами, рисунками по пройденной теме. Практика: задания по сборке «мозаики» из карт, задания по изображению условных знаков.

Раздел №4: Компас, его устройство и назначение: Опрос - вопросы на знание деталей компаса, сторон горизонта, областей применения.

Практика: задания по работе с компасом.

Раздел №5: Определение расстояний. Способы определения расстояний на местности: Тестирование-карточки с тестовыми заданиями на знание измерительных инструментов, способов определения расстояний.

Практика: задания по определению конкретных расстояний на карте и местности.

Раздел №6: Ориентирование в помещении, на пришкольном участке: соревнования лично-командные с использованием план - карты помещения, пришкольного участка.

Раздел №7: Контрольные пункты. Средства отметки на контрольном пункте: Тестирование - карточки с вопросами о назначении КП, его устройстве, способах отметки. Практика: Демонстрация действий при выполнении отметки на КП с фиксацией времени.

Раздел №8: Контрольные и итоговые занятия: Опрос – фиксирование усвояемости знаний по пройденному материалу с помощью опросника в виде тестов с предлагаемыми вариантами ответов.

### **Варианты опросов (викторины) по разделам программы и критерии оценки знаний учащихся при изучении тем по программе.**

Раздел №1: Вопросы:

1. Какие виды спорта вы знаете? (ориентирование, легкая атлетика, лыжный спорт, биатлон, волейбол, плавание, футбол, хоккей .....).
2. Что такое ориентирование на местности ? (участники при помощи карты и компаса должны пройти неизвестную им трассу (дистанцию) через контрольные пункты (КП), расположенные на местности.)
3. Что представляет собой дистанция ориентирования ? (старт, контрольные пункты, финиш).
4. Что делает спортсмен ориентировщик на дистанции? (стартует, находит КП, отмечает на КП, финиширует).
5. Экипировка спортсмена ориентировщика? (карта, компас, средства отметки, часы, спортивная одежда и обувь).

Каждый правильный ответ оценивается в 2 балла.

Раздел №2: Вопросы

1. Что такое спортивная карта? (крупномасштабная специальная карта, предназначенная для спортивного ориентирования, выполненная в специфических условных знаках).
2. Что такое план местности ? (картографическое изображение в крупном масштабе участка местности).
3. Какие бывают карты? (для спортсменов, туристов, геологов, моряков).
4. Назначение различных карт? (для спортивного ориентирования, для путешествий по земле, морю, в воздушном пространстве, в космосе, для геологических изысканий)
5. Что такое спортивная схема? (упрощенная разновидность спортивной карты)
6. Что такое масштаб карты? (отношение, показывающее, во сколько раз уменьшены линии на местности при ее изображении на карте).
7. Какие цвета используют при рисовке карты? (белый, желтый, зеленый, синий, коричневый, черный, красный).

Каждый правильный ответ оценивается в 2 балла.

### Раздел №3:

1. Что такое условный знак? (обозначение различных объектов местности с помощью символов).
  2. Перечислите группы условных знаков (рельеф, скалы и камни, гидрография и болота, растительность, искусственные сооружения, знаки обозначения дистанции, линии и стрелки магнитного меридиана).
  3. Назовите знаки начала и окончания дистанции ориентирования (старт и финиш).
  4. Практика: изобразить с помощью условных знаков выборочно объекты местности (практическое задание №1- нарисовать условный знак, соответствующий объекту местности, оценивается в 2 балла; практическое задание №2 – сборка карты «мозаика», оценивается завершение задания полностью-2 балла.
- Каждый правильный ответ п.1,2,3- оценивается в 2 балла.

### Раздел №4:

1. Назовите известные вам измерительные приборы (часы, секундомер, рулетка, линейка, курвиметр, оптический измеритель расстояний (оптический дальномер), электронный и лазерный дальномер (лазерная рулетка), ультразвуковой дальномер).
  2. Назовите прибор для определения сторон света (компас) .
  3. Назовите стороны горизонта. (север, юг, запад, восток) .
  4. Где используют компас? (на земле, на воде, в воздухе).
  5. Какие бывают компасы? (магнитные (стрелочные жидкостные) для спортсменов, туристов, топографов, немагнитные (радиокомпас) – на борту летательных аппаратов, гирокомпас (в ракетной технике и морской авиации).
  6. Назовите части жидкостного компаса (корпус, подложка, наполнитель жидкостной, картушка(круговая шкала с 360 делениями), стрелка, устройство крепления стрелки).
- Каждый правильный ответ п.1,2,3,4,5,6-оценивается в 2 балла.

#### Практическое задание:

1. Фиксирование компаса в руке в правильном положении.
  2. Установка северного конца стрелки на север.
  3. Движение в заданном в градусах направлении (расстояние до 50метров).
- Правильное выполнение заданий 1,2,3 оценивается каждое в 2 балла.

### Раздел №5:

1. Назовите известные вам измерительные приборы (инструменты) (рулетка, линейка, дальномеры оптические, лазерные, электронные).
2. С помощью каких приборов (инструментов) измеряют расстояния на карте ? (курвиметр, линейка).
3. С помощью каких приборов (инструментов) измеряют расстояния на местности ? (рулетка, дальномеры оптические, лазерные, электронные)
4. Назовите единицы мер длины. (миллиметр, сантиметр, метр, километр)      Каждый правильный ответ оценивается в 2 балла. .

#### Практика:

- 1.Измерить с помощью линейки расстояние на карте.
  - 2.Перевести, используя масштаб карты, измеренное расстояние из сантиметров в метры.
  - 3.Измерить, пользуясь рулеткой, заданное расстояние.
  4. Измерить, пользуясь рулеткой, расстояние до конкретного предмета.
- Каждое правильно выполненное задание оценивается в 2 балла.

#### Раздел №6:

Проведение лично-командных соревнований по ориентированию в «лабиринте». В актовом зале устанавливается «лабиринт» с 10 КП, каждому участнику выдается план - карта с нанесенными на нее КП и заданным порядком (последовательностью) прохождения дистанции. На каждом КП производится отметка компостером в индивидуальную карточку (талон) участника. Засекается время старта и финиша. Подсчитывается итоговое время прохождения дистанции лично каждому участнику и суммарное время участников команды, состоящей из 3-х человек.

Каждый правильно отмеченный КП оценивается в 2 балла. Дистанция считается пройденной при условии, если участник уложился в контрольное время (КВ).

#### Раздел №7:

1. Что такое КП? (место установки призмы и средства отметки прохождения заданного этапа участником соревнований).
  2. Назначение КП, описать внешний вид КП (визуальное обозначение на местности места нахождения контрольной точки, обозначенной на карте, КП состоит из красно-белой призмы, прикрепленной к стойке крепления и находящемся на нем средстве отметки (компостер, электронная отметка).
  3. Средства отметки на КП (компостер, электронная отметка).
  4. Назначение карточек (талонов) участников соревнований (в карточке участника фиксируется прохождение КП) .
  5. Что такое контрольное время (время, в течение которого участник может находиться на трассе ориентирования, по истечении КВ результат не засчитывается).
- Каждый правильный ответ на п.1,2,3,4,5 оценивается в 2 балла.

Практика: Выполнение отметки в талон при помощи компостера на КП.  
Правильное выполнение отметки оценивается в 2 балла.

#### Раздел №8.

##### **Контрольное занятие (промежуточный контроль). Викторина.**

1. Что такое ориентирование на местности?
  - А. Название танца
  - Б. Вид спорта, где участник при помощи карты и компаса проходит неизвестную ему дистанцию через контрольные пункты, расположенные на местности.
  - В. Вид физкультурного упражнения, где участник должен проскакать на скакалке как можно больше раз.
2. Что делает спортсмен ориентировщик на дистанции?
  - А. Плавает в бассейне и ловит мячи.
  - Б. Бежит заданную дистанцию по стадиону.
  - В. Стартует, находит КП при помощи карты и компаса, отмечается на них, финиширует.
3. Что такое спортивная карта?
  - А. Крупномасштабная специальная карта, предназначенная для спортивного ориентирования, выполненная в специфических условных знаках.
  - Б. Веселые юмористические картинки, нарисованные на большом листе бумаги.
  - В. Меню в кафе или в ресторане.

4. Что изображают на спортивных картах?  
А. Героев мультсериалов.  
Б. Участок местности в масштабе, где подробно изображены при помощи условных знаков все объекты местности.  
В. Грибы, растения, насекомых, птиц, зверей.
5. Что такое условный знак в ориентировании.  
А. Обозначение различных объектов местности с помощью символов.  
Б. Шпионская записка, написанная условными обозначениями.  
В. Звуковой сигнал.
6. Назовите знаки обозначения дистанции.  
А. Озеро, река, поляна, мостик, ограда, обрыв, земляная насыпь, тропинка, шоссе.  
Б. Дома, постройки, линия электропередач, стадион, стрельбище.  
В. Начало ориентирования (старт), контрольный пункт (КП), финиш, район, запрещенный для бега.
7. Где используют компас?  
А. В ориентировании на местности, в геодезии, на борту летательных аппаратов, в ракетной и морской навигации.  
Б. Для приготовления пищи.  
В. Для освещения улиц в темное время суток.
8. Назовите стороны горизонта.  
А. Красный, синий, желтый, коричневый  
Б. Правая, левая, вперед, назад.  
В. Север, юг, запад, восток.

Каждый правильный ответ оценивается в 2 балла.

Практическое задание:

1. Нарисовать любой условный знак и пояснить его назначение.
2. Собрать «мозаику» из карты, уложиться в КВ.

Каждое правильно выполненное задание оценивается в 2 балла.

**Итого:** учащийся может набрать: теория-16 баллов, практика-4 балла.

Низкий уровень-4+2балла,

Средний уровень-8+2 балла,

Высокий уровень 12+4 балла.

**Итоговое занятие: (итоговый контроль):**

**Викторина.**

1. Что такое карта местности?  
А. Крупномасштабная специальная карта, выполненная в специфических условных знаках.  
Б. Изображение звездного неба.  
В. Рисунки зверей и птиц.

2. Что такое условный знак?
  - А. Название съедобного растения.
  - Б. Название элемента в фигурном катании.
  - В. Изображение объектов местности с помощью символов.
  
3. Что такое КП?
  - А. Название животного, обитающего в Австралии.
  - Б. Место установки призмы и средства для отметки прохождения заданного этапа участником соревнований.
  - В. Название фрукта, произрастающего в Африке.
  
4. Назовите стороны горизонта.
  - А. Север, юг, запад, восток.
  - Б. Белый, красный, синий, фиолетовый.
  - В. Мокрый, сухой, темный, светлый.
  
5. Где используют компас?
  - А. Для приготовления тортов и пирогов.
  - Б. На занятиях ориентированием, при полетах в воздушном пространстве, при плавании на судах в море.
  - В. При решении задач по математике.

Правильное выполнение отметки оценивается в 2 балла.

**Практика:** Показательное выступление учащихся секции по прохождению дистанции «лабиринт».

Устанавливается «лабиринт» с 10 КП, учащимся выдаются карточки (талоны) для индивидуальной отметки и план-карты с нанесенными КП и последовательностью прохождения дистанции.

Учащиеся демонстрируют умение пользоваться план - картами, читать схему «лабиринта», умение пользоваться компостерами и талонами для отметки.

Проводится награждение победителей и участников соревнований и лучших учащихся.

Выступление учащихся оценивается по следующим критериям:

Правильная последовательность прохождения дистанции «лабиринта» с отметкой всех на всех КП - 2 балла за каждый КП.

**Итого:** учащийся может набрать: теория-10 баллов, практика-20 балла.

Низкий уровень-4+6балла,

Средний уровень-6+12 балла,

Высокий уровень 10+20 балла.

**Подсчет баллов:**

Каждый правильный ответ оценивается в 2 балла.

Низкий уровень знаний – ответ на 1 вопрос (2балла),

Средний уровень - ответ на 2 вопроса (4балла),

Высокий уровень - ответ на 3 и более вопросов (6 и более баллов).

**Информационная карта**  
**. Оценка освоения учащимися программы**

Студия \_\_\_\_\_

Группа № \_\_\_\_\_

Педагог: \_\_\_\_\_

Год обучения: \_\_\_\_\_

№	Фамилия, Имя	Промежуточный контроль		Итоговый контроль		Общий балл
		Теория	Практика	Теория	Практика	
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						
13						
14						
15						

Подпись педагога \_\_\_\_\_

Дата \_\_\_\_\_

### Информационная карта. Оценка освоения ДООП

Студия : \_\_\_\_\_

Группа № \_\_\_\_\_

Педагог: \_\_\_\_\_

Год обучения: \_\_\_\_\_

Название программы: \_\_\_\_\_

№	Фамилия, Имя	Раздел 1	Раздел 2	Раздел 3	Раздел 4	Раздел 5	Раздел 6	Раздел 7	Общий балл
1									
2									
3									
4									
5									
6									
7									
8									
9									
10									
11									
12									
13									
14									
15									

Подпись педагога \_\_\_\_\_

Дата \_\_\_\_\_



## Методические материалы

### Формы и методы обучения:

При обучении используются упражнения на развитие внимания, памяти, выполняются задания, предполагающие самостоятельную обработку информации с дозированной поэтапной помощью педагога. При работе над индивидуальным заданием дети обучаются работе с информацией по образцу, алгоритмам, вопросам.

Для достижения поставленных задач используются различные педагогические технологии:

- игровые технологии, когда во время образовательного процесса разыгрываются различные приемы и ситуации (планирование и прохождение пути движения ориентирования, выбор варианта прохождения и т.д.);

- при использовании технологий развивающего обучения происходит оптимальное развитие различных видов мыслительной деятельности. развитие образно-наглядной памяти расширение кругозора учащихся, а создаваемые ситуации успеха на занятиях способствуют повышению самооценки учащихся. Развивающее обучение отражается и в практической деятельности: освоение владением компасом, умением понимать и разбираться в плане-карте местности, умением "читать" карту с помощью условных знаков.

### Методы и приемы:

- **словесный** (беседа, объяснение, разъяснение, рассказ и т.п.);
- **наглядный** (показ спортивных карт, призм для ориентирования, компасов, демонстрация приема работы с картой и компасом, демонстрация фотографий, имеющих отношения к спорту (в частности к спортивному ориентированию), показ топографических, спортивных, древнейших карт, рисунков и плакатов местности с использованием презентации, показ способов работы с картой, демонстрация контрольных пунктов и средств отметки, способов отметки, последовательности действий и т.п.);
- **практический**: выполнение задания с помощью педагога (вычерчивание, измерение плана помещения, работа по образцу: зарисовка условных знаков, выполнение упражнений по определению расстояний, выполнение творческого задания);
- **игровой** (составление «мозаики» из элементов карт, игры-соревнования «Назови детали компаса», «Назови стороны горизонта», игры-соревнования «Назови детали компаса», «Назови стороны горизонта», игра-соревнование «Кто быстрее отметится на КП»).

На занятиях используются фронтальная, подгрупповая формы работы (организация работы в малых группах (2 - 7 человек), коллективно-групповая (выполнение заданий малыми группами), последующая презентация результатов выполнения заданий и их обсуждение (дискуссия) в парах, индивидуальная (индивидуальное выполнение заданий, решение проблем).

## **Перечень учебно-методического комплекса к ДООП «Основы спортивного ориентирования»**

### **I. Нормативные документы:**

- Конвенция о правах ребенка;
- Федеральный закон Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29.12.2012 г.;
- Концепция развития дополнительного образования детей // Распоряжение Правительства Российской Федерации от 04.09.2014 г. №1726-р;
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года// Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 г. № 996-р;
- Приказ Минобрнауки России № 1008 от 29.08.2013 г. «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ № 41 от 04.07.2014 г. «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»;
- Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Основы спортивного ориентирования» для учащихся 11-15 лет, срок освоения 1 год;
- - Инструкции по охране труда и технике безопасности.

### **II. Учебно-методический компонент для педагога и учащихся** включает в себя:

1. Раздаточный материал (карты для сбора «мозаики», карточки с изображением условных знаков в комбинации с рисунком местности, рисунки с изображением объектов местности, план - карты).
2. Дидактический материал (тесты с заданиями, карточки с заданиями, учебные карты, таблицы с условными знаками).
3. Методические разработки («Изучение условных знаков», «Виды компасов, их устройство и технические приемы работы»).
4. Наглядный материал (рисунки с примерами изображения местности, рисунки с изображением объектов местности, макет местности, карты местности, карточки с условными знаками, призмы, компостеры).
5. Конспекты занятий («Топографические и спортивные карты»; «Условные знаки спортивных карт»; «Компас. Его устройство и назначение. Работа с компасом»; «Способы определения расстояний на местности»; «Ориентирование в помещении, на участке местности»; «Контрольные пункты. Средства отметки на КП»).
6. План-конспект открытого занятия («Компас. Его устройство и назначение. Работа с компасом»).
7. Информационный и справочный материал.
8. Научная, специальная, методическая литература.
9. Тематические папки: («Топографические и спортивные карты», «Условные знаки спортивных карт», «Компас, его устройство и назначение», «Ориентирование в помещении. Лабиринт»).
10. Тесты (викторины).
11. Задачи, задания, решаемые по образцу.
12. Памятки: начинающему ориентировщику, экипировка юного ориентировщика.

### **III. Воспитательный компонент** включает в себя:

1. Сценарии праздников (соревнований)
2. Летопись коллектива.
3. Фотоальбомы.
5. Материалы о работе с родителями (планы проведения родительских собраний, консультаций, анкеты).
6. Командные результаты (протоколы, грамоты, дипломы, сертификаты).

### **IV. Компонент результативности** включает в себя:

1. Фиксация результатов учащихся педагогом (протоколы соревнований, результаты опросов, тестов).
2. Информационные карты
3. Анкеты для родителей и детей.
4. Результаты тестирования, опросов, соревнований.
6. Дипломы, грамоты, сертификаты коллектива и учащихся.

## **Информационные источники**

### **Список литературы для педагога:**

1. Алексеев А. В. Преодолей себя ! М., 2003.
2. Ангерлейдер С. В. В поисках успеха (уроки побед). СПб., 1999.
3. Ильин Е. П. Психология спорта. СПб., 2008.
4. Озеров В. П. Психомоторные способности человека. Дубна, Феникс, 2002.
5. Самоукина Н.В. «Игры в школе и дома». Москва, 1993г.
6. Сиротюк А.Л. «Обучение детей с учетом психофизиологии». Москва, 2000.
7. Смирнов В.М. Физиология физического воспитания и спорта, учебник/ Смирнов В.М., Дубровский В.И.-М., ВЛАДОС-ПРЕСС, 2012.
8. Тихвинская Е. О. Психология переживания в спорте. СПб., СПбГУ, 2007.
9. Тыкуп В.И. Спортивное ориентирование, М., «Просвещение», 1990.
10. Моргунова Т.В. Обучающие и контрольные тесты по спортивному ориентированию, Москва 2003.
11. Хекалов Е. М. Неблагоприятные психические состояния спортсменов, их диагностика и регуляция. М., 2003 .
12. Яковлев Б.П. Психическая нагрузка в спорте: теоретические и практические аспекты. Великие Луки, 2009.

### **Список литературы для учащихся:**

1. В.М.Алешин В.М. «Карта в спортивном ориентировании». Медиа, 2012.
2. Ю.С.Константинов , О.Л. Глаголева «Уроки ориентирования». Москва, 2006.
3. Куприн А.М. «Занимательная картография». Москва, Просвещение, 1989.
4. Тыкул В.И. «Спортивное ориентирование» Москва, Просвещение, 1990.

### **Интернет ресурсы:**

[www.rufso.ru](http://www.rufso.ru)  
[www.o-site.spb.ru](http://www.o-site.spb.ru)