

Orientačný beh v telesnej a športovej výchove na základných a stredných školách .

Správa o uskutočnení školenia – časť I.

V dňoch 15. – 17.5.2015 sa uskutočnilo pod gesciou RP MPC Bratislava školenie akreditovaného programu kontinuálneho vzdelávania pre učiteľov telesnej výchovy (http://www.mpc-edu.sk/library/files/orient_beh_v_tsv_na_zs_a_ss.pdf).

Miestom konania bola chata Zoška v Modre – Piesku a jej okolie.

Školenie prebehlo podľa programu, uvedeného v pozvánke (viď príloha).

Na vzdelávanie sa prihlásilo 28 učiteľov z Bratislavy a okolia. Zúčastnilo sa ho 23 učiteľov (11x W + 12x M).

Prednášajúci: Paulína Májová, Martin Václavík a Richard Balogh.

Administratívne záležitosti vybavovala : Mária Roučková.

Pre potreby školenia bola spracovaná mapa areálu Zoška a okolia v mierke 1:4000. (autor L. Barták, layout J. Wallner). Mapu okolia (1:10 000) v .ocd súbore poskytol klub Sokol Pezinok. Materiálne vybavenie na ukážky OB (SI, lampióny, stojany, softvér, mapy na teoretické cvičenia) poskytol klub KOBRA Bratislava. Súčasťou školenia boli preteky v šprinte pre účastníkov , merané SI. S roznesením kontrol pomohol Peter Mižúr.

Týmto chcem všetkým poďakovať za spoluprácu.

Účastníci mali k dispozícii učebný zdroj, vydaný MPC:

http://www.mpc-edu.sk/library/files/p_majova_m_rouckova_orientacny_beh_na_skolach.pdf

Bol rozdán leták SZOŠ „Orientačný beh je keď“

http://www.orienteeing.sk/public/files/metod_komisia/OB_je_ked.pdf,

ďalej Učebné texty pre trénerov (Nagy) a mapy rôznych mierok .

Učitelia sa oboznámili s orientačným behom od najjednoduchších foriem až po vyspelé technológie teoretickými prednáškami, ale aj praktickými ukážkami. Aktívne sa zapájali do prebiehajúcich činností.

Na záver školenia spracoval každý účastník projekt na realizáciu podujatia v orientačnom behu v podmienkach školy a krátku PPT prezentáciu o projekte. Po absolvovaní školenia a splnení úloh bol udelený účastníkom certifikát o absolvovaní školenia a získali kredity v rámci svojho kariérneho rastu.

Školenie prebehlo z môjho pohľadu úspešne, orientačný beh učiteľov zaujal. V priebehu školenia sme opakovane deklarovali ochotu klubov a SZOŠ vyjsť v ústrety školám pri ich aktivitách v orientačnom behu . Ako pilotný projekt na rozšírenie OB do škôl by mohol program vzdelávania zaujať aj ďalších učiteľov v iných regiónoch, ale najmä kluby, aby si našli partnerov na školách na spoluprácu. Zo spolupráce so školami si sľubujeme zvýšenie záujmu o OB (a členskej základne SZOŠ) a zo strany škôl možnosť zaradenia atraktívnej pohybovej aktivity do ich činnosti.

Prihlášky sa podávajú na regionálnych centrách MPC a v kópii na adresu Maria.Rouckova@mpc-edu.sk

Ak sa prihlási dostatočný počet učiteľov telesnej výchovy, potom bude možné vypísať termín a otvoriť ďalší kurz.

Paulína Májová, 18.5.2015

Správa o uskutočnení školenia – časť II.

K predchádzajúcej časti správy dopĺňam niektoré detaily k praktickým činnostiam:

SOBOTA

- činnosť v príprave pretekov (účastníci rozdelení na dve skupiny): vychádzka so starou mapou, vysvetlenie rozdielu medzi prípravou tratí od stola a obhliadkou miest KS + prípadnej korekcie mapy, zároveň obsahom vychádzky bolo vysvetľovanie mapových značiek a orientačnej techniky (zorientovanie mapy, otáčanie mapy pri zmene smeru, azimut, postup po línii, záchytná lúnia, odrazový bod ...)
- príprava na popoludňajšie preteky: rozdelenie na dve skupiny ako predtým, vychádzka s aktuálnou mapou, oboznámenie sa s miestami KS v rozdielnom poradí, než boli KS na tratiach popoludňajších pretekov usporiadané
- preteky s využitím SI, dve trate (M, W), súťaživá atmosféra, 1xW a 3x M si zabehli obe trate
- praktické cvičenia 5 a 3 (viď Učebný zdroj) – so zdôraznením využitia na hodinách TV, so zdôraznením svojpomocnej výroby potrebných pomôcok

NEDEĽA

- mapové okruhy, štart aj cieľ na jednom mieste, použitý SI. Účastníci si sami rozniesli KS v počte 10, MV ich skontroloval, iba 1 KS bolo na zlom mieste a bolo potrebné ho premiestniť. Súťaživá atmosféra, najmä medzi mužmi.
- praktické cvičenie „Cintorín kontrol“ (pozri Richard Balogh: Zlepšovanie orientačnej techniky mládeže <http://sandberg.orienteeing.sk/download/ZOTM.pdf>. Cvičenie modifikovala PM bez použitia SI, s jednoduchými pomôckami, vyrobenými svojpomocne.

Opakovane sme zdôrazňovali myšlienku „naučme deti orientovať sa a robme to s využitím prvkov orientačného behu“. Viacerí účastníci ocenili, že pochopili ako jednotlivé cvičenia a techniky môžu uplatniť na hodinách TV bez nutnosti špeciálneho vybavenia a zložitej prípravy.

Záverečné práce účastníkov obsahovali propozície, pokyny s opismi KS a mapu s traťou školského podujatia v OB. Niektorí opisovali fiktívne podujatie, približne 1/3 opísala reálne podujatie podľa vlastných skúseností.

Odpovedali sme na otázky, ako získať mapy na OB. Prezentovali sme podporu SZOŠ pri tvorbe školských máp (prostredníctvom Mapovej komisie) a tiež možnosť spolupráce s klubmi OB.

Uskutočnené školenie bolo určené iba pre učiteľov TV z bratislavského kraja. Termín ďalšieho školenia, určeného pre všetky ostatné kraje bude môcť byť vypísaný vtedy, keď sa z týchto krajov prihlási dohromady (nie za každý kraj osobitne) aspoň 15 záujemcov. Musí sa jednať o učiteľov s aprobáciou TV, pôsobiacich na 2. stupni ZŠ alebo na SŠ. Spôsob prihlasovania sa je uvedený v časti I. tejto správy.

Upozorňujem kluby na úlohu č. 10, prijatú Konferenciou SZOŠ v novembri 2014. Pozri uznesenie:

[http://www.orienteeing.sk/public/files/Dokumenty%20ku%20konferenciam/Konferencia%202014/Uznesenie 2014%20 1 .pdf](http://www.orienteeing.sk/public/files/Dokumenty%20ku%20konferenciam/Konferencia%202014/Uznesenie%202014%201.pdf)

Martin Václavík, 20.5.2015

