



ORIENTAČNÍ BĚH DO ŠKOL

Nabídka pro školy

Český svaz orientačních sportů (ČSOS) ve spolupráci s Asociací školních sportovních klubů se projektem **ORIENTAČNÍ BĚH DO ŠKOL** aktivně připojuje ke snaze nabídnout pohybové aktivity, které jsou přiměřené dané věkové kategorii, nabídnout dětem pozitivní program využití volného času, oslovit co nejširší počet školních dětí a případně i jejich rodiče.

Orientační běh (zkratka OB) je moderní sportovní odvětví vytrvalostního charakteru, při němž je nutno se správně a rychle orientovat v neznámém terénu. Při závodě se hledají kontrolní stanoviště (kontroly) ve stanoveném pořadí a v nejkratším možném čase. Cestu mezi kontrolami si každý volí podle vlastní úvahy za pomoci mapy, buzoly a stručného popisu kontrol. Každý si volí také tempo a není důležité, zda závod pojme jako procházku či boj s časem. Asi největší krása orientačního běhu tkví v jeho provázanosti s přírodou. Sportoviště může být každý les i městský park, sídliště i areál školy.

Co je orientační běh do škol?

Cílem tohoto projektu je názorně ukázat co je orientační běh a přivést tak ke sportování nové zájemce. Škola si prostřednictvím projektu nechá vytvořit výukovou mapu pro orientační běh v libovolném prostoru (areál školy, park v okolí, sídliště u školy, přilehlý les atp.) který si sama zvolí a na této mapě jí bude uspořádán krátký a jednoduchý ukázkový závod pro jejich žáky (čas na jednoho žáka cca 15-20 minut), nebo dle domluvy i pro veřejnost. Součástí projektu je přednáška pro žáky o tomto sportu, rozdání výukových materiálů a škola dostane navíc čisté mapy pro další sportovní či vzdělávací využití. Náklady na závod i na zhotovení mapy jsou financovány prostřednictvím ČSOS a ČUS.

Jaký je přínos pro školu?

Škola získá materiály k výuce tělesné výchovy a bude jí uspořádána sportovní akce pro její žáky, která přispěje nejen k jejich sportovnímu rozvoji, ale i rozvoji kreativního myšlení, jelikož orientační běh spojuje kromě pohybu také nutnou dávku představivosti a cit pro práci s mapou, orientaci v terénu a dobrodružství, jelikož se nejedná o klasický sport, kde kroužíte po dráze nebo běháte po hřišti, ale o

sport kde jste odkázáni jen sami na sebe 😊 Navíc se jedno o sport, který je vhodný i pro méně sportovně nadané jedince.

Kdy je možné tento projekt realizovat?

Prakticky kdykoliv po domluvě s projektantem. Závod je vhodný realizovat nejlépe v rámci sportovních dnů školy (či jiný významný den kdy neprobíhá standartní výuka), nebo spojit závod s akcí v obci a nabídnout tak závod i široké veřejnosti. Je nutné počítat s tím, že mapa se tvoří průměrně 1 – 2 měsíce a proto je nutné zadat projekt s dostatečným předstihem. Vhodné je také akci spojit například i s klasickým závodem OB, který by probíhal v okolí školy.

Jaké jsou ohlasy na projekt OB do škol?

První oficiální pilotní projekty byly zahájeny vloni ve spolupráci se ZŠ Kouřim a ZŠ Lyčkovo náměstí. V Kouřimi kromě žáků ZŠ dorazila i široká veřejnost a sešlo přes 200 závodníků, kteří předtím orientační běh třeba vůbec neznali. V Praze se závod pro ZŠ Lyčkovo náměstí zúčastnilo na 400 žáků školy. Obě akce se velmi povedly, děti, učitelé i veřejnost byli velmi mile překvapeni tímto sportem, jeho spojitostí s přírodou či místem bydliště a někteří se o náš sport začali zajímat. Pro děti je to vlastně dobrodružství (v případě projektu v dobře známém místě) kdy podle mapy hledají schované kontroly v co možná nejkratším čase. (odkaz na závod viz příloha)

Jak na to?

- 1) Na webové stránce ČSOS v adresáři jsou kontakty na 212 oddílů OB. S oddíly je možné domluvit se na spolupráci a realizaci projektu nebo
- 2) kontaktovat přímo garanta pro daný kraj nebo sekretariát ČSOS či Komisi rozvoje OB, telefonicky nebo mailem a požádat tímto o zařazení do projektu. Po domluvě se určí projektant, který bude se školou plně spolupracovat a připraví mapu i samotný závod.

Nabídka pro učitele

Český svaz orientačních sportů organizuje školení INSTRUKTOR ŠKOLNÍHO OB. Kurz je určen všem zájemcům, kteří se chtějí seznámit se základy orientačního běhu, práce s mapou, osvojit si vědomosti z teorie a metodiky OB, včetně základů správných praktických metodických postupů při vedení výuky (zařazení do výuky ZŠ a SŠ, zařazení v rámci ŠVP - průřezové téma Člověk a životní prostředí, oblast Vzdělávání pro zdraví). Pro pedagogy a vedoucí sportovních oddílů jsou připraveny informace o možnostech navázání spolupráce s oddíly orientačního běhu a o projektech ČSOS. Absolventi kurzu obdrží účastnický list, pro pedagogické pracovníky se jedná o kurz DVPP (další vzdělávání pedagogických pracovníků).

Těšíme se Vaši spolupráci!

Přemysl Prášek, garant projektu pro Prahu s Středočeský kraj

Příloha:

Televizní reportáž od „školní TV a fotografie z Orientačního běhu do škol 2015, pořádaný pro ZŠ Lyčkovo náměstí:

https://www.youtube.com/watch?v=-9xdDBHRTDQ&list=PLF6nKUIhN28diKdlrqmZRdyl6A_mIM5oW

<http://premes9302.rajce.idnes.cz/0. rocnik Lyckobloudeni 2015/>

Fotografie ze závodu pro ZŠ Kouřim 2015

<http://premes9302.rajce.idnes.cz/Lechuv scorelauf - Kourim 2015/>

Fotografie ze závodu pro ZŠ Václava Havla - Poděbrady 2016

https://www.facebook.com/behejpodebrady/photos/?tab=album&album_id=461756777355656

Kontakt:

Přemysl Prášek (orientační klub Kamenice)
Garant projektu pro Prahu a Středočeský kraj
Mobil: 605 305 943 email: pk.prasek#seznam.cz
<http://okkamenice.cz/kontakt/>

Český svaz orientačních sportů

Zátopkova 100/2, 160 17 Praha 6
Sekretář: Ing. Jiří Šubrt Mobil: 737 011 553, Fax: 242 429 212,
E-mail: csos#cstv.cz, <http://www.orientacnisporty.cz>



Komise rozvoje OB

Předsedkyně: Ing. Kristýna Skyvová
Mobil: 731 321 360, E-mail: skyvová#volny.cz,
<http://krob.eso9.cz>

