

# ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

## Спортивно-туристическое направление «Академия возможностей»

### УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№ п/п	Название раздела	Всего	Теория	Практика	Форма аттестации /контроля
<b>Модуль 1. «Мир лабиринта».</b>					
1.	История возникновения и развития спортивного ориентирования. Ориентирование, как интересная игра. Виды ориентирования.	2	2	-	Беседа, наблюдение
2.	Основы безопасности на занятиях и соревнованиях. Одежда и снаряжение ориентировщика.	4	4	-	Беседа, наблюдение
3.	Топография. Условные знаки. Спортивная карта.	4	1	3	Самостоятельная работа по созданию карты соревнований.
4.	Техническая и тактическая подготовка. Соревнования по спортивному лабиринту.	8	-	8	Соревнование
5.	<b>Итого:</b>	<b>18</b>	<b>7</b>	<b>11</b>	
<b>Модуль 2. Игровой квест «Тайная жизнь первой парты», «Что охраняет ключ», «Совсем не то, чем кажется»</b>					
6.	История появления квеста, как игры на сплочение и преодоление трудностей. Разработка плана помещения.	4	2	2	Беседа. Самостоятельная работа по разработке плана помещения.
7.	Создание «скелета» игры. Разработка кейса заданий.	6	2	4	Обсуждение. Дискуссия. Совместная деятельность.
8.	Аудио и видео файлы, как яркий дизайн игры. Правила и ограничения для участников квеста.	2	1	1	Индивидуальная работа. Наблюдение.
9.	Подготовка и проведение игрового квеста на выбранную тему.	6	-	6	Квест-игра
10.	<b>Итого:</b>	<b>18</b>	<b>5</b>	<b>13</b>	
<b>Модуль 3. Бушкрафтинг</b>					
11.	Исторический экскурс. Понятие бушкрафт	2	2	-	Беседа

12.	Плюсы и минусы движения в походной жизни.	2	2	-	Беседа. Дискуссия. Обсуждение.
13.	Походная мебель и утварь из природного материала.	6	1	5	Мастер-класс
14.	ПВД. Оборудование лагеря для отдыха.	8	-	8	Поход выходного дня.
15.	<b>Итого:</b>	<b>18</b>	<b>5</b>	<b>13</b>	
<b>Модуль 4. Маленькие подробности походной жизни.</b>					
16.	Край, в котором я живу.	4	3	1	Беседа, просмотр док-го фильма
17.	История одного погоста	2	2	-	Экскурсии в музеи
18.	Туристско-краеведческая деятельность	6	2	4	Беседа. Работа на местности
19.	Поход выходного дня	6	-	6	Наблюдение
20.	<b>Итого:</b>	<b>18</b>	<b>7</b>	<b>11</b>	
21.	<b>Всего часов по программе:</b>	<b>72</b>			

## СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА

### Модуль 1. «Мир лабиринта»

Спортивный Лабиринт развивает способности ориентации в пространстве, обеспечивает интересный досуг детям и взрослым. Отличается от классического тем, что участники ориентируются на маленькой площадке среди искусственных препятствий.

**Тема 1:** История возникновения и развития спортивного ориентирования. Ориентирование, как интересная игра. Виды ориентирования – 2 часа.

**Тема 2:** Основы безопасности на занятиях и соревнованиях. Одежда и снаряжение ориентировщика – 4 часа

**Тема 3:** Топография. Условные знаки. Спортивная карта – 4 часа

**Тема 4:** Техническая и тактическая подготовка. Соревнования по спортивному лабиринту – 8 часов.

### Модуль 2. Игровой квест «Тайная жизнь первой парты», «Что охраняет ключ», «Совсем не то, чем кажется»

Главное преимущество квеста в том, что такая форма организации деятельности ненавязчиво, в игровом, занимательном виде способствует активизации познавательных и мыслительных процессов участников. С помощью такой игры можно достичь образовательных целей: реализовать проектную и игровую деятельность, познакомить с новой информацией, закрепить имеющиеся знания, отработать на практике умения детей.

**Тема 1:** История появления квеста, как игры на сплочение и преодоление трудностей. Разработка плана помещения – 4 часа

**Тема 2:** Создание «скелета» игры. Разработка кейса заданий – 6 часа

**Тема 3:** Аудио и видео файлы, как яркий дизайн игры. Правила и ограничения для участников квеста. – 2 часа

**Тема 4:** Подготовка и проведение игрового квеста на выбранную тему – 6 часов.

### Модуль 3. Бушкрафтинг

Дословно «Бушкрафт» переводится как «Лесное мастерство» или «Навык».

Понятие бушкрафт — это не занятие или какой-то образ жизни, это именно учение, навыки, которые могут пригодиться и для тех, кто всего на день выезжает в лес, и для тех, кто постоянно живёт в дикой природе.

Способность при минимуме инструментов и удобств прожить в лесу. Разведение огня подручными средствами, постройка жилища, с помощью того, что можно унести с собой, приготовление еды, определение растений, умение делать бивуачную мебель.

Программа научит не выживать, а жить в гармонии с природой, используя необходимые инструменты и навыки.

**Тема 1:** Исторический экскурс. Понятие бушкрафт – 2 часа

**Тема 2:** Плюсы и минусы движения в походной жизни – 2 часа

**Тема 3:** Походная мебель и утварь из природного материала – бчасов

**Тема 4:** ПВД. Оборудование лагеря для отдыха – 8 часа

### Модуль 4. Маленькие подробности походной жизни.

Походная жизнь вырабатывает у школьников ряд очень ценных навыков: они учатся ориентироваться в лесу, разводить огонь, варить на костре суп или кашу. Также, ученики могут вспомнить и применить на практике знания из области биологии или географии.

Большое значение имеет неотъемлемый краеведческий элемент, ведь именно походы как нельзя лучше знакомят с родным краем.

**Тема 1:** Край, в котором я живу. Топонимы, флора и фауна– 4 часа

**Тема 2:** История одного погоста. История освоения Кольского полуострова, коренные жители – 2 часа

**Тема 3:** Туристско-краеведческая деятельность – 6 часов

**Тема 4:** Поход выходного дня – 6 часа