

**«ПРИНЯТО»:**

на заседании Педагогического совета  
ГБУ ДО ЦДЮТТ Кировского района  
Санкт-Петербурга  
Протокол № 1 от «30» августа 2023 г.

**«УТВЕРЖДАЮ»:**

Директор ГБУ ДО ЦДЮТТ  
Кировского района Санкт-Петербурга  
Е.С. Ясинская  
Приказ 70-ОД от «31» августа 2023 г.

**Рабочая программа**  
**календарно-тематическое планирование**  
**дополнительной общеразвивающей программы**  
**«СПОРТИВНОЕ ОРИЕНТИРОВАНИЕ. МАРШРУТ К УСПЕХУ»**  
**I год обучения**

№	Дата занятия		Название раздела, темы	Количество часов
	Планируемая	Фактическая		
1			Введение	2
2			Режим участника соревнований по спортивному и городскому ориентированию	2
3			Режим участника соревнований по спортивному и городскому ориентированию	2
4			Снаряжение	
5			Снаряжение	
6			Топография, условные знаки. Спортивная карта.	2
7			Топография, условные знаки. Спортивная карта.	2
8			Техника спортивного ориентирования	2
9			Техника спортивного ориентирования	2
10			Техника спортивного ориентирования	2
11			Техника спортивного ориентирования	2
12			Техника спортивного ориентирования	2
13			Техника спортивного ориентирования	2
14			Техника спортивного ориентирования	2
15			Техника спортивного ориентирования	2
16			Техника спортивного ориентирования	2
17			Техника спортивного ориентирования	2
18			Правила дорожного движения пешехода	2
19			Техника городского ориентирования	2
20			Техника городского ориентирования	2
21			Техника городского ориентирования	2
22			Техника городского ориентирования	2
23			Тактика прохождения дистанции	2
24			Тактика прохождения дистанции	2
25			Тактика прохождения дистанции	2
26			Тактика прохождения дистанции	2
27			Основные положения правил по спортивному ориентированию	2
28			Основные положения правил по спортивному ориентированию	2
29			Основы туристской подготовки	2
30			Основы туристской подготовки	2
31			Основы туристской подготовки	2
32			Основы туристской подготовки	2
33			Общая физическая подготовка	2
34			Общая физическая подготовка	2
35			Общая физическая подготовка	2



