

Использование спортивного ориентирования на --- уроках физической культуры



Подготовил : Бельтюков С.А.
Учитель МКОУ СОШ с. Талица

Спортивное ориентирование



Доступность

Эмоциональная привлекательность

Демократичность



Удовлетворение потребности в социальной и экологической активности



Актуальность данного опыта

- Накоплен опыт работы по туризму и спортивному ориентированию.
- Польза занятий спортивным ориентированием .
- Приобретение детьми социального опыта.



Новизна опыта

- Возможность использования на уроках физкультуры в разделах «Кроссовая подготовка» и «Лыжная подготовка»
- Опыт рассчитана на детей только школьного возраста



Цель опыта

Формирование здоровой , всесторонне образованной и развитой личности посредством занятий спортивным ориентированием.



Задачи :

Обучающие

- ▣ формирование у детей знаний в области спортивного ориентирования через усвоение программного материала с использованием разнообразных и доступных упражнений;
- ▣ подготовка спортсменов с массовыми разрядами посредством выполнения планов тренировок на разных этапах подготовки.

Задачи:

Развивающие

- ▣ Содействие гармоничному физическому развитию и всесторонней физической подготовленности, укреплению здоровья обучающихся путем правильно организованного тренировочного процесса и врачебного контроля;
- ▣ формирование навыков самосовершенствования, самоконтроля и самопознания через усвоение теоретического, практического материала и выполнения обучающимися дополнительных заданий, выполняемых ими самостоятельно.

Задачи:

Воспитательные

- формирование у обучающихся культуры человеческих отношений через участие детей во внеклассных мероприятиях, экскурсиях и поездках в другие города;
- воспитание патриотизма у обучающихся через поездки на соревнования в различные точки нашей области и страны , знакомство с историческим и культурным наследием нашего края и страны в целом
- воспитание уважения к природе и окружающей среде посредством участия в соревнованиях, походах и туристических слётах

Принципы опыта:

- Принцип системности
- Принцип доступности
- Принцип наглядности
- Принцип сознательности и активности



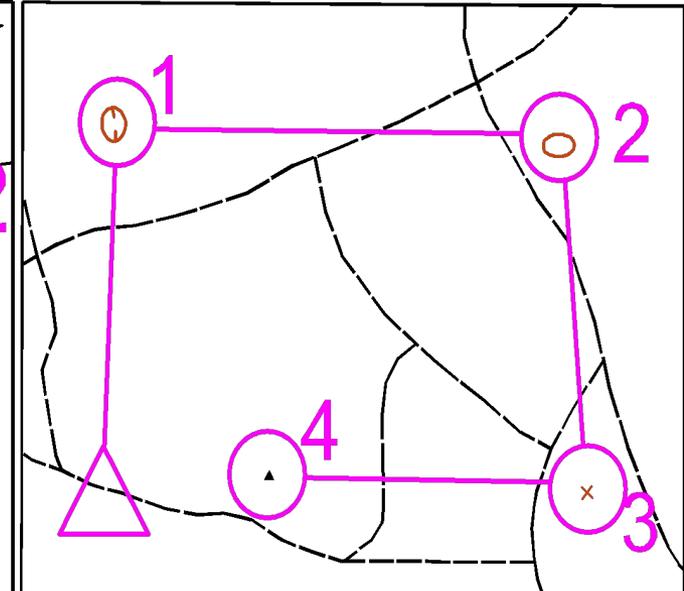
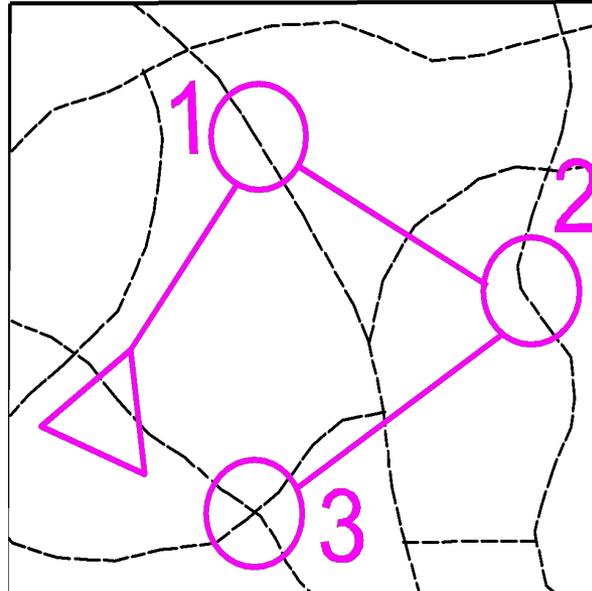
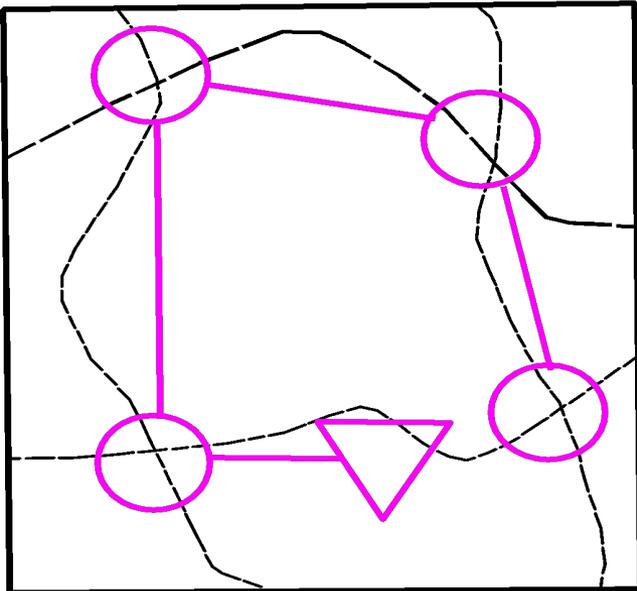
Основные формы занятий



- Беседа
- Просмотр учебных фильмов
- Соревнования
- Самостоятельные тренировки
- Турслеты, походы
- Игры
- Экскурсии
- Встречи с другими спортсменами
- Работа с компасом и картой

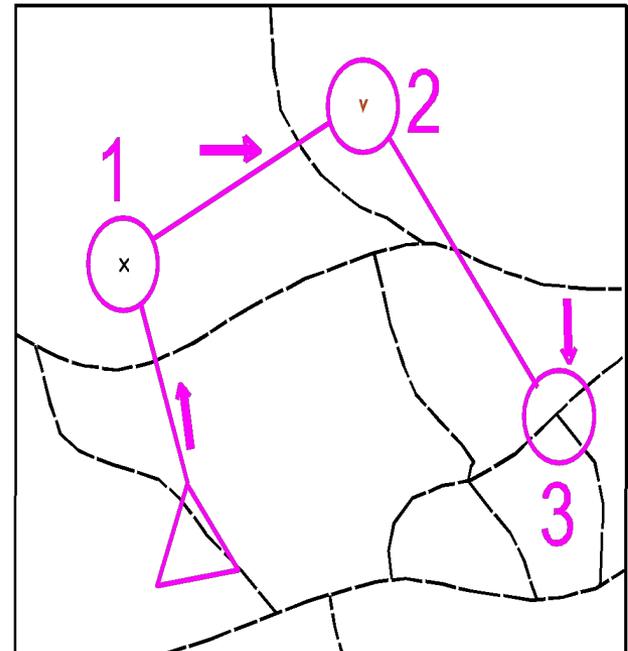
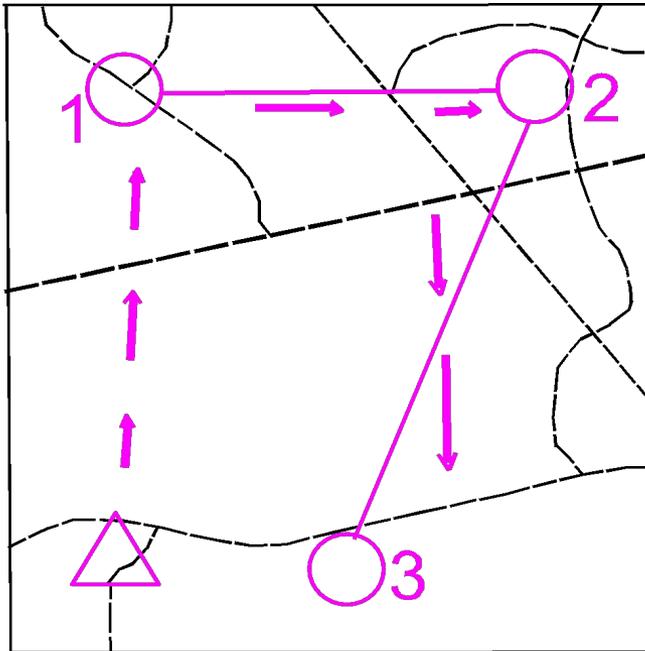
Должны знать и уметь

- ▣ Ориентирование вдоль отдельных тропинок.
- ▣ Ориентирование с тропинки на тропинку.
- ▣ Обучение взятия КП, расположенных в пределах видимости от линейных ориентиров.



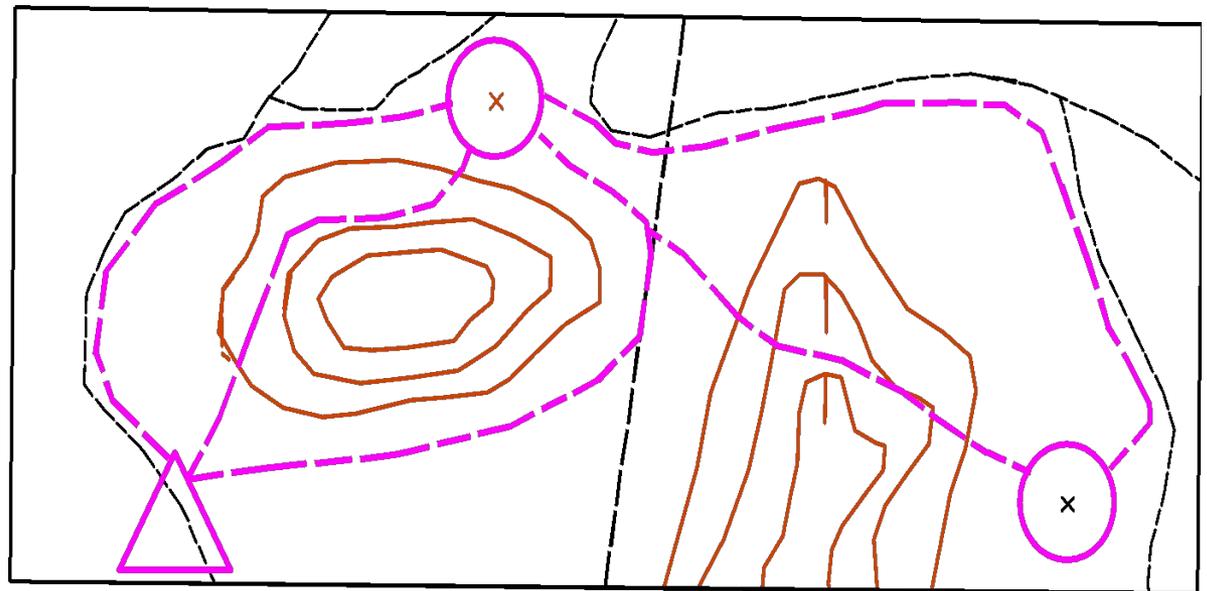
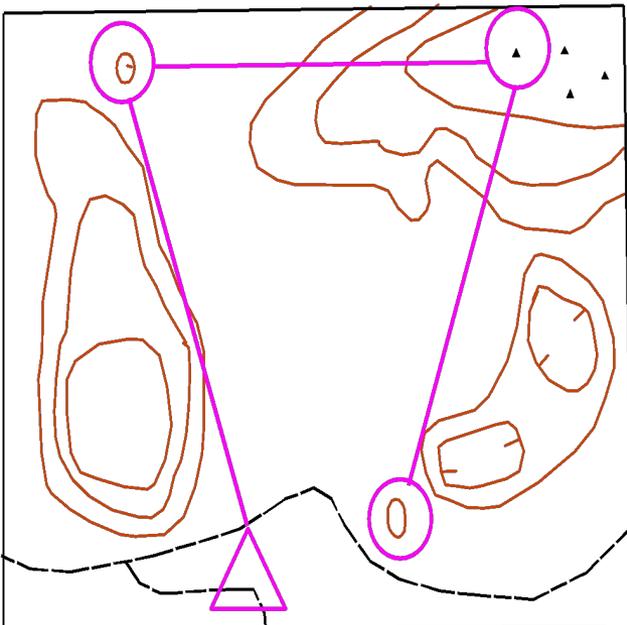
Должны знать и уметь

- Прохождение коротких участков через лес с одного линейного ориентира на другой.
- Ориентирование с тормозными ориентирами



Должны знать и уметь

- Точное ориентирование на коротких этапах
- Ориентирование с использованием крупных форм рельефа.
- Выбор простого пути движения между КП



Трудности:

- ❑ Недостаток хорошего спортивного инвентаря зимой.
- ❑ Выезд на соревнования за свой счет.
- ❑ Мала численность учащихся в школе.



Результат: подготовлено разрядников за последние 5 лет



По спортивному ориентированию

КМС – 2 ученика

1 взрослый – 6 ученика

2 взрослый – 7 ученика

3 взрослый – 9 учеников

Входят в состав сборной
Кировской области
сейчас 2 человека

Личные достижения

Призер «Российский Азимут 2014»

Призер по спортивному ориентированию
среди учителей 2016 г. Москва

Участник многодневных категорийных
походов (Северный Урал, Крым, Хибинь)



Участник многих областных и российских
соревнований по спортивному
ориентированию

Победитель кубка области по спортивному
ориентированию 2016,2017 год.





Спасибо за внимание !!!
До встречи на лесных тропинках!

