

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №175» г.Перми
Городское методическое объединение инструкторов по физической
культуре
**«Спортивное ориентирование как средство формирования учебных
навыков будущих школьников»**

Опыт работы инструктора по физической культуре:
Мазеиной Ирины Александровны

Спортивное ориентирование — очень интересный вид спорта, поддерживающий и развивающий не только физические, но и умственные способности человека. Суть его заключается в следующем: участники при помощи компаса и спортивной карты должны пройти заданное количество контрольных пунктов (КП), расположенных на местности. Результаты определяются по наименьшему времени прохождения дистанции.

Спортивное ориентирование как вид спорта зародился более 100 лет назад в Скандинавии, сейчас он развивается и известен на всех континентах. Более 40 лет соревнования всех рангов проводятся в России.

Наша работа по этому направлению началась с простых соревнований между сотрудниками холдинга, которые организовала творческая группа нашего корпуса. Нас это заинтересовало и вот уже на протяжении четырех лет, в сентябре, мы проводим соревнования по ориентированию используя разные его виды и темы.

Возникший интерес, так же подвигнул нас на использование элементов спортивного ориентирования в работе с детьми. Современные условия жизни и образования предъявляют высокие требования к подготовке дошкольников при переходе из детского сада в общеобразовательную школу. В связи с этим активизируется поиск таких подходов к оздоровлению, воспитанию и развитию детей средствами физической культуры, которые могли бы не только повышать физическую подготовленность, но и одновременно развивать умственные, познавательные способности и готовить их к жизни.

Одним из таких средств всестороннего развития и оздоровления дошкольников является спортивное ориентирование.

Внедрение элементов спортивного ориентирования, мы начали через *игровые технологии* (в основе - игра «*Геокешинг*» и «*Квест*»).

Квест- это способ построения сюжета, где достижение цели главным героем происходит через преодоление многочисленных трудностей. Геокешинг- предполагает ориентировку на участке детского сада по карте в процессе поиска и создания тайника, использование символов и правил игры).

В нашем ДООУ проводилась квест-игра для детей подготовительного возраста всего холдинга «В поисках пиратских сокровищ», где дети, проходя по заданному маршруту, находили контрольные пункты и выполнив задания получали кусочки карты. Собрав все кусочки, участники команд по карте находили условное место, где был спрятан ключ и обозначено место поиска сокровищ.

Таким же образом проводилась квест- игра «Мы туристы» и спортивное ориентирование «По зимним тропинкам парка»

Для детей детского сада в зависимости от возраста и подготовленности можно подобрать различные формы спортивного ориентирования. Дистанцию можно спланировать как для четырехлетнего ребенка (например, маркированный участок, который ему нужно пройти и отметить при встрече контрольные пункты), так и для семилетнего «спортсмена», который уже самостоятельно может найти на местности (территории детского сада) контрольные пункты.

Дистанции в спортивном ориентировании

Дистанция по выбору. Задача состоит в том, чтобы дети собрали КП, расположенные на местности в любом порядке.

Дистанция в заданном направлении. Детям нужно в заданном порядке собрать КП на местности.

Дистанция на маркированной трассе. Карта выдается с обозначением места старта, но без КП. На местности маркируется бумажками одного цвета дистанция, по которой проходят дети. Когда они встречаются на пути КП, отмечают на них и в карте делают прокол или рисуют карандашом на ней то место, где встретили КП.

Взаимодействие с семьями воспитанников позволило нам повысить интерес к спортивному ориентированию, педагогическую компетентность родителей, объединять усилия ДООУ и семьи в вопросах физического воспитания.

В ДООУ стало традицией проведение семейных соревнований с элементами спортивного ориентирования два раза в год – осенью и маршрутным листам, выполняя задания на каждом этапе.

На семейных соревнованиях по ориентированию, участникам предлагалась дистанция по выбору, когда команды должны были отмечаясь на КП, пройти маршрут ориентируясь по карте за минимально короткое время.

Хотелось бы подробнее рассказать вам об одном из элементов спортивного ориентирования – Лабиринт. (см. презентацию далее)

«Спортивный Лабиринт» - это разновидность спортивного ориентирования, в котором участники при помощи карты преодолевают определенное число контрольных пунктов (КП), размещенных на специально созданной для этого искусственной местности. Итоги преодоления лабиринта подводятся по времени прохождения дистанции.

Спортивный лабиринт отличается от классического тем, что спортсмены ориентируются на небольшой площадке. Маленькая площадка полностью видна зрителям, дистанция составляет несколько метров и её прохождение занимает от 10-20 сек до 2-3 минут.

В спортивном лабиринте могут выступать лица различного возраста, различной спортивной подготовки и экипировки. Соревнования можно проводить практически в любом месте на открытой местности или в помещении. Особенностью организации площадки по спортивному лабиринту - это ее быстрота. Для ориентирования в лабиринте не нужен компас, поскольку из любой точки лабиринта просматривается вся дистанция и старт, в том числе и по точке старта и ориентации ограждения можно быстро понять свое местонахождение и его соответствие с картой.

Несмотря на минимализм, дистанции в спортивном лабиринте могут быть достаточно сложными. В свою очередь дошкольникам предлагают самый простой маршрут.

Для детей не знающих букв и не умеющих читать, писать, мы использовали игрушки, кубики и геометрические фигуры которые изучаются в дошкольном образовательном учреждении в соответствии с программой в 4-5 лет.

Назначение данного лабиринта обучение детей пониманию символов, правильному передвижению по схемам, развитие пространственного и логического мышления. Каждый из детей получает карту-схему лабиринта на которой нанесены геометрические фигуры разного цвета и сами фигуры в коробочке. Задание- разложить фигуры в обозначенное место, следуя по карте-схеме.

Для детей старшего возраста, знающих буквы и умеющих читать, мы проводили лабиринты с использованием букв.

На карте лабиринта точки пронумерованы (номер означает место буквы в слове). Кроме карты детям давался маршрутный лист, куда записывались буквы в соответствии с номером КП. На финише дети должны были прочесть слово из букв, вписанных в ячейки маршрутного листа.

Таким образом, детям очень полезно заниматься спортивным ориентированием, потому что ребенок учится быть самостоятельным, ему самому приходится решать незнакомые для него задачи (например, найти контрольный пункт на площадке другой группы, где он еще не был, но

имея в руках карту и зная все условные обозначения, он сможет сопоставить их с местностью и определить местоположение своего пункта). Ориентирование оказывает оздоровительное влияние на организм ребенка, поскольку занятия проходят на свежем воздухе, ребенок постоянно двигается (бегает, перепрыгивает, перелезает).

Ориентирование развивает такие психические свойства, как мышление, внимание, память, воображение. Особо можно отметить развитие логического мышления, наглядно-образной и оперативной памяти. Несомненно, использование спортивного ориентирования, способствуют всестороннему развитию ребенка и подготовке детей к обучению в школе, в условиях ДООУ.

Литература:

1. Нурмиаа В. Спортивное ориентирование. – М.: ФСО РФ, 1997.
2. Тыкул В.И. Спортивное ориентирование: пособие для руководителей кружков и внешкольных учреждений. – М.: Просвещение, 1990.
3. Ганопольский В.И. Туризм и спортивное ориентирование: Учебник. – М.: Физкультура и спорт, 1987.
4. Иванов Е.И. Начальная подготовка ориентировщика. – М.: Физкультура и спорт, 1985.
5. Пензулаева Л.И. [Текст] Физкультурные занятия в детском саду. – М.: Мозаика-Синтез, 2009. – 108с.
6. Глазырина Л.Д. [Текст] Физическая культура дошкольника: Пособие для педагогов дошкол. учрежд. – М.: Изд-во Владос – Пресс, 2004. – 144с.
7. Смирнова Л.В. Ориентирование в детском саду.—Методическое пособие.- Киров, 2016