

# Набор детей в группы спортивного ориентирования (рекомендации для педагогов дополнительного образования)



## Болотов С.Б.

*Педагог дополнительного образования Башкирского республиканского центра детско-юношеского туризма и экскурсий, мастер спорта России, судья республиканской категории*

Детская спортивная деятельность должна быть организована знающими педагогами и психологами руководителями, которые разбираются в межличностных отношениях внутри детского коллектива, понимают способности и потребности детей различных возрастов.

Необходимо, чтобы первый опыт по ориентированию юных, начинающих был радостным и успешным и чтобы школьный учитель, педагог дополнительного образования, работали по одной развивающей программе тренировок по ориентированию. Согласованное обучение в раннем возрасте — залог приобретения детьми навыков и способностей, которые помогут им с уверенностью принять вызов леса.

Нужно помнить, что дети начинают заниматься спортом по разным причинам. Если их ожидания оправдываются и ориентирование развивает их способности, как приятный вид деятельности, то они остаются в спорте. Поэтому важно, чтобы все специалисты, связанные с организацией, планированием и тренировкой в ориентировании, рассматривали свою работу с точки зрения удовлетворения потребностей и ожидания в спорте самих детей, а не сужали для них ориентирование до строгих рамок правил взрослых соревнований.

Одним из важных моментов является последовательность в обучении. Обучение должно согласовываться с общим развитием ребенка и степенью его физической зрелости. Каждая ступень обучения должна быть платформой следующей.

Вот несколько советов для более успешного набора в группу детей школьного возраста.

1. Набор лучше всего проводить поздней весной, так как в это время не очень сильно влияние погодных условий и можно проводить свои занятия прямо в лесу или в парке. Затем летом можно побывать с ребятами в походе, спортивном лагере. Это необходимо для сплочения группы, знакомства с детьми.

2. Лучше всего набирать в группу детей одного возраста или смежных возрастов (предпочтительно 5—6 классы).

3. Нужно, чтобы в группе были и мальчики, и девочки.

4. Для первого знакомства с ориентированием лучше всего провести беседу с просмотром слайдов, фотографий, видеофильмов.

5. После нескольких занятий с детьми нужно обязательно провести родительское собрание (можно приурочить его к собранию родителей класса в общеобразовательной школе). В дальнейшем родители, заинтересованные в том, чтобы их дети занимались, могут оказать вам существенную помощь.

6. С самого начала нужно приучить детей к определенному порядку. Для этого каждое занятие, независимо от этапа, должно строиться следующим образом:

- приветствие;
- отметка присутствующих в журнале;
- постановка задачи занятия;
- объяснение методов, которыми задача будет решаться;
- вработка (разминка);
- основная часть занятия;
- заключительная часть (заминка);
- итоги занятия, информация о следующей тренировке.

7. Следует как можно больше занятий проводить игровым методом — больше всего дети любят играть!

8. Не старайтесь сразу же «загрузить» детей понятиями ориентирования. Лучше всего начать с общефизической подготовки, занятия посвятить развитию ловкости, прыгучести и гибкости; в каждой тренировке должны быть подвижные игры. Занятия на местности лучше всего проводить сначала в виде небольших походов, ненавязчиво предлагая детям иногда заглядывать в карту.

9. Главная задача первого года обучения — приучить детей к регулярным тренировочным занятиям и дисциплине.

**Посещение занятий должно стать потребностью и приносить удовлетворение!**

Самое первое, с чего должен начать педагог дополнительного образования — ознакомить детей с ориентированием. Лучше всего провести классный час на тему «Знакомство с ориентированием» (или другим названием на эту тему). Можно провести его отдельно в каждом классе, но лучше всего — сразу во всей параллели или в двух смежных классах. Как правило, занятия в нашей системе планируются на базе общеобразовательной школы. Поэтому сначала необходимо встретиться с директором или заместителем директора по воспитательной работе, чтобы:

1. Поставить их в известность о ваших намерениях и выслушать их пожелания и предложения по этому поводу.

2. Договориться о месте проведения занятий по теоретической подготовке и согласовать расписание работы спортивного зала, где вы будете проводить игровые тренировки или заниматься при неблагоприятных погодных условиях.

3. Заручиться поддержкой и помощью в организационных моментах.

К первой встрече нужно отнестись очень серьезно. Это ваша визитная карточка, и от нее будут зависеть в дальнейшем взаимоотношения с детьми и администрацией. Можно посоветовать придерживаться следующего плана работы при подготовке к выступлению.

а) Прежде всего, нужно еще раз перечитать основные пункты Правил. Вы сами должны четко знать основные определения, которые позволят детям однозначно понять, о чем идет речь. Все, что нужно и можно показать, иллюстрируя рассказ, вы должны принести с собой. Лучше всего грамотно и красочно оформить зал (или классную комнату) заранее.

б) Обязательно кратко коснуться истории ориентирования.

в) Рассказать о традициях ориентирования в вашей области, крае, республике.

г) Рассказать об организации (клуб, центр туризма и т. п.), которую вы представляете, и о ее месте в развитии ориентирования района, города, области или республики.

д) Основное выступление на 15—20 минут можно завершить показом хорошо и грамотно смонтированного фильма об ориентировании (5—7 минут). Если он не озвучен, желательно, чтобы вы сами комментировали его.

е) Завершить встречу нужно информацией о месте и времени следующего занятия. Не забудьте о спортивной форме. Важно с самого начала приучить детей приходить на занятия в таком виде, чтобы им было удобно выполнять все ваши задания.

В качестве примера такого классного часа-знакомства можно привести выступление перед учащимися 5—6 классов лица № 5 г. Уфы.

«Здравствуйте, дорогие ребята и уважаемые педагоги!

Меня зовут Сергей Борисович, я мастер спорта, тренер по спортивному ориентированию.

Сегодня я пришел к вам рассказать, что такое ориентирование, и надеюсь, что вы заинтересуетесь этим увлекательным видом спорта.

Начнем с определения. Кто может сказать, что означают слова **ориентирование** или **ориентироваться**? **Ориентирование** — это передвижение в пространстве с помощью карты и компаса. С давних времен картой и компасом пользовались мореплаватели, путешественники и военные. И неслучайно поэтому первые соревнования по ориентированию проводились в странах Скандинавии среди военных и, в первую очередь, на лыжах. А официальный год рождения ориентирования — 1897. У нас в СССР первые соревнования были проведены в 1939 году, но они были далеки от современных. И поэтому официальным годом рождения ориентирования в СССР считается 1963 год, когда под Ужгородом (Украина) были проведены первые Всесоюзные соревнования. Только в 1985 году СССР был принят в Международную федерацию ориентирования (ИОФ) и начал выступать в чемпионатах мира. Вот каков возраст этого вида спорта.

Мы дали определение «ориентированию», а что же такое **спортивное ориентирование**? **Это вид спорта, в котором участники при помощи спортивной карты и компаса должны пройти контрольные пункты (КП), расположенные на местности, за кратчайшее время.** Разберем каждое понятие в определении.

**Вид спорта** говорит о том, что ориентирование попадает под определение спортивного принципа «быстрее, выше, сильнее», разве что можно добавить еще и «умнее».

**Спортивная карта** — крупномасштабная специальная схема местности, на которой действует особая система точности; все объекты на ней изображаются в соответствии с международной системой условных знаков (следует показать топографическую и спортивную карты, таблицу условных знаков для спортивной карты, объяснить различие). До восьмидесятых годов спортивные карты были черно-белые, отпечатанные фотоспособом, затем усовершенствовались и стали цветными (показать оба варианта).

**Компас** — это прибор для определения магнитного азимута. Он необходим ориентировщику, так как он, постоянно двигаясь по дистанции, должен знать, в каком направлении движется (показать спортивный компас).

**Контрольные пункты (КП)** — это знаки в виде трехгранной призмы со стороной 30 x 30 см. Каждая грань разделена диагональю из левого нижнего угла в правый верхний. Верхнее поле белое, нижнее — оранжевое или красное. Каждому КП дается обозначение в виде числа, которое наносится на планку устройства для отметки или на белое поле призмы. (Показать призму оранжевого или красного цвета, планку и призму с номером.)

**Устройство для отметки** — стандартный компостер, которым делается отметка в карточке участника. (Показать компостер и карточку.)

А вот так выглядит **контрольный пункт на местности**. (Показать КП в сборе, на фотографии.)

**Дистанция на спортивной карте** выглядит следующим образом. (Раздать карты с дистанциями.)

Теперь, когда вы ознакомились с основными понятиями, расскажу вам, как различаются соревнования в ориентировании по **способу передвижения**:

- бегом;
- на лыжах;
- на велосипедах;
- иные способы (в частности: на автомобилях, инвалидных колясках).

Также соревнования различаются по **видам ориентирования**:

- ориентирование в заданном направлении;
  - ориентирование по выбору;
  - ориентирование на маркированной трассе;
  - ориентирование по тропам (для инвалидов).
- Спортивное ориентирование в нашей Республике имеет хорошие традиции.