

Аннотация к дополнительной общеразвивающей программе «Спортивное ориентирование»

Разработчик программы: Усов А.С., педагог дополнительного образования

Адресат программы: программа рассчитана на детей в возрасте от 10 до 18 лет

Срок реализации: 3 года

Направленность: туристско-краеведческая

Спортивное ориентирование – вид спорта, в котором участники при помощи спортивной карты и компаса должны пройти контрольные пункты (КП), расположенные на местности, собирающий на свои старты до 30 000 участников, дает единение с природой, позволяющее выходить на старт и в 80 лет, самый здоровый вид спорта (исследования шведских физиологов).

Ориентирование – это захватывающая игра с интригующим началом и непредсказуемым итогом.

Программа составлена в соответствии с нормативными документами в сфере образования.

Дополнительная общеразвивающая программа «Спортивное ориентирование» рассчитана на три года обучения учащихся 5-11 классов общеобразовательных учреждений.

При разработке программы был учтен передовой опыт обучения юных спортсменов-ориентировщиков, результаты научных исследований по юношескому спорту, практические рекомендации по возрастной физиологии и педагогике, спортивной медицине, гигиене и психологии.

Цель программы: формирование здоровой, всесторонне образованной и развитой личности посредством занятий спортивным ориентированием, достижения высоких результатов на городском и областном уровне и участия сильнейших кружковцев во Всероссийских соревнованиях.

Программа направлена на решение следующих образовательно-воспитательных задач:

- формирование представлений о межпредметных связях и получение дополнительного образования по дисциплинам: физиология человека, ОБЖ, гигиена и санитария, топография и картография, география, краеведение, экология, психология;
- совершенствование знаний и умений, полученных на занятиях и соревнованиях, в учебно-тренировочных лагерях и походах;
- повышение уровня общей и специальной физической подготовки;
- повышение разносторонней физической и функциональной подготовленности;
- создание благоприятных условий для углубленной специализированной спортивной подготовки;
- приобретение соревновательного опыта.

Реализация программы обеспечивается проведением теоретических и практических занятий, учебно-тренировочных выходов, участием в соревнованиях и тематических заездах, совершением походов.

Теоретические занятия проводятся в классном помещении.

Практические занятия – это тренировки, отработка отдельных элементов и разделов изученного материала, походы различной трудности и протяженности, соревнования и спортивные игры.