Занятие по спортивному ориентированию

Цель: Создание условий для совершенствования двигательных способностей детей и умений ориентироваться в пространстве, действовать в соответствии с игровыми правилами, по заданному маршруту.

Задачи:

Образовательные: упражнять детей в ходьбе, беге с выполнением различных заданий; развивать ловкость, выносливость; способствовать умению ориентироваться в пространстве по плану с условными обозначениями.

Оздоровительные: сохранять и укреплять физическое и психическое здоровье детей.

Воспитательные: формировать навыки общения со сверстниками; развивать умение работать в команде; развивать настойчивость в достижении поставленной цели; обогащать детей положительными эмоциями.

Способ организации: подгрупповой.

Оборудование: карта «план-маршрут», обручи, гимнастическая дорожка, мягкие модули, фишки, шведская стенка, дуги, поезд.

Ход занятия

Вводная часть

Цель этапа: Создать условия для мотивации у обучающихся внутренней потребности включения в образовательный процесс.

(Воспитанники строятся в колонну. Педагог объявляет тему, цель занятия, объясняет требования и план занятия).

Фронтальный опрос и проверка знаний по предшествующей теме: «Изучение условных знаков спортивных карт».

Цель этапа: Способствовать повторению пройденного материала по теме «Обозначения спортивной карты ориентирования».

Инструктор по физ.культуре: Прежде чем мы с вами начнем изучать новый материал, давайте вспомним, какую тему мы рассматривали на прошлом занятии.

Ответы детей: *Условные знаки спортивных карт.*

Инструктор: Для проверки знаний я обращаю ваше внимание на цветовую шкалу. Такой подбор цветов не случаен, где используются данные цвета?

Ответы детей: *На цветных спортивных картах.*

Инструктор: Что означают данные цвета?

Ответы детей: *Синий - болото, реки;*

Зеленый - растительность;

Чёрный - искусственные объекты;

Коричневый – рельеф;

Красный – старт, финиш.

Инструктор: Какого цвета не хватает на цветовой шкале и что он означает?

Ответы детей: Жёлтого, он означает – открытое пространство.

Инструктор: Итак, мы повторили классификацию условных знаков по цвету. А сейчас, я хочу проверить, насколько вы усвоили данную тему. *(работа с картой*).

Практическая работа

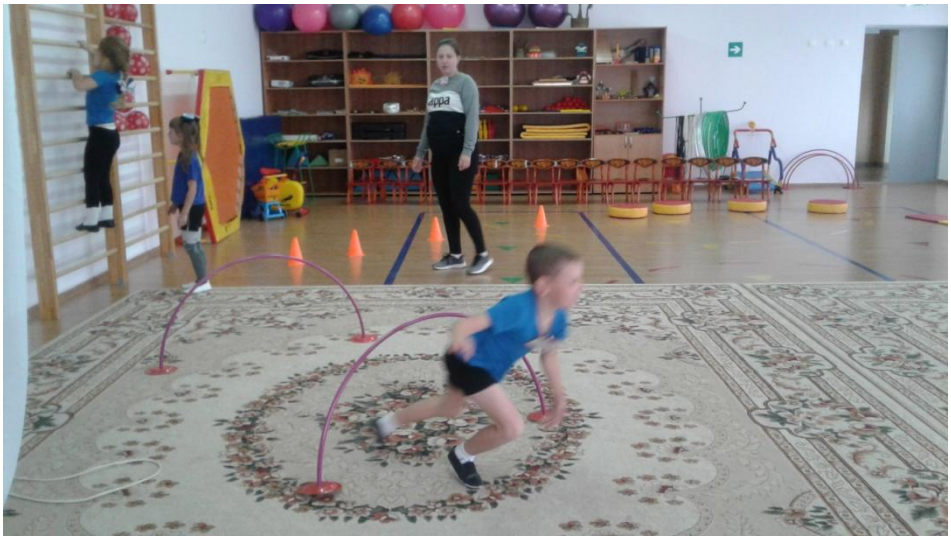
Выбор пути движения

Цель этапа: Способствовать формированию знаний и умений по выбору пути движения по карте спортивного ориентирования.

Инструктор: После того как карта сориентирована, определена точка стояния, можно выбирать путь движения. Выбор пути во многом зависит от характерной местности на карте. Для начинающего ориентировщика, самое разумное, выбор пути по линейным ориентирам. Используйте дороги, тропинки, искусственные сооружения.

Умение быстро выбрать наиболее выгодный для себя путь – большое искусство и овладеть им можно только в многочисленных тренировках и стартах.

Инструктор: Теперь вы должны пройти по определенному пути, чтобы мы пустились дальше в путь.



Подведение итогов занятия

Инструктор: Мы сегодня еще раз рассмотрели моменты, с помощью чего можно читать карту. А теперь вы должны ответить на вопрос: Вам понравилось? Если вы хотите дальше путешествовать, то вам нужно выбрать наш поезд, если не хотите то нужно сеть на станцую и ждать другого поезда.