

Е.Ю. УТКИНА, автор и руководитель программы «Спортивное ориентирование», педагог отдела «Физкультурно-оздоровительный центр»

ВО ЧТО ИГРАЮТ ОРИЕНТИРОВЩИКИ?

Спортивное ориентирование – это бег или лыжная гонка с картой и компасом по незнакомой местности, с поиском контрольных пунктов. Бег в лесу на свежем воздухе в любую погоду зимой и летом – что может быть интереснее и полезнее для городского жителя, страдающего от недостатка движений? А для детей – это романтика леса и вечного поиска.

Секция спортивного ориентирования существует в МОУ ДОД «ДТДиЮ» более сорока лет. За эти годы ее воспитанники неоднократно становились чемпионами соревнований различного уровня, а выпускник программы Михаил Уткин в 2010 г. стал двукратным победителем первенства мира по лыжному ориентированию. Спортивное ориентирование – очень техничный вид спорта, требующий овладения множеством общих и специальных знаний. Изучить и закрепить на практике новые понятия по-

могают развивающие игры, которые позволяют увеличить познавательную активность обучающихся и дают возможность ребятам лучше узнать друг друга, почувствовать себя комфортно в коллективе.

Каждая игра представляет собой набор задач, которые ребенок решает с помощью игровых аксессуаров (кубики, карточки, спички, квадраты из картона, детали конструктора). Задачи расположены в игре в порядке возрастания сложности и даются ребенку в различной форме: в виде плоского рисунка, письменной или устной инструкции, модели, т.е. знакомят его с разными способами передачи информации. Постепенное возрастание трудности задач в играх позволяет ребенку идти вперед и совершенствоваться, развивать творческие способности.

Можно условно разделить игры на три группы. Первая группа игр позволяет при изучении той



или иной темы по спортивному ориентированию отойти от традиционных методов рассказа или беседы и перейти к игре. При этом используется другая методика общения с ребенком. В игре требуются особые качества ума, такие, как наблюдательность, умение сопоставлять и анализировать, комбинировать, находить связи, закономерности – все то, что и составляет творческие способности. Вторая группа игр в основном направлена на развитие у детей таких необходимых ориентировщику качеств, как память, сообразительность, логическое и абстрактное мышление, внимание и его переключение. Ориентировщик на дистанции подобен шахматисту – и тот и другой поставлены перед необходимостью выбрать из массы вариантов лучшее решение задачи, имея на это минимум времени.

Спортивное ориентирование – это непрерывное творчество в сложных, постоянно меняющихся условиях. В нем одинаково важны как физические, так и умственные способности. Третья группа – коммуникативные игры, которые позволяют ребенку найти себя, свое место в детском коллективе, почувствовать себя комфортно. Они помогают детям «выплеснуть» негативные эмоции, разрядиться, присоединиться к коллективному порыву, уйти от одиночества, отчужденности. Конечно, такое деление игр на группы условно, ведь каждая игра по ориентированию, например, тренирует и память, и внимание, в процессе игры ребята общаются, лучше узнают друг друга. Любая игра развивает у детей самостоятельность, решительность, самодисциплину, целеустремленность, настойчивость при достижении цели, умение владеть собой, эффективно мыслить.

Игры только тогда дают результаты, когда в них играют с удовольствием. Выбор игры, ее продолжительность, смена игр зависит от эмоционального состояния детей. Необходимо соблюдать и основное правило – взрослый не должен выполнять задание за ребенка, не должен подсказывать. Если в решении есть ошибки, нужно стараться, чтобы ребенок сам их нашел и исправил.

ВЫБОР ИГРЫ

Какие игры выбрать для занятия? Прежде всего, нужно учитывать возраст детей, давно ли они занимаются спортивным ориентированием, какие задачи решают на практических занятиях, к каким соревнованиям готовятся. Но это не значит, что с каждой игрой ребята встретятся лишь однажды. Так, «знаковые эстафеты» хороши и для новичков, изучающих условные знаки карты, и для ребят из групп второго, третьего года обучения. Во вто-

ром случае игра проводится на большой скорости, и побеждает не тот, кто лучше запомнил условные знаки (к этому времени ребята знают их практически одинаково хорошо!), а тот, кто внимательнее, у кого лучше развита зрительная память, быстрота мышления и т.д.

То же и для игры «Мы рисуем карту сами». Безусловно, карты новичков будут несовершенны, нарисованы в знаках, выдуманных самими ребятами, карты же старших ребят будут выполнены в основном знаками спортивных карт с учетом масштаба, ориентированы по сторонам горизонта. Но игра доставляет удовольствие и тем и другим! А вот в головоломках или играх со спичками нельзя заранее сказать, кто выйдет победителем. Решение в них может быть быстрее найдено как раз новичками, что дает им возможность поверить в свои силы и способности.

Итак, как писал Сталь Анатольевич Шмаков, «...при выборе игры, прежде всего, учитывается ее творческий потенциал. К выбору игр, естественно, привлекаются и сами дети, чтобы они почувствовали себя соавторами игр». Каждый год в нашей игротке появляются новые игры, они приходят к нам вместе с новыми детьми.

ИГРЫ ПО СПОРТИВНОМУ ОРИЕНТИРОВАНИЮ

Игры на знание условных знаков спортивной карты.

Игра «Знаковые эстафеты». Участники игры делятся на две или большее число команд и выстраиваются в колонны. На некотором расстоянии от команд раскладывают по две группы карточек для каждой команды. В одной группе – карточки с названиями условных знаков, во второй – с их символами (рис. 1). Первый участник эстафеты бежит и приносит второму игроку своей команды карточку из I группы – название условного знака. Второй участник бежит и находит во II группе карточек карточку с символом этого условного знака. Пара карточек откладывается в сторону. Третий игрок вновь берет карточку I группы и передает ее четвертому игроку и т.д. После того как все команды закончили эстафету, тренер проверяет правильность выполнения задания.



КАРТОЧКА I



КАРТОЧКА II

Рис. 1

Игры на знание сторон горизонта.

Игра «Гимнастика сторон горизонта». Ребята строятся в шеренгу с компасами в руках. Тренер (или кто-то из старших ребят) называет сторону горизонта. Например, «юго-восток». Кто быстрее повернется и встанет лицом к юго-востоку, тот и выиграл.

Игра «Найди клад». Игра проводится в лесу или в классе. Заранее готовятся карточки с заданиями. Например, «Твой старт у поваленного дерева. Пройди 10 шагов на север, 5 на восток, 2 шага на юго-запад и ищи клад». Кладами могут служить любые мелкие предметы, спрятанные заранее, с учетом заданий на карточках. Получив карточки и взяв в руки компасы, ребята отправляются на поиски кладов.

Диктанты по карте.

Участники игры получают одинаковые карты (в зависимости от возраста и подготовленности игроков – карты парка, лесопарка, карты с развитой дорожной сетью и т.д.), карандаши и иголки для отметки КП. Тренер или старший товарищ называет место старта, например, «поляна в юго-восточном углу карты», убеждается, что все участники игры верно нашли его на карте, и начинает диктант. «Ориентировщик (турист, путешественник, охотник) начинает движение на юг по лесной тропе. Слева от него – болото, справа – лес. Он проходит около 300 м и пересекает просеку, поднимается на бугор, сворачивает на тропинку, идущую с юго-востока на северо-запад, и по ней доходит до канавы. Здесь первый КП и т.д.». Ребята наносят КП на свои карты. Кто пройдет всю дистанцию без штрафа, тот и победитель.

«Диктант наоборот». На картах ребят нарисована нитка маршрута. Дети по очереди рассказывают, как они движутся по нитке, что видят впереди и по сторонам. Например: «Я иду по северному краю поляны, сворачиваю на северо-запад по грунтовой дороге. Слева от меня высокий холм, справа болото».

Игры на понимание «легенды» КП.

Для этих игр необходимы комплекты карточек со словесными легендами КП и карт с нанесенными на них контрольными пунктами. Задача играющих: как можно быстрее сопоставить словесное описание КП на карточке с условным знаком на карте (рис. 2).

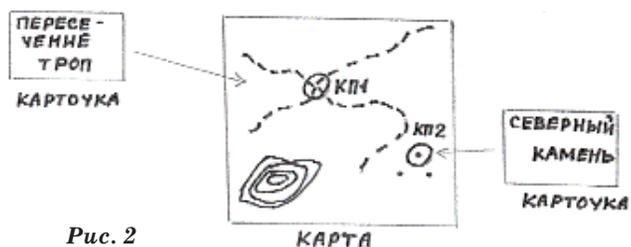


Рис. 2

Игры на запоминание маршрута между КП.

Ребята получают одинаковые карты с двумя контрольными пунктами, листки бумаги и карандаши. За определенное время (например, 1 минута) они выбирают путь между КП, стараясь при этом запомнить основные ориентиры между пунктами. Затем тренер собирает карты, а участники игры по памяти рисуют то, что запомнили. Эта игра развивает зрительную память карты и дает возможность ребятам научиться видеть главные и второстепенные ориентиры.

«Перевертыши»

Из карты вырезается 10 (или больше) участков размерами 2 × 2 или 1 × 1 см, на каждом из которых имеется контрольный пункт. Вырезанные кусочки наклеиваются на обратной стороне такой же карты, расчерченной на квадраты (или нет – в зависимости от возраста участников игры). Изучив местоположение КП 1, ребятам нужно перевернуть карту и на лицевой стороне отыскать аналогичную точку. Ту же операцию нужно повторить со всеми пунктами. Результат определяется по времени выполнения упражнения.

«Мы рисуем карту сами!»

Эту игру лучше всего проводить в походе, летнем лагере, на турбазе, во дворе дворца творчества, в любом парке, где много построек, линейных ориентиров, заборов и т.д. Ребята разбиваются на группы (можно разновозрастные, 3–4 человека в каждой). В течение 1–2 часов они изучают территорию (например, парка) и рисуют (как видят и понимают) свои карты. Затем прячут на местности «клад» (апельсин, шоколад и т.д.), обозначают его на своей карте и обмениваются картами. Каждая группа ребят ищет клад, используя карты товарищей.

