

ГБУДО ДТДиМ Колпинского района Санкт-Петербурга
Дополнительная общеразвивающая программа
Спортивное ориентирование

Методические и иные документы (презентации, раздаточный материал, макеты, модели, образцы и др. материалы при наличии), разработанные организацией для обеспечения образовательного процесса

Тема программы	Название материала
1 год обучения	
Ориентирование и туризм как виды спорта.	Презентация «Добро пожаловать в ориентирование»
Игры на местности (для приобретения навыков пребывания в природной среде без карты и компаса).	Раздаточный материал к обучающей игре "Звездочка"
Понимание и умение читать топографические карты различной местности в международных условных знаках и обозначениях спортивного ориентирования.	Раздаточный материал "Пазлы карты природных зон Ленинградской области"
Электронный дневник ориентировщика. Что это? Как выглядит? Для чего применяется? С какой частотой заполнять? Как часто сдавать педагогу?	ЭОР "Электронный дневник ориентировщика"
Правильное обращение с картой на старте. Основные правила трейл ориентирования.	Памятка "Трейл ориентирование"
Практическая работа по обращению с картой на дистанции в помещении. Работа на скорость.	План схема "Учебный кабинет"
2 год обучения	
Дисциплина в походе и на соревнованиях – основа безопасности.	Памятка "Действия в случае потери в природной среде"
Пункт «К». Понятие и способы применения на тренировках и соревнованиях.	Спортивная карта "ДТДиМ улица"
Простейшая дистанция в заданном направлении с большим количеством разворотов для работы с компасом.	Спортивная карта "Сосновка"
Особенности обращения с компасом «на палец».	Компас на палец. Памятка " Работа с компасом на палец"
Техника ориентирования в закрытом помещении на дистанции в заданном направлении.	План схема "ДТДиМ внутри помещения"
Особенности бега по азимуту при наличии на перегоне непроходимых болот, озер, запрещенных для передвижения участков	Спортивная карта "Чухонка"
Тестирование. Рельеф. Линейные объекты рельефа(грунтовый обрыв, грунтовый вал, маленький земляной вал, промоина, маленькая промоина). Обозначение на карте и визуальный вид на местности.	Раздаточный материал "Тест Рельеф"
Рельеф. Внемасштабные знаки	Раздаточный материал

(внемасштабный бугор, вытянутый внемасштабный бугор, внемасштабная яма, искусственная внемасштабная яма, изрытая поверхность, специальные формы рельефа).	"Тест Рельеф внемасштабные знаки"
Веселая эстафета с использованием электронной системы отметки SFR-Systems	Памятка по работе с электронной отметкой SFR-Systems
3 год обучения	
Техника ориентирования в условиях закрытого помещения в дисциплине «выбор». Отметка на контрольном пункте	Карточки для отметки
Алгоритм действий при подходе к контрольному пункту и уходе от него, в зависимости от типа отметки	Памятка "Мастерское взятие КП"
Упражнения на развитие чувства расстояния в зависимости от масштаба спортивных карт. Самостоятельное прохождение дистанции в заданном направлении	Спортивная карта "к/т Подвиг"
Техника чтения карты во время бег с использованием усовершенствованной платы компаса	Аудиозаписи топографического диктанта
Тестирование на знание условных знаков раздела - гидрография и болота.	Раздаточный материал "Тест гидрография и болота"
Тестирование на знание условных знаков разделов - скалы и камни, знаки для нанесения элементов дистанции	Раздаточный материал "Тест камни, скалы и элементы дистанции"
4 год обучения	
Самостоятельная работа с видеоматериалами о крупнейшей в мире многодневке O-Ringen. Анализ и обсуждение	Видеоматериал по соревнованиям O-Ringen и 10 MILA.
Оптимальная модель действия ориентировщика	Памятка " Оптимальная модель действия ориентировщика "
Технический приём в спортивном ориентировании – «Бег в мешок»	Спортивная карта "Детский пляж"
Технический приём в спортивном ориентировании - «Точный азимут»	Спортивная карта "Байдарочная станция"
Тестирование на знание легенд контрольных пунктов	Раздаточный материал "Тест легенды КП"
Технический приём в спортивном ориентировании - «Бег с упреждением».	Спортивная карта "Сквер на ул. Тверской"
Эстафетный бег: с использованием разработанной в ДТД и М авторской технологии «Топографические карточки спортивного ориентирования».	Раздаточный материал «Топографические карточки спортивного ориентирования»
5 год обучения	
Подготовка положения о соревнованиях по спортивному ориентированию	Образец положения о соревнованиях по спортивному ориентированию районного уровня
Основные принципы работы в программе SFR Systems версии 2.0.	Памятка " Основные принципы работы в программе SFR Systems версии 2.0."
Особенности планирования дистанции в	Спортивная карта "454 школа и район"

заданном направлении	
Создание дистанции по спортивному ориентированию в промо-версии программы Ocad9.0	Спортивная карта "ДТДиМ и район"
Постановка дистанции учащимися в городских условиях.	Спортивная карта "404 школа и район"
Постановка дистанции на сильно заболоченной местности учащимися.	Спортивная карта "Октябрьская улица"
Взаимосвязь техники и тактики в обучении спортивному ориентированию. Последовательность действий учеников при прохождении соревновательной дистанции	Спортивная карта "Улица Танкистов"