

**Методическая разработка занятия по спортивному ориентированию педагога  
дополнительного образования Ушаковой Елены Алексеевны**

**«Отработка приема спортивного ориентирования «движение по азимуту»  
у спортсменов-ориентировщиков среднего школьного возраста»**

**I. Общие сведения:**

- **наименование объединения:** спортивное ориентирование
- **время и место проведения занятия:** начало ул. Соколова д.6, далее лесной массив около р. Глуховка

**II. Тема занятия:** «Движение по азимуту» (совершенствование приема «движение по азимуту»)

- **степень сложности:** высокая степень сложности для данной группы

**III. Место в дополнительной образовательной программе.**

Занятие относится к основному разделу по технико-тактической подготовке спортсмена-ориентировщика.

Данное занятие является совершенствованием и практикой движения по азимуту в условиях с дополнительным усложнением.

Занятие с детьми строится на знаниях полученных в предыдущих годах обучения. Приобретённые и закреплённые знания и умения, усовершенствованные на этом занятии, будут применяться в соревновательных условиях.

**IV. Тип занятия:** комбинированное занятие (повторение, самостоятельная работа).

**V. Цель:** Усовершенствовать и довести до автоматизма алгоритм действий при постановке азимута, прохождение тренировочной дистанции способом «азимут» в соревновательном режиме.

**Задачи:**

**Обучающие:**

- научить выставлять азимут в скоростном режиме;
- провести инструктаж по ТБ;
- научить двигаться по «белой карте» только с использованием компаса.

**Развивающие:**

- развитие зрительной памяти, формировать навыки спортивного дыхания;
- развивать дивергентное мышление, которое характеризуется преодолением мыслительных шаблонов и стереотипов, снятием ограничений и большой свободой в решении проблем.

**Воспитывающие:**

- поддержать интерес к спорту, воспитать самостоятельность в принятии решений;
- формировать у воспитанников спортивную культуру, навыки здорового образа жизни.

**VI. Методы обучения:** репродуктивный, словесные, практические, создание проблемных ситуаций, соревнование.

**VII. Форма организации работы:** чередование групповой, парной и индивидуальной работы.

**VIII. Технологии:** уровневая дифференциация «лестница достижений», информационные, здоровьесберегающие.

**IX. Структура учебного занятия (этапы учебного занятия).**

№	Этап занятия.	Время
1.	Вводная часть.	15 минут.
2.	Основная часть.	110 минут.
3.	Подведение итогов.	10 минут.

### Х. Содержательные блоки учебного занятия.

Перед началом занятия подготовить аппаратуру (компьютер, базу данных SFR-system, поставить в лесу контрольные пункты).

#### Подробный конспект содержательных блоков

##### I Вводная часть.

15 мин.

Перед занятием обучающиеся готовятся к занятию в соответствии со здоровьесберегающими технологиями (удобная спортивная одежда и обувь в соответствии с погодными условиями). Каждый получает компас и чип.

##### 1. Организация начала занятия (5 минут)

№ п/п	Этап занятия	Задачи этапа учебного занятия	Содержание этапа учебного занятия	Показатели выполнения задач этапа	Возможные методы обучения
1	Организация начала занятия, сообщение темы и плана занятия. Постановка дидактических задач, настрой обучающихся на спортивную деятельность.	Подготовка обучающихся к работе на занятии, обеспечить нормальную внешнюю обстановку для работы на занятии, психологически подготовить обучающихся к общению и спортивной работе на занятии.	Приветствие, проверка подготовленности к занятию (спортивная одежда, инвентарь), организация внимания обучающихся, раскрытие общей цели занятия и плана его проведения, спортивный обзор, инструктаж по ТБ	последовательность в предъявлении требований, использование небольшой психологической паузы и вопросов, побуждающих внимание обучающихся к теме занятия, отсутствие многословия.	Приветствие, рассказ, показ информации на спортивном сайте

##### 2. Проверка имеющихся у обучающихся знаний и умений (10 минут)

2.	Проверка имеющихся у обучающихся знаний и умений и их готовность к изучению новой темы.	Установить правильность, полноту знаний; выявить пробелы в знаниях и способах деятельности обучающихся (часто встречающиеся ошибки); устранить в ходе проверки обнаруженные	Проверка знаний: «азимут», алгоритм выставления азимута, установление пробелов в усвоении материала; оптимальность сочетания контроля педагога, взаимоконтроля и	Использование системы приемов, позволяющих определить уровень знаний; использование различных азимутальных карточек для выставления азимута в теории.	Тестовые задания; постановка доп. вопросов; метод обучения с опорой на ошибки; самостоятельная работа над своими ошибками.
----	---	---	--	---	--

		пробелы.	самоконтроля уча- ся.		
--	--	----------	--------------------------	--	--

**Необходимые понятия для проведения основной части занятия:**

**Спортивное ориентирование** — вид спорта, в котором участники при помощи спортивной карты и компаса должны пройти контрольные пункты (КП), расположенные на местности. Результаты, как правило, определяются по времени прохождения дистанции (в определенных случаях с учётом штрафного времени) или по количеству набранных очков.

Соревнования по спортивному ориентированию проводятся в разных группах, которые могут быть сформированы как по возрастному принципу, так и по уровню мастерства участников. Сложность дистанции и её длина определяются по возрастной группе и сложности местности соревнований. При этом дистанция(маршрут) должна сочетать в себе сложности, которые спортсмен может преодолеть, имея умение ориентироваться и хорошую физическую подготовленность.



**Как найти азимут на местности?**

**Азимут** — угол между направлением на север и направлением на какой-либо удалённый предмет (контрольный пункт или нужную привязку)

Для этого нужно направить пластину компаса на предмет, азимут на который мы хотим измерить. Затем, не сбивая положение пластины, вращать колбу компаса, пока нулевая отметка шкалы не совпадет с северным концом стрелки. Осевая линия пластины компаса будет показывать на шкале значение искомого азимута.



**II**

**Основная часть.**

**110 мин.**

Ознакомление с новыми знаниями и умениями.	Обеспечить восприятие, осмысление и первичное запоминание изучаемого материала. Содействовать	Разминка (легкий кросс, выполнение беговых упражнений, выполнение общеразвивающих упражнений, ЧСС 80-90 уд/мин) – <b>15</b>	Максимальное использование самостоятельности у обучающихся; (правильность, полнота, осознанность, действенность,	Представление основного материала одновременно в словесной, знаково - символической формах.
--	---	---	--	---

	<p>усвоению способов, которые приведут к наилучшему достижению определенного результата.</p> <p>Создать содержательные и организационные условия усвоения методики воспроизведения изучаемого материала.</p>	<p><b>минут;</b></p> <p>сообщение основной идеи изучаемого материала (раздача карт с заданием):</p> <p>1. выполнение упражнения «Звездочка» (выставление азимута по очереди на каждый кп, проверка осуществляется путем постановки «ложных кп») <b>20 мин</b> ЧСС 100-120 уд/мин;</p> <p>2. выполнение упражнения «Белые пятна» (прохождение дистанции или поиск КП по карте имеющей в районе кп белое пятно) <b>20 мин</b> ЧСС 100-120 уд/мин</p> <p>3. выполнение упражнения «Коридор» (поиск кп с помощью азимута по карте с частичноотсутствующим рисунком) <b>20 мин</b> ЧСС 100-120 уд/мин</p> <p>4. Прохождение дистанции по белой карте <b>20 мин</b> ЧСС 100-120 уд/мин;</p> <p>Заминочные общефизические упражнения – <b>15 минут</b> ЧСС 80-90 уд/мин</p>	<p>систематичность)</p> <p>Минимальное количество совершенных ошибок, быстрота выполнения упражнений.</p>	<p>Интерактивный режим (постановка проблемы, коллективные и парные выполнения заданий для менее подготовленных спортсменов, проектное обучение «Лестница достижений» от простого к сложному) Генетический метод обучения (посредством показа логики возникновения понятия «Азимут» в практ. деятельности) Метод целесообразных задач.</p>
--	--	--	---	---

**Технические задания основной части:**

1. Упражнение «Звездочка»

М 1:7500

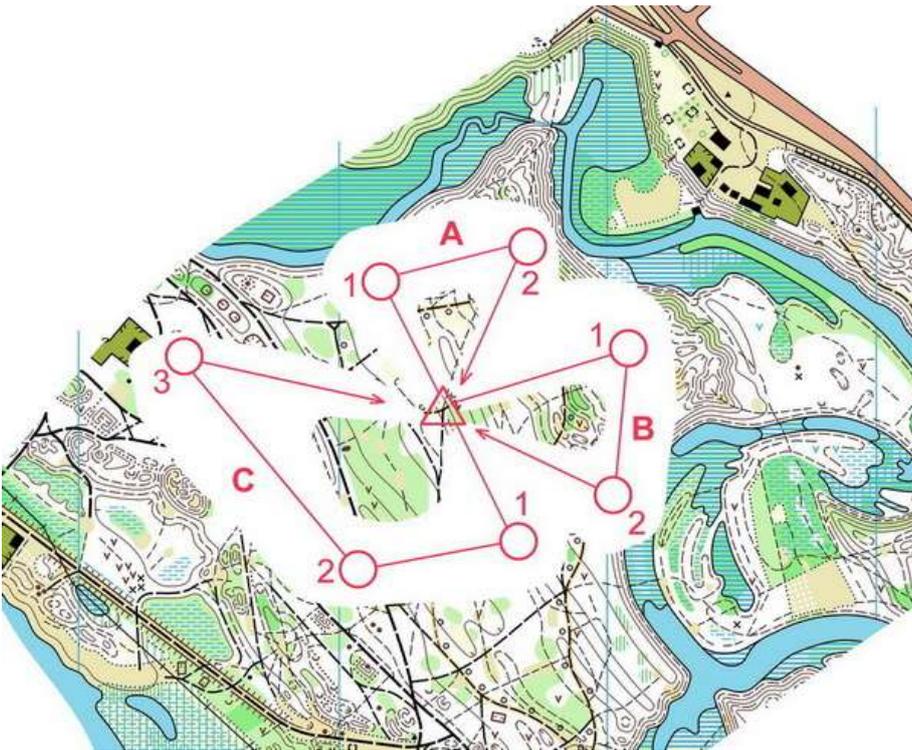


2. Упражнение «Белые пятна»

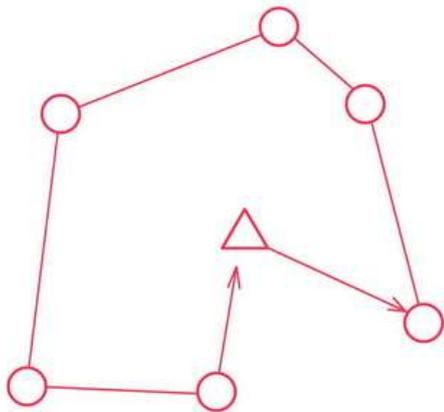
М 1:7500



3. Упражнение «Коридор»  
М 1:7500



4. Упражнение «Дистанция по белой карте»  
М 1:5000



Подведение итогов занятия, формулирование выводов.	Подготовить протоколы прохождения упражнений обучающимися, выдать каждому «Сплит» для самоконтроля	Подведение итогов учебного занятия	Четкость и краткость этапа.	Сообщение педагога; подведение итогов самими обучающимися.
--	--	------------------------------------	-----------------------------	--

**XI. Материально-техническое оснащение занятия:** подготовленные карты (с нарисованными КП, с белыми пятнами, белые карты), компаса, контрольные пункты, станции электронной отметки SFR-system, электронные чипы, компьютер, принтер, канцелярия.



Контрольный пункт

Станция электронной отметки SFR-system

электронные чипы

Компьютер с установленной программой SFR event centre

### XI. Ожидаемые результаты обучения:

К концу занятия обучающиеся получают следующие знания, умения, навыки:

#### предметные:

Обучающиеся должны создать для себя алгоритм действий при постановке азимута, довести действия до автоматизма

будут иметь представление:

- о правилах постановки азимута;
- о наиболее часто встречающихся ошибках возникающих при нарушении правил.

расширят представление:

- о способах движения по азимуту.

#### метапредметные:

##### познавательные:

у них будет развиваться:

- интерес к спортивному ориентированию;
- умение анализировать и обобщать полученные знания, логически мыслить;

получат умения и навыки:

- по применению полученных знаний на практике

##### коммуникативные:

у них будут воспитываться:

- социальные навыки (желание и умение работать в группе, в паре; учитывать мнение партнёра)

регулятивные:

они будут стремиться:

- выполнять свои действия по образцу (алгоритму);
- адекватно оценивать свою работу, исправлять ошибки

**личностные результаты:**

они будут стремиться:

- к занятиям спортом;

у них будет воспитываться:

- бережное отношение к природе;
- адекватная самооценка

**ХII. Используемая литература:**

***Информационные ресурсы:***

- Уховский Ф.С. Уроки ориентирования.//Учебно-методическое пособие: Уч.-изд., М. 2010.
- Константинов Ю.С., Глаголева О.Л. Уроки ориентирования// Учебно-методическое пособие изд. ФЦДЮТиК, М, 2005.
- Ориентируйтесь правильно, шведский самоучитель по ориентированию.// Svenska Orienteringsforbundet, SISU Idrotsbocker? 2010

***Интернет-ресурсы:***

- <http://www.o-site.spb.ru/>
- <http://www.rufso.ru/>
- <http://www.moscompass.ru/>