

## ДООП «Спортивное ориентирование «Путь к успеху»

**Составитель:** Иванова Л.А., педагог дополнительного образования.

**Направленность:** физкультурно-спортивная направленность.

**Уровень усвоения:** продвинутый

**Форма обучения по ДООП:** очная, сетевая

**Полный срок реализации программы:** 3 года обучения

**Объём реализации программы:** 1386 часов

**Адресат программы:** учащиеся 12–18 лет, (требуется справка врача о допуске к данному виду спорта).

**Актуальность:** занятия спортивным ориентированием представляют собой эффективное средство повышения двигательной активности, физического оздоровления и совершенствования учащихся, приобщение их к здоровому образу жизни, а также помогают совершенствовать волевые качества характера, необходимые для быстрых и уверенных действий в сложных ситуациях - самообладание, смелость, решительность.

Согласно Концепции развития дополнительного образования детей в РФ, приоритетом образования становится превращение жизненного пространства в мотивирующее пространство, определяющее самоактуализацию и самореализацию личности, где воспитание человека начинается с формирования мотивации к познанию, творчеству, труду, спорту, приобщению к ценностям и традициям многонациональной культуры русского народа.

**Цель программы:** совершенствование базовых навыков, необходимых для успешной деятельности в спортивном ориентировании, посредством освоения специализированных навыков, участия в соревнованиях по данному направлению деятельности.

**Задачи программы:**

**Предметные:**

- повысить уровень физической и функциональной подготовленности обучающихся;
- совершенствовать технику и тактику приёмов и способов ориентирования;
- углубить знания, развить умения и навыки в области спортивного ориентирования, инструкторской подготовки и судейской практики обучающихся;
- расширить соревновательный опыт обучающихся.

**Личностные:**

- способствовать развитию функциональной грамотности обучающихся на занятиях спортом;
- способствовать воспитанию основных черт спортивного характера (волевые качества, целеустремленность, настойчивость и др.);
- способствовать духовно-нравственному и культурно-историческому развитию обучающихся.

**Метапредметные:**

- сформировать у обучающихся потребность к самоподготовке и самореализации;
- способствовать профилактике школьной неуспешности;
- сформировать у обучающихся потребность в передаче знаний, умений, навыков.

Программа разработана с учетом следующих нормативных документов и локальных актов:

1. Федеральный Закон от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее – ФЗ);
2. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
3. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. N 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
4. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022г. № 678-р «Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года»;
5. Приказ Министерства образования и науки РФ и министерства просвещения РФ от 05.08.2020 г. № 882/391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности по сетевой форме реализации образовательных программ»;
6. Приказа Министерства труда и социальной защиты РФ от 22.09.2021г. № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
7. Приказ Министерства образования и науки РФ и Министерства просвещения РФ от 05.08.2020 г. № 882/391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности по сетевой форме реализации образовательных программ»;
8. Устав краевого государственного автономного образовательного учреждения дополнительного образования «Центр развития творчества детей (Региональный модельный центр дополнительного образования детей Хабаровского края)»;
9. Приказ КГАОУ ДО РМЦ от 26.05.2023 № 218П «Об утверждении Положения о дополнительной общеобразовательной программе в Хабаровском крае».

**Программа предусматривает следующие результаты, достижения учащихся за период реализации программы.**

**Предметные:**

Обучающийся узнает:

- принципы постепенности, повторности, разносторонности, индивидуализации в процессе тренировки;

- содержание недельных циклов тренировки, объем и интенсивность нагрузки в зависимости от периодов тренировки;
- основные формы документов спортивной тренировки;
- основные положения и разделы перспективного, годового и текущего планирования тренировок;
- о роли и значении специальной физической подготовки для роста мастерства ориентировщиков

Обучающийся научится:

- читать карту на различных скоростях движения;
- использовать опережающее, выборочное чтение, чтение «потом», с двух рук, по большому пальцу;
- производить поиск КП по легендам по «черной» и «белой» карте;
- выполнять зарисовку пройденного пути;
- производить поиск и взятие КП по азимуту, от привязок, по рельефу и ситуации, по времени и расстоянию, в различных погодных условиях;
- ориентироваться на маркированной трассе;
- производить анализ технических и тактических ошибок при прохождении учебных и соревновательных дистанций.

**Личностные:**

- выполняет действия, касающиеся спортивного поведения как на тренировках, так и на соревнованиях;
- выполняет действия для формирования мотивационной установки на год и на всю спортивную деятельность;
- умеет регулировать психические состояния;
- адекватно реагирует на дистанции на соперников;
- выполняет приемы самооценки поступков и действий;

**Метапредметные:**

*Коммуникативные УУД*

- владеет способами взаимодействия со сверстниками и взрослыми;
- умеет работать в команде: находит компромиссы, разрешает конфликты.

*Познавательные УУД*

- умеет обобщать информацию и делать выводы;
- умеет анализировать собственную деятельность.

*Регулятивные УУД*

- соблюдает правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий;
- ставит цель и организует процесс её достижение;
- владеет основами самоконтроля и самооценки;
- умеет взаимодействовать в парной и групповой работе при выполнении задания.

**Количественные результаты освоения программы**

- участие не менее 50% учащихся в спортивных мероприятиях краевого, всероссийского уровней;
- по итогам 1 года обучения: включение не менее 50 % учащихся в число победителей и призёров массовых мероприятий, муниципального и

регионального уровня; выполнение нормативов 1 разряда и КМС – не менее 30%;

- по итогам 2 года обучения: включение не менее 70 % учащихся в число победителей и призёров массовых мероприятий, муниципального и регионального уровня; выполнение нормативов 1 разряда и КМС – не менее 50%, участие в категорийных походах по видам туризма (пешеходные, водные) – не менее 80%;

- по итогам 3 года обучения: включение не менее 80 % учащихся в число победителей и призёров массовых мероприятий, муниципального и регионального уровня; выполнение нормативов 1 разряда и КМС – не менее 70%, участие в категорийных походах по видам туризма (пешеходные, водные) – 100%.

Форма представления результата: сдача нормативов, участие в соревнованиях.