

## АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ

## «Теория и методика спортивного ориентирования»

44.03.01 «Педагогическое образование»

## 5 СЕМЕСТР

1. ЦЕЛЬЮ освоения дисциплины является: освоение теоретических знаний, практических умений, навыков организации и проведения мероприятий по спортивному ориентированию с различными категориями населения и рационального применения на практике с учетом состояния здоровья, возраста, уровня физического развития, физической подготовленности занимающихся, а также имеющихся условий для занятий.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП. Данная дисциплина относится к вариативной части.

3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

ПК - 1 способен реализовывать учебные программы базовых и элективных курсов в различных образовательных учреждениях;

ПК - 4 способен использовать возможности образовательной среды, в том числе информационной, для обеспечения качества учебно-воспитательного процесса;

ПК - 6 способен организовывать сотрудничество обучающихся и воспитанников;

ПК -7 готов к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся в учебно - воспитательном процессе и внеурочной деятельности;

ОПК -2 способен использовать систематизированные теоретические и практические знания гуманитарных, социальных и экономических наук при решении социальных и профессиональных задач.

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ.

Раздел 1 История возникновения и развития спортивного ориентирования. Охрана природы.

Тема 1.1. История, современное состояние и перспективы развития спортивного ориентирования в России и за рубежом.

Раздел 2 Классификация спортивного ориентирования. Виды соревнований по СО.

2.1. Классификация спортивного ориентирования

2.2. Виды соревнований по СО.

Раздел 3 Топографическая подготовка спортсмена.

Тема 3.1. Основные составляющие карты.

Тема 3.2. Особенности ориентирования на местности.

Тема 3.3. Компас и работа с ним.

Тема 3.4. Глазомерная съемка местности

Раздел 4 Организация соревнований по СО.

Тема 4.1. Нормативно – правовая база в СО.

Тема 4.2. Правила соревнований СО. Организация и проведение соревнований.

Раздел 5 Техническая подготовка.

Тема 5.1. Технические элементы. Технические приемы СО.

Раздел 6 Тактическая подготовка.

Тема 6.1. Выбор варианта. Тактическое планирование этапа. Тактика прохождения отдельных участков дистанции.

Раздел 7 Упражнения по обучению технике и тактике ориентирования.

Тема 7.1. Уровни обучения технике ориентирования.

Тема 7.2. Упражнения на технико-тактическую подготовку.

Раздел 8 Физическая подготовка ориентировщиков.

Тема 8.1. ОФП ориентировщика

Тема 8.2. СФП ориентировщика

Раздел 9 Виды соревнований по спортивному ориентированию.

Тема 9.1. Спортивное ориентирование в заданном направлении

Тема 9.2. Спортивное ориентирование по маркированной трассе

Раздел 10 Контрольные упражнения и соревнования по спортивному ориентированию.

Тема.10.1 Ориентирование с логическими задачами.

Тема.10.2. Спортивное ориентирование по выбору (итоговые соревнования)

5. ВИД АТТЕСТАЦИИ – 5 семестр – зачет.

6. КОЛИЧЕСТВО ЗАЧЕТНЫХ ЕДИНИЦ – 3 зачетные единицы, 108 ч.

Составитель: ст. преподаватель Агибалова А. А. \_\_\_\_\_

Заведующий кафедрой ТМФКСД Власов А. В. \_\_\_\_\_

Председатель учебно-методической комиссии направления Власов А.В. \_\_\_\_\_

Директор института ИФКС А. В. Гадалов \_\_\_\_\_

Дата: \_\_\_\_\_  
Печать института

