

УДК 372.48

СПОРТИВНОЕ ОРИЕНТИРОВАНИЕ КАК СПОСОБ РАЗВИТИЯ ПОЗНАВАТЕЛЬНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ДЕТЕЙ

Петрова Любовь Евгеньевна,

учитель начальных классов

*МАОУ «Национальная политехническая
средняя общеобразовательная школа № 2»*

городской округ «город Якутск»,

Васильева Оксана Владимировна,

педагог дополнительного образования

*ГАНОУ РС(Я) «Республиканский ресурсный центр
«Юные Якутяне»*

Республика Саха (Якутия)

Аннотация. В статье рассматривается роль спортивного ориентирования в развитии и познавательных способностей детей. Авторами рассматривается реализация трека «Орленок-спортсмен» в начальной школе. Приводятся авторские подходы в построении образовательной модели для улучшения интеллектуальных и спортивных показателей учащихся.

Ключевые слова: спортивное ориентирование, познавательные способности, начальная школа, физическая подготовленность, укрепление здоровья.

ORIENTEERING AS A WAY TO DEVELOP COGNITIVE ABILITIES OF CHILDREN

Petrova Lyubov Evgenievna,

Primary school teacher

National Polytechnic Secondary School № 2

Municipal autonomous general education institution,

The city of Yakutsk municipal district,

Vasilyeva Oksana Vladimirovna,

Extracurricular education teacher

Young Yakut People Republican resource center

*State autonomous non-typical educational institution of
the Republic of Sakha (Yakutia)*

Abstract. The article examines the role of orienteering in the development and cognitive abilities of children. The authors consider the implementation of the “Eaglet-athlete” track in elementary school. The article presents approaches in building an educational model for improving intellectual and athletic performance of students.

Keywords: orienteering, cognitive abilities, elementary school, physical fitness, health promotion.

Введение

Известно, что занятие спортом – одно из наиболее эффективных средств укрепления здоровья и повышения уровня физической подготовленности, так как оно оказывает благоприятное воздействие на систему органов человека. В настоящее время у детей в большинстве случаев наблюдается гиподинамия, нарушение функций организма из-за недостаточности движения. В городских условиях проживания при нали-

ции транспорта многие лишают себя возможности ходить. Из этого следует, что недостаточная подвижность школьника и длительное пребывание за гаджетами могут вызвать нарушение здоровья, функций, что приводит к снижению не только физической, но и умственной работоспособности.

Методы и опыт исследования

Актуальность данного исследования заключается в том, что занятие спортом во внеурочное время является одним из способов решения развития двигательной активности и развития познавательных способностей детей. Считаем, что двигательная и познавательная способности связаны между собой, так как осознанное выполнение физических упражнений учащимися и познавательная активность заключается во внимательном восприятии учебного материала и осмысленном отношении к нему.

В настоящее время результатом обучения в начальной школе является формирование у учащихся «умения учиться». Универсальные учебные действия (УУД) применимы и к занятиям спортом, так как обучающиеся самостоятельно осуществляют свои действия, ставят учебные цели, работают над поиском средств и способов их достижения, учатся контролировать и оценивать свою деятельность и ее результат. Регулятивные универсальные учебные действия обеспечивают обучающимся организацию своей учебной деятельности. Ведь в спорте тоже есть планирование, прогнозирование, контроль, результат или оценка, саморегуляция, то есть преодоление препятствий. Коммуникативные универсальные учебные действия рассматриваются в том, что дети учатся учитывать позиции своих партнеров по деятельности, строить продуктивное взаимодействие и сотрудничество со сверстниками, навыки можно увидеть в работе с малыми группами. Познавательные универсальные учебные действия дают навык ориентироваться в своей системе знаний, делать предварительный отбор информации, добывать новые знания из различных источников, это особенно видно в работе с условными знаками, символами и понятиями.

Занятие во внеурочное время спортивным ориентированием обеспечивает формирование личностных универсальных действий, способность к саморазвитию за счет активной познавательной деятельности.

Что входит в познавательные способности? Познавательные (когнитивные) способности включают в себя: сенсорные, интеллектуальные и творческие. Сенсорные способности – это функциональные возможности организма, обеспечивающие ощущение и восприятие человеком окружающего мира и самого себя. Это зрительная, слуховая, осязательная, вкусовая и обонятельная система органов. К интеллектуальным способностям относятся память, пространственное мышление, рассуждение, то есть способность мыслить, учиться, планировать. Творческие способности – это способность человека принимать нестандартные решения, придумывать уникальные идеи и воплощать их в жизнь. Все эти три способности необходимы и в занятии спортивным ориентированием. Ведь принятие решений необходимо для успешного прохождения дистанций. Обойтись без принятия решения нельзя, ведь в спортивном ориентировании приходится самостоятельно выбирать нужный маршрут. Все время надо решать задачи, привыкать к необходимости постоянного выбора и вырабатывать способность принимать правильные решения за более короткий промежуток времени. Это полезный навык, который поможет детям быстро оценивать ситуацию и находить из нее выход.

Спортивное ориентирование – это вид спорта, в котором участники при помощи спортивной карты и компаса должны пройти трассу (дистанцию) через контрольные пункты. Конечно, спортивное ориентирование – это постоянное соперничество, преодоление препятствий и самого себя. Это способствует выработке силы духа, целеустремленности, упорства, ответственности перед собой, что приводит не только к спортивным, но и к учебным успехам.

Мы выделили три «кита» познавательных способностей, которые необходимы в занятии спортом – это память, мышление, внимание. В младшем школьном возрасте основной вид мышления – наглядно-образный. Ведь мышление ребенка в начальной школе проходит развитие от наглядно-образного к словесно-логическому, которое способствует умению рассуждать.

Каждый классный руководитель общеобразовательной школы работает над реализацией программы развития социальной активности обучающихся «Орлята России». Это уникальный проект Российского движения школьников. Её цель – сформировать у детей социально-ценностные знания, отношения и опыт позитивного преобразования мира. Реализация программы происходит через семь треков, включающих серию коллективных творческих дел.

Для реализации трека «Орленок-спортсмен» совместно с командой «Лесные штурманы» мы интегрировали занятия по спортивному ориентированию в 3 классе во внеурочное время периодичностью 2 раза в неделю. Были поставлены цели: улучшить интеллектуальные и спортивные показатели через занятия спортивным ориентированием и популяризовать спортивное ориентирование среди сверстников.

Проведены такие формы занятий (фото 1-3):

- изучение пришкольного участка, плана местности, познакомились с условными обозначениями как деревья, фонарные столбы, спортивная и детская площадка, ограждения, тренажеры, сквер.

- работа по схеме, то есть изучение топографических знаков

- работа в малых группах по нахождению на время контрольных пунктов, где учились проходить дистанции заданного направления

- занятия в помещении для подготовки к тренировочным стартам

- прохождение тренировочных лабиринтов

- нахождение контрольных пунктов среди искусственных преград

- детальное ознакомление с условными топографическими знаками спортивных карт.

- работа с макетом местности. Дети изготавливали 2D рисунок и 3D макет.

- работа над топографическими понятиями, где были проведены итоговые тесты.

- картографический коллаж

Особенность видов деятельности по спортивному ориентированию заключается в том, что все действия совершаются на бегу, а значит развивается память, внимание, мышление, также физические качества как скорость и выносливость. Занятия спортивным ориентированием имеют и пропедевтическую значимость. Суть заключается в том, что, занимаясь спортом, дети одновременно познают новое и полезное для учебы. Происходит развитие умения работать со знаками, условными обозначениями.



Фото 1. Прохождение тренировочных лабиринтов



Фото 2. Работа над 2D рисунком и 3D макетом Фото 3. Изучение условных обозначений

Пропедевтическую роль имеет подготовка к всероссийской проверочной работе по окружающему миру, где есть темы, связанные с планом местности, природными зонами и картами России. Также заметили развитие вычислительных навыков, особенно при устном счете, когда ребенок должен дать быстрый точный ответ, что связано с решением учебных и практических задач. У детей развивается быстрота действий, реакций и концентрация внимания. Пропедевтический подход позволяет формированию новых навыков, направленное на подготовку к изучению какого-нибудь нового понятия.

Наряду с этим и происходит развитие психологических навыков:

- повышение самосознания «Я могу и умею»;
- развитие эмоционального интеллекта, умения регулировать эмоции;
- вырабатывается сила воли и самоконтроль.

Данные по выявлению уровня интереса детей к спортивному ориентированию в 3 «Д» классе представлены в диаграмме 1:

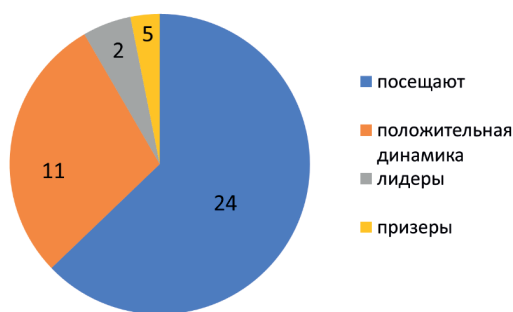


Диаграмма 1. Результаты занятости обучающихся за 2024-2025 учебный год

Мониторинг показал, что из 32 обучающихся серьезно и стабильно занимаются 24, положительную динамику имеют 11 обучающихся, в лидерах пока двое, призеров 5 человек. Дети выполнили два теста, первый тест – в первые месяцы занятий, второй тест – после весенних каникул.

Итоги топографического теста представили в диаграмме 2:

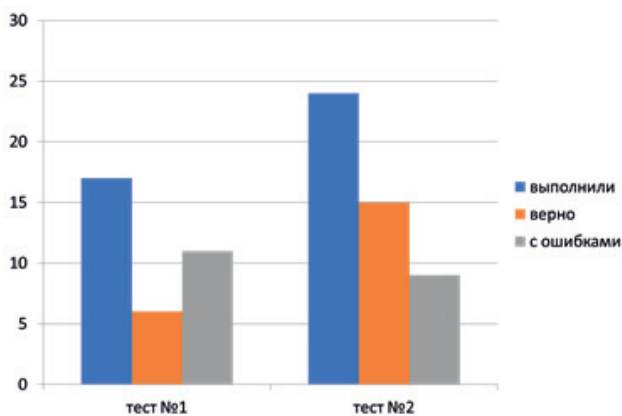


Диаграмма 2. Результаты топографических тестов

Тест был на знание условных знаков, плана местности, терминологию спортивного ориентирования, на знание форм рельефа и поверхности земли. Полученные данные приводят к выводу, что систематическое занятие дало результат, уровень познавательных умений у детей повысился. У большинства детей познавательные умения находятся на достаточном уровне.

Заключение

Проведенное исследование и практическая реализация курса спортивного ориентирования в рамках трека «Орленок-спортсмен» подтверждают выдвинутое предположение о тесной взаимосвязи двигательной и познавательной активности младших школьников. Спортивное ориентирование, сочетающее в себе высокую физическую нагрузку с необходимостью решения сложных мыслительных задач (чтение карты, планирование маршрута, принятие решений на скорость), выступает эффективным средством гармоничного развития ребенка.

Результаты, представленные в диаграммах, демонстрируют положительную динамику не только в росте спортивных достижений (увеличение числа призеров и стабильно занимающихся детей), но и в значительном повышении уровня познавательных способностей. Улучшение показателей топографических тестов свидетельствует о развитии у учащихся пространственного мышления, памяти, внимания и навыков работы со знаковыми системами, что напрямую влияет на формирование познавательных универсальных учебных действий.

Кроме того, занятия ориентированием выполняют важную пропедевтическую функцию, подготавливая детей к успешному освоению школьной программы (окружающий мир, математика) и способствуя развитию психологической устойчивости, самоконтроля и ответственности. Несмотря на выявленные трудности в работе с детьми, имеющими гиперактивность, в целом представленная образовательная модель доказала свою состоятельность. Таким образом, интеграция спортивного ориентирования во внеурочную деятельность начальной школы является перспективным направлением для укрепления физического здоровья и всестороннего развития интеллектуального потенциала учащихся.

Литература

1. Литвинов Е. Н. Как стать сильным и выносливым: книга для учащихся / Е.Н. Литвинов, Л.Е. Любомирский, Г.Б. Мейксон. – Москва: Просвещение, 1984. – 63 с.
2. Педагогический энциклопедический словарь / гл. ред. Б. М. Бим-Бад. – 3-е изд., стер. – Москва: Большая российская энциклопедия, 2009.
3. Щукина Г. И. Проблема познавательного интереса в педагогике / Г. И. Щукина. – Москва: Книга, 2001. – 435 с.

References

1. Litvinov E. N. Kak stat' sil'nym i vynoslivym: kniga dlya uchashchihsya / E.N. Litvinov, L.E. Lyubomirskij, G.B. Mejkson. – Moskva: Prosveshchenie, 1984. – 63 s.
2. Pedagogicheskij ehnciklopedicheskij slovar' / gl. red. B. M. Bim-Bad. – 3-e izd., ster. – Moskva: Bol'shaya rossijskaya ehnciklopediya, 2009.
3. Shchukina G. I. Problema poznavatel'nogo interesa v pedagogike / G. I. Shchukina. – Moskva: Kniga, 2001. – 435 s.