

Занятие спортивным ориентированием с обучающимися 10–13 лет

Воронкина Анжела Ивановна

Приамурский государственный университет имени Шолом-Алейхема

Студент

Аннотация

Данная статья посвящена вопросам внедрения спортивного ориентирования в систему физического воспитания школьников. На основе анализа научных источников раскрывается сущность понятия «спортивное ориентирование», определена роль спортивного ориентирования в воспитании школьников 10–13 лет, рассматриваются его основные виды. Особое внимание уделено изучению интереса школьников занятием спортивным ориентированием в рамках уроков физической культуры.

Ключевые слова: спортивное ориентирование, физическое воспитание, обучающиеся, физическое развитие, туризм.

Organization of sports orienteering activities with students aged 10–13

Voronkina Anzhela Ivanovna

Sholom-Aleichem Priamursky State University

Student

Abstract

This article is devoted to the issues of introducing sports orienteering into the system of physical education of schoolchildren. Based on the analysis of scientific sources, the essence of the concept of “sports orienteering” is revealed, and the role of sports orienteering in the education of schoolchildren aged 10–13 is defined, along with a description of its main types. Special attention is paid to the study of students’ interest in participating in sports orienteering within physical education classes.

Keywords: physical education, sports orienteering, schoolchildren, physical abilities, intellectual abilities, motor activity.

1 Введение

1.1 Актуальность исследования

Актуальность исследования связана с тем, что возраст школьников 10–13 лет является важным в физическом и психологическом развитии детей. В этот период обучающиеся активно развивают свои когнитивные способности, учатся самостоятельности и взаимодействию в коллективе. Многие отмечают, что спортивное ориентирование становится эффективным инструментом для решения этих задач.

1.2 Обзор исследований

С. В. Сорокина [5] отмечает, что спортивное ориентирование сочетает в себе физическую нагрузку, интеллектуальную работу и взаимодействие с природой. В этой связи для детей 10-13 лет спортивное ориентирование становится отличным способом познакомиться с природой, научиться работать с картой и компасом, а также развить уверенность в своих силах.

Н. Д. Васильев [1], С. А. Казанцев [2], Р. Р. Набиуллин [3], А. В. Рожнов [1], И. В. Филиппов [3] и др. подчеркивают важность спортивного ориентирования в физическом, интеллектуальном и психологическом развитии школьников. Занятие школьников 10-13 лет ориентированием способствуют развитию их выносливости, координации движений и общей физической подготовки. Бег по пересечённой местности, преодоление естественных препятствий и длительные прогулки укрепляют сердечно-сосудистую систему и опорно-двигательный аппарат.

По мнению В. В. Чешихиной [4], спортивное ориентирование представляет собой вид спорта, в котором участники с помощью карты и компаса должны найти контрольные пункты, расположенные на местности. Задача спортсмена пройти маршрут за минимальное время, правильно определив свой путь. Данный вид деятельности развивает не только физическую подготовку, но и умение быстро принимать решения, анализировать информацию и ориентироваться в пространстве.

С точки зрения Васильева Н. Д. и Рожнова А. В. [1], работа школьников 10-13 лет с картой и компасом требует от них внимательности, логического мышления и умения анализировать информацию. Эти навыки помогают обучающимся не только в спорте, но и в учебной деятельности.

С. А. Казанцев [2] отмечает роль спортивного ориентирования в эмоциональном и социальном развитии обучающихся 10-13 лет. Спортивное ориентирование учит детей справляться с трудностями, принимать решения в нестандартных ситуациях и контролировать свои эмоции. Групповые занятия способствуют развитию коммуникативных навыков, умению работать в команде и поддерживать товарищей.

В теории и методике физического воспитания выделяют несколько видов спортивного ориентирования: беговое ориентирование (участники преодолевают дистанцию бегом); лыжное ориентирование (маршрут проходит на лыжах, что требует дополнительных навыков), велоориентирование (для перемещения между контрольными пунктами используются велосипеды); трейл-ориентирование (участники передвигаются по заданному маршруту пешком). Также спортивное ориентирование может отличаться по времени проведения соревнования, по взаимодействию спортсменов, по длине дистанции, по виду зачета результатов и прочее.

А. М. Яблонских, С. В. Сорокина [5] отмечают, что для школьников наиболее доступным и популярным является беговое ориентирование, так как оно не требует специального оборудования и может проводиться в любом подходящем природном ландшафте.

1.3 Цель исследования

Цель исследования – определить педагогические возможности спортивного ориентирования в формировании физических и интеллектуальных качеств обучающихся 10–13 лет.

2 Материалы и методы исследования

С целью определения интереса школьников 10-13 лет к занятиям спортивным ориентированием проведено анкетирование. В нем приняло участие 25 учащихся МБОУ «Средняя общеобразовательная школа с. Дубовое». В ходе анкетирования детям необходимо ответить на ряд вопросов: что тебе кажется самым интересным в спортивном ориентировании? Сложно ли заниматься спортивным ориентированием? Какие качества развивает спортивное ориентирование?

3 Результаты исследования

На рисунке 1 представлены результаты опроса школьников на вопрос «Что тебе кажется самым интересным в спортивном ориентировании?».

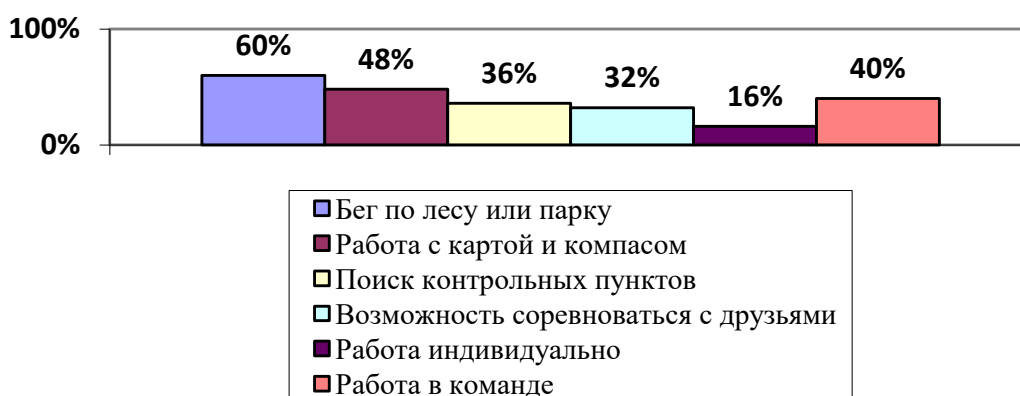


Рис. 1 – Ответы на вопрос «Что тебе кажется самым интересным в спортивном ориентировании?»

На вопрос «Сложно ли заниматься спортивным ориентированием» 100% школьников ответили отрицательно. Это говорит о том, что данный вид спорта является несложным, доступным и посильным для детей 10-13 лет. Такой результат может быть связан с тем, что школьники воспринимают спортивное ориентирование как увлекательную игру или квест, а не как сложную задачу.

На рисунке 2 представлены результаты ответов школьников на вопрос о том, какие качества развивает спортивное ориентирование.

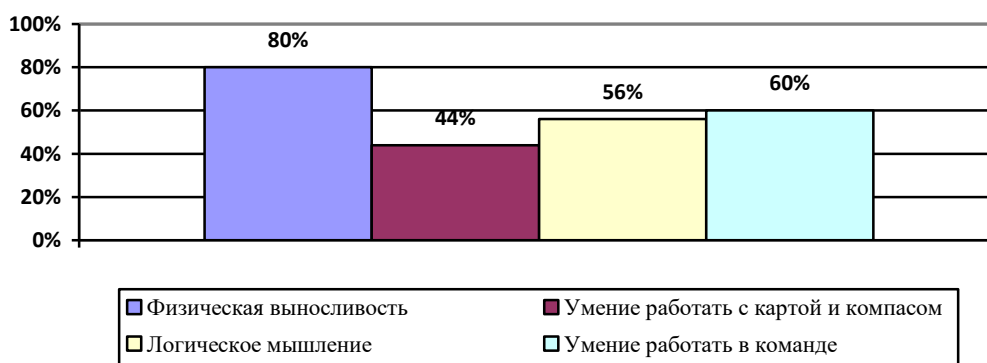


Рис. 2 – Ответы на вопрос «Какие качества развивает спортивное ориентирование?»

4 Обсуждение

Результаты анкетирования показали, что наибольший интерес у школьников 10-13 лет вызывает бег по лесу или парку (60%), что свидетельствует о их стремлении к активному отдыху на природе. Почти половина опрошенных (48%) отметили интерес к работе с картой и компасом, что подчёркивает их готовность развивать навыки ориентирования и логическое мышление. Поиск контрольных пунктов привлекает 36% учащихся, что указывает на их интерес к решению задач и достижению целей.

Соревновательный аспект также важен для школьников: возможность соревноваться с друзьями заинтересовала 32% респондентов, а работа в команде – 40%, что говорит о значимости социального взаимодействия и коллективной деятельности. При этом индивидуальная работа оказалась менее популярной (16%), что может быть связано с предпочтением групповых форм активности в этом возрасте.

Из рисунка 2 видно, что школьники 10-13 лет понимают многостороннюю пользу спортивного ориентирования. 80% обучающихся отметили, что этот вид деятельности развивает физическую выносливость, что подчёркивает его значимость для укрепления здоровья и улучшения физической подготовки. Более половины респондентов (56%) указали на развитие логического мышления, что свидетельствует о понимании интеллектуальной составляющей спортивного ориентирования, включающей анализ карты, планирование маршрута и принятие решений.

Также 60% школьников отметили, что ориентирование способствует развитию умения работать в команде, что говорит о важности социального взаимодействия и коллективной деятельности в этом возрасте. Меньшее количество участников (40%) выделили умение работать с картой и компасом, что может быть связано с тем, что этот навык воспринимается как более специализированный и требующий дополнительного обучения.

5 Выводы

Подводя итог, спортивное ориентирование является эффективным средством физического и интеллектуального развития школьников 10-13 лет.

Оно способствует укреплению здоровья, развитию когнитивных способностей и формированию важных социальных навыков, что подтверждается результатами анкетирования школьников. Следовательно, при грамотной организации занятий спортивное ориентирование может стать неотъемлемой частью уроков физической культуры, делая их более разнообразными и интересными для учащихся.

Библиографический список

1. Васильев Н. Д., Рожнов А. В. Характеристика соревновательной деятельности в спортивном ориентировании // Теория и практика физической культуры. 2016. №4. С. 47-50.
2. Казанцев С. А. Психология спортивного ориентирования: монография. – СПб.: СПбГУФК им. П. Ф. Лесгафта, 2017. 110 с.
3. Набиуллин Р. Р., Филиппов И. В. Внеучебная деятельность по спортивному туризму и ориентированию в условиях школы // Доминанты психолого-педагогического мастерства в сфере физической культуры и спорта: сборник материалов Всероссийской научно-практической конференции. Казань, 2023. С. 343-345.
4. Чешихина В. В. Современная система подготовки в спортивном ориентировании: монография. М.: Советский спорт, 2006. 232 с.
5. Яблонских А. М., Сорокина С. В. Спортивное ориентирование как средство всестороннего развития учащихся в общеобразовательных школах // Вопросы устойчивого развития общества. 2021. №7. С. 566-574.