

ORIENTAČNÍ BĚH DO ŠKOL

Český svaz orientačních sportů 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 tkívá v jeho provázanosti s přírodou. Sportoviště může být každý les i městský park, sídliště i areál školy.



Při přípravě orientačního závodu není třeba budovat nákladné sportovní areály. Označení kontrolních stanovišť může odpovídat Pravidlům OB nebo podle potřeb daného závodu. Protože největším pořadatelským oříškem je mapa daného prostoru, přichází Český svaz orientačních sportů na pomoc školám s nabídkou bezplatného zmapování a vytištění mapy pro OB v blízkém okolí školy v počtu 1000 kusů – projekt Výukovým map funguje od roku 2009 a bylo připraveno již více než 270 map pro orientační běh.

Jak na to?

- 1) Na webové stránce ČSOS v adresáři jsou kontakty na 212 oddílů OB. S oddíly je možné domluvit se na spolupráci v rámci projektu Výukové mapy anebo
- 2) kontaktovat přímo sekretariát ČSOS nebo Komisi rozvoje OB, telefonicky nebo mailem a požádat tímto o zařazení do projektu Výukových map.

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).

Nabídka pro žáky

Od roku 1999 je organizována celostátní soutěž **PŘEBOR ŠKOL V OB**. Přestože závodí jednotlivci, je soutěž týmová. V každé kategorii jednotlivců může startovat 5 závodníků, hodnoceni jsou 2 nejlepší. Pro soutěž družstev se body sčítají, vítězové jednotlivců se vyhláší samostatně v jednotlivých kategoriích. Soutěží se podle Pravidel OB vydaných Českým svazem orientačních sportů.

Body do soutěže družstev se sčítají:

v kategorii DI, HI (D3, H3) pro žáky 1. - 3. třídy

v kategorii DII, HII (D5, H5) pro žáky 4. - 5. třídy

v kategorii DIII, HIII + DIV, HIV (D7, H7 + D9, H9) pro žáky 6. – 7. tříd a 8. – 9. tříd ZŠ (a odpovídající ročníky víceletých gymnázií)

v kategorii DV, HV (DS, HS) pro žáky středních škol

V průběhu května probíhají krajské závody. Nejlepší závodníci v kategorii 2. stupně základních škol a v kategorii středních škol startují v červnu v celostátním finále.

Dokáže vaše škola postavit tým pro soutěž Přebor škol v OB?



Kontakty:

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>