Програма проведення обласного семінару-практикуму

із спортивного орієнтування

Терміни проведення: 02-03.11.2024 р.

Форма проведення: очна

Місце проведення:

02.11.2024 р. – Хмельницький обласний центр туризму та краєзнавства учнівської молоді (м. Хмельницький, вул. Староміська, 2).

03.11.2024 р. – Лезнівський ліс (кінцева зупинка маршрутного автобуса №29).

Учасники: вчителі фізичної культури, керівники гуртків.

Програма заходу:

Дата	Час	Зміст навчального матеріалу
Теоретична частина		
02.11.2024 р.	11.30-12.00 год	Реєстрація учасників. Вступ. Історія виникнення та розвитку спортивного орієнтування в Україні та області.
	12.00-13.00 год.	Карта. Види карт. Легенда карти
	13.00-14.00 год.	Масштаб. Вимірювання відстані на карті, на місцевості.
	14.00-15.00 год.	Азимут. Облаштування контрольного пункту (КП).
	15.00-16.00 год.	Рух в заданому напрямку за допомогою карти. Азимутальні проекції.
Практична частина		
03.11.2024 р.	10.00-11.00 год	Реєстрація учасників. Ознайомлення із правилами проведення змагань.
	11.00-14.00 год	Участь у змаганнях із спортивного орієнтування за вибором.