

Юханна Ринг (Норвегия): "Маленький тролль" Спортивное ориентирование для самых маленьких



Соревнования "Маленький тролль" - это соревнования для самых юных спортсменов. На трассе имеются фигурки, которыми обозначены контрольные пункты, а также установлены специальные автоматы для контрольных карточек. Ну а в заключении, на финише детей ожидает сюрприз. Может пора уже немного изменить эту концепцию? Между контрольными пунктами стоит организовать дополнительные испытания, такие как прыжки через скакалку, бой мешками, игра "Колечко", канатная дорожка (упражнение на баланс), прыжки по пенькам, либо просто-напросто можно использовать возможности, которые дарит сама природа - естественные препятствия в виде упавших деревьев, камней, на которые можно забраться.

Используйте фантазию. Организаторы с творческим подходом к соревнованиям для детей могут немного изменить сами контрольные пункты. А что если просто сфотографировать деталь контрольного пункта и повесить ее вместе с фотографией чего-нибудь другого. А потом дети должны догадаться, на какой картинке изображен контрольный пункт.

Можно также немного поиграть с картой, учитывая возможности современных технологий, фигурки на контрольных пунктах могут изображать не только шляпки или домики, но и разноцветных животных, которых дети могут легко узнать из мультфильмов, фильмов, книжек и т.д.

Не слишком длинные тропы! Если вы предполагаете использовать несколько карт (как вариант, заламинированных), то можно изготовить такие контрольные карточки, которые дети после соревнований смогут забрать с собой домой. Это особенно актуально для детских садов и начальных школ, где карты зачастую являются предметом дефицита. В таком случае клуб может изготовить карту и предоставить школе макет карты в формате PDF файла вместе с контрольными карточками, которые они могут распечатать и размножить в стольких экземплярах, в скольких это необходимо.

Также следует помнить о том, что трасса не должна быть слишком длинной - максимум

800 метров, а вероятно даже и 500 метров! Если же трасса короткая, то старшие дети могут пройти ее несколько раз, что помогает им улучшить чувство трассы. Либо же можно пойти по другому сценарию : "первый круг мы проходим вместе, а затем вы идете самостоятельно".



Идеи для организаторов соревнований для детей:

- Подготовьте специальный участок для самых маленьких спортсменов
- При подготовке детской трассы разместите стартовую и финишную прямую на небольшом расстоянии друг от друга
 - Поговорите с руководителем соревнований, постановщиком трассы и определите разделение трассы на различные участки
- Избегайте общей трассы, на которой старт и финиш для всех остальных спортсменов находятся в одном месте

Дети будут рады, если вы:

- повесите автоматы для контрольных карточек не слишком высоко
- Хорошо разметите трассу. Присядьте на корточки, когда вы развешиваете разметку по ходу трассы - что вы видите?
- Подготовьте одинаковые призы для всех участников (запаситесь различными видами ценных призов, но ценность этих призов должна быть примерно одинаковой в глазах детей)
- Проложите трассу на местности, подходящей для людей с короткими ногами (это все-таки дети)

Простой рецепт. Внизу приводится простой рецепт прокладки трассы, подходящей для новичков:

- Расставьте контрольные пункты по воображаемой трассе 1 на местности, которая хорошо подходит для новичков
- Расставьте контрольные пункты на воображаемой трассе 2 вокруг трассы 1. Добавьте несколько дополнительных контрольных пунктов, немного посложнее всех остальных.
- Нет необходимости моделировать трассу в OCAD, просто расставьте контрольные пункты на трассе в отдельном файле. У всех контрольных пунктов должны существовать реальные коды. На тренировках следует использовать электронную систему контроля

прохода контрольных пунктов.

- Распечатайте все контрольные пункты. Сейчас вы подготовили карту, указав на ней много контрольных пунктов, но не связав их соединительными линиями. Рядом с каждым контрольным пунктом стоит определенный код КП.

- Сначала с каждым юным участником соревнований проходят все актуальные контрольные пункты, составляют соединительные линии между ними и отмечают рядом с описанием КП, какой контрольный пункт идет первым, вторым, третьим и т.д. Когда совместный обход трассы завершен, то юный спортсмен/спортсменка проходит еще раз, но на этот раз на трассе встречается больше сложностей, например, один или два контрольных пункта трассы 2. Юные ориентировщики могут попробовать свои силы в поиске и "захвате" сложных контрольных пунктов.



