

**Аннотация**  
**к дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей)**  
**программе «Спортивное ориентирование - 1»**

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа «Спортивное ориентирование - 1» разработана на основе авторской программы Воронова Ю.С., Константинова Ю.С. «Спортивное ориентирование» - М., 2005.

**Направленность** программы: физкультурно-спортивная.

**Цель:** формирование знаний, умений и навыков в спортивном ориентировании.

**Задачи:**

- Создавать условия для обеспечения учащихся основными знаниями по спортивному ориентированию.
- Совершенствование техники и тактики приемов и способов ориентирования.
- Повышать уровень общей и специальной физической подготовки.
- Совершенствовать техническую и тактическую подготовку учащихся.
- Формировать умения и навыки охраны окружающей среды.
- Освоение допустимых тренировочных нагрузок.
- Приобретение и накопление соревновательного опыта.

**Сроки реализации:** 5 лет

**Число часов:** 144 часов в год.

**Возраст учащихся:** 12-18 лет.

Прием ведется на добровольной основе, группы комплектуются по 16 человек.

**Периодичность занятий:** 2 раза в неделю по 2 часа.

**Основные формы и методы:**

**Методы:**

**Словесные методы:** рассказ, беседа, лекция.

**Наглядные методы:** просмотр фотографий, видеофильмов, схем, плакатов, карт

**Практические методы:** спортивные тренировки, соревнования, походы, зачетные занятия. Для эффективного усвоения учебного материала занятия следует проводить на местности в форме соревнований, походов.

**Методы контроля:** теоретические и практические зачеты, тестирование.

**Формы:**

- практические занятия
- игровые программы
- спортивные тренировки
- соревнования
- походы
- зачетные занятия.

**Формы работы с родителями:** совместные мероприятия, открытые занятия, беседы, родительские собрания.