

С.Г. Сиротина, ст. преподаватель  
А.В. Таранова, ст. преподаватель  
Н.М.Шепетюк, и.о. доцента, канд. пед. наук  
(КазНУ им.аль-Фараби, Алматы)

## **МЕТОДИКА ОРГАНИЗАЦИИ И ПРОВЕДЕНИЯ НЕДЕЛИ ОРИЕНТИРОВАНИЯ В УНИВЕРСИТЕТЕ**

Учебная неделя предполагает проведение двух занятий по физическому воспитанию. Для проведения соревнований в заданном направлении преподавателями (нами) готовится спортивная карта – вносятся корректировки, связанные с активными строительными и ландшафтными работами на территории кампуса Казахского Национального Университета имени аль-Фараби. Делаем планировку дистанций отдельно для юношей и девушек, с обязательным посещением всех точек, планируемых к постановке контрольных пунктов (КП). На Неделе ориентирования первое занятие посвящено знакомству студентов 1 курса с видом спорта «Спортивное ориентирование»: ориентирование по местным предметам, по солнцу, знакомство с условными знаками, коротко с правилами проведения соревнований в заданном направлении; студенты 2 курса повторяют те знания, полученные ими на первом курсе. Второе занятие посвящено проведению соревнований по спортивному ориентированию бегом в заданном направлении, как на первом, так и на втором курсах.

Проводим построение студентов по группам с преподавателями, у студентов должна быть заполненная карточка: фамилия студента, фамилия преподавателя, факультет, курс. Каждый преподаватель должен напомнить основные правила соревнований, порядок финиша каждого студента. Студенты, заполнив карточку и получив от преподавателя карту, уходят на дистанцию. Преподаватель самостоятельно засекает время нахождения на дистанции студентов своих групп: старт и финиш. По завершении дистанции, студент отмечается у своего преподавателя – записывается финишное время в карточке каждого студента, сдает карту и ожидает подведение результатов вместе со своей группой около своего преподавателя.

Техника безопасности на занятиях по спортивному ориентированию: бег по пересеченной местности, перепрыгивание арыков и т.д., скользкая трава и тропинки. Обязательное условие - не ломать, не рвать и не портить оборудование!

Ориентирование: дистанция заданного направления, юноши 9 КП 1600 м, девушки 6 КП, 1300 м. Контрольные пункты оборудованы красными табличками с номерами, и закрепленными буквами на каждом КП. Способ отметки – с собой иметь ручку/карандаш и в карточку вписывать буквы, написанные на табличках КП ниже номера в порядке их прохождения, указанном на карте. После финиширования каждый студент должен составить слово (разные слова у юношей и девушек).

В 2016-2017 учебном году в Неделе ориентирования приняло участие 2037 девушек и 665 юношей, из них не справились с заданием 188 девушек и 56 юношей. Не справились с заданием – были не на всех КП, положенных к посещению девушкам или юношам. Победитель преодолел дистанцию за 8 минут 21 секунды - девушки и за 8 минут 59 секунд – юноши. Наибольшее время: 60 минут 31 секунда – у девушек и 31 минута 5 секунд – у юношей.

Неделя ориентирования в КазНУ проводится ежегодно в рамках профессионально-прикладной физической подготовки.