



**Краткое описание практического опыта реализации
Программы дополнительного образования
физкультурно-спортивной направленности
«Спортивное ориентирование»**

Данная программа реализуется в МБОУ Хотьковская СОШ №1 три года. За этот период было проведено множество спортивных соревнований и мероприятий.

Зимний праздник в клубе "Дубрава"

В воскресенье, 7 декабря 2025 г., в стенах МБОУ Хотьковская СОШ №1 царил атмосфера настоящего спортивного азарта и дружеского единения. Здесь состоялся ежегодный зимний праздник клуба спортивного ориентирования «Дубрава», который уже много лет объединяет семьи, увлеченные активным образом жизни и любимой дисциплиной.

В этом году формат мероприятия сделали особенно семейным: на старты вместе с юными ориентировщиками вышли их родители. Программа праздника была насыщенной и разносторонней.

Первым делом участникам предстояло сдать спортивные нормативы, которые проверили не только физическую форму, но и координацию, и внимательность. Взрослые и дети соревновались в прыжках на скакалке, прыжках в длину с места, подтягивании на низкой перекладине. Особый интерес вызвал специальный тест на концентрацию внимания – ключевое качество для спортсмена-ориентировщика.

После активной спортивной части всех ждал теплый и душевный прием — общее чаепитие со сладостями. За чашкой чая участники делились впечатлениями, общались и восстанавливали силы перед торжественной церемонией.

Финальной точкой праздника стал подъем в актовЫй зал школы, где развернулось главное действо. Сначала прошло «Посвящение в ориентировщики» новых членов клуба, для которых этот день запомнится как начало большого спортивного пути. Затем состоялась церемония присвоения спортивных разрядов за

достижения текущего года – результат упорных тренировок и выступлений на соревнованиях.

Кульминацией вечера стало награждение победителей и призеров соревнований, прошедших ранее в спортивном зале школы. Аплодисменты, сияющие глаза детей, гордые взгляды родителей – все это создало неповторимую, праздничную атмосферу.

Праздник в Хотьковской школе №1 в очередной раз показал, что «Дубрава» – это не просто спортивный клуб, а большая и дружная семья, где ценят традиции, поддерживают друг друга и вместе радуются общим успехам. Он стал ярким итогом года и дал отличный заряд мотивации для новых свершений в предстоящем спортивном сезоне.



Фото праздника: <https://disk.yandex.ru/d/PWj5vDjKYgMfVA>

В соц.сетях: https://vk.ru/dubrava_kso?w=wall-227633051_238

ФЕСТИВАЛЬ спортивного ориентирования «ЗОЛОТАЯ ОСЕНЬ 2025»

Цель мероприятия:

- Выявление сильнейших спортсменов и команд;
- Повышение спортивного мастерства;
- Подготовка к районным, областным, всероссийским соревнованиям;
- Привлечение юного поколения и их родителей к здоровому образу жизни.

Дата: 20 сентября 2025 г. (суббота)

Время открытия: 11:30

Начало соревнований: 12:00

Старт групповой: каждые 3 минуты

Место проведения: Московская область, Сергиево-Посадский район, городское поселение Хотьково, село Абрамцево, улица Музейная, дом 1.

Регламент мероприятий:

- Соревнование по спортивному ориентированию среди учащихся:

- 7-й, 8-й, 9-й классы школы имени И.Б. Ольбинского;
- 2–9-е классы средней общеобразовательной школы №1;
- 3-й класс средней общеобразовательной школы №5;
- 5–6-е классы физико-математического лицея;
- Родителей и гостей независимо от возраста и пола.

Родителям с детьми (до 2018 года рождения включительно) необходимо зарегистрировать участие перед началом соревнований.

Получение номеров производится непосредственно перед стартом. Номер крепится на грудь участника.

Правила соревнований:

- Всего на маршруте размещено 14 контрольных пунктов (КП).
- Карта выдается участнику за одну минуту до начала старта.
- Старт осуществляется группой каждые три минуты.
- Участникам необходимо отметить свое прохождение каждого КП, используя электронную систему SportIdent.
- Количество обязательных контрольных пунктов варьируется в зависимости от возрастной категории:
 - Группа «Родители-Дети»: 8 КП (без учета КП №33)
 - Учащиеся 7-х классов: 11 КП
 - Учащиеся 8-х классов: 12 КП
 - Учащиеся 9-х классов: 12 КП
 - Взрослые и гости: 12 КП

Приказы о правилах прохождения маршрута:

- Пропуск одного КП влечет наложение штрафа (+5 минут к общему времени).
- За финиш фиксируется общий результат по времени, затраченному на прохождение дистанции.

Победители личного зачёта определяются по наименьшему времени прохождения дистанции.

Командный зачёт:

Среди учащихся 5-го и 6-го классов физико-математического лицея дополнительно предусмотрен командный зачёт. Лучшие результаты пяти представителей обоих полов от каждого класса складываются, и команда с наименьшей суммой занимает первое место.

Призы и награды:

- Индивидуальным победителям вручаются памятные кубки.
- Победившие команды получают особые почетные призы.



В соц.сетях: https://vk.ru/dubrava_kso?w=wall-227633051_195

https://vk.ru/dubrava_kso?w=wall-227633051_198

Посвящение в ориентировщики.

14 декабря 2024 г. большим праздником отметил наш клуб спортивного ориентирования «Дубрава» свой день рождения. 15 лет, три из которых – в стенах Хотьковской школы №1.

По традиции, в этот день собрались не только действующие участники «Дубравы», но и ветераны – ориентировщики, стоявшие у истоков развития спортивного ориентирования в Сергиевом Посаде, и выпускники клуба, сейчас уже студенты. Они стали судьями на соревнованиях по ОФП. Без них не обходится ни один праздник «Дубравы».

Как еще отметить день рождения спортивного клуба, как не веселыми соревнованиями? Школьники и их родители сдавали нормативы по прыжкам в длину и через скакалку, отжиманиям в упоре сидя, качаниям пресса и подтягивании на низкой перекладине. Было и два специфических вида – специально для ориентировщиков. Тест на знание условных обозначений спортивных карт и тест на внимательность, когда нужно как можно быстрее показать на карточке последовательность цифр.

После чаепития праздник продолжился в актовом зале школы. Тренер клуба Анатолий Сигизмундович Белобжицкий посвятил в ориентировщик новичков. Ребята, которые уже не один год занимаются в «Дубраве» и достигли определенных успехов, получили разрядные значки. Были награждены кубками лучшие по итогам года спортсмены среди взрослых и детей.

С приветственной речью выступила директор Сергиево-Посадской гимназии имени И.Б. Ольбинского Ольга Геннадьевна Филимонова, именно в гимназии клуб начал свое существование, и сейчас там тренируется старшая группа под руководством тренера Екатерины Ачкасовой, ее воспитанники также были на празднике.

А завершился праздник дружеским матчем по волейболу среди выпускников клуба и старших спортсменов.



Фото праздника: <https://disk.yandex.ru/d/yiFhvdima5rUig>

В соц.сетях: https://vk.ru/dubrava_kso