**"Спортивное ориентирование"**

**I. Организационный момент**

Здравствуйте ребята, рада вас всех видеть. Желаю хорошего настроения и успехов в работе.

**II. Постановка темы и задач**

- Мы находимся в зале и каждый из вас с нетерпением ждет, когда же мы начнем активно действовать: бегать, прыгать, выполнять физические упражнения. Всё это, конечно же, мы будем сегодня делать. Единственное, наверное, что вас смущает, так это моё присутствие. Вы думаете: «При чем здесь спорт и учитель географии?» Доверьтесь мне, я не лишу вас возможности двигаться и нахожусь в этом зале не случайно. Сегодня у нас с вами будет не совсем обычное внеурочное занятие.

- Вы это поймете, когда ответите на вопросы. Вы любите путешествовать? (*ответ детей*) Вы любите играть, двигаться, соревноваться друг с другом? (*ответ детей*)

Тогда давайте попробуем, все это совместить.

- Сначала разделимся на две команды. А для этого нам необходимо выбрать капитанов команд. Капитанами будут те, кто правильно ответит на мои вопросы. Отвечаем по поднятой руке.

1) Кто совершил первое кругосветное путешествие? (*Фернан Магеллан)*

2) Чемпион мира по смешанным единоборствам, выдающаяся личность Старого Оскола. *(Фёдор Емельяненко)*

*Выбрали 2х капитанов.*

На столе, напротив вас, сложены пазлы, в виде картинок, разрезанных на части. Ваша задача: по команде, добежать до стола, взять любую из частей, подойти к столам и найти своего капитана. Таким образом, мы с вами сформируем команды. На старт, внимание, марш ! *(Дети собирают картинки: спортсмен с компасом, и спортсмен с картой)*

- Рассмотрите картинки. Кого вы на них видите? *(Спортсменов)* *Капитан говорит, кто будет отвечать. Отвечают по очереди.*

- Что у них в руках? *(Компас и карта)*

-Кто знает, как называется такой вид спорта? *(Спортивное ориентирование)*

- Как вы думаете, какая тема нашего занятия? *(Спортивное ориентирование)*

- Правильно, спортивное ориентирование. Как вы думаете, что нового мы узнаем на занятии? *(Что такое спортивное ориентирование)* Что мы сегодня будем повторять на занятии? *(Как правильно ориентироваться на местности)*

- Действительно, сегодня на занятии мы узнаем, что такое спортивное ориентирование и закрепим умения ориентироваться на местности с помощью игры, используя знания по географии и различные физические упражнения.

Прошу присаживаться на скамейку.

Спортивное ориентирование позволяет укрепить здоровье, а также развивать свои интеллектуальные способности, так как нужно уметь быстро ориентироваться, проявлять смекалку и уметь пользоваться компасом, быть активным и наблюдательным.

**Как вы думаете, этим видом спорта могут заниматься люди, какого возраста?** *Этим видом спорта могут заниматься взрослые и дети, старшее поколение.*

Существует несколько видов спортивного ориентирования.

**Ориентирование бегом** проводятся в большом количестве разных дисциплин, например: заданном направлении, по выбору и на маркированной трассе.

**Ориентирование на лыжах** проводятся в условиях устойчивого снежного покрова с использованием специальной карты, на которую нанесены лыжни, а также показаны их виды.

**Ориентирование на велосипедах** схоже с ориентированием на лыжах, также используется специальная карта, которая показывает виды дорог в отношении скорости проезда.

**Точное ориентирование или трейл ориентирование -** вид ориентирования, заключающийся в точной интерпретации ситуации на местности с помощью карты. Участники за контрольное время преодолевают дистанцию, состоящую из пунктов, на каждом из которых располагаются несколько флагов. Участники должны определить и зафиксировать, какая из этих флагов на местности соответствует точке обозначенной на карте. Движение участников допускается только по разрешенным тропинкам. Время прохождения дистанции в расчёт не принимается, результат определяется по количеству правильных ответов.

В спортивном ориентировании приняты условные обозначения. Давайте посмотрим на экран и вспомним их.(на слайде)

- Итак, сейчас вы узнали, что такое спортивное ориентирование. Подумайте и скажите: какие знания по географии нам понадобятся на занятии?

- Правильно, умение ориентироваться на местности с помощью компаса и карты. Ориентирование - это прежде всего умение находить стороны горизонта.

- Какие стороны горизонта вы знаете?

*(Север;        Юг;        Запад;      Восток.)*

- Вспомним стороны горизонта с помощью игры.

По компасу учитель указывает играющим стороны горизонта: север, юг, запад, восток. Затем громко называет какую-либо сторону горизонта, например <север>, а все играющие должны быстро и четко сделать поворот, став лицом к северу. Руководитель называет другие стороны горизонта.

- Теперь нам понадобиться карта, по которой каждая команда совершит свой маршрут. Карту вы будете находить с помощью компаса. Это и будет вашим первым заданием по спортивному ориентированию: найти карту с помощью компаса.

*Каждой команде даётся компас, для нахождения карты.*

- Итак, каждая из команд нашла свою карту, по которой они будут двигаться дальше. По периметру зала расположены различные объекты (озеро, болото, редкий лес, фруктовый сад, электростанция, школа). Они изображены на картинках с надписью. Каждому объекту соответствует определенный цвет фишки: озеро – голубой, болото – коричневый, редкий лес – зеленый, фруктовый сад – красный, электростанция – жёлтый, школа - чёрный.

Под картинками в конвертах расположены фишки.

У вас на картах все эти объекты изображены с помощью условных топографических знаков, которые мы изучали на уроках географии. Ваша задача: по моей команде двигаться по заданному направлению, выполняя движение, которое я буду называть. После того, как вся команда прибудет к пункту, нужно взять фишку и наклеить её под вашим условным знаком. После того, как маршрут будет выполнен, по цвету фишек мы определим: правильно ли выполнен маршрут. Совет: перед движением, посовещайтесь о том, что обозначает условное обозначение и куда вы будете двигаться, т.е. сориентируйтесь, где расположен ваш объект.

- Действуем строго по моей команде.

- Подходим к старту *(Старт обозначить кеглей и подписать «Старт))*

- Изучаем первый условный знак, куда вам нужно двигаться.

- Совещаемся, определяем объект.

- Нам предстоит идти по местности, где растет много цветов. Стараемся их не затоптать. Когда я говорю слово «цветок», вы «перепрыгиваете» через него.

- Начали движение. (Периодически учитель произносит слово «цветок»)

*Дошли до объекта.*

- Определяем второй объект. Нам предстоит идти по болотистой местности. Прыгаем с кочки на кочку, держась за руки. Начали движение.

- Определяем третий объект. Нам предстоит идти через колючие кусты. Чтобы не зацепиться обходим их змейкой, держась за руки. Начали движение.

- Определяем четвертый объект. Начался сильный ветер, присаживаемся и идём гуськом до объекта. Начали движение.

- Итак, маршрут пройден. Команды подошли к финишу. *(Обозначить его и подписать)*

- Проверяем. *(Карта сверяется с образцом, заранее подготовленным)*

**- Подведем итог нашего занятия.**

- С каким видом спорта сегодня познакомились?

- Почему этим видом спорта невозможно овладеть без знания географии?

Географические знания очень важны в жизни каждого человека. География развивает воображение, мышление, ориентирование в пространстве, расширяет кругозор и знания об окружающем мире. Благодаря развитому объемному мышлению, человек не сможет заблудиться на местности. Умение ориентироваться среди незнакомых мест является важным качеством современного грамотного человека.

- Сегодня мы поработали очень хорошо. На практике смогли применить свои знания.

**Рефлексия**

- Что вам понравилось на занятии больше всего?

- Какие были трудности? Удалось ли их преодолеть?

Предлагаю через выполнение определенных движений дать рефлексивную оценку.

Следующие движения:

1. Исходное положение - стоя, подняв руки вверх – высокая оценка, очень понравилось.

2. Исходное положение - стоя, руки по швам – средняя оценка, понравилось.

3. Исходное положение – присесть на корточки – низкая оценка, занятие не понравилось.

Ребята, какие вы молодцы! Спасибо за работу.