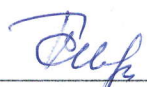


## ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ПРОЕКТ

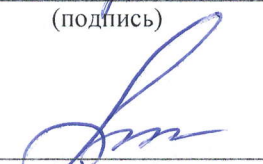
|                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                   |
|-----------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|
| Название физкультурно-оздоровительного проекта                        | Спортивное ориентирование для всех                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                   |
| Полное наименование учреждения                                        | Муниципальное автономное учреждение «Спортивная школа олимпийского резерва «Сибиряк»                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                   |
| Руководитель учреждения (должность, фамилия, имя, отчество полностью) | Директор<br>Аникин Сергей Семенович                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                   |
| Руководитель проекта (должность, фамилия, имя, отчество полностью)    | Заместитель директора по учебно-воспитательной работе<br>Гольм Евгений Иванович                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                   |
| Контакты                                                              | Телефон, факс:<br>8 (391)-223-86-60,<br>8 (391)-223-86-20                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | E-mail:<br><a href="mailto:info@sport-sk.ru">info@sport-sk.ru</a> |
| Краткое описание социального проекта                                  | Участники проекта получают возможность на своем личном опыте узнать, что такое ориентирование на местности, как пользоваться картой и какие задачи решают спортсмены-ориентировщики. Реализация проекта будет являться первичной профилактикой наркомании, табакокурения и употребления психоактивных веществ, позволит вовлечь детей в занятия спортом и здоровый образ жизни. |                                                                   |
| Продолжительность социального проекта                                 | Начало проекта:<br>11.06.2018 г.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Окончание проекта:<br>15.06.2018 г.                               |

Руководитель проекта

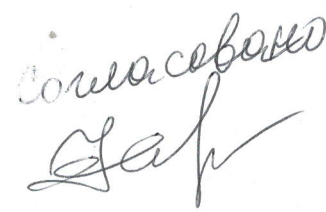
  
(подпись)

Гольм Е.И.

Руководитель организации

  
(подпись)

Аникин С.С.

  
19.04.2018

## Описание физкультурно-оздоровительного проекта

### 1. Цель и задачи физкультурно-оздоровительного проекта:

Цель: Познакомить и увлечь детей чудеснейшим видом спорта – спортивным ориентированием; научить читать карту, выбирать вдумчиво наиболее удачный маршрут движения, принимать самостоятельные решения.

#### Задачи:

- знакомство со спортивным ориентированием;
- развитие физических качеств;
- воспитать умение быстро принимать решение в нестандартной ситуации;
- повышение мотивации к занятиям спортивным ориентированием;
- пропаганда спортивного ориентирования среди населения как средства для активного отдыха.

### 2. Деятельность в рамках физкультурно-оздоровительного проекта:

Физкультурно-оздоровительный проект направлен на детей в возрасте от 7 до 18 лет. Проектом планируется охватить 80-90 человек.

#### Привлечение детей:

- интернет-сайты;
- объявления на многофункциональном стадионе «Динамо»;
- рассылка проекта по электронной почте в общеобразовательные школы Октябрьского района.

### 3. Ожидаемые результаты физкультурно-оздоровительного проекта:

- умение ориентироваться на незнакомой местности.

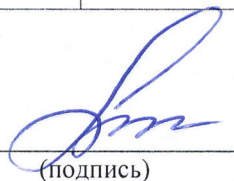
### 4. Механизм оценки результатов:

- Каждое практическое занятие завершается подведением итогов, разбором ошибок.
- В конце проекта прохождение дистанции с электронной отметкой, беседа, тестирование.

6. Календарный график выполнения физкультурно-оздоровительного проекта:

| № п/п | Мероприятие                                                                                                                                                                        | Срок проведения | Ожидаемый результат                                                                   | Ответственный за мероприятие                   |
|-------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|---------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|
| 1.    | Теоретическое занятие.<br>Знакомство со здоровым образом жизни и спортом.<br>Знакомство со спортивным ориентированием: понимание карты, условных знаков.<br>Знакомство с компасом. | 11.06.2018      | Умение читать карту.                                                                  | Онищенко И.В.<br>Линкевич О.Н.<br>Селюков И.С. |
| 2.    | Практическое занятие на стадионе «Динамо»:<br>1. Ориентирование карты по местности и компасу.<br>2. Принцип понимания: «Где я нахожусь», «Куда двигаться», «Где КП».               | 12.06.2018      | Умение ориентировать карту и пользоваться компасом.                                   | Онищенко И.В.<br>Линкевич О.Н.<br>Селюков И.С. |
| 3.    | Практическое занятие: 1. Прохождение самостоятельно дистанции.<br>2. Знакомство с азимутом.                                                                                        | 13.06.2018      | Умение правильно брать азимут. Самостоятельно пройти дистанцию на знакомой местности. | Онищенко И.В.<br>Линкевич О.Н.<br>Селюков И.С. |
| 4.    | Практическое занятие: 1. Понимание высот (наивысшая и самая нижняя точка в карте). 2. Выбор вариантов с учетом высоты                                                              | 14.06.2018      | Умение читать рельеф и выбирать оптимальный вариант.                                  | Онищенко И.В.<br>Линкевич О.Н.<br>Селюков И.С. |
| 5.    | Практическое занятие. Прохождение дистанция с электронной отметкой. Подведение итогов занятий, беседа с детьми о значении здорового образа жизни для здоровья человека.            | 15.06.2018      | Умение пройти дистанцию по незнакомой местности.                                      | Онищенко И.В.<br>Линкевич О.Н.<br>Селюков И.С. |

Руководитель организации



(подпись)

Аникин С.С.

«19» 04 2018 г.