

УТВЕРЖДЕНА
 приказом директора
 ГБНОУ «Академия талантов»
 от «30» августа_ 2023 г.
 № 30081

_____ И.В. Пильдес

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
 ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

– «Профильная смена» (в формате интенсивной профильной образовательной программы)

«СПОРТИВНОЕ ОРИЕНТИРОВАНИЕ»

Учебный план (26 часов)

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля/аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1.	Кросс в переменном темпе. Беговые упражнения на рельефе. ОРУ	3	0	3	Педагогическое наблюдение, обсуждение, практическое выполнение спортивных упражнений
2.	Игры на знакомство и взаимодействие. Работа со спортивными картами	1	0	1	
3.	Спортивные игры	2	0	2	
4.	Разбор перегонов коротких дистанций (петель) с вариантами	2	0	2	
5.	Выезд на карту. Пухтолова гора. Петли. Отметка компостером	1	0	1	
6.	Выезд на карту. Пухтолова гора. Нитка. Отметка компостером	2	0	2	
7.	Занятие по легендам спортивных карт	1	0	1	
8.	Выезд на карту. Озеро Комонь. Кросс-выбор	2	0	2	
9.	Выезд на карту. Озеро Комонь. Кросс-спринт	1	0	1	
10.	Разбор вариантов дистанции «по выбору»	1	0	1	
11.	Встреча с одним из ведущих спортсменов страны	1	0	1	
12.	Выезд на карту. Поселок Поляны. Кросс-лонг	2	0	2	

13.	Выезд на карту. Поселок Поляны. Отметка с использованием программы «GPS-трекер»	1	0	1	
14.	Разбор вариантов дистанции лонга в программе «GPS-трекер»	2	0	2	
15.	Лазертаг: игра «Командная дуэль»	1	0	1	
16.	Семинар по итогам тренировочных выездов. Вопросы и ответы	1	0	1	
17.	Игра на местности «Тропа пилигрима»	2	0	2	
	Всего:	26	0	26	