

Аннотация.

Программа предназначена для детей, подростков и всех любителей спорта разных возрастов, способностей и интересов. Программа секции «Спортивное ориентирование» направлена на организацию свободного времени жителей Орджоникидзевского района в рамках системы дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности.

Спортивное ориентирование является одним из наиболее специфических видов спорта, в котором изучают планы, схемы, учатся «читать» карту; знакомятся с такими понятиями, как масштаб карты, азимут, условные знаки; умеют пользоваться компасом и находить свое местоположение на карте. Спортивное ориентирование развивает не только физические качества ребенка (скоростную и общую выносливость, ловкость и координацию движений), но и умственные способности. Кто-то быстрее бежит, кто-то быстрее соображает... В результате, шансы на победу уравниваются! Золотое правило ориентировщика: «Ноги не должны бежать быстрее, чем думает голова!»

Помимо физического совершенствования, у ребенка появится уверенность в себе, способность логически рассуждать, быстро принимать правильные решения из нескольких вариантов, разовьется внимательность, усидчивость, и особенно, зрительная память. Совершенству ориентирования нет предела!

Все занятия проходят на свежем воздухе в лесопарковой зоне, на «зеленом» стадионе. Ни снег, ни дождь, ни грязь ориентировщику не страшны. Это не мешает человеку влюбиться в спортивное ориентирование раз и навсегда! И даже, если ребенок вдруг решит бросить спортивное ориентирование - для него свободна дорога в лыжный спорт, биатлон, бег, туризм.

Данная программа направлена для обучения детей от 6,5 до 18 лет.

