



Český svaz orientačních sportů a Asociace školních sportovních klubů ČR

PROGRAM

školení Instruktor školního orientačního běhu

Akreditace: 21 161/2009-25-411

Kód kurzu: OB

Termín: čtvrtek **26. 04. 2012**

Technické zajištění: SK SKI-OB Šternberk a Dům dětí a mládeže Šternberk

Místo konání: Šternberk, Dům dětí a mládeže Šternberk, Opavská 14
N 49° 43.64137', E 17° 18.14185'

Časový program:

8:45 – 9:00	prezentace účastníků, zahájení
9:00	teorie orientačního běhu (disciplíny, pravidla OB)
10:00	technika a metodika nácviiku mapových dovedností v terénu (práce s busolou, mapové značky, práce s mapou)
11:00	výcvik speciálních dovedností, práce s mapou příprava orientačního závodu
12:30-13:00	přestávka na oběd
13:00	zařazení OB v rámci ŠVP - průřezové téma Člověk a životní prostředí, oblast Vzdělávání pro zdraví realizace závodu OB v průběhu hodiny TV soutěž OB pro školní družinu v odpoledních hodinách projektový den školy (ZŠ, SŠ) – cvičení ve třídě, procházka s mapou
15:00	spolupráce s oddíly Českého svazu orientačních sportů soutěž Přebor škol v orientačním běhu 2011/2012 projekt Výukové mapy
15:30	závěrečné vyhodnocení

Poznámka: Časový program je orientační, v případě potřeby bude aktuálně upraven podle zájmu účastníků.
Praktická část proběhne za každého počasí.
S sebou lehký sportovní úbor, ve kterém se nebudete příliš potit a kterému nevadí případný déšť a bláto, busolu nebo kompas, psací potřeby.

Mgr. Jana Němcová
garant projektu Přebor škol v OB

Ing. Kristýna Skyvová
předsedkyně Komise rozvoje OB
garant školení