

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«СПОРТИВНОЕ ОРИЕНТИРОВАНИЕ ДЛЯ НАЧИНАЮЩИХ»**

Срок освоения: 2 года

Возраст обучающихся: 8 - 10 лет

Васильева Елена Афанасьевна,
педагог дополнительного образования

УТВЕРЖДЕН

Приказ № 61 от 01.09.2026 г.

Директор ГБУ ДО ДДТ «На 9-ой линии»

_____ И.В.Петерсон

**Календарный учебный график
реализации дополнительной общеразвивающей
программы «Спортивное ориентирование для начинающих»
на 2026/2027 учебный год**

Год обучения	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год	02.09.2026	20.05.2027	36	72	144	2 раза в неделю по 2 часа
2 год	02.09.2026	26.05.2027	36	72	144	2 раза в неделю по 2 часа
2 год	01.09.2026	20.05.2027	36	72	144	2 раза в неделю по 2 часа

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 52385081FD24DE043388602A39531DE0
Владелец: Петерсон Ирина Вячеславовна
Действителен: с 10.07.2026 до 03.10.2027

УТВЕРЖДЕН

Приказ № 61 от 01.09.2026 г.

Директор ГБУ ДО ДДТ «На 9-ой линии»

И.В.Петерсон

Календарно-тематический план к ДОП «Спортивное ориентирование для начинающих»
Первый год обучения
2026-2027 учебный год

Гр. 1 (среда, четверг)

N п/п	Наименование раздела (темы) ОП, количество часов в соответствии с учебно- тематическим планом ОП	Темы занятий, содержание (теоретическая и практическая часть)	Дата проведения занятия по плану/факти- чески		Количество часов			Формы контроля
			По плану	Факти- чески	Теория	Практика	Всего	
1	Водное занятие.	Теория: Знакомство с обучающимися. Краткий обзор видов спорта. Ориентирование как вид спорта. Виды ориентирования. ТБ на занятиях ориентированием. ПДД. Практика: Проведение викторины.	02.09			2	2	Викторина
2	Топографические и	Теория: история зарождения карты.	03.09		0,5	1,5	2	

	спортивные карты.	Примеры изображения древнейших карт местности. Практика: работа с картами, рассмотрение различных вариантов карт.						
3		Теория: рассказ и демонстрация карт для путешественников и мореплавателей. План местности, отличие плана местности от карты для ориентирования. Практика: составление плана-карты произвольной местности.	09.09		0,5	1,5	2	
4		Теория: план местности, детали плана местности. Практика: составление плана-карты заданной местности.	10.09		0,5	1,5	2	
5		Теория: зарисовка отдельных объектов, оформление плана-карты. Практика: составление и оформление плана-карты.	16.09		0,5	1,5	2	
6		Теория: понятие масштаба карты. Практика: зарисовка отдельных объектов в заданном масштабе.	17.09		0,5	1,5	2	
7		Теория: масштабы карт, целесообразность их применения. Практика: зарисовка плана-карты в	23.09		0,5	1,5	2	

		масштабе.						
8		Теория: понятие наглядности и содержания карты, информативность карты. Практика: составление плана-карты местности.	24.09		0,5	1,5	2	
9		Теория: информативность карты. Практика: составление и вычерчивание плана-карты местности.	30.09		0,5	1,5	2	
10		Теория: методика составления плана помещения. Практика: составление плана помещения. Вычерчивания плана помещения в масштабе.	01.10		0,5	1,5	2	
11		Теория: оформление готового плана помещения. Практика: вычерчивание и оформление плана-карты помещения.	07.10		0,5	1,5	2	
12	Условные знаки спортивных карт.	Теория: передача действительной карты местности с помощью условных знаков. Практика: работа с картами, рассмотрение условных знаков, нахождение знаков на картах.	08.10		0,5	1,5	2	Опрос

13		Теория: группы условных знаков. Изображение местности с помощью условных знаков. Практика: Работа с картами. Игра-соревнование по составлению «мозаики» из карт.	14.10		0,5	1,5	2	Опрос. Игра-соревнование.
14		Теория: группа знаков: рельеф. Практика: нахождение знаков на учебных картах, зарисовка знаков.	15.10		0,5	1,5	2	Опрос.
15		Теория: группа знаков: скалы и камни. Практика: нахождение знаков на учебных картах.	21.10		0,5	1,5	2	Опрос
16		Теория: группа знаков: рельеф, скалы и камни. Практика: нахождение знаков на учебных картах, отождествление знаков на местности.	22.10		0,5	1,5	2	Опрос.
17		Теория: группа знаков: гидрография и болота. Практика: нахождение знаков на учебных картах, зарисовка знаков.	28.10		0,5	1,5	2	Опрос.
18		Теория: группа знаков: искусственные	29.10		0,5	1,5	2	Опрос.

		сооружения. Практика: нахождение знаков на учебных картах, зарисовка знаков.						
19		Теория: группа знаков: гидрография и болота. Практика: отождествление знаков на участке местности.	05.11		0,5	1,5	2	Опрос
20		Теория: группа знаков: растительность. Практика: нахождение знаков на учебных картах, зарисовка знаков растительности.	11.11		0,5	1,5	2	Опрос.
21		Теория: группа знаков: растительность. Практика: отождествление знаков на участке местности.	12.11		0,5	1,5	2	Опрос.
22	Компас. Его устройство и назначение. Работа с компасом.	Теория: компас. Его устройство и назначение, виды компасов. Демонстрация различных видов компасов в действии. Практика: работа с компасом.	18.11		0,5	1,5	2	Опрос.
23		Теория: назначение деталей компаса. Способы работы компаса. Практика: отработка приёмов пользования компасом.	19.11		0,5	1,5	2	
24		Теория: стороны горизонта.	25.11		0,5	1,5	2	Опрос.

		Ориентирование карты по компасу. Практика: определение сторон горизонта, приемы ориентирования карты по компасу .Игра-соревнование «Определи стороны горизонта»						Игра-соревнование.
25		Теория: ориентирование карты по компасу.Практика: упражнения для отработки приемов работы с компасом.	26.11		0,5	1,5	2	
26		Теория: приёмы работы с компасом. Практика: упражнения для отработки приемов работы с компасом.	02.12		0,5	1,5	2	
27		Теория: работа с компасом в условиях участка местности. Практика: определение сторон горизонта с помощью компаса.	03.12		0,5	1,5	2	
28		Теория: методика прохождения отрезков (расстояний) на участке местности по компасу. Практика: Игра-соревнование « Прохождение отрезков (расстояний) на участке местности в заданном направлении.»	09.12		0,5	1,5	2	Игра-соревнование.
29		Теория: методика прохождения расстояний по компасу в заданном	10.12		0,5	1,5	2	Игра-

		направлении. Практика: прохождение расстояний по компасу в заданном направлении.						соревнование.
30		Теория: методика выхода в заданную точку. Практика: выход по компасу в заданную точку.	16.12		0,5	1,5	2	Опрос. Игра-соревнование.
31		Теория: методика определения направления для выхода в заданную точку. Практика: упражнения для закрепления навыков пользования компасом.	17.12		0,5	1,5	2	Опрос.
32	Контрольное занятие	Промежуточный контроль Практика: проведение викторины, содержащей вопросы пройденных ранее тем.	23.12			2	2	Викторина.
33	Определение расстояний. Способы определения расстояний на карте и местности.	Теория: способы определения расстояний на участке местности. Практика: работа с измерительными инструментами, измерение расстояний на участке местности.	24.12		1	1	2	Опрос.
34		Теория: методика определения расстояний на карте визуально. Масштаб	30.12		1	1	2	

		карты. Практика: работа с картами. Определение заданных расстояний на карте визуально с учетом масштаба.						
35		Теория: методика определения расстояний на карте с помощью измерительных инструментов. Инструктаж по ТБ. ПДД. Практика: определение расстояний на карте с помощью измерительных инструментов с учетом масштаба.	13.01		0,5	1,5	2	Игра-соревнование
36		Теория: методика определения расстояний в помещении визуально. Практика: определение расстояний в помещении визуально	14.01		0,5	1,5	2	Опрос.
37		Теория: методика определения расстояний в помещении с помощью измерительных инструментов. Практика: определение расстояний в помещении измерительными инструментами..	20.01		0,5	1,5	2	Опрос.

38		Теория: методика определения расстояний в помещении с помощью пар шагов. Практика: определение расстояний в помещении с помощью пар шагов.	21.01		0,5	1,5	2	Игра-соревнование.
39		Теория: методика определения пройденного расстояния по времени. Практика: выполнение задания по измерению заданных отрезков (по времени).	27.01		0,5	1,5	2	Опрос. Игра-соревнование.
40		Теория: методика определения расстояний до предмета, КП в помещении. Практика: определение расстояний до КП.	28.01		0,5	1,5	2	
41		Теория: методика определения расстояний до КП комбинированным способом. Практика: определение расстояний до КП в помещении комбинированным способом	03.02		0,5	1,5	2	Игра-соревнование.
42		Теория: методика измерения отрезков на плоскости (лист бумаги, карта) визуально и измерительными инструментами.	04.02		0,5	1,5	2	

		Практика: измерение горизонтальных и вертикальных отрезков на плоскости визуально с проверкой измерительными инструментами.						
43		Теория: методика измерения горизонтальных и вертикальных отрезков в помещении визуально и измерительными инструментами. Практика: измерение горизонтальных и вертикальных отрезков в помещении визуально с проверкой измерительными инструментами.	10.02		0,5	1,5	2	
44		Теория: методика определения расстояний до нескольких КП последовательно визуально, парами шагов, измерительными инструментами. Практика: определение расстояний до нескольких КП (5-6шт.) последовательно.	11.02		0,5	1,5	2	Игра-соревнование.
45	Ориентирование в помещении, на участке местности.	Теория: основные виды ориентирования. Ориентирование по «выбору», в «заданном направлении». Практика: прохождение учебных дистанций.	17.02		0,5	1,5	2	Опрос.
46		Теория: вид ориентирования: «маркир» (маркированная дистанции).						Опрос.

		Практика: прохождение учебной дистанции.	18.02		0,5	1,5	2	
47		Теория: «маркированная» дистанция. Методика выполнения задания с10 КП. Практика: прохождение «маркированной» дистанции в помещении.	24.02		0,5	1,5	2	Игра-соревнование
48		Теория: «маркированная» дистанция. Методика выполнения задания с15 КП. Практика: прохождение «маркированной» дистанции в помещении.	25.02		0,5	1,5	2	Игра-соревнование.
49		Теория: ориентирование «по выбору». Методика выполнения задания с10 КП. Практика: прохождение дистанции «выбор» в помещении (10КП).	03.03		0,5	1,5	2	
50		Теория: ориентирование «по выбору». Методика выполнения задания с15 КП. Практика: прохождение дистанции «выбор» в помещении (15КП).	04.03		0,5	1,5	2	Игра-соревнование.
51		Теория: ориентирование в «заданном направлении». Методика выполнения задания с 10 КП.	10.03		0,5	1,5	2	Опрос.

		Практика: прохождение дистанции в «заданном направлении» в помещении (10КП).						
52		Теория: ориентирование в «заданном направлении». Методика выполнения задания с 15 КП. Практика: прохождение дистанции в «заданном направлении» в помещении (15КП).	11.03		0,5	1,5	2	Игра-соревнование.
53		Теория: методика выполнения задания «маркированная» дистанция на участке местности с применением плана-карты. Практика: прохождение «маркированной» дистанции на участке местности.	17.03		1	1	2	Игра-соревнование
54		Теория: методика выполнения задания «выбор» на участке местности с применением плана-карты (10КП). Практика: прохождение дистанции «выбор» на участке местности (10КП).	18.03		1	1	2	Игра-соревнование.
55		Теория: методика выполнения задания «заданное направление» на участке местности с применением плана-карты (10КП).. Практика: прохождение дистанции	24.03		1	1	2	Игра-соревнование.

		«заданное направление» на участке местности (10КП).						
56		Теория: вид ориентирования «спринт». Особенности выполнения задания. Практика: прохождение учебной дистанции «спринт» в помещении.	25.03		1	1	2	
57		Теория: «спринт» на участке местности. Особенности и методика. Применение плана-карты при выполнении задания. Практика: прохождение учебной дистанции «спринт» на участке местности с использованием плана-карты.	31.03		1	1	2	Игра-соревнование
58		Теория: вид ориентирования «лабиринт». Методика выполнения задания. Практика: прохождение учебной дистанции «лабиринт» в помещении.	01.04		0,5	1,5	2	Опрос.
59		Теория: «лабиринт» на участке местности. Методика выполнения задания. Практика: прохождение учебной дистанции «лабиринт» на участке	07.04		0,5	1,5	2	

		местности.						
60		Теория: «лабиринт» на участке местности (10 КП). Методика выполнения задания. Практика: прохождение дистанции «лабиринт» (10 КП) на участке местности.	08.04		0,5	1,5	2	Игра-соревнование.
61		Теория: «лабиринт» с промежуточным финишем в помещении (15 КП). Методика выполнения задания Практика: прохождение дистанции «лабиринт» (15 КП) с промежуточным финишем в помещении	14.04		0,5	1,5	2	Игра-соревнование.
62	Контрольные пункты. Средства отметки на контрольном пункте. 5	Теория: назначение и внешний вид КП. Средства отметки на КП. Установка КП. Установка КП в помещении и на местности. Практика: рассмотрение КП, средств отметки, установка КП.	15.04		0,5	1.5	2	Опрос.
63		Теория: средства отметки на КП. Карточки, компостеры, пользование ими. Практика: изготовление карточек для отметки на КП.	21.04		0,5	1,5	2	
64		Теория: правила установки КП в помещении. Постановка тренировочной дистанции.	22.04		0,5	1,5	2	Опрос.

		Практика: установка КП в помещении, прохождение тренировочной дистанции						
65		Теория: правила и места установки КП на участке местности. Практика: установка КП на участке местности, прохождение дистанции.	28.04		0,5	1,5	2	Игра-соревнование
66		Теория: компостерная отметка. Правила отметки. Практика: отметка в талоне с помощью компостера. Тренировочные упражнения.	29.04		0,5	1,5	2	
67		Теория: правила установки КП: (учет видимости КП, хорошего подхода к КП). Практика: установка КП и отработка действий при отметке на КП.	05.05		0,5	1,5	2	
68		Теория: схема действий при отметке на нескольких КП. Последовательность отметки. Практика: отработка действий при отметке на нескольких КП.	06.05		0,5	1,5	2	
69		Теория: установка заданного количества КП на участке местности. Учет ориентиров на местности. Практика: прохождение учебной	12.05		0,5	1,5	2	Игра-соревнование.

		дистанции, отработка действий при отметке на КП.						
70		Теория: методика выхода на КП и последовательная отметка на заданном количестве КП. Практика: прохождение учебной дистанции, выполнение отметки на КП.	13.05		0,5	1,5	2	
71		Теория: методика выполнения отметки на КП («веерное» расположение КП). Практика: выполнение упражнений по отметке на КП «веер» на учебной дистанции.	19.05		0,5	1,5	2	
72	Итоговое занятие (2ч)	Практика: итоговое контрольное занятие. Игра-соревнование: « Пройди лабиринт» (10КП).	20.05			2	2	Игра-соревнование.
		ИТОГО:			38	106	144	

Календарно-тематический план

2026-2027 учебный год

2 год обучения

Гр.2 (понедельник, среда)

N п/п	Наименование раздела (темы) ОП, количество часов в соответствии с учебно- тематическим планом ОП	Темы занятий, содержание (теоретическая и практическая часть)	Дата проведения занятия по плану/фактически		Количество часов			Формы контроля
			По плану	Факти- чески	Теория	Практика	Всего	
1	Водное занятие.	Теория: Краткий обзор тем и заданий, изучаемых во второй год обучения. ТБ на занятиях ориентированием, ПДД. Практика: Проведение викторины.	02.09			2	2	Викторина
2	Условные знаки спортивных карт. Группы знаков.	Теория: разделение условных знаков на группы. Группа знаков «Рельеф». Демонстрация знаков. Практика: работа с картами, нахождение знаков на картах.	07.09		0,5	1,5	2	Опрос.

3	Теория: разделение условных знаков на группы. Группа знаков «Рельеф». Демонстрация знаков. Практика: работа с картами, нахождение знаков на картах.	09.09		0,5	1.5	2	
4	Теория: группа знаков «Гидрография и болота». Демонстрация знаков. Практика: работа с картами, нахождение знаков на картах.	14.09		0,5	1,5	2	Опрос.
5	Теория: группа знаков «Растительность». Демонстрация знаков. Практика: работа с картами, нахождение знаков на картах.	16.09		0,5	1,5	2	Опрос.
6	Теория: группа знаков «Искусственные сооружения». Демонстрация знаков. Практика: работа с картами, нахождение знаков на картах.	21.09		0,5	1,5	2	Опрос.
7	Теория: группа знаков «Знаки обозначения дистанции». Демонстрация знаков. Практика: работа с картами, нахождение знаков на картах.	23.09		0,5	1,5	2	Опрос.
8	Теория: группа знаков «Знаки обозначения дистанции. Линии магнитного меридиана». Практика:	28.09		0,5	1,5	2	

		работа с картами, нахождение знаков на картах.						
9		Теория: группа знаков «Рельеф». Формы рельефа. Практика: работа с картами, зарисовка знаков с образца объекта. Нахождение знаков на карте, их описание.	30.09		0,5	1,5	2	
10		Теория: группа знаков «Скалы и камни». Разновидности знаков, виды рисовки знаков. Практика: работа с картами, зарисовка знаков с образца объекта. Нахождение знаков на карте, их описание.	05.10		0,5	1,5	2	Опрос.
11		Теория: группа знаков «Гидрография и болота». Описание знаков, классификация. Практика: работа с картами, зарисовка знаков с образца объекта. Нахождение знаков на карте, их описание.	07.10		0,5	1,5	2	Опрос.
12		Теория: группа знаков «Растительность». Описание знаков, классификация. Практика: работа с картами, зарисовка знаков с образца объекта. Нахождение	12.10		0.5	1.5	2	Опрос.

		знаков на карте.						
13		Теория: группа знаков «Искусственные сооружения». Описание знаков. Практика: работа с картами, зарисовка знаков с образца объекта. Нахождение знаков на карте.	14.10		0,5	1.5	2	Опрос.
14		Теория: Классификация площадных (масштабных), линейных, внемасштабных знаков.. Демонстрация знаков. Практика: работа с картами, нахождение знаков на картах.	19.10		0,5	1,5	2	
15	Основные масштабные, линейные, внемасштабные условные знаки.	Теория: площадные (масштабные) знаки, возможность применения. Практика: работа с картами. Нахождение знаков на карте и участке местности.	21.10		0,5	1,5	2	Опрос.
16		Теория: линейные знаки, возможность применения. Практика: работа с картами. Нахождение знаков на карте и участке местности.	26.10		0,5	1,5	2	Опрос.
17		Теория: внемасштабные (точечные)	28.10		0,5	1,5	2	Опрос.

		знаки, возможность применения. Практика: работа с картами. Нахождение знаков на карте и участке местности.						
18		Теория: комбинирование линейных и площадных знаков на картах. Практика: работа с картами. Зарисовка объектов с помощью знаков.	02.11		0,5	1,5	2	
19		Теория: целесообразность изображение знаков на картах различного назначения. Практика: рисовка карты виртуальной местности с применением внемасштабных знаков.	09.11		0,5	1,5	2	
20	Приемы ориентирования карты. Определение точки местоположения.	Теория: приемы ориентирования карты по направлению, площадным, линейным ориентирам. Достоверность ориентиров. Надежные ориентиры. Практика: работа с картами, поиск ориентиров, их описание.	11.11		0,5	1,5	2	Опрос.
21		Теория: приемы ориентирования карты по направлению. Практика: ориентирования карты по направлению, ориентирования карты по компасу. Игра-соревнование	16.11		0,5	1,5	2	Игра-соревнование.

		«Сориентируй карту».						
22		Теория: приемы ориентирования карты по линейным ориентирам. Практика: выбор линейного ориентира, ориентирование карты по линейному ориентиру. Игра-соревнование «Найди ориентир».	18.11		0,5	1,5	2	Игра-соревнование.
23		Теория: ориентирования карты по линейному ориентиру с точкой нахождения на линии ориентира. Практика: выбор достоверного линейного ориентира, ориентирование карты с учетом других ориентиров. Игра-соревнование « Найди себя на карте».	23.11		0.5	1,5	2	Игра-соревнование.
24		Теория: ориентирования карты по площадным ориентирам, классификация площадных ориентиров, их достоверность. Практика: выбор достоверного площадного ориентира, ориентирование карты с учетом других элементов местности.	25.11		0,5	1,5	2	Опрос.
25		Теория: ориентирования карты с учетом линейных и площадных	30.11		0,5	1,5	2	Игра-

		ориентиров, других характеристик объектов местности. Практика: ориентирование карты по «выгодному» ориентиру. Игра-соревнование « Выгодный ориентир».						соревнование.
26		Теория: Определение точки местоположения на местности, ориентирование карты по компасу. Практика: определение местоположения на карте с учетом объектов местности. Игра-соревнование « Найди себя на карте».	02.12		0,5	1,5	2	Игра-соревнование.
27		Теория: Отождествление карты и участка местности. Практика: определение своего местоположения при нахождении на линейном ориентире.	07.12		0,5	1,5	2	
28		Теория: Отождествление карты и участка местности. Практика: определение местоположения с учетом направления компаса, линейных и сопутствующих ориентиров.	09.12		0,5	1,5	2	
29		Теория: Определение местоположения на участке местности и на карте.	14.12		0,5	1,5	2	Опрос.

		Дополнительные ориентиры. Практика: определение своего местоположения последовательно в нескольких точках, учет соответствующих ориентиров.						
30	Контрольное занятие.	Промежуточный контроль Практика: проведение викторины по вопросам из ранее изученных тем.	16.12			2	2	Викторина
31	Работа с компасом. Азимут. Ориентирование по «азимуту».	Теория: Устройство жидкостных компасов различных модификаций. Специфика работы, назначение, область применения. Практика: работа с компасом.	21.12		1	1	2	Опрос.
32		Теория: Определение сторон горизонта с помощью компаса. Установка стрелки компаса. Практика: упражнения по определению сторон горизонта, установки стрелки компаса в статичный режим.	23.12		0,5	1,5	2	
33		Теория: последовательность действий при определении сторон горизонта. Установка стрелки компаса в северном направлении, фиксирование	28.12		0,5	1,5	2	Игра-соревнование.

		направления. Практика: отработка действий по фиксированию стрелки в северном направлении, определение сторон горизонта. Игра-соревнование «Определи стороны горизонта».						
34		Теория: понятие азимута. Определение азимута на заданный ориентир. Практика: определение азимута на заданный ориентир. Игра-соревнование «Определи азимут».	30.12		0,5	1,5	2	Игра-соревнование.
35		Теория: методика установки азимута на компасе. Инструктаж по ОТ, ТБ и ПДД Практика: установка заданного азимута на компасе, прохождение небольших отрезков по заданному азимуту.	11.01		0,5	1,5	2	
36		Теория: определение азимута на КП на карте. Последовательность действий. Практика: работа с картами. Определение азимута на КП. Игра-соревнование «Определи азимут».	13.01		0,5	1,5	2	Игра-соревнование.
37		Теория: методика и последовательность действий по определению азимута на КП по карте и	18.01		0,5	1,5	2	

		движение в заданном направлении. Практика: движение на КП по азимуту, определенному на карте.						
38		Теория: методика и последовательность действий при движении на КП по заданному азимуту. Практика: работа с компасом. Движение на КП по заданному азимуту.	20.01		0,5	1,5	2	
39		Теория: методика определения азимута на КП в пределах видимости. Практика: передвижение на КП в пределах видимости по азимуту.	25.01		0,5	1,5	2	
40		Теория: определение азимута на последовательно расположенные КП. Практика: передвижение на КП по азимуту. Игра-соревнование « Найди КП по азимуту».	27.01		0,5	1,5	2	Игра-соревнование.
41		Теория: установка заданного азимута и передвижение на КП. Практика: нахождение нескольких КП по заданному азимуту. Отметка	01.02		0,5	1,5	2	

		посещения КП в талоне.						
42		Теория: особенности ориентирования по азимуту в заданном направлении.. Практика: прохождение дистанции из нескольких КП по заданному азимуту.	03.02		0,5	1,5	2	
43		Теория: прохождение дистанции ориентирования в заданном направлении. Практика: прохождение дистанции ориентирования в заданном направлении с определением заданных азимутов на КП. Игра-соревнование «Заданный азимут».	08.02		0,5	1,5	2	Игра-соревнование.
44	Определение расстояний на карте и местности.	Теория: Способы определения расстояний на карте и местности. Практика: определение расстояний на местности, задания по группам.	10.02		0,5	1,5	2	Опрос.
45		Теория: методика определений расстояний на карте с учетом масштаба. Измерительные инструменты, визуальное определение расстояний. Практика: работа с картами. Определение расстояний между КП	15.02		0,5	1,5	2	Опрос.

		визуально с проверкой измерительными инструментами.						
46		Теория: методика определений расстояний на карте измерительными инструментами. Практика: определений расстояний на карте измерительными инструментами. Игра-соревнование « Определи расстояние».	17.02		0,5	1,5	2	Игра-соревнование.
47		Теория: визуальное определение расстояний. Практика: упражнения на развитие глазомера, определение расстояний на карте визуально с проверкой измерительными инструментами.	22.02		0,5	1,5	2	
48		Теория: определение расстояний на участке местности визуально, методом подсчета шагов, по времени. Практика: определение расстояний на участке местности, в помещении.	24.02		0,5	1,5	2	
49		Теория: определение расстояний на участке местности визуально. Практика: определение расстояний до предмета (объекта) визуально.	01.03		0,5	1,5	2	

50	Теория: определение расстояний методом подсчета шагов. Практика: определение расстояний до предмета (объекта) методом подсчета шагов. Игра-соревнование «Определи расстояние».	03.03		0,5	1,5	2	Игра-соревнование.
51	Теория: определение расстояний с учетом «пройденного времени». Практика: определение расстояний до предмета (объекта) методом учета времени.	10.03		0,5	1,5	2	
52	Теория: определение расстояний между КП, расположенными в заданном направлении. Практика: определение пройденного расстояния между КП (комбинированным способом).	15.03		0,5	1,5	2	
53	Теория: определение расстояний на дистанции: старт - КП-...-КП-финиш в заданном порядке. Практика: определение расстояния с занесением результата в карточку. Игра-соревнование «Определи расстояние».	17.03		0,5	1,5	2	Игра-соревнование.

54	Ориентирование по «выбору», в «заданном направлении».	Теория: общий обзор видов ориентирования по «выбору», в «заданном направлении», в «лабиринте», особенности каждого из видов. Практика: совместное прохождение укороченных тренировочных дистанций.	22.03		0,5	1,5	2	Опрос.
55		Теория: описание вида ориентирования «по выбору». Методика и техника выполнения. Тактические и технические особенности (выбор пути движения). Практика: работа с картами. Упражнение по переносу КП с образца на рабочую карту.	24.03		0,5	1,5	2	
56		Теория: составление плана (маршрута) передвижения от старта до КП-....-КП10. Практика: работа с картами. составление маршрута передвижения от старта до КП-....-КП10. Игра-соревнование «Составь маршрут».	29.03		0,5	1.5	2	Игра-соревнование.
57		Теория: оценка элементов карты (ориентиров) по направлению движения к КП. Выделение выгодных ориентиров.	31.03		0,5	1,5	2	

		Практика: работа с картами. Описание ориентиров, выделение площадных и линейных ориентиров.						
58		Теория: выделение площадных, линейных, сопутствующих ориентиров. Выбор пути движения Практика: работа с картами. Работа с учебной дистанцией. Выбор пути движения. Игра-соревнование «Составь маршрут».	05.04		0,5	1,5	2	Игра-соревнование.
59		Теория: описание вида ориентирования «в заданном направлении». Методика и выполнение. Тактические и технические особенности. Практика: работа с картами. Упражнения по переносу КП с образца на рабочую карту.	07.04		0,5	1,5	2	
60		Теория: составление плана (маршрута) движения от старта до КП. Движение к последующим КП, кратчайший путь, выгодная постановка. Практика: работа с картами. Показ ограничивающих ориентиров. Составление кратчайшего маршрута, измерение расстояний.	12.04		0,5	1,5	2	

61		Теория: оценка элементов карты по направлению движения к КП. Определение основного ориентира в районе КП (привязки). Практика: работа с картами. Определение «привязки» в районе КП1..КП10.	14.04		0,5	1.5	2	Опрос.
62		Теория: описание вида ориентирования «лабиринт». Постановка задачи, методика выполнения упражнения. Практика: выполнение упражнения «лабиринт».	19.04		0,5	1,5	2	Опрос.
63		Теория: постановка задачи, рассмотрение вариантов, методика выполнения ориентирования в «лабиринте» Практика: выполнение упражнения ориентирование в «лабиринте» с 1-м вариантом.	21.04		0,5	1,5	2	
64		Теория: постановка задачи и методика выполнения упражнения ориентирование в «лабиринте» с 2-я вариантами и промежуточным	26.04		0,5	1,5	2	Игра-соревнование.

		финишем. Практика: выполнение упражнения ориентирование в «лабиринте» с 2-я вариантами и промежуточным финишем. Игра-соревнование «Пройди лабиринт».						
65		Теория: постановка задачи и методика выполнения упражнения ориентирование «по выбору» (10КП). Практика: выполнение упражнения ориентирование «по выбору» (10КП).	28.04		0,5	1,5	2	
66		Теория: постановка задачи и методика выполнения упражнения ориентирование «по выбору» (15КП). Практика: выполнение упражнения ориентирование «по выбору» (15КП). Игра-соревнование « Сделай правильный выбор».	03.05		0,5	1,5	2	Игра-соревнование.
67		Теория: постановка задачи и методика выполнения упражнения ориентирование «по выбору» (20КП). Практика: выполнение упражнения ориентирование «по выбору» (20КП). Игра-соревнование « Супер выбор».	05.05		0,5	1,5	2	Игра-соревнование.

68	Теория: постановка задачи и методика выполнения упражнения ориентирование «в заданном направлении» (15КП). Практика: выполнение упражнения ориентирование «в заданном направлении» (15КП).	12.05		0,5	1,5	2	
69	Теория: постановка задачи и методика выполнения упражнения ориентирование «в заданном направлении» (15КП). Практика: выполнение упражнения ориентирование «в заданном направлении» (15КП).	17.05		0,5	1,5	2	
70	Теория: постановка задачи и методика выполнения упражнения ориентирование «в заданном направлении» (20КП). Практика: выполнение упражнения ориентирование «в заданном направлении» (20КП). Игра-соревнование «Заданное направление».	19.05		0,5	1,5	2	Игра-соревнование.
71	Теория: постановка задачи, методика выполнения упражнения ориентирование «в заданном направлении» с промежуточным	24.05		0,5	1,5	2	Игра-соревнование.

		финишем «восьмерка» (20 КП). Практика: выполнения упражнения ориентирование «в заданном направлении» с промежуточным финишем «восьмерка» (20 КП). Игра-соревнование « Восьмерка».						
72	Итоговое занятие	Практика: Итоговое контрольное занятие. Игра-соревнование: «Пройди лабиринт» (10КП).	26.05			2	2	Игра-соревнование.
		Итого:			35	109	144	

Календарно-тематический план к ДОП «Спортивное ориентирование для начинающих» 2026-2027 учебный год

Второй год обучения

Гр.3 (вторник, четверг)

N п/п	Наименование раздела (темы) ОП, количество часов в соответствии с учебно- тематическим планом ОП	Темы занятий, содержание (теоретическая и практическая часть)	Дата проведения занятия по плану/фактически		Количество часов			Формы контроля
			По плану	Фактически	Теория	Практика	Всего	
1	Водное занятие.	Теория: Краткий обзор тем и заданий, изучаемых во второй год обучения. ТБ на занятиях ориентированием, ПДД. Практика: Проведение викторины.	01.09			2	2	Викторина
2	Условные знаки спортивных карт. Группы знаков.	Теория: разделение условных знаков на группы. Группа знаков «Рельеф». Демонстрация знаков. Практика: работа с картами, нахождение знаков на картах.	03.09		0,5	1,5	2	Опрос.

3		Теория: разделение условных знаков на группы. Группа знаков «Рельеф». Демонстрация знаков. Практика: работа с картами, нахождение знаков на картах.	08.09		0,5	1,5	2	
4		Теория: группа знаков «Гидрография и болота». Демонстрация знаков. Практика: работа с картами, нахождение знаков на картах.	10.09		0,5	1,5	2	Опрос.
5		Теория: группа знаков «Растительность». Демонстрация знаков. Практика: работа с картами, нахождение знаков на картах.	15.09		0,5	1,5	2	Опрос.
6		Теория: группа знаков «Искусственные сооружения». Демонстрация знаков. Практика: работа с картами, нахождение знаков на картах.	17.09		0,5	1,5	2	Опрос.
7		Теория: группа знаков «Знаки	22.09		0,5	1,5	2	Опрос.

		обозначения дистанции». Демонстрация знаков. Практика: работа с картами, нахождение знаков на картах.						
8		Теория: группа знаков «Знаки обозначения дистанции. Линии магнитного меридиана». Практика: работа с картами, нахождение знаков на картах.	24.09		0,5	1,5	2	
9		Теория: группа знаков «Рельеф». Формы рельефа. Практика: работа с картами, зарисовка знаков с образца объекта. Нахождение знаков на карте, их описание.	29.09		0,5	1,5	2	
10		Теория: группа знаков «Скалы и камни». Разновидности знаков, виды рисовки знаков. Практика: работа с картами, зарисовка знаков с образца объекта. Нахождение знаков на карте, их описание.	01.10		0,5	1,5	2	Опрос.
11		Теория: группа знаков «Гидрография и болота».	06.10		0,5	1,5	2	Опрос.

		Описание знаков, классификация. Практика: работа с картами, зарисовка знаков с образца объекта. Нахождение знаков на карте, их описание.						
12		Теория: группа знаков «Растительность». Описание знаков, классификация. Практика: работа с картами, зарисовка знаков с образца объекта. Нахождение знаков на карте.	08.10		0.5	1.5	2	Опрос.
13		Теория: группа знаков «Искусственные сооружения». Описание знаков. Практика: работа с картами, зарисовка знаков с образца объекта. Нахождение знаков на карте.	13.10		0,5	1.5	2	Опрос.
14	Основные масштабные, линейные, внемасштабные условные	Теория: Классификация площадных (масштабных), линейных, внемасштабных знаков. Демонстрация знаков. Практика:	15.10		0,5	1,5	2	

	знаки.	работа с картами, нахождение знаков на картах.						
15		Теория: площадные (масштабные) знаки, возможность применения. Практика: работа с картами. Нахождение знаков на карте и участке местности.	20.10		0,5	1,5	2	Опрос.
16		Теория: линейные знаки, возможность применения. Практика: работа с картами. Нахождение знаков на карте и участке местности.	22.10		0,5	1,5	2	Опрос.
17		Теория: немасштабные (точечные) знаки, возможность применения. Практика: работа с картами. Нахождение знаков на карте и участке местности.	27.10		0,5	1,5	2	Опрос.
18		Теория: комбинирование линейных и площадных знаков на картах. Практика: работа с картами. Зарисовка объектов с помощью	29.10		0,5	1,5	2	

		знаков.						
19		Теория: целесообразность изображение знаков на картах различного назначения. Практика: рисовка карты виртуальной местности с применением внемасштабных знаков.	03.11		0,5	1,5	2	
20	Приемы ориентирования карты. Определение точки местоположения.	Теория: приемы ориентирования карты по направлению, площадным, линейным ориентирам. Достоверность ориентиров. Надежные ориентиры. Практика: работа с картами, поиск ориентиров, их описание.	05.11		0.5	1.5	2	Опрос.
21		Теория: приемы ориентирования карты по направлению. Практика: ориентирования карты по направлению, ориентирования карты по компасу. Игра-соревнование «Сориентируй карту».	10.11		0,5	1,5	2	Игра-соревнование.
22		Теория: приемы ориентирования карты по линейным ориентирам.	12.11		0,5	1,5	2	Игра-соревнование.

		Практика: выбор линейного ориентира, ориентирование карты по линейному ориентиру. Игра-соревнование «Найди ориентир».						
23		Теория: ориентирования карты по линейному ориентиру с точкой нахождения на линии ориентира. Практика: выбор достоверного линейного ориентира, ориентирование карты с учетом других ориентиров. Игра-соревнование « Найди себя на карте».	17.11		0.5	1,5	2	Игра-соревнование.
24		Теория: ориентирования карты	19.11		0,5	1,5	2	Опрос.

		по площадным ориентирам, классификация площадных ориентиров, их достоверность. Практика: выбор достоверного площадного ориентира, ориентирование карты с учетом других элементов местности.						
25		Теория: ориентирования карты с учетом линейных и площадных ориентиров, других характеристик объектов местности. Практика: ориентирование карты по «выгодному» ориентиру. Игра-соревнование «Выгодный ориентир».	24.11		0,5	1,5	2	Игра-соревнование.
26		Теория: Определение точки местоположения на местности, ориентирование карты по компасу. Практика: определение местоположения на карте с учетом объектов местности. Игра-соревнование «Найди себя	26.11		0,5	1,5	2	Игра-соревнование.

		на карте».						
27		Теория: Отождествление карты и участка местности. Практика: определение своего местоположения при нахождении на линейном ориентире.	01.12		0,5	1,5	2	
28		Теория: Отождествление карты и участка местности. Практика: определение местоположения с учетом направления компаса, линейных и сопутствующих ориентиров.	03.12		0,5	1,5	2	
29		Теория: Определение местоположения на участке местности и на карте. Дополнительные ориентиры. Практика: определение своего местоположения последовательно в нескольких точках, учет соответствующих ориентиров.	08.12		0,5	1,5	2	Опрос.

30	Контрольное занятие.	Промежуточный контроль Практика: проведение викторины по вопросам из ранее изученных тем.	10.12			2	2	Викторина
31	Работа с компасом. Азимут. Ориентирование по «азимуту».	Теория: Устройство жидкостных компасов различных модификаций. Специфика работы, назначение, область применения. Практика: работа с компасом.	15.12		1	1	2	Опрос.
32		Теория: Определение сторон горизонта с помощью компаса. Установка стрелки компаса. Практика: упражнения по определению сторон горизонта, установки стрелки компаса в статичный режим.	17.12		0,5	1,5	2	
33		Теория: последовательность действий при определении сторон горизонта. Установка стрелки компаса в северном направлении, фиксирование направления. Практика: отработка действий	22.12		0,5	1,5	2	Игра-соревнование.

		по фиксированию стрелки в северном направлении, определение сторон горизонта. Игра-соревнование «Определи стороны горизонта».						
34		Теория: понятие азимута. Определение азимута на заданный ориентир. Практика: определение азимута на заданный ориентир. Игра-соревнование «Определи азимут».	24.12		0,5	1,5	2	Игра-соревнование.
35		Теория: методика установки азимута на компасе. Практика: установка заданного азимута на компасе, прохождение небольших отрезков по заданному азимуту.	29.12		0,5	1,5	2	
36		Теория: определение азимута на КП на карте. Последовательность действий. Инструктаж по ОТ, ТБ и ПДД Практика: работа с картами. Определение азимута на КП.	12.01		0,5	1,5	2	Игра-соревнование.

		Игра-соревнование « Определи азимут».						
37		Теория: методика и последовательность действий по определению азимута на КП по карте и движение в заданном направлении. Практика: движение на КП по азимуту, определенному на карте.	14.01		0,5	1,5	2	
38		Теория: методика и последовательность действий при движении на КП по заданному азимуту. Практика: работа с компасом. Движение на КП по заданному азимуту.	19.01		0,5	1,5	2	
39		Теория: методика определения азимута на КП в пределах видимости. Практика: передвижение на КП в пределах видимости по	21.01		0,5	1,5	2	

		азимуту.						
40		Теория: определение азимута на последовательно расположенные КП. Практика: передвижение на КП по азимуту. Игра-соревнование « Найди КП по азимуту».	26.01		0,5	1,5	2	Игра-соревнование.
41		Теория: установка заданного азимута и передвижение на КП. Практика: нахождение нескольких КП по заданному азимуту. Отметка посещения КП в талоне.	28.01		0,5	1,5	2	
42		Теория: особенности ориентирования по азимуту в заданном	02.02		0,5	1,5	2	

		направлении.. Практика: прохождение дистанции из нескольких КП по заданному азимуту.						
43		Теория: прохождение дистанции ориентирования в заданном направлении. Практика: прохождение дистанции ориентирования в заданном направлении с определением заданных азимутов на КП. Игра-соревнование « Заданный азимут».	04.02		0,5	1,5	2	Игра-соревнование.
44	Определение расстояний на карте и местности.	Теория: Способы определения расстояний на карте и местности. Практика: определение расстояний на местности, задания по группам.	09.02		0,5	1,5	2	Опрос.
45		Теория: методика определений			0,5	1,5	2	Опрос.

		расстояний на карте с учетом масштаба. Измерительные инструменты, визуальное определение расстояний. Практика: работа с картами. Определение расстояний между КП визуально с проверкой измерительными инструментами.	11.02					
46		Теория: методика определений расстояний на карте измерительными инструментами. Практика: определений расстояний на карте измерительными инструментами. Игра-соревнование « Определи расстояние».	16.02		0,5	1,5	2	Игра-соревнование.
47		Теория: визуальное определение расстояний. Практика: упражнения на развитие глазомера, определение расстояний на карте визуально с проверкой измерительными	18.02		0,5	1,5	2	

		инструментами.						
48		Теория: определение расстояний на участке местности визуально, методом подсчета шагов, по времени. Практика: определение расстояний на участке местности, в помещении.	25.02		0,5	1,5	2	
49		Теория: определение расстояний на участке местности визуально. Практика: определение расстояний до предмета (объекта) визуально.	02.03		0,5	1,5	2	
50		Теория: определение расстояний методом подсчета шагов. Практика: определение расстояний до предмета (объекта) методом подсчета шагов. Игра-соревнование «Определи расстояние».	04.03		0,5	1,5	2	Игра-соревнование.
51		Теория: определение расстояний с учетом «пройденного времени». Практика: определение расстояний до предмета	09.03		0,5	1,5	2	

		(объекта) методом учета времени.						
52		Теория: определение расстояний между КП, расположенными в заданном направлении. Практика: определение пройденного расстояния между КП (комбинированным способом).	11.03		0,5	1,5	2	
53		Теория: определение расстояний на дистанции: старт - КП-...-КП-финиш в заданном порядке. Практика: определение расстояния с занесением результата в карточку. Игра-соревнование «Определи расстояние».	16.03		0,5	1,5	2	Игра-соревнование.
54	Ориентирование по «выбору», в «заданном направлении».	Теория: общий обзор видов ориентирования по «выбору», в «заданном направлении», в «лабиринте», особенности каждого из видов. Практика: совместное прохождение укороченных тренировочных дистанций.	18.03		0,5	1,5	2	Опрос.

55	Теория: описание вида ориентирования «по выбору». Методика и техника выполнения. Тактические и технические особенности (выбор пути движения). Практика: работа с картами. Упражнение по переносу КП с образца на рабочую карту.	23.03		0,5	1,5	2	
56	Теория: составление плана (маршрута) передвижения от старта до КП-....-КП10. Практика: работа с картами. составление маршрута передвижения от старта до КП-....-КП10. Игра-соревнование «Составь маршрут».	25.03		0,5	1.5	2	Игра-соревнование.
57	Теория: оценка элементов карты (ориентиров) по направлению движения к КП. Выделение выгодных ориентиров. Практика: работа с картами. Описание ориентиров, выделение площадных и линейных ориентиров.	30.03		0,5	1,5	2	

58		Теория: выделение площадных, линейных, сопутствующих ориентиров. Выбор пути движения Практика: работа с картами. Работа с учебной дистанцией. Выбор пути движения. Игра-соревнование «Составь маршрут».	01.04		0,5	1,5	2	Игра-соревнование.
59		Теория: описание вида ориентирования «в заданном направлении». Методика и выполнение. Тактические и технические особенности. Практика: работа с картами. Упражнения по переносу КП с образца на рабочую карту.	06.04		0,5	1,5	2	
60		Теория: составление плана (маршрута) движения от старта до КП. Движение к последующим КП, кратчайший путь, выгодная постановка. Практика: работа с картами. Показ ограничивающих ориентиров. Составление кратчайшего маршрута, измерение расстояний.	08.04		0,5	1,5	2	

61	Теория: оценка элементов карты по направлению движения к КП. Определение основного ориентира в районе КП (привязки). Практика: работа с картами. Определение «привязки» в районе КП1..КП10.	13.04		0,5	1.5	2	Опрос.
62	Теория: описание вида ориентирования «лабиринт». Постановка задачи, методика выполнения упражнения. Практика: выполнение упражнения «лабиринт».	15.04		0,5	1,5	2	Опрос.
63	Теория: постановка задачи, рассмотрение вариантов, методика выполнения ориентирования в «лабиринте» Практика: выполнение упражнения ориентирование в «лабиринте» с 1-м вариантом.	20.04		0,5	1,5	2	
64	Теория: постановка задачи и методика выполнения упражнения ориентирование в «лабиринте» с 2-я вариантами и	22.04		0,5	1,5	2	Игра-соревнование.

		промежуточным финишем. Практика: выполнение упражнения ориентирование в «лабиринте» с 2-я вариантами и промежуточным финишем. Игра-соревнование «Пройди лабиринт».						
65		Теория: постановка задачи и методика выполнения упражнения ориентирование «по выбору» (10КП). Практика: выполнение упражнения ориентирование «по выбору» (10КП).	27.04		0,5	1,5	2	
66		Теория: постановка задачи и методика выполнения упражнения ориентирование «по выбору» (15КП). Практика: выполнение упражнения ориентирование «по выбору» (15КП). Игра-соревнование « Сделай правильный выбор».	29.04		0,5	1,5	2	Игра-соревнование.
67		Теория: постановка задачи и методика выполнения упражнения ориентирование	04.05		0,5	1,5	2	Игра-

		«по выбору» (20КП). Практика: выполнение упражнения ориентирование «по выбору» (20КП). Игра-соревнование « Супер выбор».						соревнование.
68		Теория: постановка задачи и методика выполнения упражнения ориентирование «в заданном направлении» (15КП). Практика: выполнение упражнения ориентирование «в заданном направлении» (15КП).	06.05		0,5	1,5	2	
69		Теория: постановка задачи и методика выполнения упражнения ориентирование «в заданном направлении» (15КП). Практика: выполнение упражнения ориентирование «в заданном направлении» (15КП).	11.05		0,5	1,5	2	
70		Теория: постановка задачи и методика выполнения упражнения ориентирование «в заданном направлении» (20КП). Практика: выполнение упражнения ориентирование «в	13.05		0,5	1,5	2	Игра-соревнование.

		заданном направлении» (20КП). Игра-соревнование «Заданное направление».						
71		Теория: постановка задачи, методика выполнения упражнения ориентирование «в заданном направлении» с промежуточным финишем «восьмерка» (20 КП). Практика: выполнения упражнения ориентирование «в заданном направлении» с промежуточным финишем «восьмерка» (20 КП). Игра-соревнование « Восьмерка».	18.05		0,5	1,5	2	Игра-соревнование.
72	Итоговое занятие	Практика: Итоговое контрольное занятие. Игра-соревнование: «Пройди лабиринт» (10КП).	20.05			2	2	Игра-соревнование.
		Итого:			35	109	144	