

Автор: Чеканова Ольга Владимировна, методист МБУ ДО РЦДТ,
г. Рыбное

Технологическая карта занятия по дополнительной общеразвивающей программе «Общая физическая подготовка с элементами спортивного ориентирования» для учащихся 10-12 лет.

Аннотация

В предложенном материале предлагается технологическая карта занятия, проводимого педагогом дополнительного образования на региональном этапе Всероссийского конкурса профессионального мастерства.

Приоритетной задачей Российской государства является поддержка физической культуры и массового спорта, как важной основы оздоровления нации, в связи с этим охрана и укрепление здоровья детей и подростков является одним из основных направлений в деятельности учреждений дополнительного образования.

Целью данного занятия является популяризация спортивного ориентирования среди школьников.

Интерактивный формат занятия - занятие-соревнование способствует проявлению активности, самостоятельности, стимулирует познавательный интерес учащихся.

Занятие опирается на принципы развивающего обучения:

- принцип активности (учащиеся активно выполняют практические задания - ориентируют карту по компасу);
- принцип проблемного обучения (учащиеся сталкиваются с реальными проблемами и задачами, которые они должны решить самостоятельно – «спортивный лабиринт»);
- принцип рефлексии (в конце занятия каждый учащийся с помощью «облака тегов» отвечает себе на вопрос, что нового и интересного почерпнул для себя сегодня).

Полученные навыки и знания по спортивному ориентированию помогут учащимся сориентироваться в любой незнакомой местности, содействуют умственному и физическому развитию, укреплению здоровья, помогают познавать и понимать природу, способствуют развитию логического мышления, пропагандируют здоровый образ жизни.

Тема занятия	Спортивная карта.
Образовательная направленность	Физкультурно-спортивная.
Цель:	Популяризация спортивного ориентирования среди школьников.
Задачи:	
Обучающие	Формировать навыки, необходимые для работы со спортивной картой и компасом.
Воспитательные	Воспитывать самостоятельность, чувство ответственности.
Развивающие	Развивать координационно-пространственное мышление; Интерес к спортивному ориентированию.
Материально-техническое оснащение занятия	Секундомер механический -1; Карты спортивные - 6; Компостеры для СО - 6; Призмы для ориентирования - 8; Чипы для спортивного ориентирования - 6; Мультимедиа-проектор, ноутбук, экран.
Учебно-методическое оснащение занятия	для педагога: образовательная программа, методическая литература, технологическая карта занятия. для учащихся – спортивные карты, условные знаки, компас, чип.
Тип учебного занятия	Занятие-соревнование.
Используемые методы и приемы обучения	Продуктивные методы: объяснительно-побуждающий – частично-поисковый (эвристический); Познавательно-исследовательский – поисковый; Личностно-деятельностный подход.
Используемые педагогические технологии	Технологии развивающего обучения, здоровье сберегающие технологии, практико-ориентированные технологии.
Формы организации занятия:	Групповая, индивидуальная работа.
Предварительная работа	Составление технологической карты занятия.

План занятия (30 минут)

Этап организационно-подготовительный. (2 мин)

2. Основной этап: (25 мин)

2.1. Усвоение новых знаний.

2.2. Соревнования.
3. Итоговый этап: (3 мин)
Рефлексия. Самооценка.

Ход занятия.

1. Этап организационно-подготовительный (мотивация к учебной деятельности)

Цель этапа: включение учащихся в деятельность на личностно-значимом уровне.

Компетенция: учебно-познавательная (целеполагание, планирование).

Форма: групповая.

Время: 2 минуты.

Деятельность педагога	Деятельность учащихся
Методы	
Объяснительно-побуждающий	Продуктивный
- Здравствуйте. На нашем занятии сегодня вы узнаете о виде спорта, как вы думаете о каком, по атрибутам, которые вы видите? Да, о спортивном ориентировании. (Фото, видео) Да, о спортивном ориентировании.	- Здравствуйте. Подготовка к занятию Ответы детей.

2. Основной этап: объяснение нового знания, первичное закрепление

Цель этапа: обеспечение восприятия, осмысливания и первичного закрепления.

Компетенция: учебно-познавательная (знания и умения).

Форма: групповая

Время: 25 минут.

Деятельность педагога	Деятельность учащихся
Методы	
Инструктивно-практический.	Продуктивно-практический.
- Что вам известно о спортивном ориентировании? Спортивное ориентирование – вид спорта вид спорта, в котором участники при помощи спортивной карты спортивной карты и компаса должны пройти неизвестную им трассу (дистанцию) через контрольные пункты (КП), расположенные на местности. Результаты определяются по времени прохождения дистанции или по количеству набранных очков. Спортивное ориентирование развивает умения и	- Ответы детей

навыки во множестве профессий: вид спорта включен в спортивные состязания военных, полиции и пожарных.

Виды спортивного ориентирования.

- И сегодня каждый из вас попробует себя в качестве спортсмена-ориентировщика при прохождении спортивного лабиринта!

- Для этого познакомимся со спортивной картой, она более крупномасштабная и детализированная по сравнению с топографической. Применяются цвета для более быстрого восприятия (чтения) карты на бегу. Цвет – для оценки местности на проходимость.

Давайте познакомимся с некоторыми условными знаками, которые сегодня будем использовать: точка начала ориентирования, контрольные пункты, финиш.

А ещё у ориентировщика есть лучший друг – это Компас.

- Ребята, а что такое компас, а вы умеете им пользоваться?

Надо уметь правильно сориентировать спортивную карту с помощью компаса, чтобы они работали в паре: север по компасу совпадёт с севером на карте (название карты). Тогда карта будет расположена правильно относительно реальных объектов. Это позволяет нам правильно читать карту и принимать верные решения.

Для этого на спортивной карте есть помощники, о которых мы уже с вами говорили – синие линии.

Чтобы правильно сориентировать карту с помощью компаса, необходимо выполнить следующие действия:

- Положите компас на карту и выровняйте его так, чтобы отметка N (север) на шкале компаса совпала с одной из вертикальных синих линий на карте.

Далее, прижав компас к карте и удерживая их горизонтально, потихоньку поворачивайте карту, до тех пор, пока север по компасу совпадёт с севером на карте.

Теперь направления к окружающим объектам на местности будут соответствовать карте. Поворачиваемся лицом в разные направления и ориентируем карту по компасу.

- А теперь каждый из вас побудет спортсменом-ориентировщиком!

Как я уже говорил, спортивное ориентирование – вид спорта, в котором участники при помощи спортивной карты и компаса должны пройти контрольные пункты, расположенные на местности.

- Ответы детей.

Учащиеся
ориентируют карту
по компасу.

Результаты определяются по времени прохождения или по количеству набранных очков.

При помощи компаса и карты Вы должны преодолеть дистанцию по лесу (парку, городу),

Сегодня попробуем это сделать в коридоре вашей школы, выбирая при этом маршрут движения или двигаясь по заданному маршруту.

Проведём соревнования по спортивному ориентированию: спортивный лабиринт (объясняю правила, старт, финиш, способ отметки на КП).

Учащиеся проходят в коридор, отмечаются на стартовой дистанции, проходят дистанцию, отмечаются на финише.

Подводим итоги соревнований.

А теперь хочу вам показать форму, в которой мы с моими учащимися выступаем на соревнованиях различного уровня. Как вы думаете, почему выбрали именно такое изображение на форме? (Есенинская Русь)

Награждение победителей

Прохождение дистанции спортивного лабиринта.

- Есенинская Русь

3. Итоговый этап

Цель этапа: анализ успешности достижения цели.

Компетенция: учебно-познавательная (рефлексия, контроль и самооценка).

Форма: групповая и индивидуальная.

Время: 3 минуты.

Деятельность педагога	Деятельность учащихся
Методы	
Побуждающий.	Продуктивный.
- С недавнего времени спортивное ориентирование признан Международным олимпийским комитетом.	
А мы с вами подведём итоги нашего занятия с помощью Олимпийских колец, выберите, пожалуйста, одно наиболее вам понравившееся и составьте предложение с выбранным словом.	- Ответы детей
- Умение ориентироваться по карте — это ценный навык, который может пригодиться в любой ситуации. Спортивное ориентирование единственный вид спорта, где можно вернуться назад, если неудачно выбран маршрут, и искать лучший вариант.	

В повседневной жизни, оно помогает нам прокладывать оптимальные маршруты, экономить время, в экстремальных ситуациях умение ориентироваться может стать вопросом выживания. Спортивное ориентирование - это умение понимать язык пространства и находить свой путь в мире.

Список используемых источников

Литература

1. Бибич А.В., Волков А.М., Русаков С.Н.. Соревнования по чтению карт. - СПб: Свое издательство, 2023, - 28 с.
2. Мишель Жоржиу. Взгляд Победителя как выигрывать в ориентировании, читая книгу. - Москва: Библиотека Спорт-Марафон, 2021. -160 с.

Интернет-источники

3. Федерация спортивного ориентирования России [Электронный ресурс]. URL: <https://rufso.ru/>