**«Ориентирование – как способ активного семейного досуга»**

Ориентирование на местности – естественная деятельность людей в условиях природной среды. Где бы человек не находился ему всегда приходится сталкиваться с моментом, позиционирования своего местоположения относительно объектов данной местности, будь то лес, горы, пустыня, подводный мир, космическое пространство.

Ориентировочные действия сопровождают людей в процессе знакомства с уникальными уголками природы, охоты, рыболовства, сбора даров природы.

Спортивное ориентирование у нас в стране не является престижным видом спорта, его редко показывают по телевизору. Даже если дети и их родители слышали об ориентировании, то в чем смысл этого вида спорта представления обычно не имеют.

Необходимо, чтоб первый опыт в ориентировании был радостным и успешным, и если ожидания детей оправдаются и ориентирование покажется им приятным видом деятельности, развивающим их способности, то они в дальнейшем будут вовлечены в данный вид спорта.

Спортивное ориентирование – популярный вид спорта, который требует не только выносливости и скорости, как в беге, но и умения логически мыслить и ориентироваться на местности. В странах Скандинавии старты по спортивному ориентированию собирают тысячи участников разного возраста и уровня подготовки. В нашей стране соревнования пока не так распространены среди любителей, но от того не менее интересны.

Как вид спорта, ориентирование возникло совсем недавно, в конце 19 века. Родина его – Скандинавия. Разные источники указывают разные данные: по одним, самые первые любительские соревнования по спортивному ориентированию состоялись в мае 1897 года близ норвежского города Берген; по другим, это был октябрь того же года, но уже в городе Осло.

В СССР первое состязание по спортивному ориентированию состоялось в 1939 году под Ленинградом. Несколько команд двигались ночью по незнакомому ландшафту с помощью одного только компаса. Некоторые источники говорят, что при этом участники несли с собой винтовки, противогазы и вещевые мешки весом 8 кг.

На международную арену сборная СССР попала в 1965 году, лучший результат показала участница Л. Бариса, занявшая 10 место из 40. С этого момента прошло несколько десятилетий, а спортивное ориентирование не только не утратило, но даже упрочило свои позиции среди любителей активного отдыха на природе.

У спортивного ориентирования пять основных видов соревнований.

Самые распространенные виды ориентирования считаются:

1. Ориентирование в заданном направлении

Участник получает на руки чёткий порядок КП и должен взять их именно в указанной последовательности. При этом он может проложить любой комфортный для себя маршрут от точки до точки.

2. Ориентирование на маркированной трассе

В этом случае КП на карту не нанесены, участник знает только место старта. Двигаясь с картой в руках по маркированной трассе, он встречает КП и должен пометить это место в карте иглой или специальным компостером.

3. Ориентирование по выбору

Участник получает карту с нанесёнными КП, и дальше возможны два варианта развития событий. Либо ему задают контрольное время, за которое он должен успеть взять наибольшее количество КП на дистанции – либо ему предлагают взять определённое количество КП из установленных на полигоне.

Здесь подразумевается, что обойти их все будет невозможно. И в том, и в другом случае побеждает тот, кто наберёт больше баллов.

Предлагаю свой опыт работы по ориентированию в заданном направлении, совместно с семьями наших воспитанников, было проведено такое спортивное мероприятие в городском парке, где наши дружные семьи показали свои навыки в ориентировании, выполнили все задания, показали свою быстроту, семейную сплоченность, ловкость и смекалку! Все остались довольными и родители и дети, получили большой заряд бодрости и море позитивных эмоций!

**Цель:**Психологическое сближение детей и родителей, развитие положительных эмоций, повышение роли и статуса отца.

**Задачи:**

1.развивать взаимоотношения родителей и детей посредством включения в совместную деятельность;

2.воспитывать любовь, ласковое, чуткое отношение к папе, чувство гордости за своего отца.

3.укреплять атмосферу психологического комфорта в семье.

**Ведущий**: Добрый день, уважаемые наши гости! Мы рады видеть всех вас на нашем небольшом мероприятии по спортивному ориентированию, которое посвящен «Дню отца».

В разных странах есть свои традиции празднования Дня отца. Где –то, вечером домочадцы собираются за праздничным столом, поют песни, устраивают танцы.

В другой стране, День отца — повод выбраться на природу. Считается, что пикники укрепляют семейные узы и приносят в семью счастье.

В России День отца отмечают в третье воскресенье октября — свой официальный статус он получил 4 октября 2021 года вместе с соответствующим Указом Владимира Путина.

Дорогие наши папы! Поздравляем Вас с праздником, желаем успехов в делах, счастья, добра!

Сегодня мы с вами поучаствуем в спортивном ориентировании, в котором надо показать свою быстроту, ловкость и смекалку, а чтобы получить небольшой заряд бодрости, предлагаю провести музыкальную разминку.

Далее каждая семья - участник регистрируется и получает свою карту местности, на которой обозначены КП (контрольные пункты), в заданном направлении. На каждом КП прикреплен цветной карандаш, где участники, проходя каждый КП должны поставить отметку в виде галочки на своем контрольном листе бумаги. На дистанции располагается 5 КП, на которых участники выполняют задания: теоретическое и практическое. Дается команда старта, засекается время.

**КП 1.** Теория. Команде задается вопрос с вариантами ответов на который надо правильно ответить.

Почему ласточки летают низко?

Варианты ответа:

1.к холодной осени

2. перед дождем

3.к теплой весне

4.перед ветром

Практика. Завяжи пожарный узел.

**КП 2.** Теория.Отгадать загадку.

Кто научит гвоздь забить,

Даст машиной порулить

И подскажет, как быть смелым,

Сильным, ловким и умелым? (папа)

Практика. Параллельная переправа.

**КП 3.** Теория. Закончи пословицу.

Любишь кататься, … (люби и саночки возить).

За двумя зайцами погонишься — … (ни одного не поймаешь).

Одна голова хорошо, … (а две лучше).

Практика. Преодоление условного болота.

**КП 4.** Теория. Назвать 5 способов определения сторон горизонта по местным признакам и предметам.

Практика. Надуть воздушный шарик.

**КП 5.** Теория. Команде выдается карточка с вопросами и ответами, необходимо сопоставить правильный ответ.

Первая помощь при укусе (клеща, змеи, осы)

Практика. Подуть мыльными пузырями.

Когда каждая команда финиширует, отмечается время, потраченное на прохождение дистанции, а также учитывается контрольный лист с правильной последовательностью прохождения КП. Определяются победители. Награждение.

**Ведущий.** Вот и подошла к концу наша спортивная игра. Мы уверены, что ваши семьи

самые дружные и спортивные. Огромное спасибо нашим папам, которые нашли время прийти сюда и весело с пользой провели его со своей семьей с детьми. С праздником наши дорогие папы! Желаем счастья вашим семьям и мирного неба над землей. Мы не говорим Вам до свидания, а говорим Вам до новых встреч!

 

