IZGALMAS, ÉLVEZETES és TANULSÁGOS!

TÁJFUTÁS AZ ISKOLÁBAN 6-12 ÉVESEKNEK

SILVA

IZGALMAS, ÉLVEZETES ÉS TANULSÁGOS!

Terv, szöveg és szerkesztés: Göran Andersson
Borítókép: Ulf Palm
Fényképek: Ulf Palm, Göran Andersson, Nderim Rexhepi, Mårten Lång, Martin Bergling
Térképek: Dalaportens OL, Stora Tuna OK, Kvarnsvedens GoIF, Säterbygdens OK, Lantmäteriet Metria, Google Earth, Eniro Sweden and the Turkish Orienteering Federation.
Magyar változat: Bárány Tamás, Goldmann Dóra, Goldmann Júlia, Grant Júlia, Kinde Vanda, Kovács Balázs
Nyomdai kivitelezés: Silva Sweden AB
Copyright©: Göran Andersson

TARTALOMJEGYZÉK

Guinness világcsúcs	4
A tájfutás egyszerű!	5
Izgalmas, élvezetes és tanulságos!	6
A ”Suli-Sprint” projekt	7
Mi is az a térkép?	8
Közeledünk a földhöz!	9
A térkép színei	10
A térkép jelei	11
Hogyan tanuljunk tájékozódni?	12
A fejlődés lépései	13
Pirosat a piroshoz!	14
Tájold be a térképet!	15
”A térkép tájolása” gyakorlatok	16-21
Útvonalkövetés teremben	*16-17*
Útvonalkövetés szabadban	*18*
Csillagpálya, egy pont	*19*
Fotó-tájfutás	*20*
Csillagpálya, három pont	*21*
Póker-tájfutás	22
A Róka	22
Egyszemélyes váltó	23
Értékelés hatodikos (12 éves) korban	24
Kivitelezés	25
Hogyan juthat segítséghez az iskola?	26
A svéd Silva cégről	27
Függelék	29-50

GUINNESS VILÁGCSÚCS 2016

Guinness világcsúcs 2016

AZ ISKOLÁK ÉS A TÁJFUTÓ KLUBOK együttműködése a 2016-os tájfutó VB-vel leginkább a Suli-Sprint projektben valósul meg, amely ezáltal a svédországi tájfutás fejlődésének idei legfontosabb állomása lehet. Minden egyesület bekapcsolódhat, amivel rengeteg hasznot hoz mind az iskolai oktatásnak, mind pedig a tájfutás fejlődésének abban, hogy toborozzon és megtartson fiatalokat.

VAN EGY ÁLMUNK, hogy felállítsunk egy új Guinnes Világcsúcsot. A most érvényes csúcs a 2003-as tájfutó VB-ről származik, mikor 207 979 fiatal egyszerre futott tájfutó pályát 1381 helyszínen.

2000 HELYSZÍNEN, 2016. május 11-én szerdán nagyon sok fiatalt szeretnénk látni, amint az iskolában tájfutnak. Meg akarjuk dönteni a régi csúcsot! 250 000 résztvevő elérése a cél.

A KONCEPCIÓ készen van, elszántságunk és lelkesedésünk teljes.

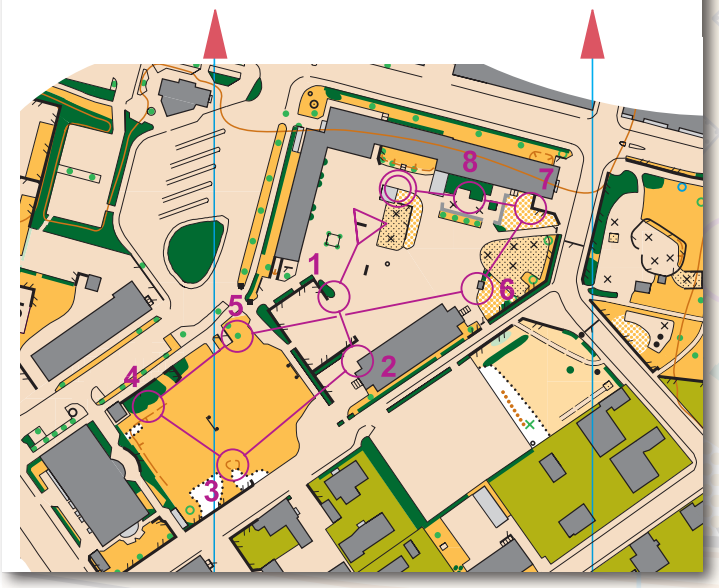
Izgalmas, élvezetes és tanulságos! Szeretnél csatlakozni hozzánk?

Ha több információt szeretnél a "Suli-Sprint" projektről vagy a Guinness Világcsúcsról, érdeklődj Göran Anderssonnál, lásd a 26. oldalon.

GUINNESS WORLD RECORD

May 11th 2016
at 2000 locations

Markusskolan, Avesta



SKOL SPRINTEN

WOC Sweden 2016
Nokian Tyres World Orienteering Championships
Strömstad - Tanum
August 20-27

A TÁJFUTÁS EGYSZERŰ!

A TÁJFUTÁS AZ ISKOLÁKBAN megfelelő felkészültséggel könnyen megszervezhető. Tapasztalataink alapján a tájfutás tanítási módszerei elég sokrétűek, és különböző célokat szolgálnak. Az oktatóeszközök megléte vagy hiánya és a felkészülési idő szűkössége lehetnek a fő akadályai az iskolai tájfutó oktatás sikerének.

A SZÜKSÉGES FELSZERELÉSHEZ, a térképekhez, tájolókhoz, bójákhoz, dugókákhoz és SI dobozokhoz való hozzáférés nagyon eltérő iskolánként. A tantervhez kiadott rendelkezéseiben a Svéd Nemzeti Oktatási Hivatal az önkormányzatok és az iskolák feladatául szabta, hogy megfelelő módszereket dolgozzanak ki az oktatáshoz, és osztályzatokkal értékeljék a diákok tudásszintjét.

A DIÁKOK 7-12 ÉVES KOR KÖZÖTT eljutnak egy adott tájékozódási szintre "ismert környezetben". A 13-15 éves diákok ugyanezt a tájékozódási szintet már "ismeretlen környezetben" is képesek elérni. Az "ismert környezet" az iskolaudvart és a iskola közvetlen környékét jelenti. Az "ismeretlen környezet" közeli erdőkre vagy egyéb kültéri területekre vonatkozik.

A "SULI-SPRINT" PROJEKT tapasztalatai alapján és általános iskolai testnevelő tanárokkal való szoros együttműködés révén már kidolgoztuk, hogyan tegyük a tájfutás tanítását könnyebbé. A jelen útmutatóval szeretnénk jobb feltételeket teremteni a tájékozódás tanításához és megértéséhez az iskolákban.

EGY VALÓSÁGHŰ TÉRKÉP, pedagógiailag jól kialakított gyakorlatok és a megfelelő tájfutó felszerelés együttesen segítik a tanárokat, hogy izgalmas és vidám tájfutó edzéseket tarthassanak. Remélem, ez a kiadvány mint "Tanári sorvezető" mindenkit ösztönözni fog!

Stockholm, 2015. január 20.
Göran Andersson

IZGALMAS, ÉLVEZETES ÉS TANULSÁGOS

AZ ÉGSZINKÉK, csuklóra húzható tájoló a bal kézen. A neon színű érintésnélküli dugóka a jobbon. Egy színes, új térkép, frissen a nyomtatóból mindkét kézben tartva. A térkép betájolva. Pirosat a piroshoz. “Hol vagyunk? Hol a pont?” Ez az igazi tájfutás. Izgalmas!

TELJES SEBESSÉGGEL az első pontra. A dugóka villanása igazolja a pont érintését. Beállítani a térképet “pirosat a piroshoz” – a tájoló piros nyila a térkép északi szélét jelölő piros sávra mutat. Szikla a mezőn! A tanár keletre mutat. Hol van ez a térképen? A gyerek gondolkodik. Forgatja a térképet. Rápillant a barátja hüvelykujjára. “Itt, itt van” és élénken egy fekete pöttyre mutat. “Jó! Valaki más is tudja?” Ez az igazi tájfutás. Élvezetes!

MÁSODIK PONT. “Most merre”?? “Arra!” “Oké, akkor ott találkozunk.” Teljes sebességgel megint. Valaki előre szalad, te megtalálsz egy pontot. Néhányan még tétovázna. Nézik a térképet, “pirosat a piroshoz”. Irányt váltanak, és megtalálják a jó pontot. Egy plusz bója is van egy másik fánál, és vita kerekedik. Ez az igazi tájfutás. Tanulságos!

“MIKOR FUTHATOK MÁR EGYEDÜL? A bevezető pályát már meg tudtam csinálni, jöhet az 1. és 2. feladat.” 40 percnyi élénk futkározás és akár 60 megtalált pont. Az izzadt, mosolygó gyerekek látványa örömmel tölt el. Elégedettnek és szerencsésnek érzem magam, hogy megtapasztalhattam, hogy így is lehet tanítani. “Holnap is jöttök?” Ez szinte sokkoló. Sprint az iskolában. Ez a valódi tájfutás. Fantasztikus!

“FUTHATOK MÉG EGY PÁLYÁT? A jó pontokat fogtam meg? Gyorsabb voltam mint az első futásnál?” A kérdések folyamatosan jönnek. Kiolvasom a dugókát, letépem a részidős papírt, és odaadom a kíváncsi, hosszú futólábú szomáliai fiúnak. “Szeretnék elkezdeni tájfutni” mondja hirtelen. “Szuper! Gyere el ma este az edzésünkre. Itt lesz, ugyanezen a helyen, de új feladatokkal persze!” “Szia! Este találkozunk” A Suli-Sprint megérkezett. Ez az igazi tájfutás. Izgalmas, élvezetes és tanulságos!

A SULI-SPRINT a Dalaportens tájfutóklub által véghez vitt mintaprojekt, nagyrészt a Sport Alap támogatásával. A Suli-Sprint projektet Avesta tizenegy, Borlänge négy és Säter egy általános iskolájában valósították meg, több mint 3000 diák vett részt benne. A pályák teljesítése során összesen 120 000-szer találkoztak a narancs-fehér tájfutó bójával, és 650 méternyi papírcsíkot tett ki a nyomtatott részidős eredményük.

A TÁJFUTÁS MEGITÉLÉSE a program révén drámaian megváltozott. A diákok 90%-a tartotta ”nagyon jónak”, 8%-a ”elég jónak” és 2%-a ”még éppen jónak”. Az iskolai sprint tájfutás értékes és kulcsfontosságú a tájfutás nemzetközi fejlődése szempontjából. De egyben fontos oktatási eszköz az iskolák számára, ami által játékos módon fejleszthető és finomítható a diákok térképolvasási és probléma megoldó készsége.

A TÉRKÉPOLVASÁSI ISMERETEK napjainkban a tanterv fontos részét képezik, és a tanároknak szükségük van oktatási segédanyagokra és támogatásra az óráik megtartásához és a gyerekek tanulásának elősegítéséhez. Az iskolai tájfutás segítheti az iskolákat az oktatási célok elérésében, mindeközben a tájfutók egy újabb generációját vonzva a sportág felé.

A SPRINT TÁJFUTÁS az iskola területén otthonos és egyben biztonságos a diákok számára. A részletgazdag terep, a folyamatos irányváltások és sok narancs-fehér bója megtalálása által nyújtott gyakori visszajelzések jó tanulási lehetőséget biztosítanak a fiataloknak a térképi és a térbeli tájékozódás elsajátításához, a pontok közötti útvonlválasztások pedig fejlesztik a döntéshozatali készséget. A hibák korrigálhatók, és a tanulást elmélyítik. A kiindulóponthoz gyorsan vissza lehet jutni, és a feladat újrakezdhető. A sprinttel gyorsabban és egyszerűbben tanulható a tájfutás, mint az erdei tájékozódással.

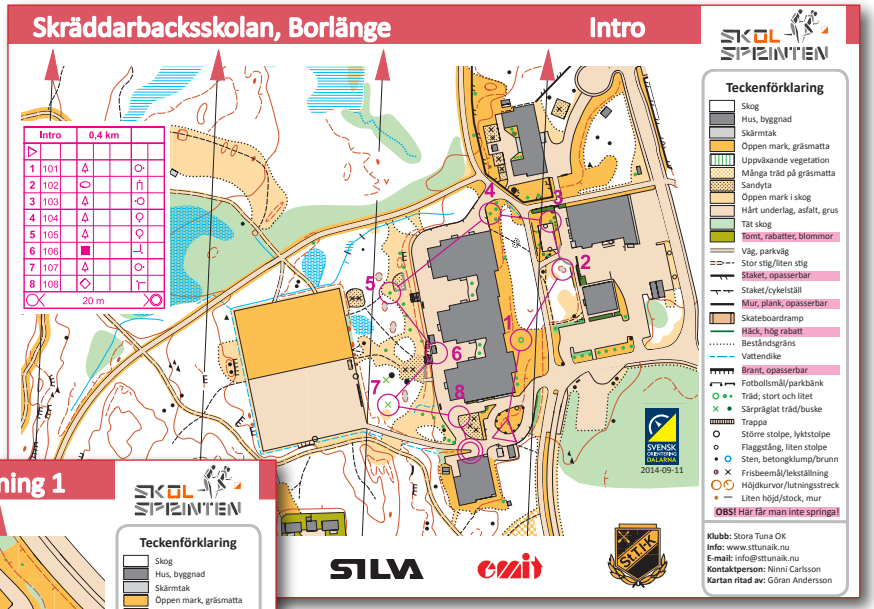
A KONCEPCIÓ készen van, elszántságunk és lelkesedésünk teljes. Ennek a füzetnek a célja az, hogy neked mint tanárnak segédeszköz legyen a 7-12 éves gyerekek tájfutó oktatásához, ami lehetőséget ad izgalmas tájfutó órák megtartására, fizkai kihívást és egyben szórakozást nyújtva a gyerekeknek.

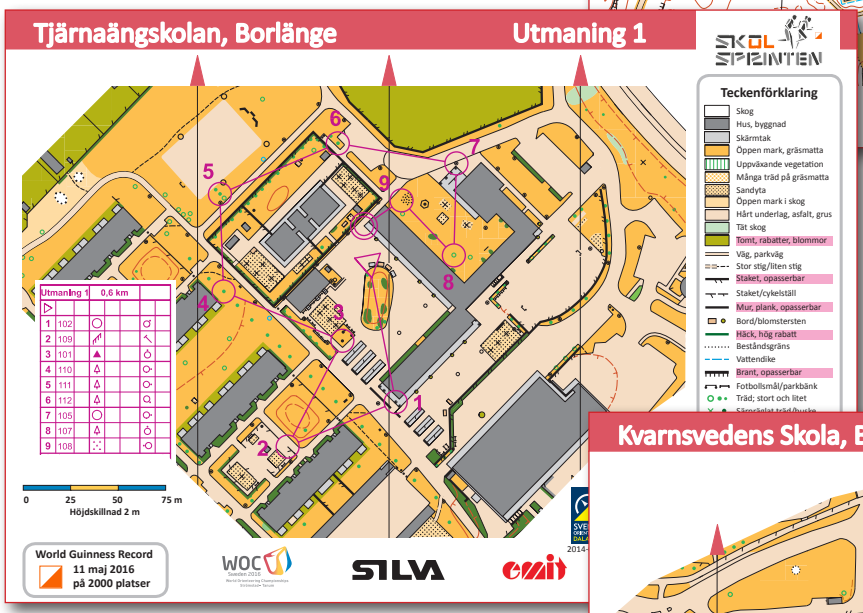
ÜDVÖZLÜNK egy új világban, térképpel és tájolóval!

A ”SULI-SPRINT”PROJEKT

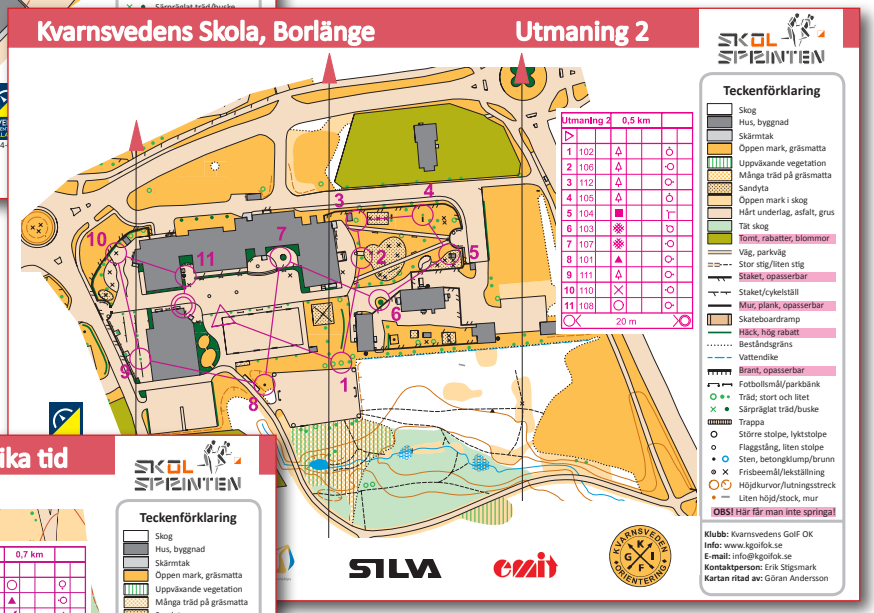
Bevezető

Kezdetben, az időjárástól függően a tornateremben vagy kint, megtanítjuk a térkép színeit , a térképjeleket, és hogy hogyan tájoljuk be a térképet a „pirosat a piroshoz” módszerrel. Ha a tájoló vízszintesen fekszik a kézen, a térkép könnyen beforgatható a valóságnak megfelelően. A gyerekek az oktatóval együtt csoportosan futnak minden ponthoz. Az oktató minden pontnál elismétli “beforgatjuk a térképet, pirosat a piroshoz”, rámutat néhány tereptárgyra, és megkérdezi a gyerekeket, hogyan jelöli azokat a térkép.



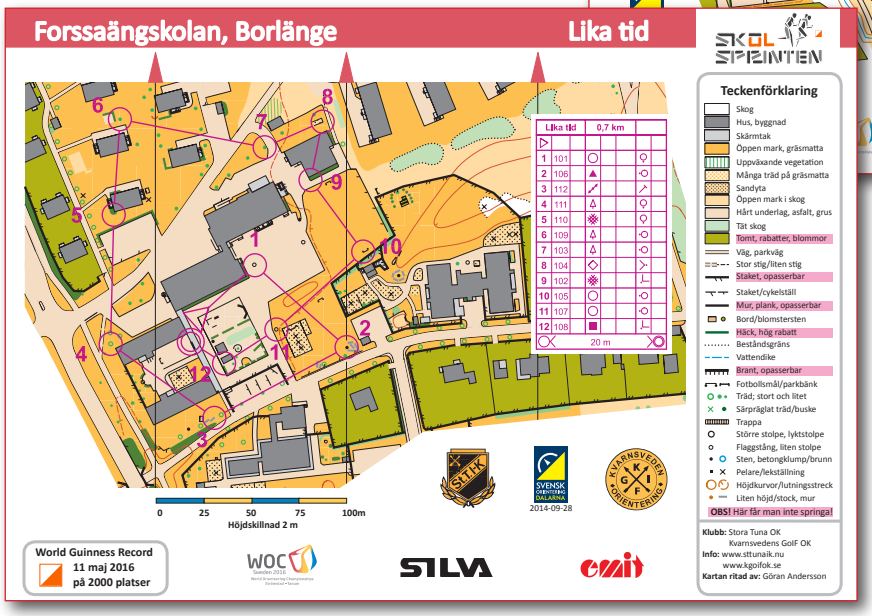


A diákok megmutatják az oktatónak, hol van az adott tárgy a térképen, majd a következő pont irányába fordulnak megismételve a lépéseket. A diákokat célszerű 2 vagy 3 fős csoportokba osztani. Így saját tempójukban, ugyanazon a pályán futnak egyénileg vagy csoportosan. A cél megtalálni minden pontot.



1. és 2. feladat

A felső tagozatos és a kicsit több tájfutó tapasztalattal rendelkező alsós diákok ezután egy bonyolultabb pályán futhatnak, lásd ”1. feladat” és ”2. feladat”.



Azonos idő

A tanítás utáni szabadidőben egy tájfutó “versenyt” tartunk. A pálya nehézségi szintje megegyezik az 1. és 2. feladat nehézségével, és a résztvevők sétálhatnak, kocoghatnak vagy futhatnak rajta. A diákoknak legalább kétszer kell végigmenniük, és az első kör idejét kell “megismételniük” a következő futások alkalmával. Annyiszor próbálkozhatnak, ahányszor csak akarnak. Az nyer, aki „azonos időt” teljesít, vagyis a legjobban meg tudja közelíteni az első futásának idejét valamelyik későbbi futásával.

MI IS AZ A TÉRKÉP?

A GOOGLE EARTH felfedett egy teljesen új világot, tele hihetetlen élményekkel arról, hogy hogyan is néznek ki a Föld különböző részei.

A Google Earth egy 3D-s alkalmazás, aminek az a célja, hogy a Földet felülnézetből mutassa. Légifelvételeket, műholdképeket és geográfiai információkat használ fel, és ezeket egy nagy mozaikként összeilleszti egy virtuális földgömbbé.

A programban be tudsz lépni helyekre, rá tudsz közelíteni városokra, utcákra. Bárhol a Földön különbséget tudsz tenni tavak, városok és folyók között, és a legtöbb lakott területen láthatsz közlekedési útvonalakat, parkokat, tereket, stb. A nagy felbontással ábrázolt területeken egyedi épületeket, utcákat, hidakat, autókat, sőt néhány esetben akár emberalakokat is azonosíthatsz.

ENNEK a programnak a használatával sokkal könnyebb megérteni, hogyan is készülnek a hagyományos térképek. Minden térkép egyedi módon van megrajzolva, attól függően, hogy milyen célt fog szolgálni – turistatérkép, utcatérkép, várostérkép, amit legtöbb esetben használunk. Ezek a térképek mind a valóság leegyszerűsített másai. Minél nagyobb egy terület, amit fel akarsz térképezni, például a balra látható Skandinávia, annál kevesebb részletet tudsz ábrázolni. A térkép nagy mértékben egyszerűsített lesz az alább láthatókhoz képest.

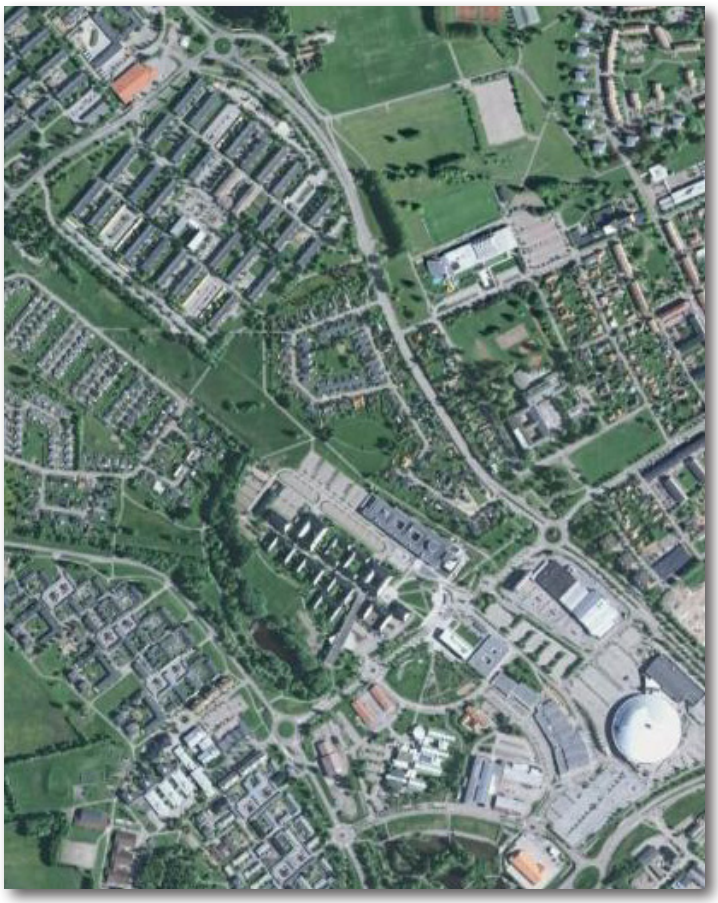
FALUN ÉS BORLÄNGE VÁROSA nincs rajta a Skandinávia térképen, de erre a térképre már sokkal több részletet lehet , rátenni, mert a terület sokkal kisebb. Megjelennek a települések és utak (sárga), erdők (zöld), tavak (kék), valamint mezők és rétek (fehér) is. Ez a térkép már megfelelő, mikor autóval vagy biciklivel szeretnél tájékozódni.

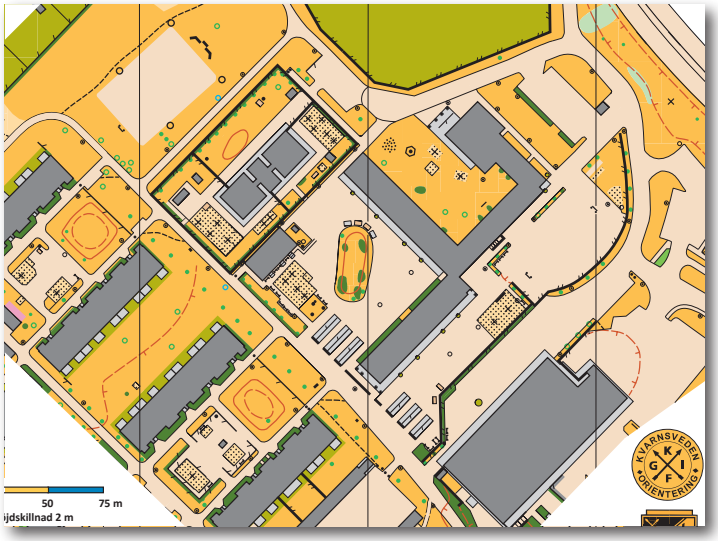
KÖZELEDÜNK A FÖLDHÖZ!

AZ ŰRHAJÓ közeledik a Földhöz. Felülről látjuk, ahogyan a “kis gömb” egyre nagyobb és nagyobb lesz. Már azonosítani lehet Európát, Grönlandot, Észak-Afrikát, Ázsiát és az Atlanti-óceánt. Minél közelebb érünk, annál jobban felismerhetőek az országok is. Svédország, Norvégia, Dánia és Finnország éppen előttünk van, míg tőlünk balra fent Izland, balra lent pedig az Egyesült Királyság látható. Gotland tisztán látszik a Balti-tengeren, akárcsak Norvégia és Izland havas hegycsúcsai.

DALARNA FELÉ fordítjuk az űrhajót, és hirtelen feltűnik a Runn-tó, valamint tőle balra Falun és Borlänge városa és a kanyargó Dalälven-folyó, ami pont olyan, mint egy hosszú kígyó. Beindítjuk a fékező rakétákat, ideje földreszállni. Az uticélunk a Tjärna Äng iskola Borlänge-ben. Egy fehér “focilabda” látható az égből. A pilóta felfigyel a kupolára, ezt az épületet fogjuk “utolsó biztos” avagy “támadó” pontként használni ahhoz, hogy minél előbb megtaláljuk az iskolát.

A BAL FELSŐ sarokban megpillantunk egy piros tetőt, ”Hemköp”. Erre a piros tetőre koncentrálunk, amíg még teszünk pár kört a terület fölött. Tisztán látjuk az iskolát és a zöld dombot, így óvatosan landolunk a Hemköp és a főépület közötti játszótéren.





A TÉRKÉP a valóság leegyszerűsített ábrázolása. Minél kisebb az a terület, amit le akarunk rajzolni, annál több részlet fér a térképre. A Google Earth képein tisztán látszanak a házak és utak, de fákat, játszótéri játékokat és focikapukat is fel lehet fedezni rajtuk. Ez azt jelenti, hogy egy iskola vagy iskolaudvar térképe nagyon részletes lehet. Ez nagyon fontos, amikor tájékozódni tanulunk. Amit a valóságban látunk, az szerepel a térképen. A térkép hiteles lesz, a diákok bízhatnak abban, amit mutat. A megbízható térkép teszi igazán élvezetessé a tájfutást!

EBBEN A KIADVÁNYBAN az összes térképet a nemzetközi sprint jelkulcsnak megfelelően rajzolták (ISSOM). A színek logikusak és könnyen érthetőek. Minden ház szürke, az összes út világosbarna, a füves területek sárgák, a fák pedig zöldek. A kerítések, falak és más ember alkotta tárgyak feketék. Minden vízzel kapcsolatos dolog kék, például a tavak, patakok, kutak és források mind kékkel vannak rajzolva. Olivazölddel jelölik a magánterületeket és a virágágyásokat. A következő oldalakon további szín és térképjel magyarázatok találhatók.

A TÉRKÉP SZÍNEI

A TÉRKÉP NYELVE nemzetközi. A tájékozódási sportok világában nagyon fontos, hogy megértsük, miként rajzolják a térképet. A Nemzetközi Tájfutó Szövetség (IOF) meghatározott egy nemzetközi szabványt a térképrajzoláshoz, amiben az erdei térképeket ISOM (International Specification for Orienteering Maps) szerint, míg a városi és parktérképeket a szintén ISOM alapokon továbbfejlesztett ISSOM (International Specification for Sprint Orienteering Maps) szerint rajzolják. Ezt a szabványt általánosan "sprint jelkulcsnak" nevezik, amikor sprint (rövidtávú), sprint váltó vagy városi versenyeket rendeznek.

AZ ISKOLAI TÉRKÉPEK is a sprint jelkulcsnak (ISSOM) megfelelően készülnek, de kiegészítve néhány speciális elemmel, amik gyakran fordulnak elő az iskolaudvaron, mint a lámpaoszlop, pad, kosárlabda palánk, zászlórúd, focikapu, mászóka, stb. A sprint térképeket általában 1: 4000-es vagy 1: 5000-es méretaránnyal rajzoljuk, az iskolai térképek viszont 1: 1000 – 1: 2000-es méretaránnyal készülnek, ami lehetővé teszi, hogy több részletet ábrázolhassunk rajtuk.

AZ ISKOLAI TÉRKÉPEKEN nem tüntetjük fel a méretarányt, de van rajtuk egy "aránymérték". Úgy véljük, nehezebb lenne vonalzós tájolóval bajlódniuk a diákoknak, miközben tájékozódni tanulnak. A Silva "Begin" tájoló, ami a csuklóra rögzíthető, segít a diákoknak egyszerűen betájolni a térképet északra, míg az aránymérték megadja a különböző pontok közötti távolságbecsléshez szükséges információt.

EGY ERDEI TÁJFUTÓ TÉRKÉP általában 5-6 színnel készül, míg egy sprint vagy iskolai térképen az alap színek több árnyalatával találkozunk:

Fehér – Jól futható erdő.

Barna – Dombok, mélyedések.

Fekete – Sziklák, sziklafalak, utak, kerítések, falak, hidak, oszlopok.

Sárga – Nyílt területek, például mezők, rétek, tisztások.

Zöld – Sűrű növényzet. Akkor használják, ha a terepen nehéz keresztül futni, vagy a sövények jelölésére.

Szürke – Házak, épületek. A világosszürke átjárókat jelöl.

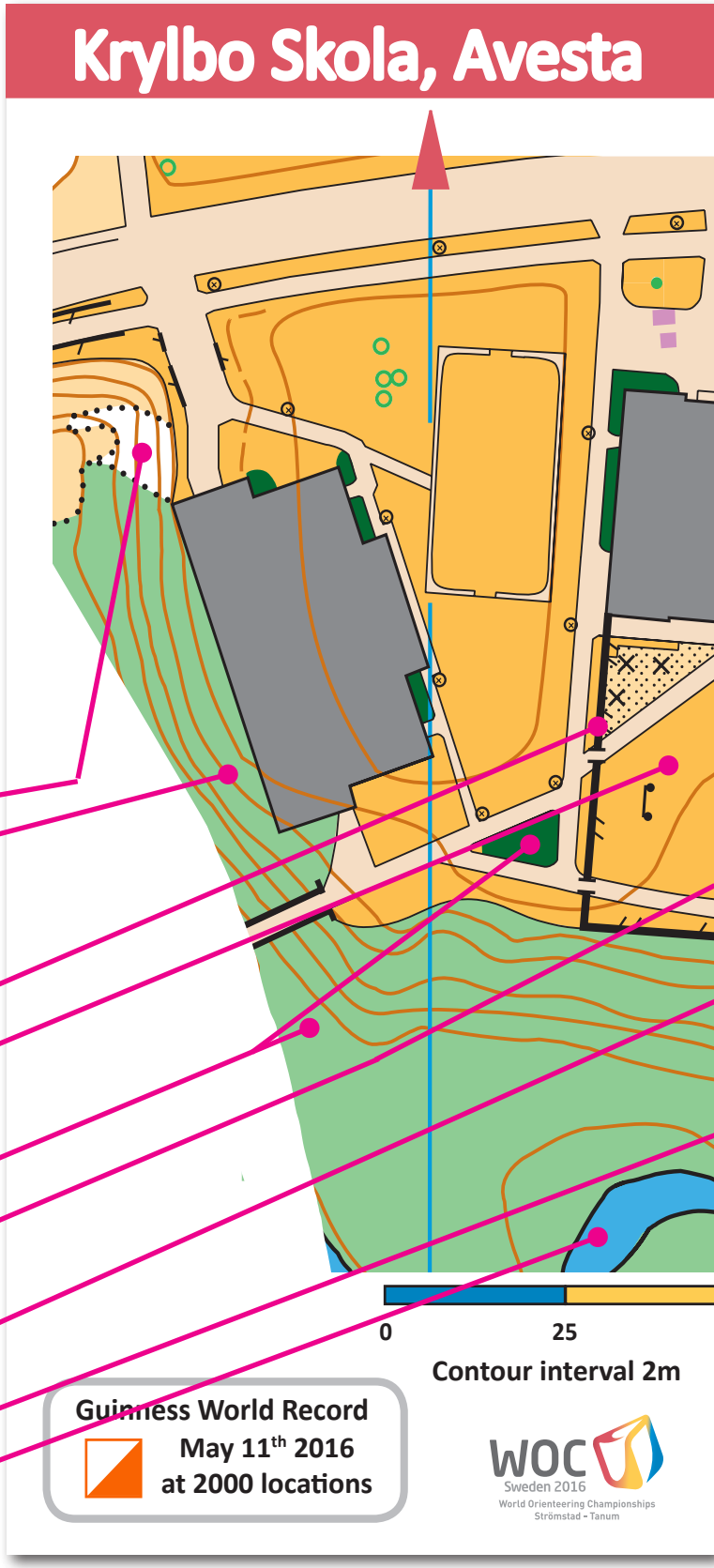
Világosbarna – Burkolt vagy kavicsos felszín, például utak, parkolók, iskolaudvarok.

Rózsaszín – Ideiglenes építmények, kinti kávézók, konténerek.

Kék – Víz: tavak, folyók, patakok, vizesárkok, mocsarak.

Explanation ISOM and ISSOM

ISOM:
International Specification for Orienteering Maps
ISSOM:
International Specification for Sprint Orienteering Maps

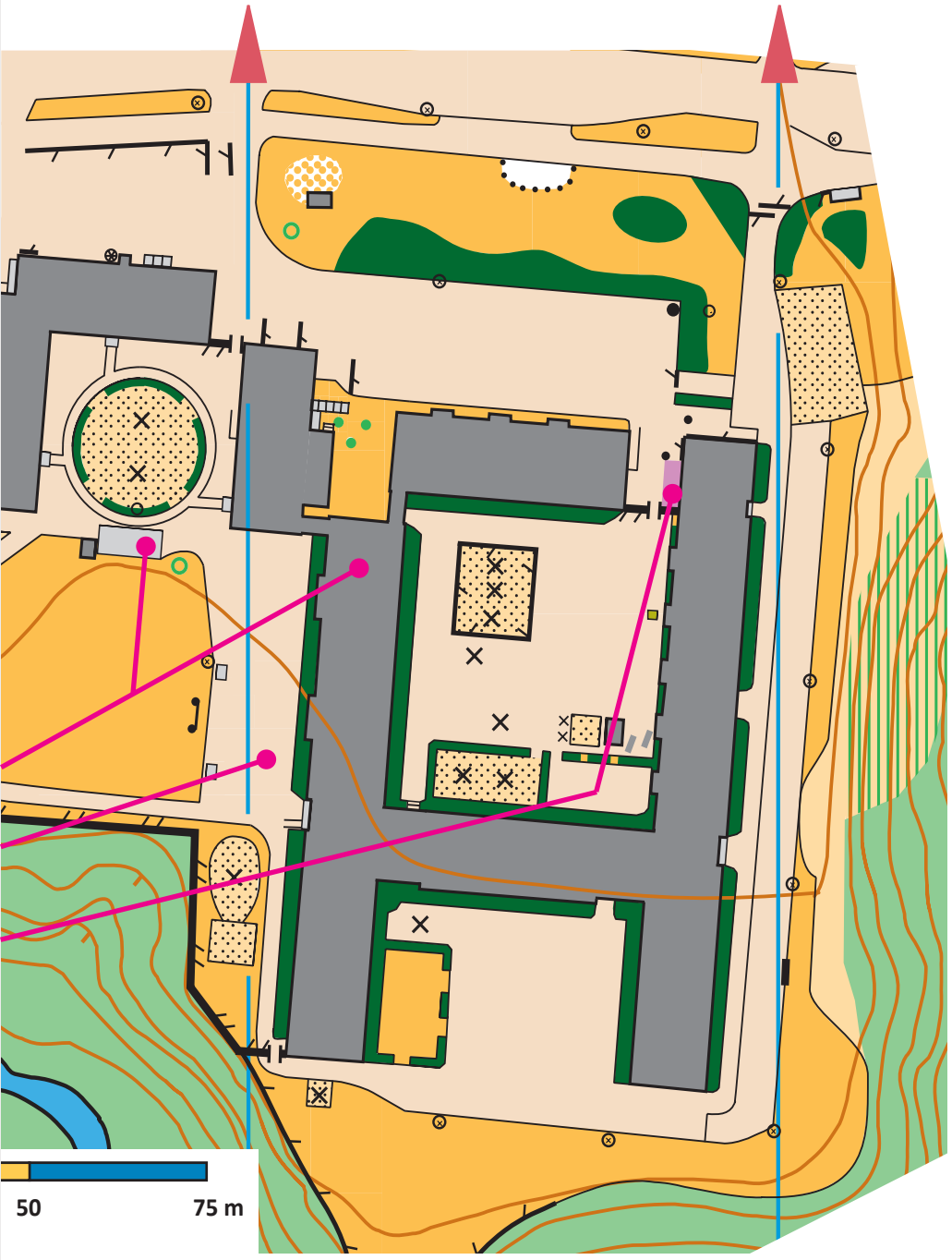


A TÉRKÉP JELEI

A térképjelek megegyeznek szerte a világon. A sziklát fekete pont jelöli akár Svédországban, az Egyesült Királyságban, Ausztráliában, Kínában vagy Brazíliában van az ember. A térkép jobb oldalán általában feltüntetik a legtöbb jelet, amit a térképkészítő használ, de további jelek és változatok is használhatók, hogy a térkép még részletesebb legyen.

Hogy még érthetőbb legyen a 6-12 évesek számára, a térképen néhány dolgot rózsaszínnel kiemeltünk: ez mind a tanároknak, mind a résztvevő diákoknak fontos információ.

Ezeken a helyeken tilos futni!



SKOL SPRINTEN

Legend

- Forest
- Building
- Canopy
- Open land
- Undergrowth
- Open land scattered trees
- Open sandy ground
- Rough open land
- Paved area
- Dense vegetation
- Private area, flower bed
- Road, paved footpath
- Big and small footpath
- Impassable fence
- Passable fence
- Impassable wall
- Passable wall
- Impassable vegetation
- Vegetation boundary
- Minor watercourse
- Impassable cliff
- Fotball goal
- Big and small tree
- Prominent veg features
- Stair
- Big post/Lamppost
- Flagpole, small post
- Shower/Boulder
- Well/Man made object
- Hill/Depression
- Knoll/Pit

NB! Forbidden to cross!

Club: Dalaportens OL
Info: www.dalaporten.se
E-mail: info@dalaporten.se
Contact persons: Lisa Silvemark and Linda Mattsson
Mapper: Göran Andersson
goran.andersson.rf@gmail.com

SILVA emit Dalaportens OL

HOGYAN TANULJUNK TÁJÉKOZÓDNI?

”A FEJLŐDÉS LÉPÉSEI” egy pedagógiai segédlet, amely segít a tájékozódás tanulási folyamatának követésében, megértésében. Az alapokkal kezdünk, majd fokozatosan nehezítünk.

EZ A SEGÉDLET a Svéd Tájfutó Szövetség könyvének, a ”Tájfutás az iskolában”-nak egy melléklete, amely részletes és konkrét iránymutatást ad, hogyan tehető alkalmassá az iskola és annak környezete, szomszédsága a tájfutás testnevelés órai oktatásához.

A ZÖLD, FEHÉR ÉS SÁRGA jelzésű szinteknek megfelelően ez a segédlet tartalmaz néhány gyakorlatot, amelyeket a tanárok alkalmazhatnak a saját iskolai térképeikkel. Ha nem áll rendelkezésre semmilyen iskolai térkép, azaz oktatási anyag, akkor a borító hátoldalán található információ arról, hogy hogyan juthatunk ilyen oktatási anyagokhoz.

A LEGKISEBBEK SZÁMÁRA a tanulás a zöld szinten kezdődik. Itt sok ellenőrzőpont van, ami biztosítja a folyamatos visszajelzést arról, hogy a gyerek jól csinálja-e a feladatot. A rövid átmenetek a koncentrációra helyezik a hangsúlyt. A következő ellenőrzőpont már legyen látható, amikor a gyerek megtalálja a helyes pontot.

HÁROM KULCSSZABÁLY: térkép tájolása, pirosat a piroshoz és hüvelykujj a térképen. A diákok ismételjék el ezt a három szabályt minden alkalommal. Ezek elengedhetetlen dolgok ahhoz, hogy a tájékozódás érdekes és élvezetes legyen! Amikor értik a dolgok közti összefüggéseket, a gyerekek sokkal jobban várják az új feladatokat.

A FEHÉR SZINTEN két-három térképolvasási döntést kell hozni, hogy megtalálják a helyes utat a következő ponthoz. Először csak egy-egy lépésről kell dönteni. Idővel ezek a lépések összeállnak nagyobb egységekbe – “először déli irányba átmegyek a kapun, aztán követem a házat keletre, majd észak felé a sövény mentén elérek a ponthoz.”

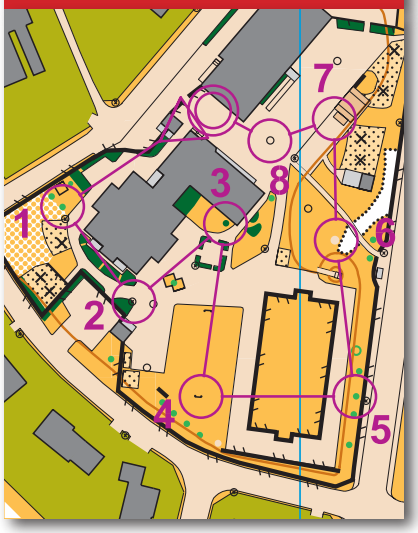
A SÁRGA SZINTET középiskolások számára tervezték, de néhány részét általános iskola felső tagozatán is lehet alkalmazni. Nevezetesen, használhatunk a közelben egy kis erdei részt dombokkal, egy olyan területen, ahol a gyerekek játszani szoktak. A gyerekek így megértik, hogy a térképen hogyan ábrázolódik a felfelé és a lefelé. Az ilyen terep már ismert és biztonságos számukra.

HA VALAKI EGY KICSIT HIBÁZIK és kicsit “eltéved”, jobb ha olyan helyen történik ez vele, amit ismer és biztonságosnak érez. Visszamehetnek a tanárhoz és újrakezdhetik a feladatot. Ha egy gyerek kevésbé ismert helyen téved el, akkor nagy a veszélye, hogy az iskola hátralavő részére vagy akár egy életre elmegy a kedve a tájfutástól.

ELŐNY, HA A TANÁR legalább egy szinttel tapasztaltabb, mint amit tanít. A legtöbb tanárnak a narancssárga szint lenne a megfelelő. Mint tanár, törekedj rá, hogy a lehető legjobban segítsd a tájékozódás tanulását a diákoknak. A játék és a “csinálva tanulás” elengedhetetlen ahhoz, hogy sikeresen megtanuljunk egy olyan dolgot, ami meglehetősen összetett és nehézségekkel járhat. Éppen ezért az iskola területe, egy jó és friss térkép, egy egyszerű tájoló és egy elhivatott tanár az alapköveit jelentik a sikeres tanulásnak és a remek, pozitív tájékozódási élménynek.

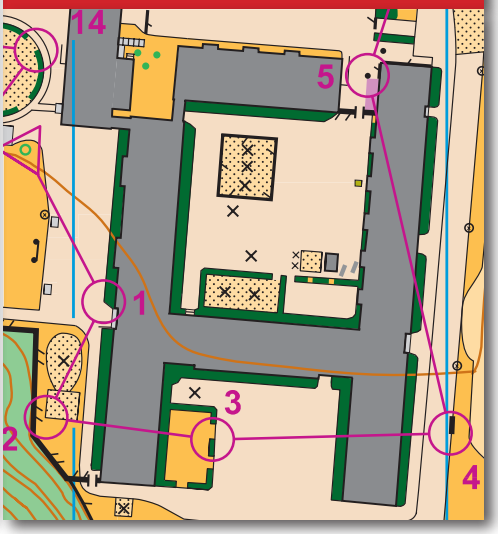
AZ EGYÜTTMŰKÖDÉS a helyi tájfutó klubbal jól jöhet, hiszen ha kölcsönkap az iskola elektronikus ellenőrző felszerelést, az növeli a tanulási motivációt.

Fors skola



Zöld szint

Krylbo skola



Fehér szint

Johan-Olovskolan

Sárga szint

A FEJLŐDÉS LÉPÉSEI

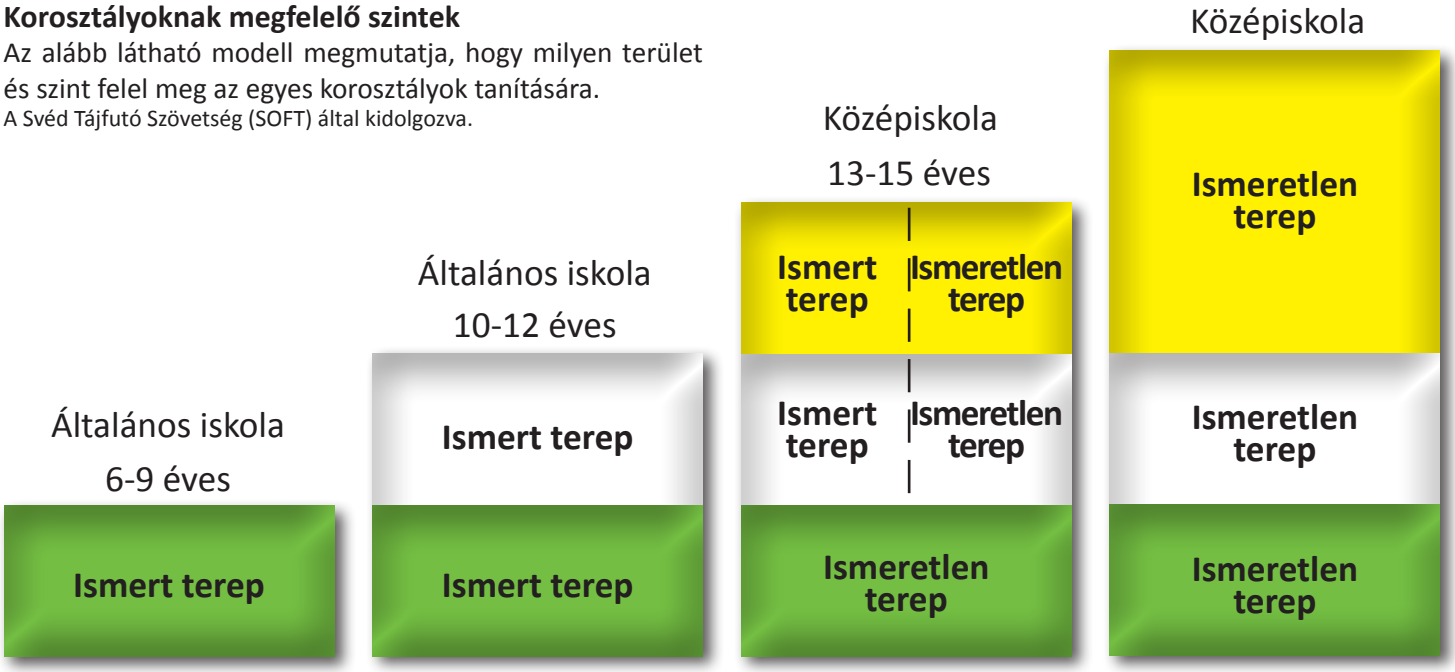
A TÁJFUTÁS fejlesztési folyamata igazodik a testnevelési tantervhez. Konkrét példákat ad tájékozódási feladatokra, amelyeket az adott szinten be kell tudni mutatni. Minél magasabb a szint, annál több a minőségi elvárás.

A Svéd Tájfutó Szövetség (SOFT) által kidolgozva.

Korosztályoknak megfelelő szintek

Az alább látható modell megmutatja, hogy milyen terület és szint felel meg az egyes korosztályok tanítására.

A Svéd Tájfutó Szövetség (SOFT) által kidolgozva.



Ismert terep: iskolaudvar és az iskola közvetlen környezete.

Ismeretlen terep: iskolához közeli erdős, szabadtéri jellegű terület.

FOGALOMTÁR

Térképismeret: Annak ismerete, hogy a térkép egy lekicsinyített, egyszerűsített mása a valóságnak.

Vezető vonalak: Jellegzetes vonalas tereptárgyak, amiket könnyű követni, mint az utak, ösvények, kerítések, nagy épületek. Kevésbé jelegzetes vezető vonalak lehetnek a kis ösvények, sövények, árkok, jelleghatárok.

Térkép tájolása: A térkép beforgatása a valódi északhoz, hogy amit a térkép ábrázol, az összhangban legyen a valósággal. Ez a “pirosat a piroshoz” módszerrel érhető el.

Hüvelykujj a térképen: Oda helyezzük a hüvelykujjunkat a térképen, ahol a valóságban vagyunk. Ahogy a valóságban mozgunk, az ujjunk is arra mozduljon el a térképen.

PIROSAT A PIROSHOZ!

"PIROSAT A PIROSHOZ", "A TÉRKÉP TÁJOLÁSA", "hüvelykujj a térképen" kifejezések gyakran megjelennek mind a kezdők, mind az elit szótárában. Ezek az alapvető módszerek segítenek a térkép értelmezésében. Ezeket állandóan ismételve lehet az alapvető tájékozódási készségeket megerősíteni.

A TÉRKÉP a valóság leegyszerűsített képe. (lásd 6-7. oldal). Ha a térkép rosszul van tájolva, akkor nem fog egyezni a valósággal. A valóságot nem tudjuk megváltoztatni, de a térképet a valósághoz tudjuk forgatni, ezt hívjuk a „térkép tájolásának".

VAGY A TEREPHEZ FORGATJUK a térképet, például házakhoz vagy utakhoz, vagy egyszerűen a "pirosat a piroshoz" módszert használhatjuk egy tájoló segítségével. A Silva céggel és a "Suli-Sprint" projekttel együttműködve kifejlesztettünk egy új "Begin" tájolót, amely tökéletesen illik a gyerekek kezére, simán ül a csuklón.

1 Hajtsd össze a térképet
Hajtsd össze a térképet úgy, hogy kényelmesen beleférjen a kezedbe.

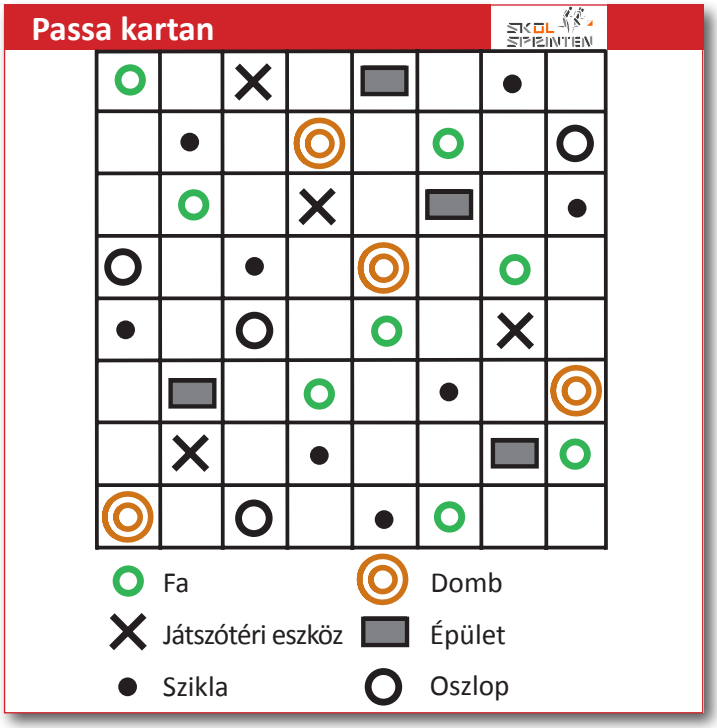
2 Hüvelykujj a térképen
Helyezd a hüvelykujjadat oda, ahol éppen vagy.

3 Pirosat a piroshoz
Forgasd úgy a térképet, hogy a térkép piros (északi) széle és a tájoló piros Észak nyila egy "T" betűt alkossanak, azaz az Észak nyíl a térkép széle felé mutasson. Így betájoltad a térképet, az most már a valóságot mutatja.

SAKKTÁBLA, PIROSAT A PIROSHOZ

ÉPÍTS EGY SAKKTÁBLÁT (64 négyzetet) műanyag szalagokból, vagy spárgából és botokból a füvön, vagy az iskola aszfaltozott udvarán krétával felrajzolva, vagy vékony forgácslapból (ingyen beszerezhető építkezésekről). Jelöld meg az északi szélét piros műanyaggal, piros krétával vagy piros lappal.

A lenti térkép 6 különböző térképjelet tartalmaz, amelyeket a következő módon lehet a valóságban kijelölni: Fa (fenyőgally), Játszótéri eszköz (játék), Szikla (ökölnyi kő), Domb (kalap), Épület (cipősdoboz) és Oszlop (bot).



MINDEN GYEREK kap egy sakktábla térképet, és segítenek a tanárnak a "terepet" felépíteni a fenti eszközökkel. A következő oldalon négy lehetséges pályát mutatunk be. A diákok a rajtból indulnak (háromszög), és követik a szaggatott vonalat a célig (dupla kör).

A RAJTBAN a gyerekek összehajtják a térképet egy nekik kényelmes méretre, és a hüvelykujjukkal megjelölik, hogy a négy rajt közül melyikben vannak (1, 2, 3, vagy 4). Ezután betájolják a térképet a tájolóval a "pirosat a piroshoz" módszer segítségével. Ha nincs kéznél tájoló, akkor a térképet a terephez kell tájolniuk úgy, hogy a térkép és a terep piros szélei illeszkedjenek.

A DIÁKOK úgy tudják gyakorolni a térkép tájolását, hogy követik a szaggatott vonalat. Minden irányváltásnál megállnak, hogy a testükkel forduljanak, míg a térkép fix és nem mozdul (pirosat a piroshoz).

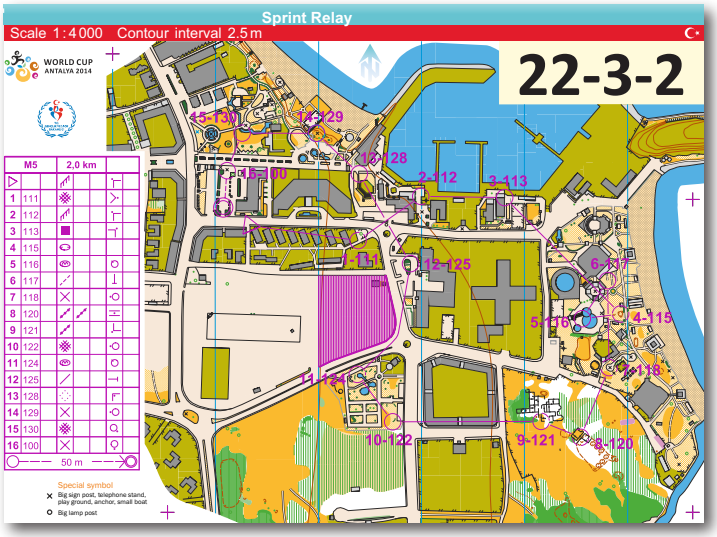
A GYAKORLAT végén minden gyereknél berajzolt pálya nélküli térkép van. Ezen az új térképen ők rajzolják meg maguknak az új pályát, és azon futnak egymás után. Amikor lefutották a magukét, cserélhetnek térképet egymással.

TÁJOLD BE A TÉRKÉPET!

MINDEN TÁJÉKOZÓDÁS alapja a térkép valósághoz tájolása. Az a szikla, ami jobb oldalt van a terepen, jobb oldalt kell, hogy legyen a térképen is. Ezért a “pirosat a piroshoz” fontos ahhoz, hogy megtanuljunk tájékozódni. Ahogy ránézel a térképre, azonnal tájold azt be. A ”pirosat a piroshoz” a legegyszerűbb módszer ehhez. Még a mai Világkupa és Világbajnokság térképei is piros északi szegéllyel készülnek.

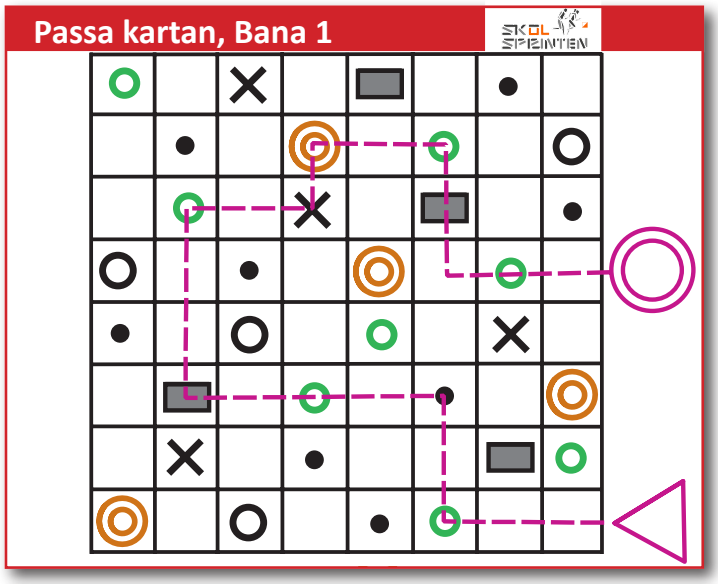
A JOBB OLDALON LEVŐ TÉRKÉP az első Nemzetközi Sprint Váltó térképe. A versenyt a Török Tájfutó Szövetség rendezte Kemer városában.

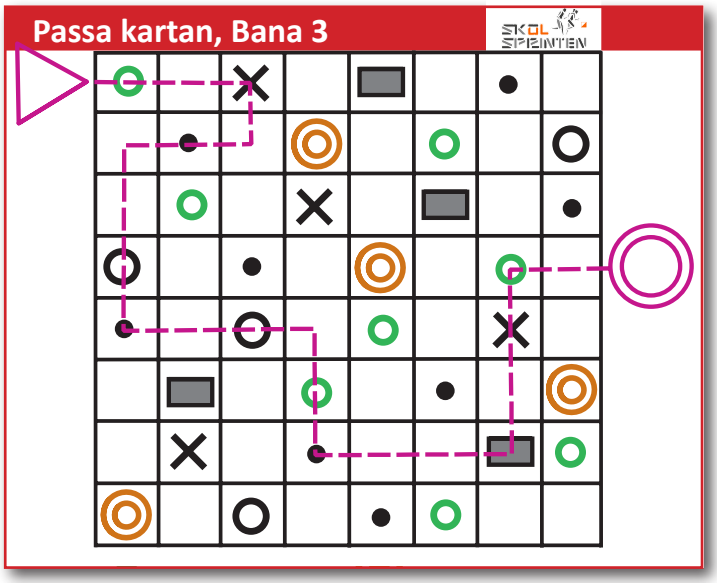
A MAI TÁJFUTÓ ELIT ugyanazt a módszert használja, mint a kezdők, mindig a pirosat a piroshoz a verseny rajtjánál. És valahányszor térképet olvasnak, a tájolóra is ránéznek, újra és újra ”pirosat a piroshoz”.

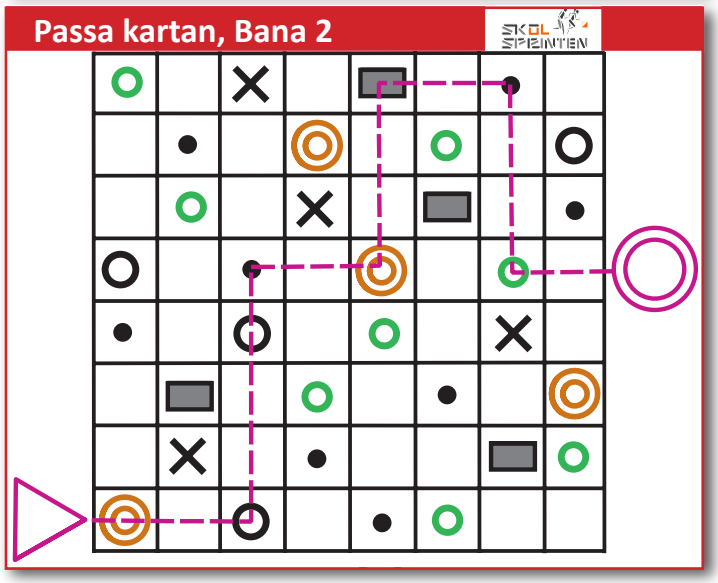


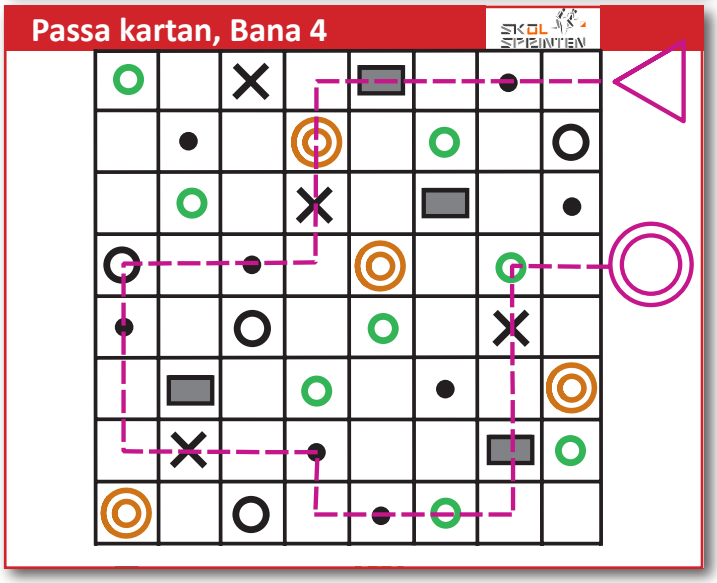
A KÖVETKEZŐ PÉLDÁK alapszintű gyakorlatokat mutatnak be ahhoz, hogy megtanuljuk a térkép valósághoz vagy a terephez való tájolását.

A függelékben ezek eredeti példányai mind megtalálhatók, nyomtathatók és ingyenesen használhatók.





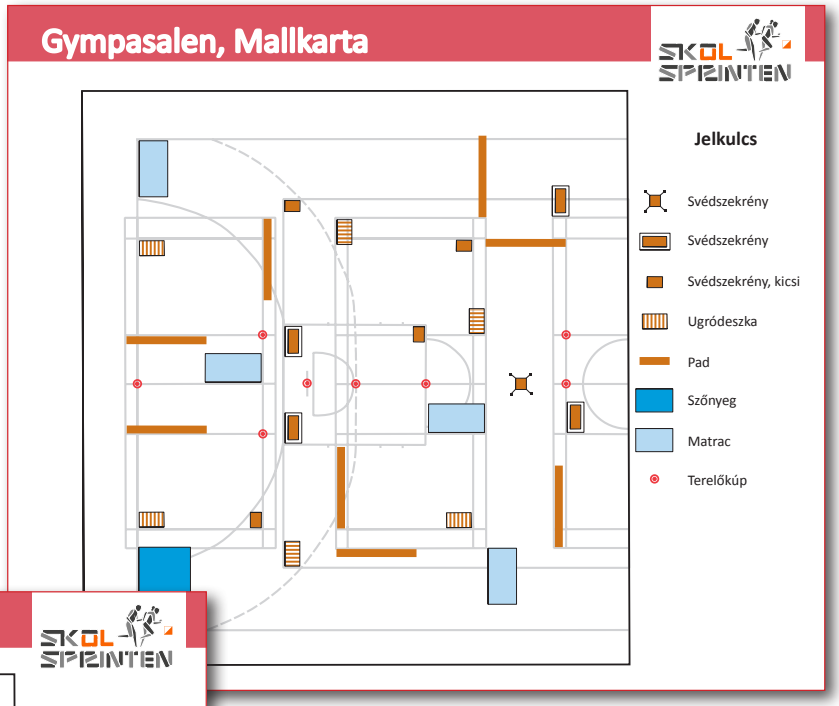


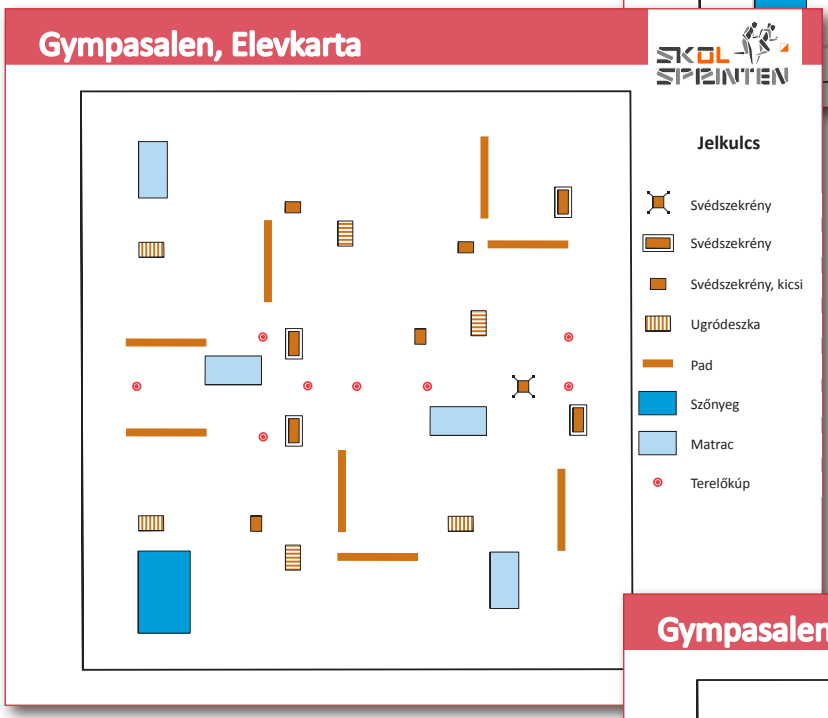


”A TÉRKÉP TÁJOLÁSA” GYAKORLATOK

Térkép tájolása a tornateremben
HA MEGRAJZOLOD a tornaterem térképét, az segít a térkép megértésében és a térkép tájolását is gyakorolhatod sikeres és szórakoztató módon. Minél több tornaszert használj! A jobb oldalon levő térkép megmutatja, hogy hogyan lehet megrajzolni a különböző szereket (lásd a jelkulcsot!). Ha piros szőnyeged van, a térképen is legyen piros. Próbáld meg minél élethűbben ábrázolni a tárgyakat!

A vezértérképen rajta vannak a padlóra festett vonalak, így könnyebb a szereket pontosan elhelyezni. Ezek a vonalak nincsenek rajta se a ”Diák Térképen”, se a feladatok térképein.

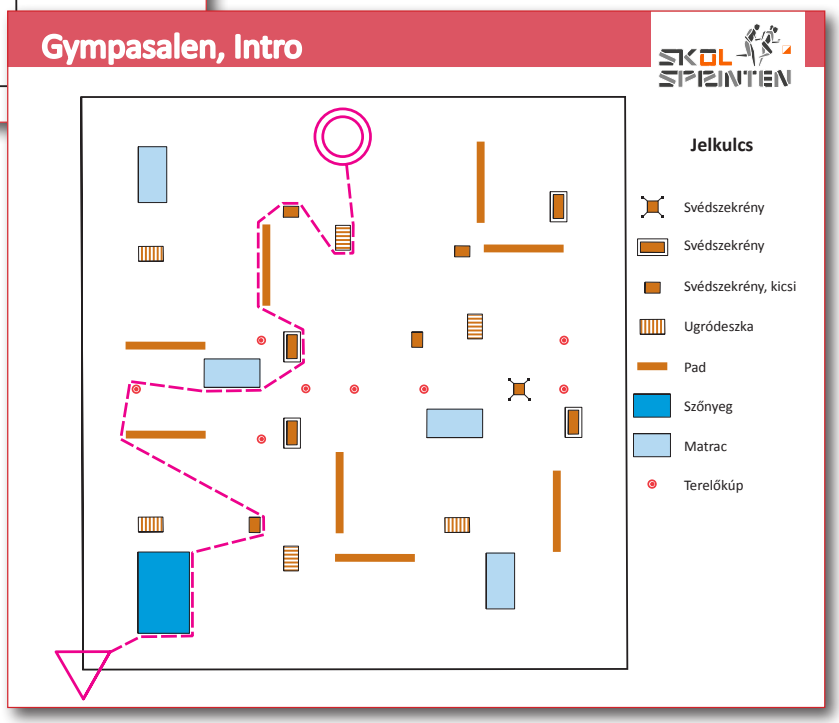




Diák Térkép
A VEZÉRTÉRKÉPET arra használjuk, hogy ”felépítsük a terepet” (ezt bemelegítésként is használhatjuk), míg a Diák Térképet a gyakorlatok elvégzéséhez használjuk. A következő oldalon négy térképet találsz, amelyeket a Függelékből ki lehet nyomtatni. A gyerekek és/vagy a tanárok rajzolhatnak új pályákat az üres (pálya nélküli) térképekre. A térkép piros széle a valós északot jelenti. A tanár mutatja meg, hogy melyik fal lesz az “Észak”.

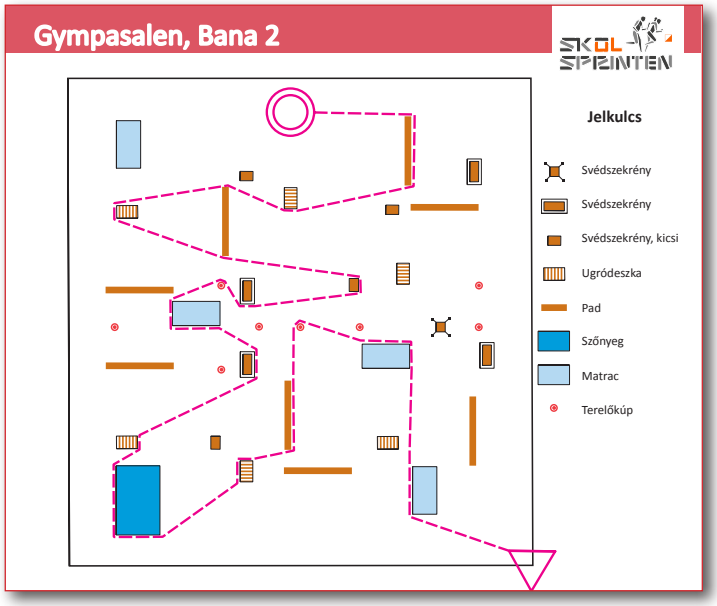
Tornatermi bemutató
A TANÁR VÉGIGMEGY a szaggatott vonalon, és megáll mindegyik új tereptárgynál. A gyerekeknél egy üres térkép van (diák térkép), és követik a tanárt. A tanár többször ismétli “hüvelykujj a térképen” és “pirosat a piroshoz”. Megkérdezi a gyerekeket ”Hol vagyunk?”, “Hol van ez a kék szőnyeg a térképen?”. A gyerekek párban dolgoznak, és mutatják a tanár kérdéseire a választ a térkép jeleire rámutatva.

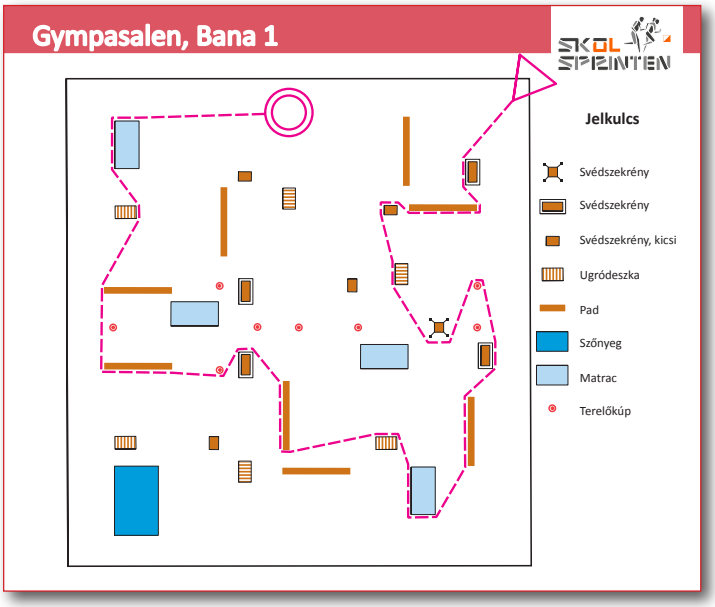
BEMELEGÍTÉSKÉNT a gyerekek “felépíthetik a terepet” a vezértérkép segítségével. A legjobb, ha kinagyítjuk a vezértérképet, és egy központi helyre teszszük ki. A gyerekek párban dolgozzanak!



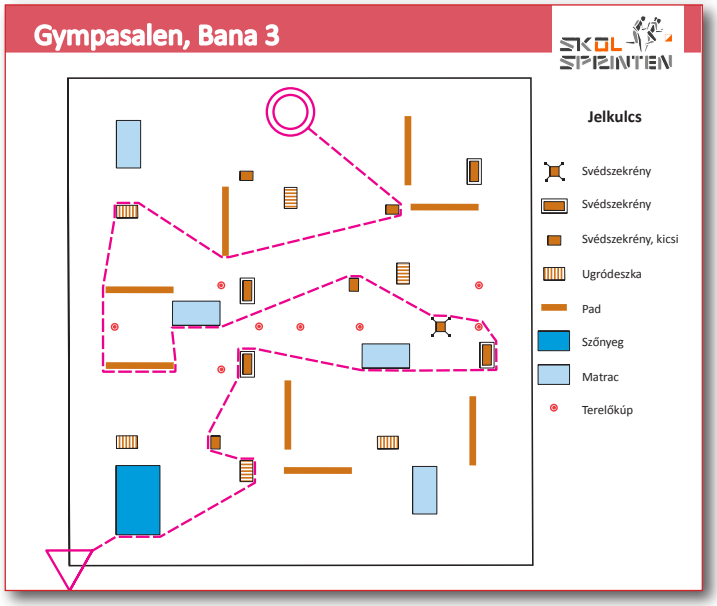
”A TÉRKÉP TÁJOLÁSA” GYAKORLATOK

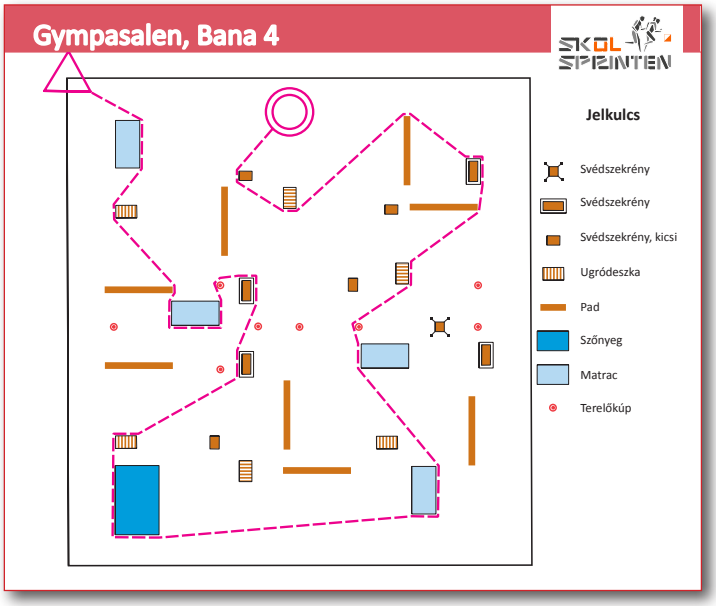
Térkép tájolása (Útvonalkövetés teremben, 1-4. pályák)
OSZD NÉGY FELÉ az osztályt (1-4), és kezdjék a gyerekek az útvonalkövetést mindegyik rajthelyről. A tanár rakjon ki jópár pontot, például mini bójákat mindegyik szaggatott vonal mentén. A célban a gyerekek megmutatják a tanárak, hogy hol találtak pontokat.



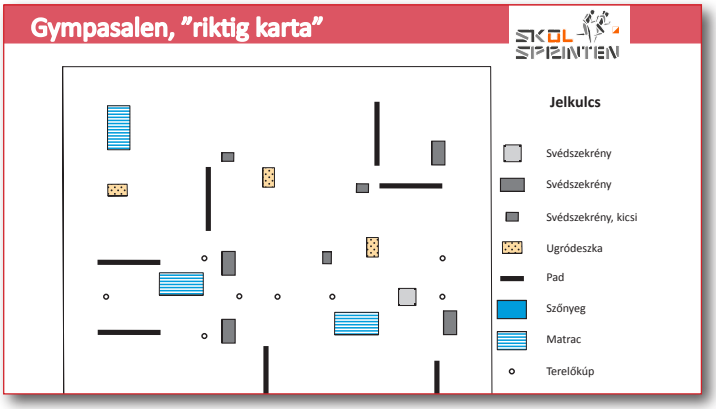


Amikor a gyerekek végeztek a feladattal, új szaggatott vonalakat rajzolhatnak maguknak, amit azután követniük kell. Lényeges, hogy a tanár folyamatosan hívja fel a figyelmüket a “hüvelykujj a térképen”, “pirosat a piroshoz – tájold a térképet” fontosságára.





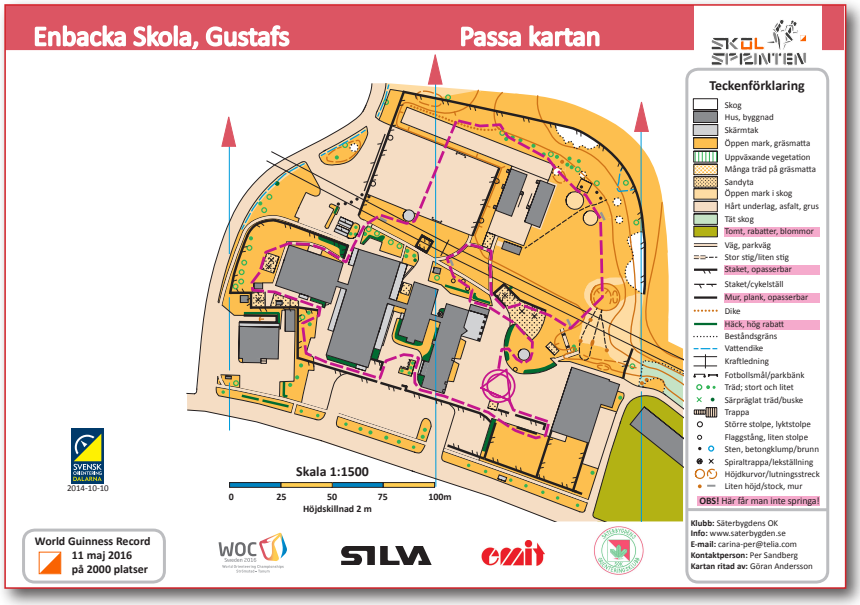
“Igazi térkép”
TOVÁBB LÉPVE a tanításban, megrajzolhatod a tornaterem “igazi” térképét. Ugyanazokat a tereptárgyakat használd, de más ábrázolással. Például a svédszekrények lehetnek házak, a matracok tavak, a kisebb matracok mocsarak, a padok falak, és így tovább. Minden tárgy egy olyan térképjelet kap, ami az iskolatérképen is előfordul, és megfelel a sprint jelkulcs szabványnak (ISSOM). Lásd a térképrészletet jobbra.
Nyomtatás céljára a térkép nagyobb méretben megtlálható a Függelékben.



”A TÉRKÉP TÁJOLÁSA” GYAKORLATOK

Térkép tájolása (Útvonalkövetés szabadban 1)
A TANÁR VÉGIGMEGY a szaggatott vonalon, és megáll a jól azonosítható tereptárgyaknál. A gyerekeknél egy üres térkép van, és követik a tanárt. A tanár emlékeztetőül elismétli, hogy “hüvelyk-ujj a térképen” és különösen azt, hogy “pirosat a piroshoz”. Megkérdezi a gyerekeket ”Hol vagyunk?”, “Hol van ez a szikla a térképen?”, “Melyik irányba mutatok?”.

A gyerekek párban dolgoznak, és mutatják a tanár kérdéseire a választ a térkép jeleire rámutatva.

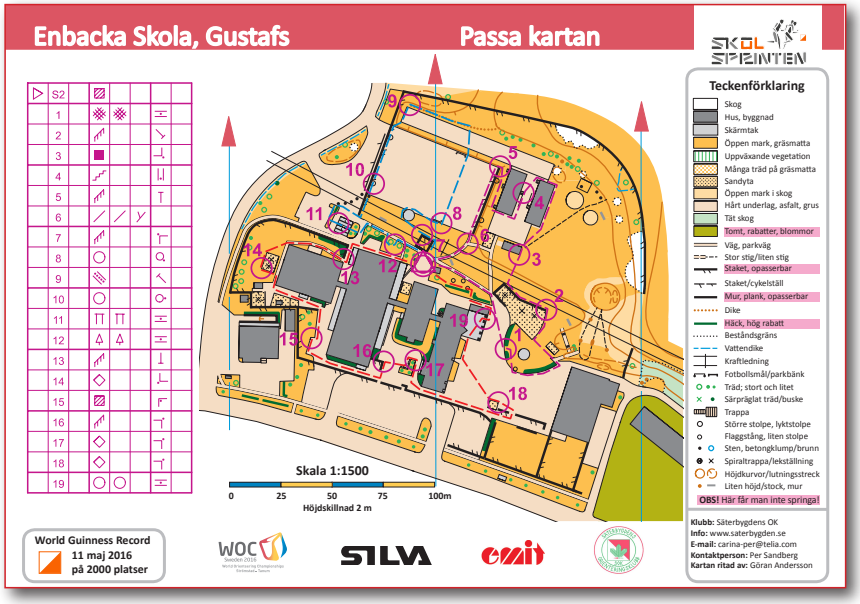


Térkép tájolása (Útvonalkövetés szabadban 2)
A GYEREKEKET három csoportra osztod, a szaggatott vonalat kell követniük. Mindegyik szaggatott vonal mentén bóják találhatók egyes jól azonosítható helyeken. A feladat bejelölni ezeknek a bójáknak a helyét. A tanár emlékeztetőül még elismétli, hogy “hüvelykujj a térképen” és “pirosat a piroshoz”.

Hasznos, ha a gyerekek párban tudják teljesíteni a feladatot.

Vezértérkép (Útvonalkövetés szabadban 2)
AZ ELLENŐRZŐPONTOKAT megjelölheted tájfutó bójával és szúróbélyegzővel. Ha elektronikus pontérintési rendszert tudsz szerezni (SPORTident, EMIT), az még hasznosabb. Egyszerűbb esetben a pontokat akár élénk színű szigetelőszalaggal is megjelölheted.

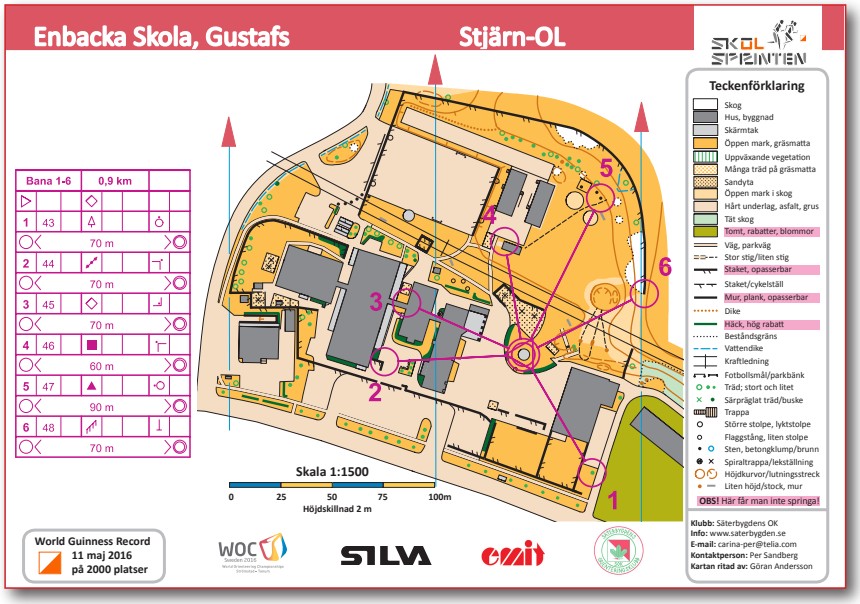
BEMELEGÍTÉSKÉNT a gyerekek kirakhatnak 1-2 pontot, levezetésként pedig lebonthatják ugyanazokat. Ez azonban csak akkor működik, ha minden ponthoz van egy-egy térképed, érdemes tehát extra vezértérképeket készíteni.

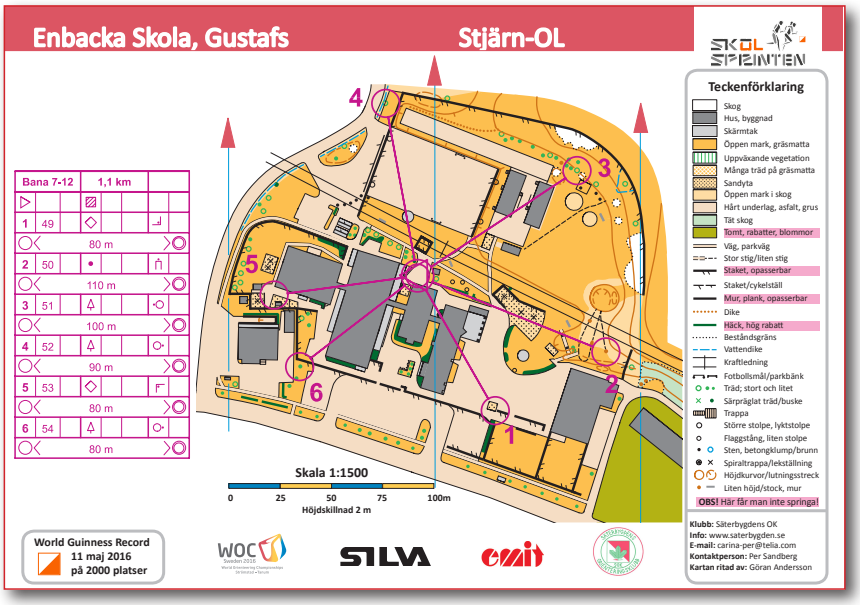


”A TÉRKÉP TÁJOLÁSA” GYAKORLATOK

A térkép tájolása (Csillagpálya, 1-6. pontok)
EZ EGY KIVÁLÓ feladat mind a térképtájolási technika fejlesztésére, mind pedig a gyerekek fizikai képességeinek fejlesztésére. A feladat egy résztávos edzésnek is kitűnően megfelel. Egyetlen ellenőrzőpont minden térképen. Bemelegítésként a gyerekek párban vegy kisebb csoportokban kirakhatják az ellenőrzőpontokat.

A TANÁR EGY PONTBÓL, a rajt/cél helyről irányítja a gyerekeket, mindig emlékezteti őket a “hüvelykujj a térképen” és a “pirosat a piroshoz” technikára. Amikor a gyerek betájolta a térképet, és eldöntötte, hogyan jut el a pontig, a feladat így hangzik:
- Tájékozódj a pontig, fogd meg, aztán fuss vissza maximális sebességgel a rajt/célhoz.



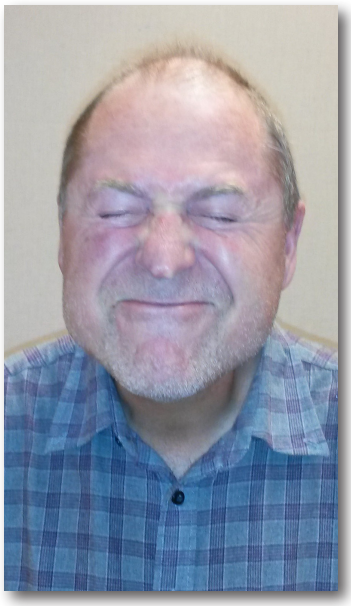


A térkép tájolása (Csillagpálya, 7-12. pontok)
MIUTÁN MIND A HAT ellenőrzőpont megvolt, a tanár és a gyerekek átmennek a másik rajt/cél helyre, hogy folytassák a következő gyakorlattal. Ugyanúgy mint korábban, a tanár emlékezteti őket a “hüvelykujj a térképen” és a “pirosat a piroshoz” módszerekre.

A CSILLAGPÁLYA ELŐNYE, hogy a tanár folyamatosan tud utasításokat és visszajelzést adni a gyerekeknek, ami egyébként nagyon nehéz a tájfutás tanítása során. A gyerekek előnyösen tudnak önállóan dolgozni ezeken a gyakorlatokon. Természetesen ha néhányan együtt akarnak futni, az is teljesen rendben van.

A tanári kar legrondább grimaszai
AZ ELLENŐRZŐPONTOKAT megjelölheted tájfutó bójával és szúróbélyegzővel. Ha elektronikus pontérintési rendszert tudsz szerezni (SPORTident, EMIT), az még hasznosabb. Egyszerűbb esetben a pontokat akár élénk színű szigetelőszalaggal is megjelölheted.

TRÉFÁS MEGOLDÁSKÉNT fényképeket is készíthetsz az iskola dolgozóiról. De azok mókás képek legyenek! Egyik lehetőség, hogy mindenki a lehető legrondább grimaszt vágja, amire csak képes. Nyomtasd ki A5 méretben, és lamináld. A gyerekeknek meg kell mondaniuk a célban, ki és milyen ábrázattal szerepelt a ponton.

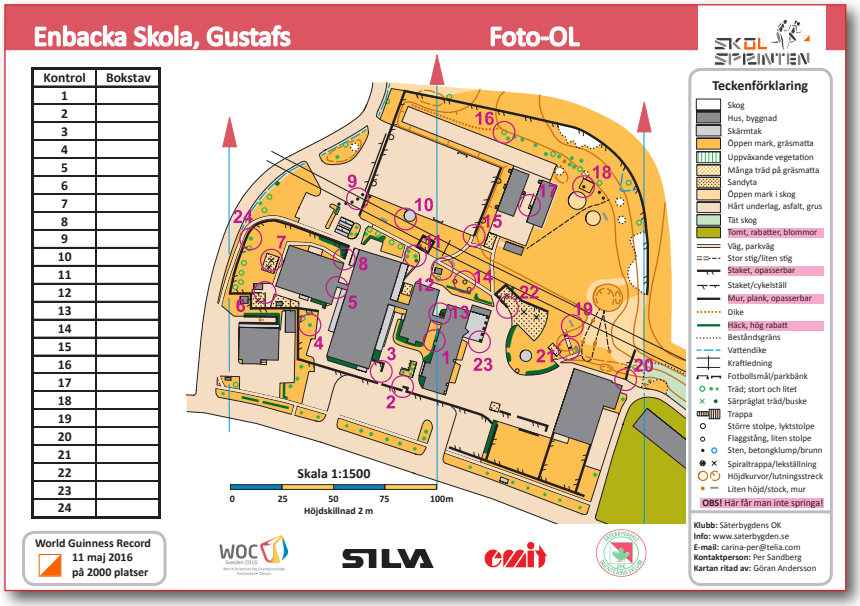


”A TÉRKÉP TÁJOLÁSA” GYAKORLATOK

A térkép tájolása (Fotó-tájfutás)
A TANÁR MEGPRÓBÁL jól látható és kevésbé látható objektumokat keresni az iskolaudvaron. Egy magányos fa vagy egy fa részlete, egy épületrészlet, egy ereszcső jellegzetes darabja, egy játszótéri bútor apró eleme, és így tovább. Csak a képzelet szab határt, kiélheted kreativitásodat.

A FOTÓ-TÁJFUTÁS ELŐNYE, hogy nem kell kiraknod a pontokra bójákat, mert a pont helye már előre megvan mint fénykép. A gyakorlat egyaránt megtartható tervezett foglalkozásként vagy spontán eseményként. A feladat az, hogy minden ponthoz azonosítsuk a hozzá tartozó fotót.

A GYEREKEK közösen dolgozhatnak párokban.



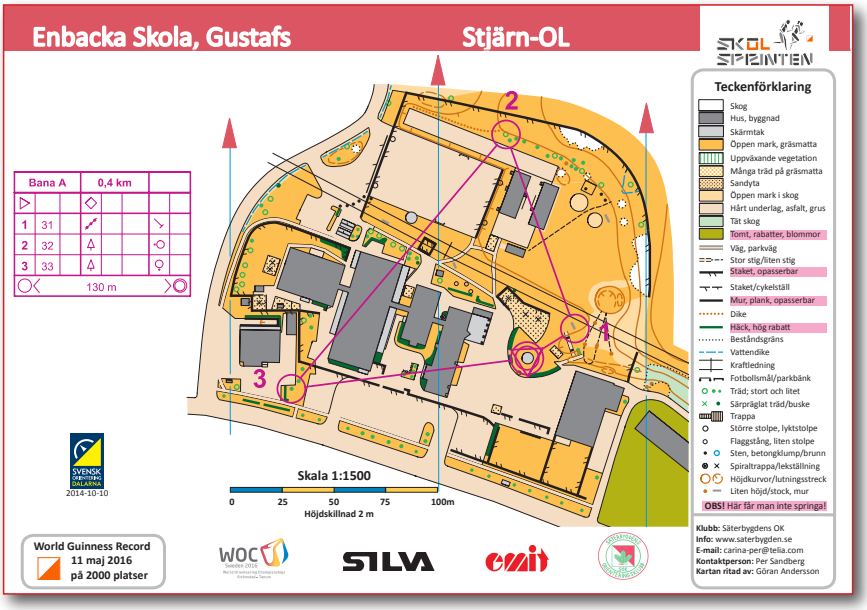
Tipp:
ÚJRAFELHASZNÁLÁSHOZ LAMINÁLD A TÉRKÉPET!

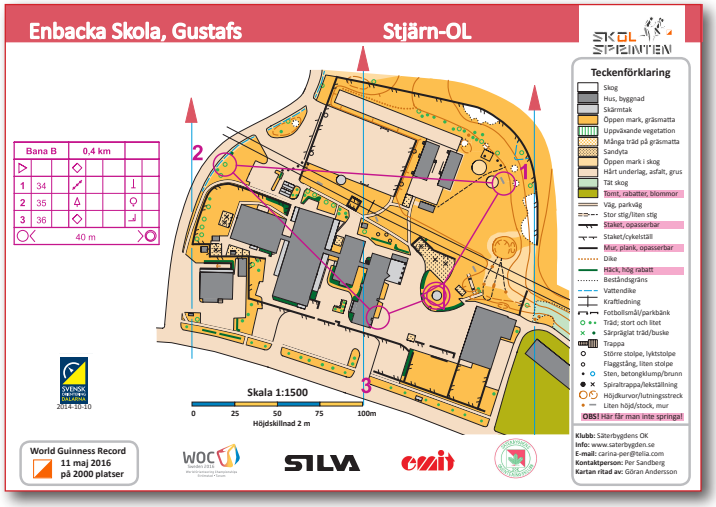
Képek az ”Enbacka” iskolából

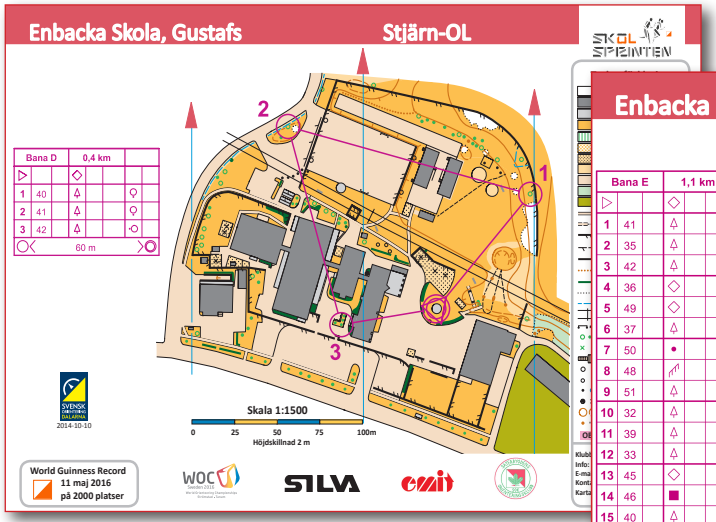
”A TÉRKÉP TÁJOLÁSA” GYAKORLATOK

A térkép tájolása (Csillagpálya, A-E pályák)
EZ EGY IGEN JÓ feladat mind a térképtájolási technika, mind pedig a gyerekek fizikai képességeinek fejlesztésére, amikor már teljesíteni tudják a “Zöld” nehézségi szintet. A feladat egy résztávos edzésnek is kitűnően megfelel. Egyetlen pálya minden térképen. Bemelegítésként a gyerekek párban vegy kisebb csoportokban kirakhatják az ellenőrzőpontokat.

A TANÁR EGY PONTBÓL, a rajt/cél helyről irányítja az edzést, mindig emlékezteti a tanítványokat a “hüvelykujj a térképen” és a “pirosat a piroshoz” módszerekre. Az utasítás így hangzik:
- Tájékozódj minden pontra, fogd meg, aztán fuss vissza maximális sebességgel az utolsó ponttól a célig.







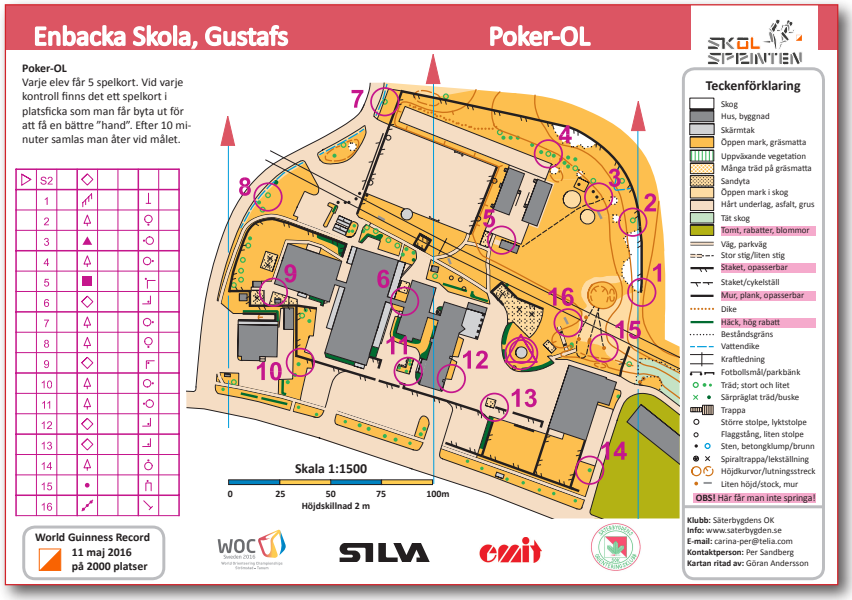
E pálya
AZ E PÁLYA az A-D pályák minden pontját tartalmazza. Ez egy jutalom feladat azoknak, akik már magasabb technikai szintet értek el.

PÓKER-TÁJFUTÁS

A GYAKORLAT egy előre megadott szintidőn belül zajlik, ami alatt a gyerekeknek a lehető legjobb ötlapos kártyakombinációt kell megszerezniük. Öt kártyával a kezükben rajtolnak, és az a feladatuk, hogy kártyáikat értékesebb kártyákra cserélve a lehető legmagasabb pontértéket érjék el.

PONTRÓL PONTRA HALADNAK, ahol mindig kicserélhetnek egy kártyát egy másikra. A tanár minden pontra előre kihelyezett egy kártyát egy zacskóba. A gyerek kiveheti a kártyát a zacskóból, és vissza kell raknia egy másikat a kezében lévők közül.

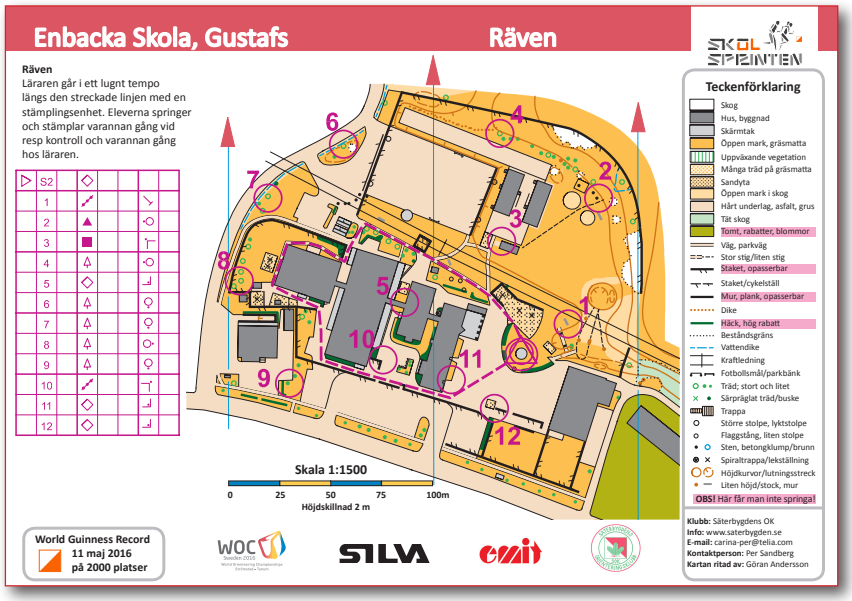
A SZINTIDŐ LEHET 10 vagy 15 perc, ezután a feladat újra elvégezhető öt új kártyával. A gyakorlat végrehajtható egyénileg, párban vagy csapatokban.



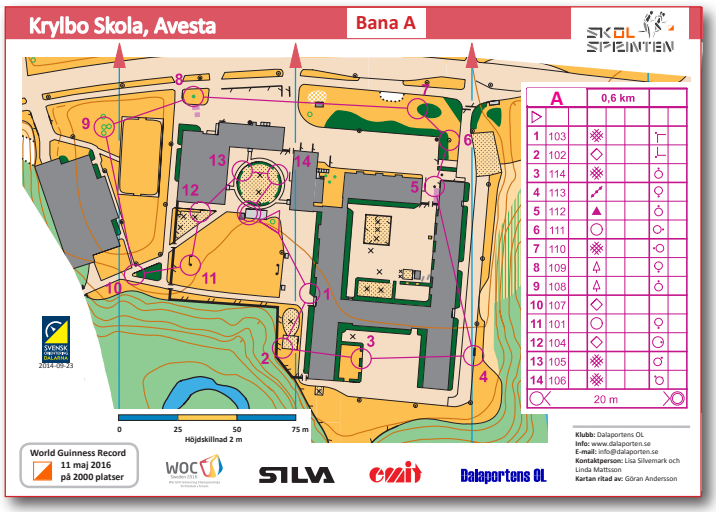
A RÓKA

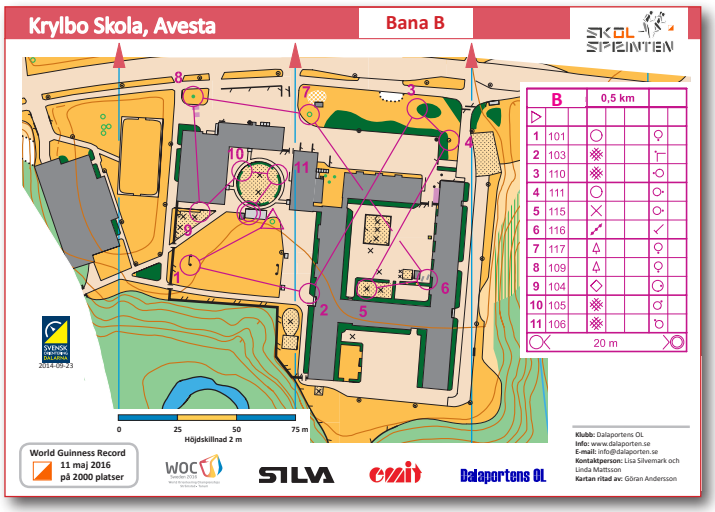
UGYANAZOKKAL a pontokkal, amit a Póker-tájfutáshoz vagy bármilyen más gyakorlathoz használtál, megcsinálhatod a "Rókát" mint kegészítő feladatot.

SZÉP LASSAN BALLAG a tanár a szaggatott vonal mentén, mint egy "mozgó ellenőrzőpont". Jó, ha van hozzá Emit vagy Sportident, de anélkül is kiválóan működik. A gyerekek egy "ötöst adnak" a tanárnak, azaz pacsival érintik a mozgó pontot. A legközelebbi ponthoz futnak, érintik, majd vissza a mozgó ponthoz (a Rókához), újra a következő ponthoz, és vissza a Rókához.



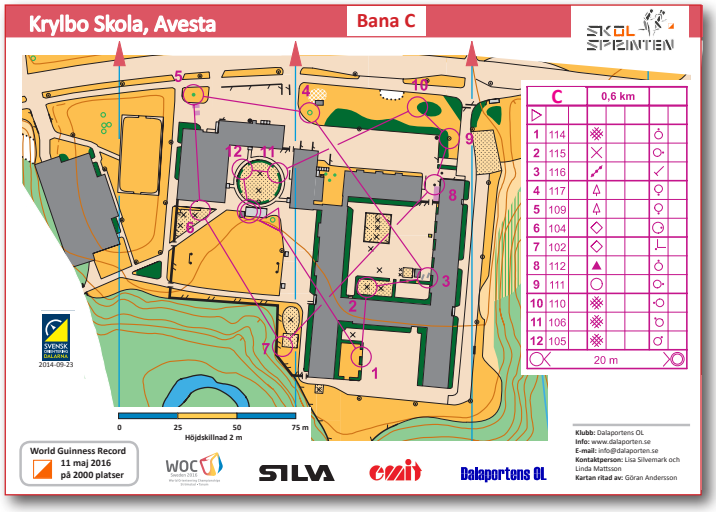
EGYSZEMÉLYES VÁLTÓ

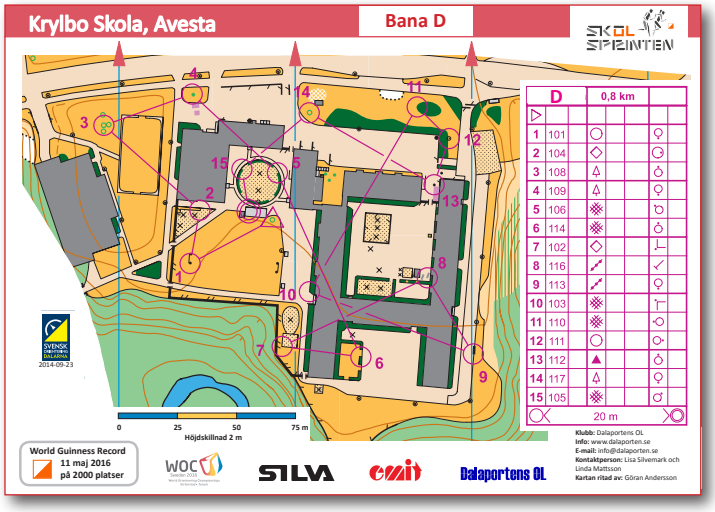




Egyszemélyes váltó

FUSS VÁLTÓT ÖNMAGADDAL! A gyerekek egyedül vagy párban hajtják végre a gyakorlatot. Indítsd őket tömegrajttal vagy félpercenként mind a négy pályán. Minden lefutott pálya után a gyerekek rövid pihenőt tartanak, ami alatt ellenőrzik a pontfogásaikat, visszajelzést kapnak a tanártól, és készülnek a következő körre, hogyan tudják magabiztosan megfogni a pontokat.





ÉRTÉKELÉS HATODIKOS KORBAN

A GYEREKEK TUDÁSÁNAK értékelése mindig kemény diónak bizonyul a tanárok számára. A térkép ismeretét kell értékelni, és nem azt, hogy milyen gyorsan tud futni a gyerek. A tantervben (svéd) a következőket olvashatjuk:

1-3. osztály: Tájékozódás a helyi ismert környezetben, és az egyszerű térképi ábrázolás megértése.
4-6. osztály: Tájékozódás térképpel a közeli szabadtéri környezetben, a térképi ábrázolás és a térképjelek megértése.
7-9. osztály: Tájékozódás térképpel és helymeghatározó eszközökkel ismeretlen környezetben.

Általános iskolai "tájékozódás" tudásszintek
A tanterv szerint a különböző osztályzatot elérő gyerekek az alábbi tudásszinteknek felelnek meg a hatodik osztály befejezésekor:

"E" osztályzathoz tartozó tudásszint
A gyerekek különböző feladatokat tudnak végrehajtani szabadtéri környezetben, a körülményekhez és a nyilvános helyek használati szabályaihoz való alapszintű alkalmazkodással. Továbbá a gyerekek képesek ismert környezetben alap magabiztossággal térképpel tájékozódni.

"C" osztályzathoz tartozó tudásszint
A gyerekek különböző feladatokat tudnak végrehajtani szabadtéri környezetben, a körülményekhez és a nyilvános helyek használati szabályaihoz való viszonylag jó alkalmazkodással. Továbbá a gyerekek képesek ismert környezetben viszonylag jó magabiztossággal térképpel tájékozódni.

"A" osztályzathoz tartozó tudásszint
A gyerekek különböző feladatokat tudnak végrehajtani szabadtéri környezetben, a körülményekhez és a nyilvános helyek használati szabályaihoz való jó alkalmazkodással. Továbbá a gyerekek képesek ismert környezetben nagy magabiztossággal térképpel tájékozódni.

Tanácsok az értékeléshez
"Alap magabiztossággal" (E) azt jelenti, hogy a gyerekek elkövetnek hibákat, és tanári segítségre van szükségük ahhoz, hogy tájékozódni tudjanak.
"Viszonylag jó magabiztossággal" (C) azt jelenti, hogy a gyerekek elkövetnek hibákat, de tudnak önállóan tájékozódni.
"Nagy magabiztossággal" (A) azt jelenti, hogy a gyerekek nem követnek el hibákat, és nem szükséges tanári segítség az önálló tájékozódásukhoz.

Az értékelés módszere hatodikos korban
A fentiekből következően az értékelésnél azt kell felmérni, hogy a gyerekek mennyire tudnak tájékozódni egy számukra ismert környezetben:

1 / A térkép színei, jelei, a térképi ábrázolás.
2 / A térkép tájolása tájolóval vagy a terep alapján.
3 / A térkép használata helyváltoztatás során.

KIVITELEZÉS

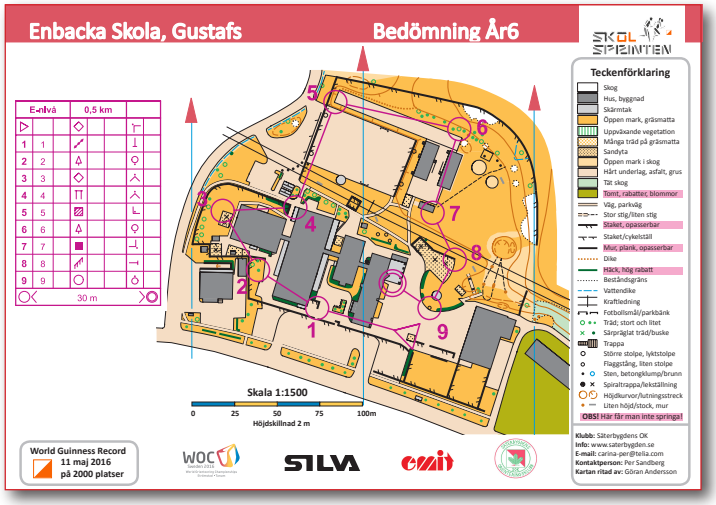
Általánosságban

Az itt bemutatott pályákkal felmérhető, hogyan tudják a gyerekek tájolni a térképet (pirosat a piroshoz) és helyváltoztatást tervezni és végrehajtani több pont között egy ismert környezetben (iskolaudvar és közvetlen környéke). A gyerekek egy csomó kódjelzés nélküli ellenőrzőpontot találnak, és csak azokon bélyegeznek, amelyek rajta vannak a térképükön. Ebben a példában 16 pont van kihelyezve a terepre (ld. a vezértérképet jobbra).

Hatodikos "E" szint

A feladat sétatempóban 15 perc alatt megoldható. Legalább 6 ellenőrzőpontból kell állnia, melyből legalább ötöt kell sikeresen megfogni. A szintidő 30 perc.

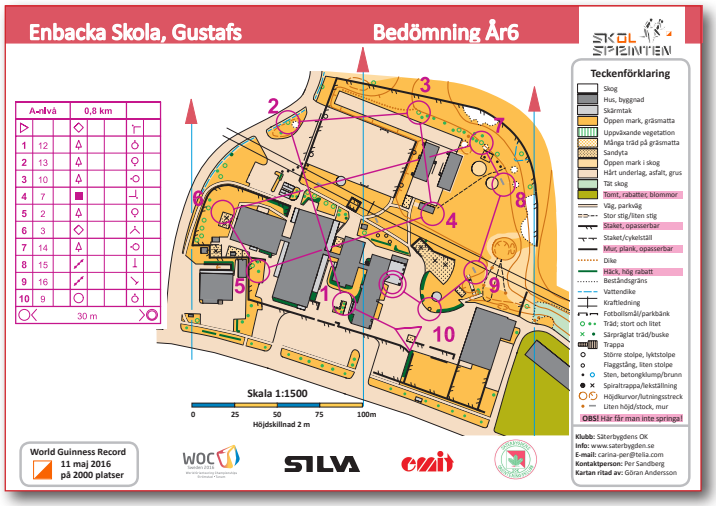
Ebben a példában a 9 ellenőrzőpontból legalább 8-nak kell meglennie.

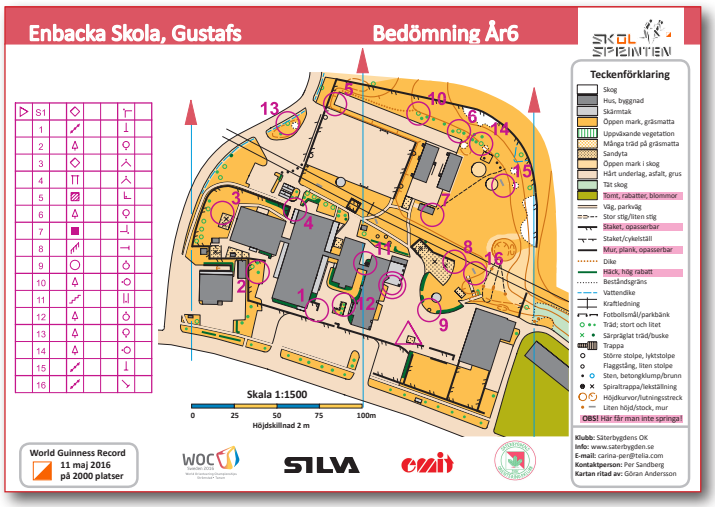


Hatodikos "A" szint

A feladat sétatempóban 15 perc alatt megoldható. Legalább 6 ellenőrzőpontból kell állnia, melyből legalább ötöt kell sikeresen megfogni. A szintidő 30 perc.

Ebben a példában mind a 10 ellenőrzőpontnak meg kell lennie.

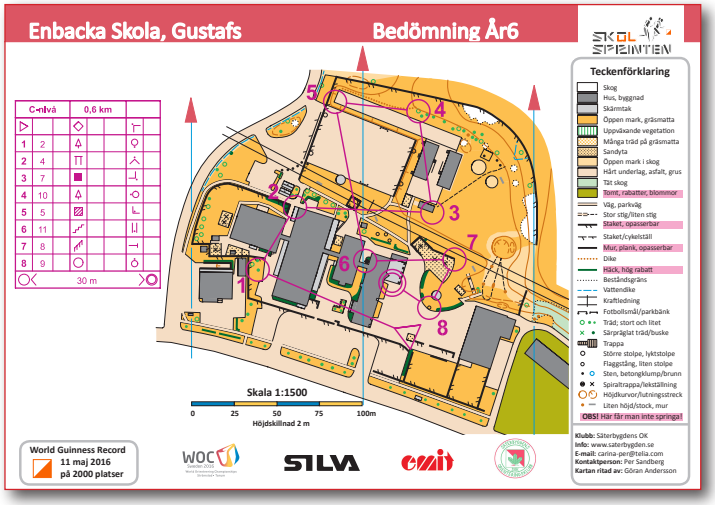




Hatodikos "C" szint

A feladat sétatempóban 15 perc alatt megoldható. Legalább 6 ellenőrzőpontból kell állnia, melyből legalább ötöt kell sikeresen megfogni. A szintidő 30 perc.

Ebben a példában a 8 ellenőrzőpontból legalább 7-nek kell meglennie.



HOGYAN JUTHAT SEGÍTSÉGHEZ AZ ISKOLA?

A térkép mint oktatási segédeszköz

A TÉRKÉP ÉS A TÁJOLÓ szorosan összetartozik, akár erdőben, akár városban tájékozódunk. Ahhoz, hogy tájfutást tanítsunk és egyszersmind teljesítsük a tantervben előírt követelményeket, minden iskolának oktatási anyagokra van szüksége, hogy el tudja látni az ide vonatkozó oktatási feladatait.

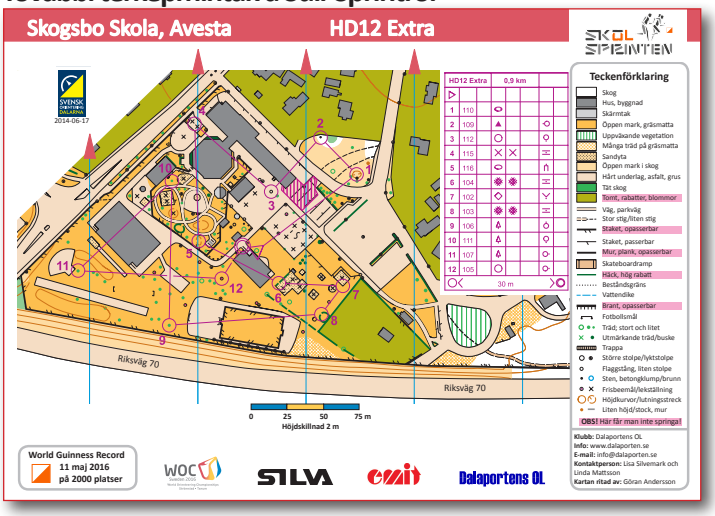
A "SULI-SPRINT" PROJEKT és a jelen anyag célja volt bemutatni, hogyan lehet remek körülményeket teremteni a tájfutás oktatásához, amit a gyerekek úgy élnek meg mint "izgalmas, élvezetes és tanulságos". A vezérelv mindig az volt, hogy a gyerekek örömet érezzenek, miközben "igazi" tájfutást művelnek színes és valósághű térképpel, menő tájolóval és elektronikus pontérintéssel.

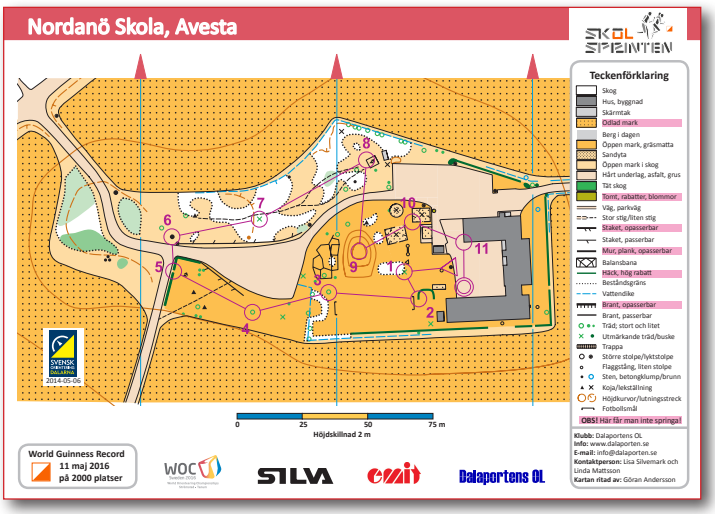
KÖZÖSEN a Silva és az EMIT cégekkel mint együttműködő partnerekkel, a Dalaportens tájfutóklubbal és Dalarna tartomány tizenhat iskolájával, kialakítottunk egy koncepciót, ami nagyon jól beleillik az iskolai oktatásba. A visszhang fantasztikus volt mind a gyerekek, mind a tanárok, nem utolsó sorban pedig az iskolaigazgatók részéről.

A HELYI TÁJFUTÓ KLUBBAL VALÓ EGYÜTTMŰKÖDÉS kiváló lehetőséget biztosít arra, hogy a "Sport Alapból" pénzügyi támogatásra lehessen pályázni, elsősorban az iskolatérkép elkészítésére. Továbbá minden iskolának és önkormányzatnak a költségvetéséből évenként el kell különítenie egy összeget, amit iskolatérképekre fordít. Stockholm önkormányzata folyamatos szerződésben áll egy tájfutó klubbal annak érdekében, hogy az iskolatérképeket elkészítsék, és évenként felülvizsgálják.

HA TOVÁBBI információra van szükséged arról, hogyan lehet pályázatot benyújtani, hogyan kivitelezhető a térképkészítés vagy saját oktatási gyakorlatok kidolgozása, keresd meg Göran Anderssont.

További térképminták a Suli-Sprintről





SKOL SPRINTEN

A SVÉD SILVA CÉGRŐL

Története
1933-BAN, mindössze 14 évvel azután, hogy a tájékozódási futás versenysporttá vált, a svéd bajnok tájfutók triója összeállt, hogy fejlesszék a felszerelést annak érdekében, hogy jobb eredményeket lehessen elérni. Megszületett az első igazi versenytájoló. Azóta a Silva átvette a vezetést a tájolók fejlesztésében sok különböző területen, és ma a Silva a világ vezető tájoló márkája a tájfutásban.

A múltban a térkép nagyon pontatlan volt, és azokban az időkben a tájékozódási futás leginkább az iránymenetről, a tájoló használatáról szólt. Manapság már másként van. A térképek nagyon részletesek és jól megrajzoltak. A mostani tájfutásnak leginkább a térképolvasás az alapja, illetve a térkép betájolása a terephez és a valósághoz.

15 ÉVVEL ezelőtt a “66 OMC Spectra” tájolót erre a célra fejlesztették ki, vagyis lényeg a térképolvasás, a helyes irányra elég rövid pillantásokat vetni. A legújabb “Race 360 JET” Silva ujjtájolóval együtt, ezek a leginkább elterjedt tájolók a tájékozódási futásban.

NÉHÁNY ÉVE a Silva megjelentetette a kis “Metro” elnevezésű tájolóját, ami kulcstartóként használható, vagy a túrázók hátizsákjára akasztva lehet hasznos társ.

Silva Begin csuklóra húzható tájoló
A “66 OMC Spectra” és “Metro” funkciói egyesültek az új iskolai tájolóban, amit “Begin”-nek neveztek el. Ez a csuklóra húzható tájoló a tökéletes kezdő segédeszköz az érdeklődő fiataloknak, és az iskolai tájfutáshoz is megfelel. A tájoló kis mérete a gumírozott szelencével ideális a kis kezekhez és a nagy kihívásokhoz. A pánt biztosan illeszkedik a kézre, így a használója a térképolvasásra és a futás irányra tud figyelni.

A svéd Silva AB más termékei
A tájolókon kívül a Silva forgalmaz még fényvisszaverő bójákat, szúróbélyegzőket és fejlámpákat is a tájfutás minden válfajához.

Begin

66 OMC Spectra

Metro

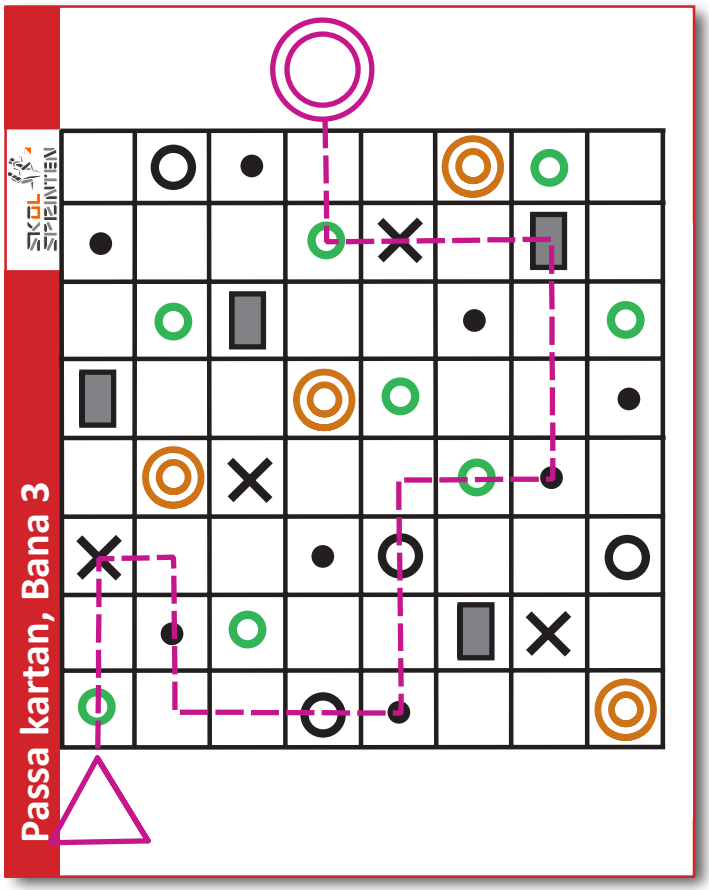
Race 360 JET

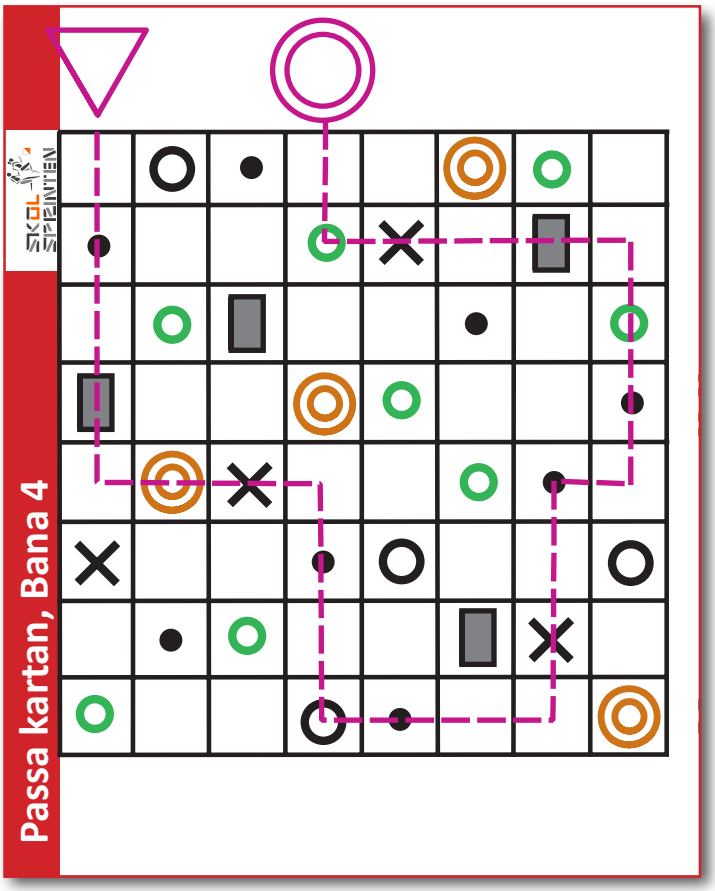
JEGYZETEK

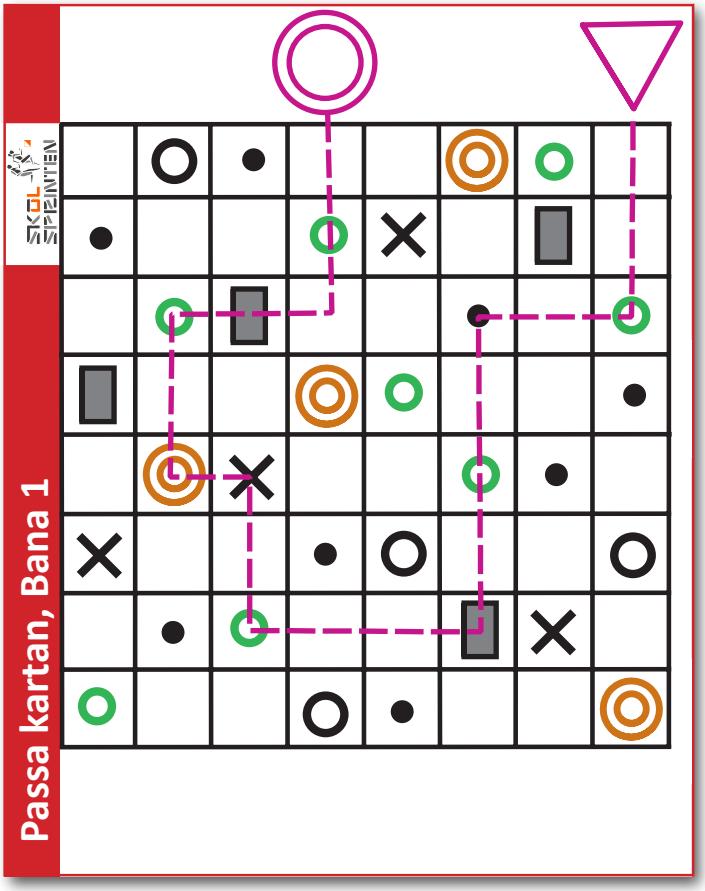
TARTALOMJEGYZÉK – FÜGGELÉK

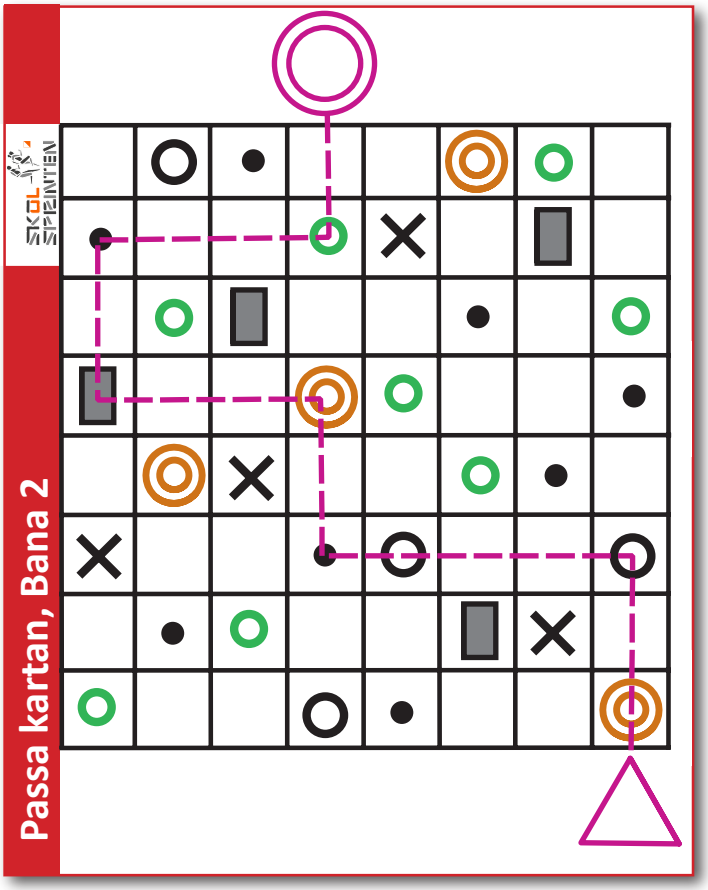
Gyakorlati feladatok	**30-38**
A térkép tájolása, sakktábla	30
A térkép tájolása, tornaterem	31-38
Elméleti feladatok	**39-46**
A térkép színei	39
A térkép jelei	40
Pirosat a piroshoz	41
Térképet a térképhez	42
Találj öt eltérést	43
Öt jel eltűnt	44
Öt jellel több lett	45
Öt jelet felnagyítottak	46
A feladatok megoldásai	**47-50**

A TÉRKÉP TÁJOLÁSA, SAKKTÁBLA



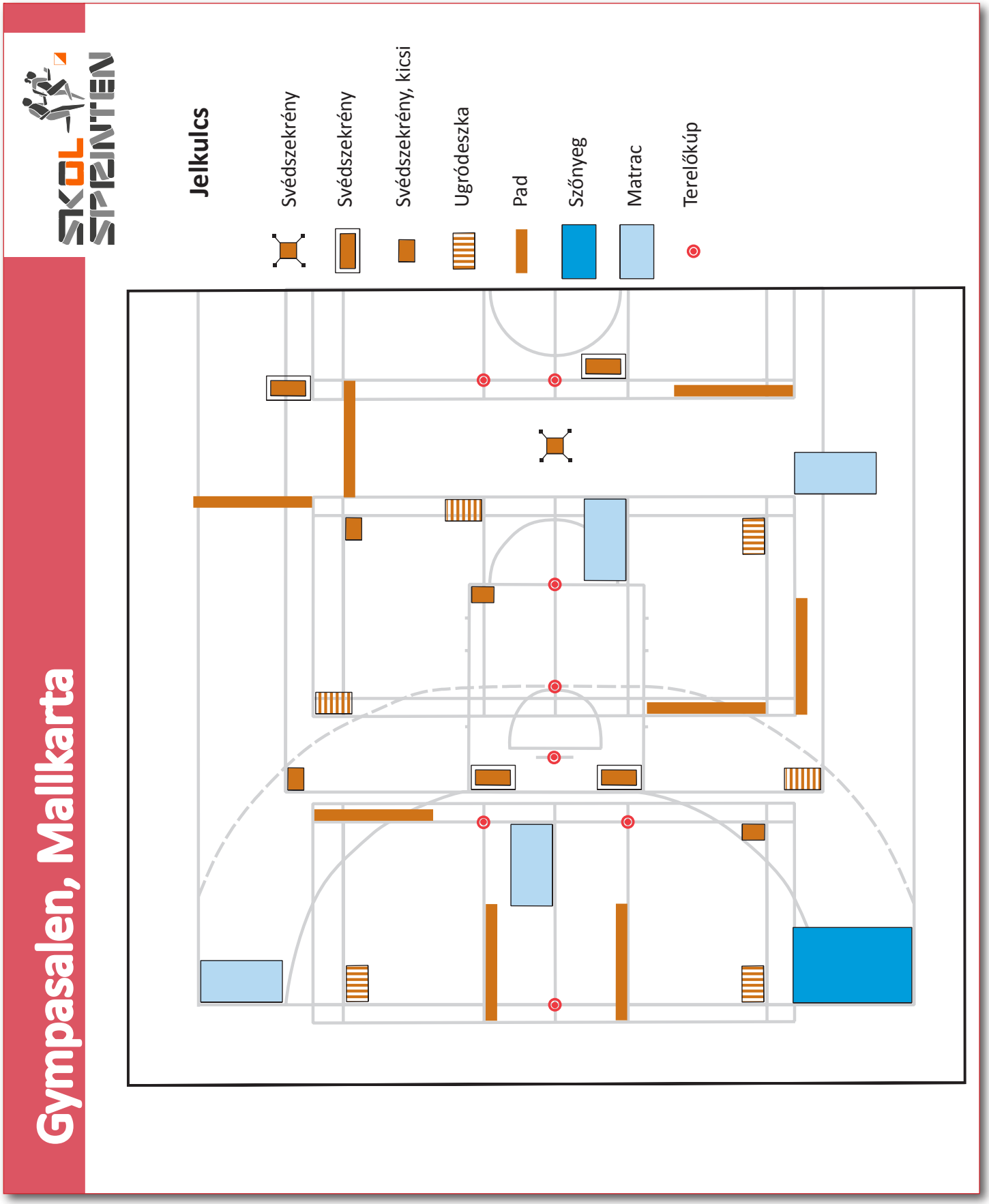






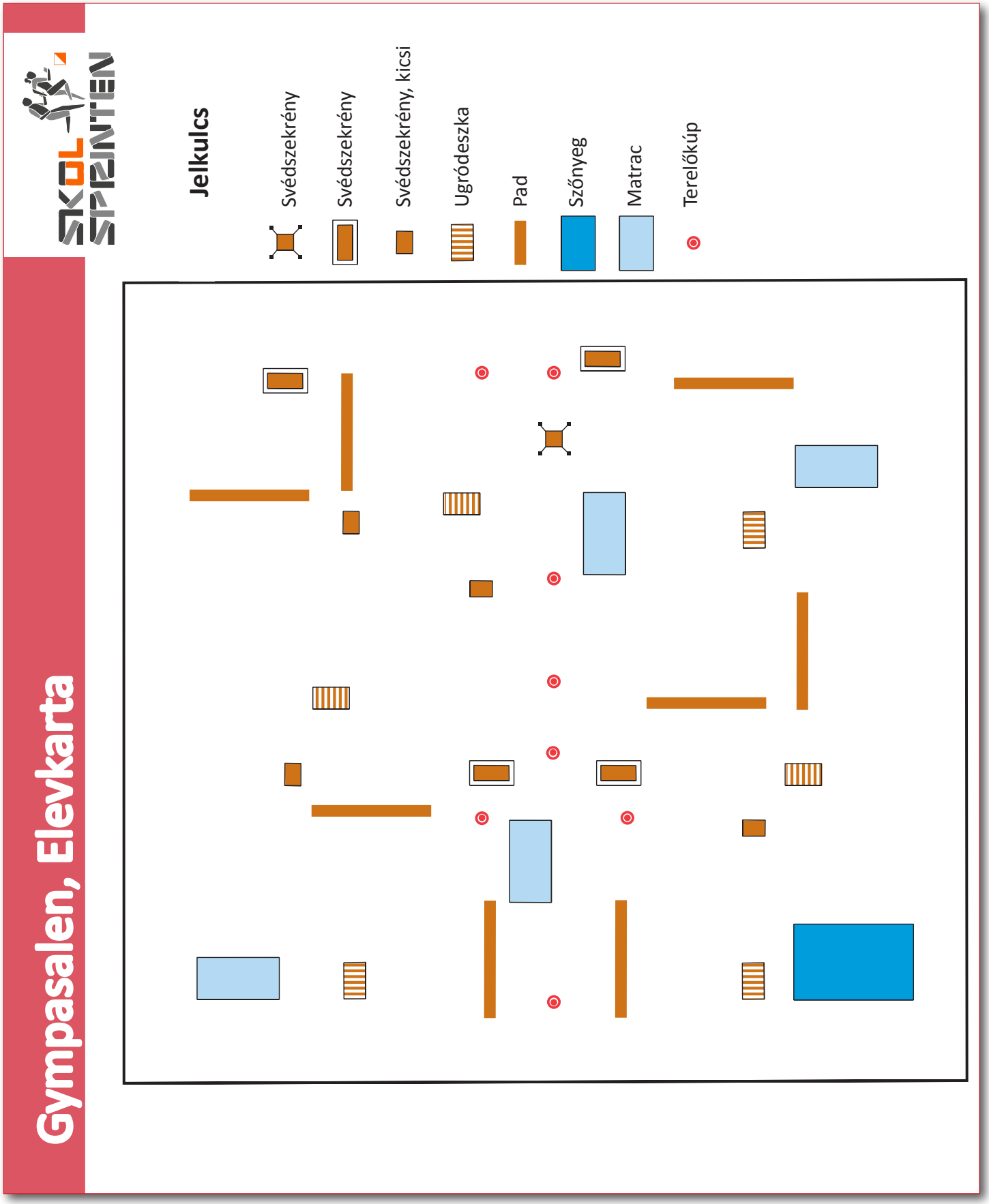
A TÉRKÉP TÁJOLÁSA

Tornaterem, vezértérkép



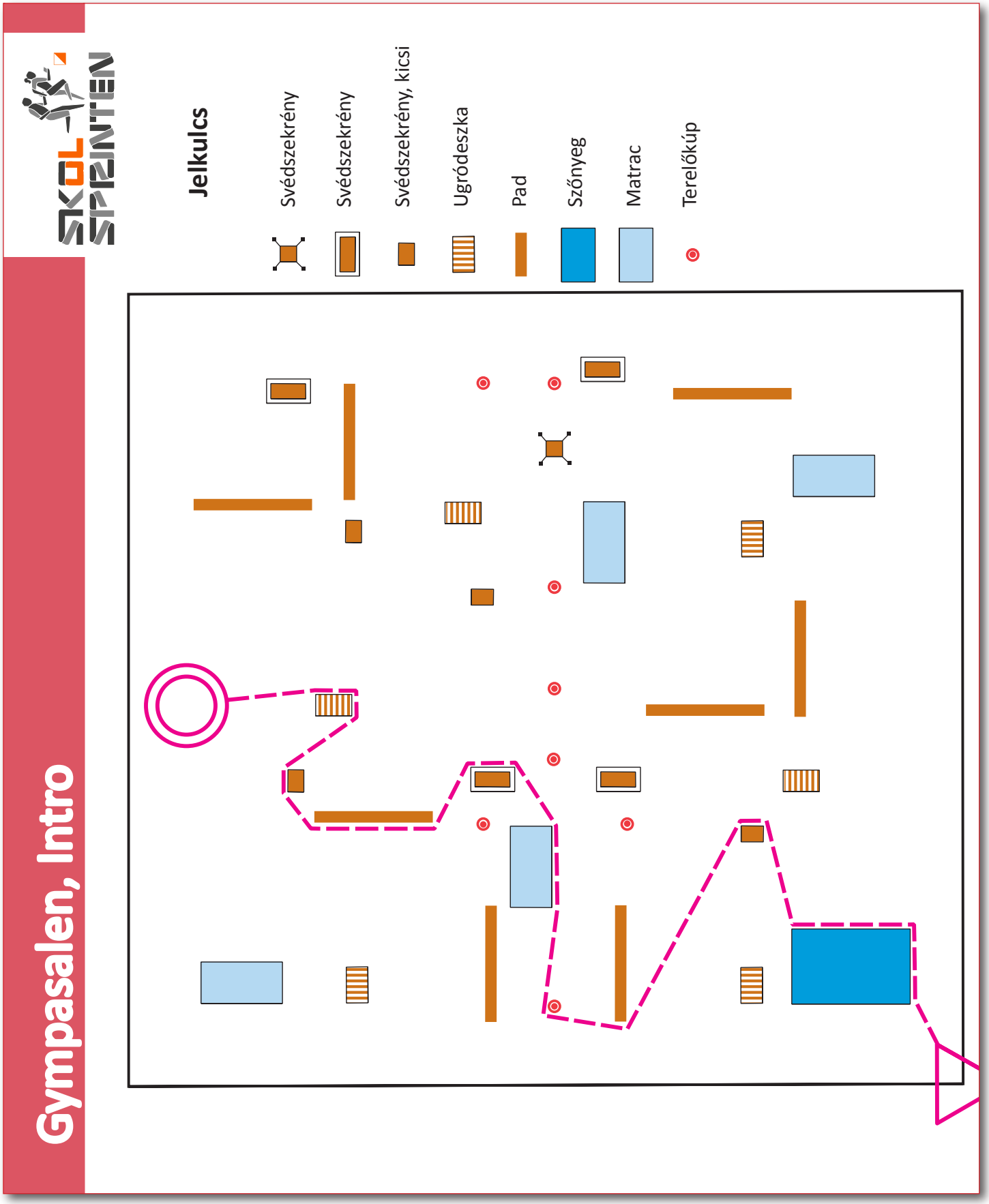
A TÉRKÉP TÁJOLÁSA

Tornaterem, diák térkép



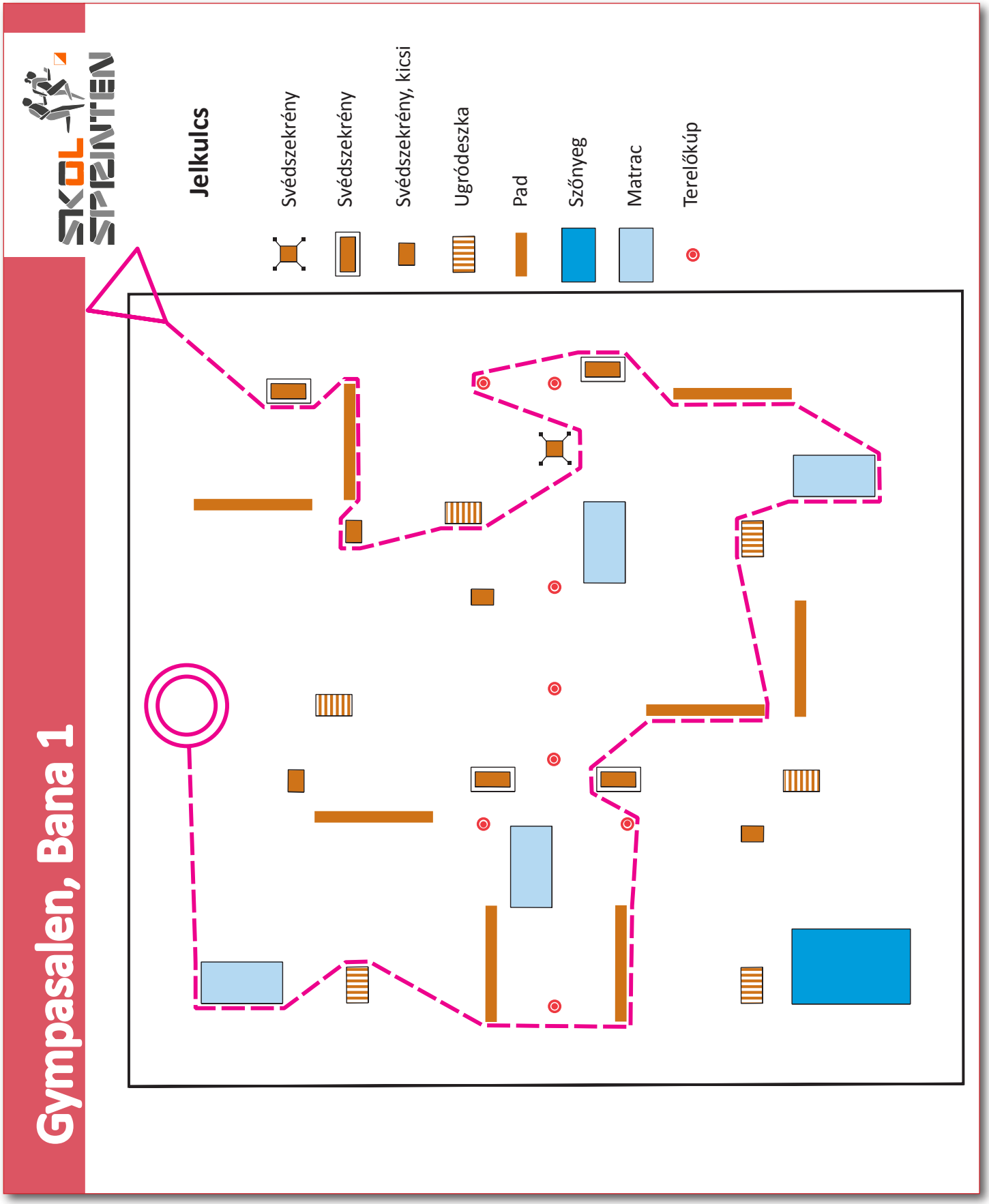
A TÉRKÉP TÁJOLÁSA

Tornaterem, bemutató



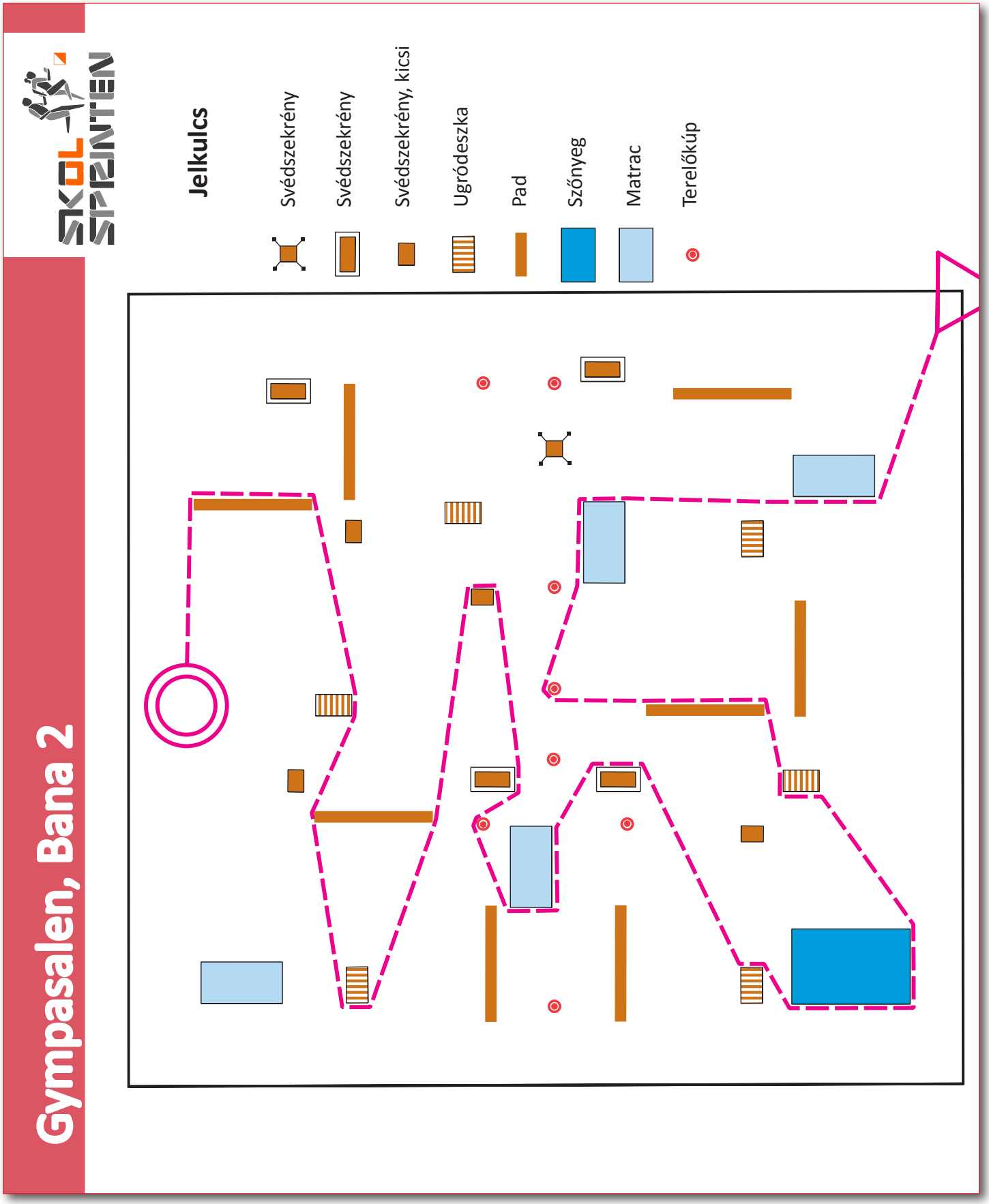
A TÉRKÉP TÁJOLÁSA

Tornaterem, 1. pálya



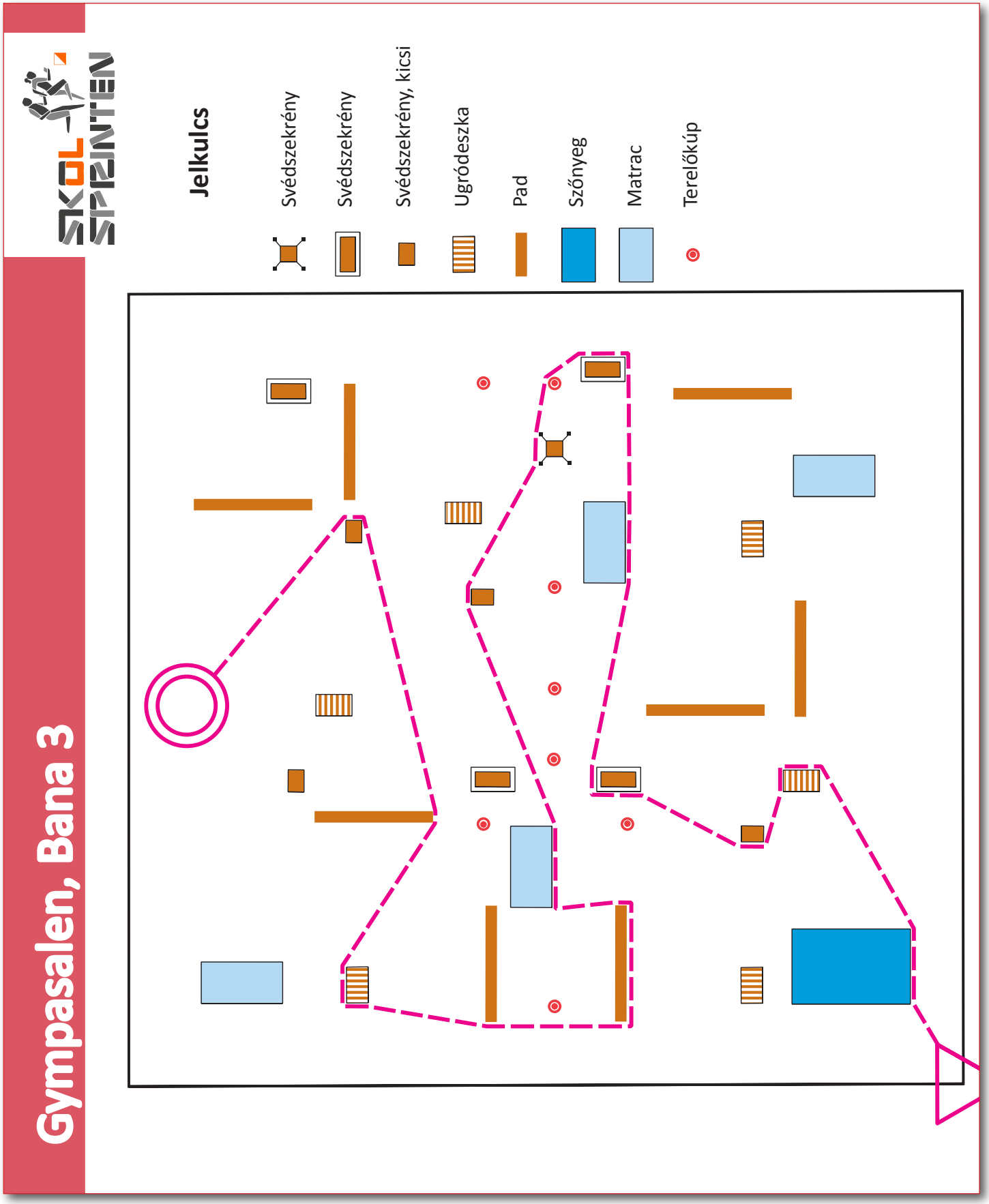
A TÉRKÉP TÁJOLÁSA

Tornaterem, 2. pálya



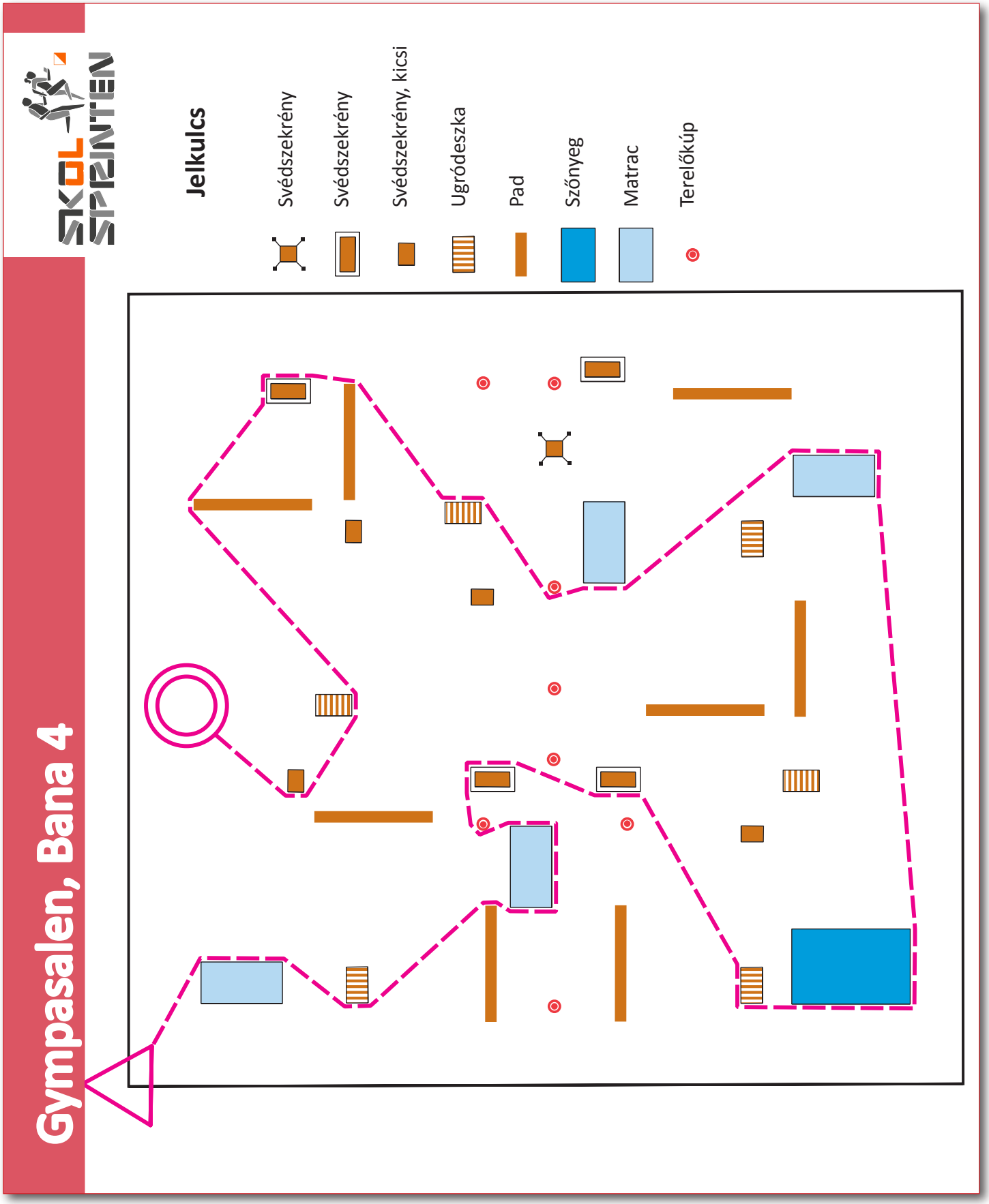
A TÉRKÉP TÁJOLÁSA

Tornaterem, 3. pálya



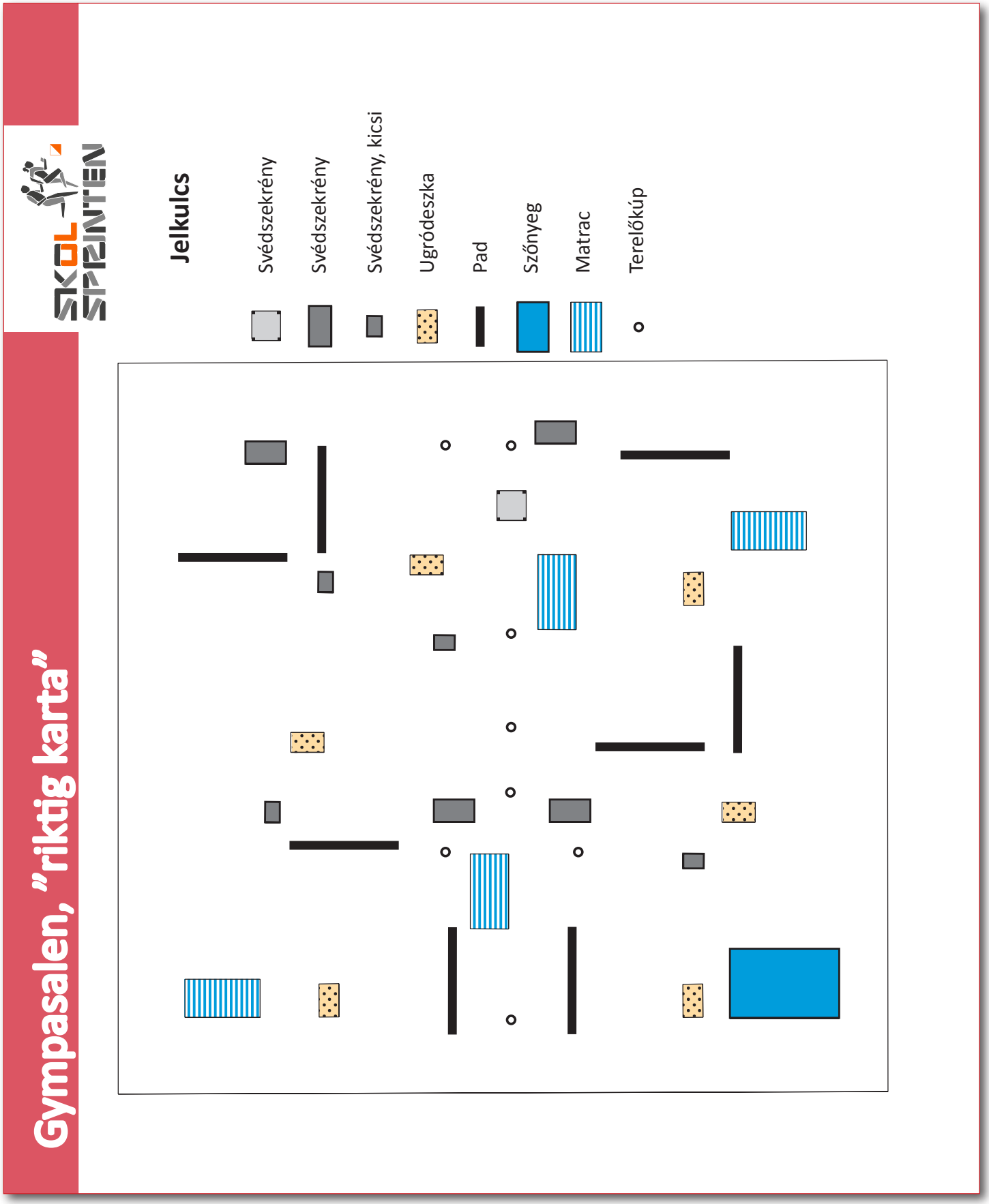
A TÉRKÉP TÁJOLÁSA

Tornaterem, 4. pálya

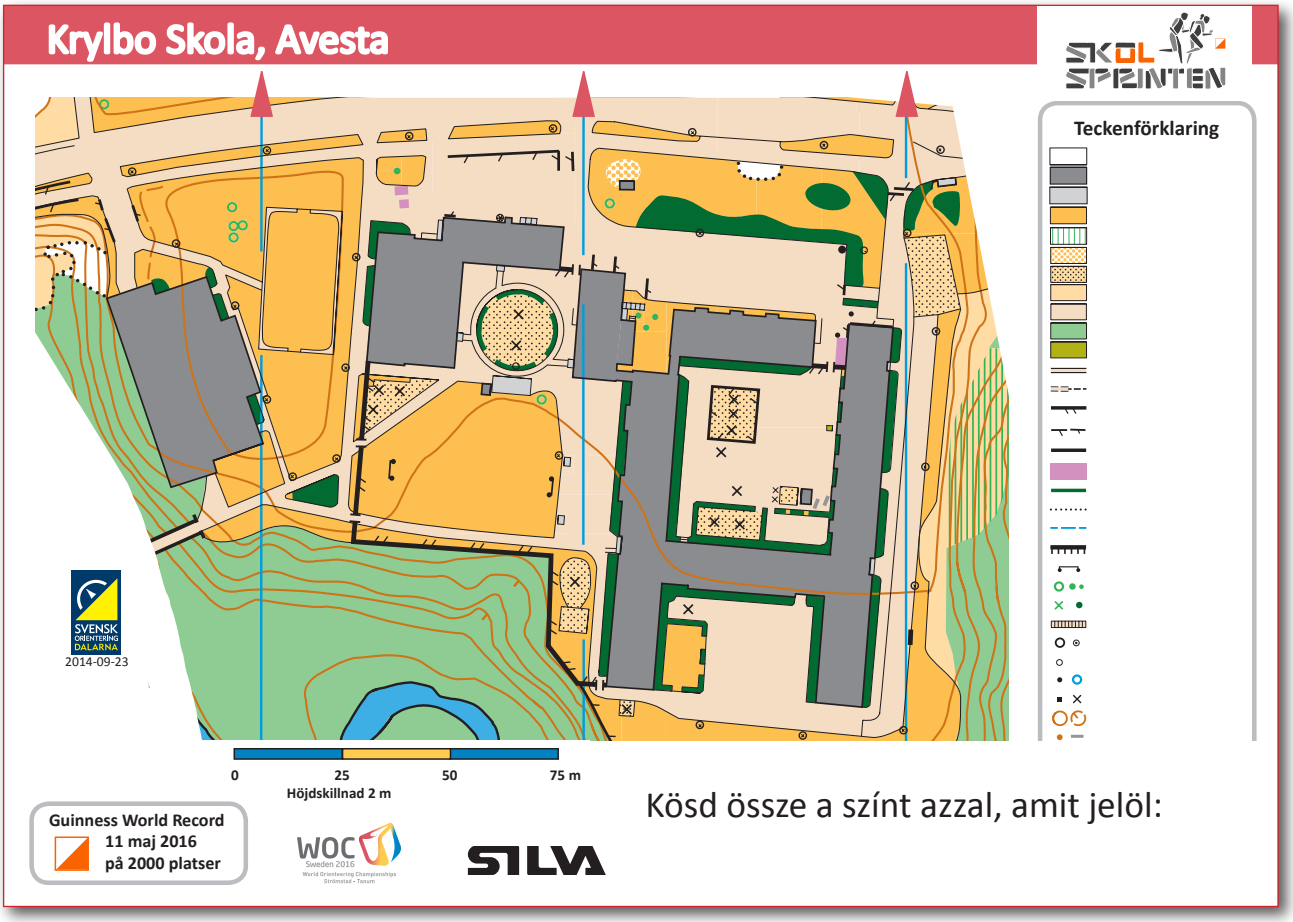


A TÉRKÉP TÁJOLÁSA

Tornaterem, ”igazi térkép”



A TÉRKÉP SZÍNEI



Sárga
- Jól futható erdő.

Zöld
- Dombok, mélyedések.

Rózsaszín
- Sziklák, sziklafalak, utak, kerítések, falak, hidak, oszlopok.

Fehér
- Nyílt területek, például mezők, rétek, tisztások.

Világosbarna
- Sűrű növényzet. Akkor használják, ha a terepen nehéz keresztül futni, vagy a sövények jelölésére.

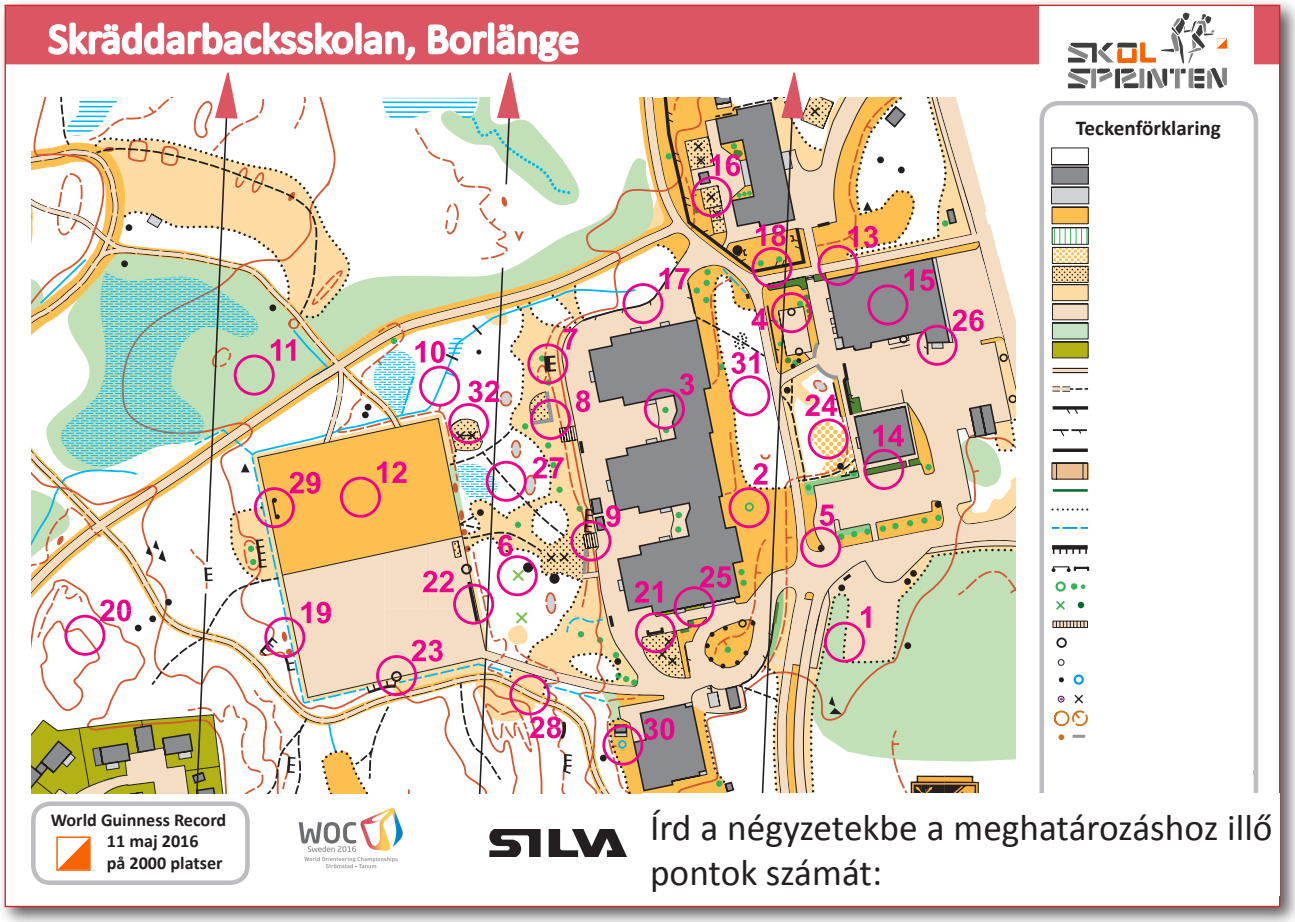
Kék
- Házak, épületek. A világosszürke szín átjárókat jelöl.

Barna
- Burkolt vagy kavicsos felszín, mint például utak, parkolók, iskolaudvarok.

Fekete
- Ideiglenes építmények, kinti kávézók, konténerek.

Szürke
- Víz: tavak, folyók, patakok, vizesárkok, mocsarak.

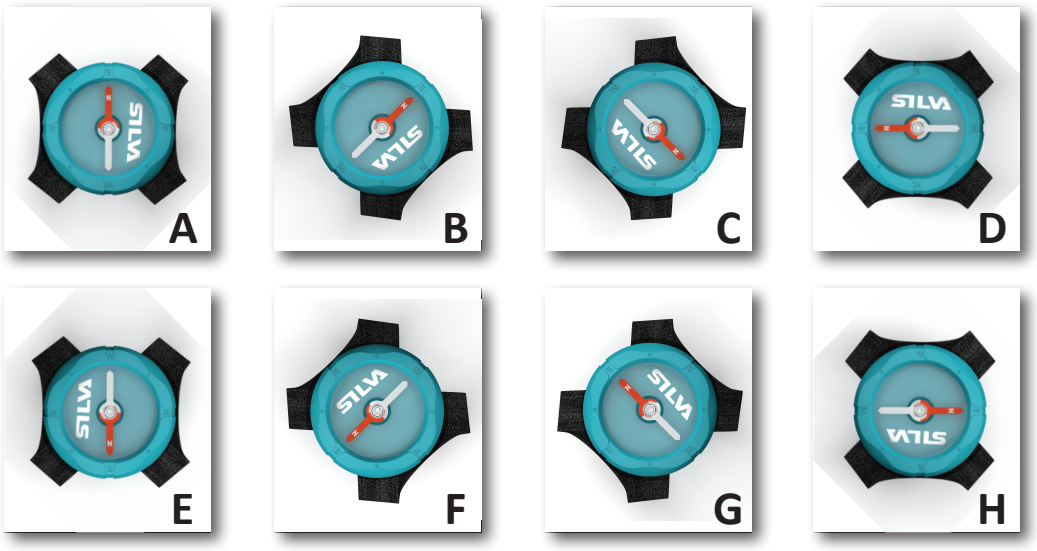
A TÉRKÉP JELEI



- ☐ Ház, épület
- ☐ Erdő
- ☐ Átjáró
- ☐ Mező, nyílt terület
- ☐ Homokos talaj
- ☐ Magánterület, virágágyás
- ☐ Burkolattal rendelkező út
- ☐ Gyalogút
- ☐ Ösvény
- ☐ Áthatolható kerítés
- ☐ Áthatolhatatlan kerítés
- ☐ Áthatolhatatlan fal
- ☐ Áthatolható fal
- ☐ Nagy fa
- ☐ Kis fa
- ☐ Jellegzetes növényzeti objektum
- ☐ Jelleghatár
- ☐ Kisebb vízfolyás, patak
- ☐ Áthatolhatatlan sziklafal
- ☐ Foci kapu
- ☐ Pad
- ☐ Lépcső
- ☐ Nagy oszlop
- ☐ Zászlótartó oszlop, kis oszlop
- ☐ Szikla
- ☐ Kút
- ☐ Játszótéri eszköz
- ☐ Domb, szintvonal
- ☐ Sűrű növényzet
- ☐ Nyílt terület, fák elszórtan
- ☐ Kúp
- ☐ Áthatolhatatlan növényzet, sövény

PIROSAT A PIROSHOZ

Válszd ki, hogy melyik térképhez melyik tájoló illik

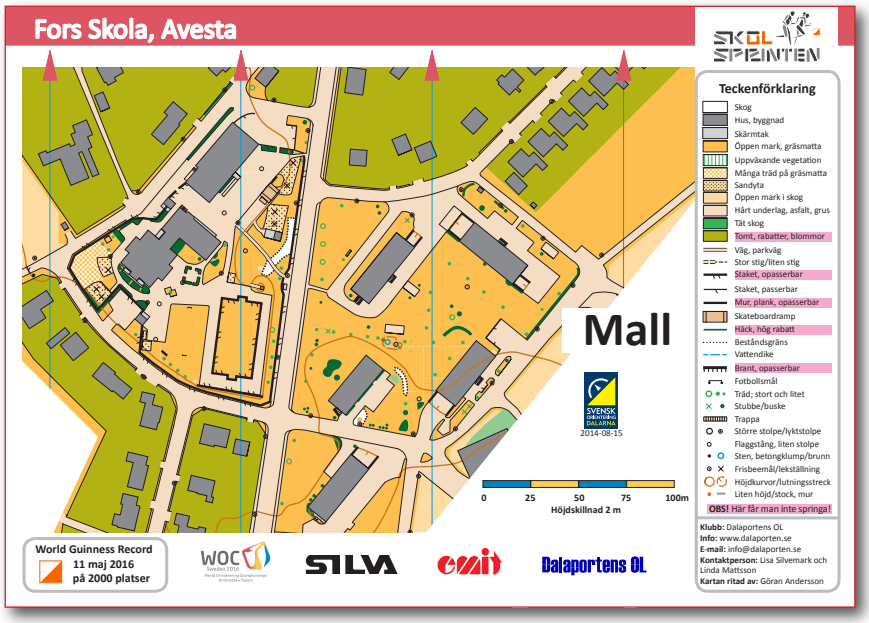


Kösd össze a számokat a megfelelő betűkkel:

1	A
2	B
3	C
4	D
5	E
6	F
7	G
8	H

TÉRKÉPET A TÉRKÉPHEZ

Melyik térkép egyezik az eredetivel?



A bal oldalt látható térkép az eredeti. A lenti térképek közül **csak az egyik egyezik meg teljesen az eredetivel,** a többi három térképről néhány objektum hiányzik.

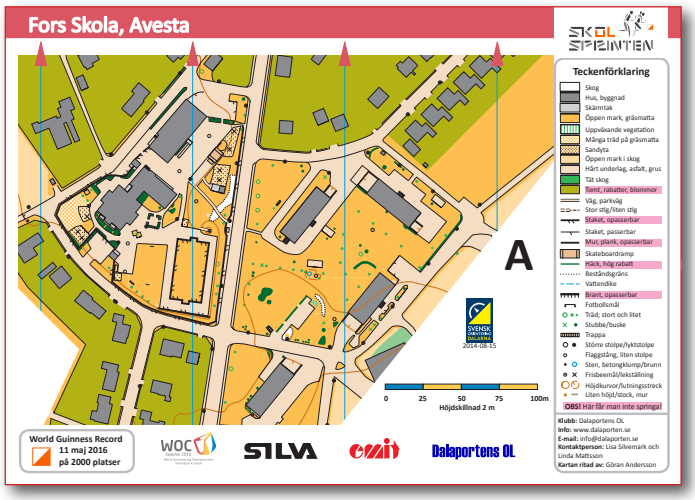
Melyik az egyező térkép:

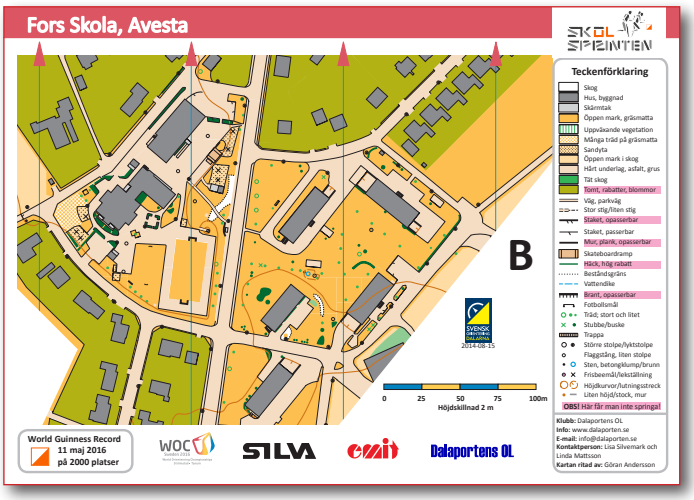
A ☐

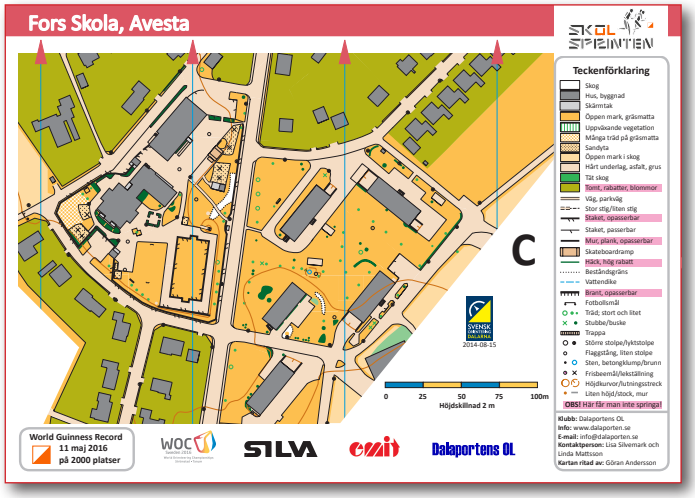
B ☐

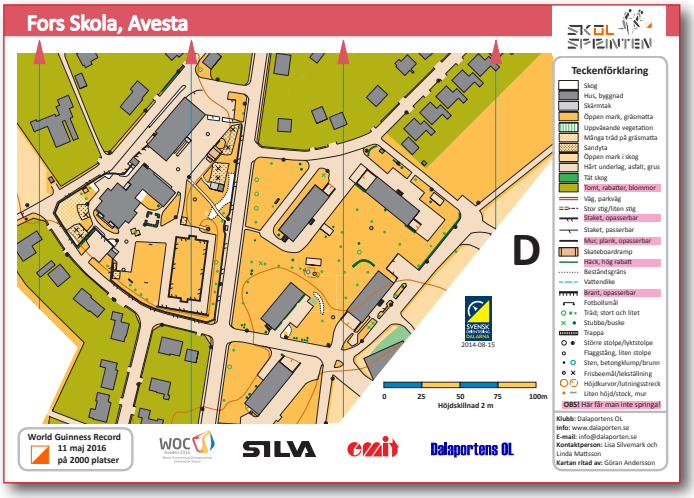
C ☐

D ☐

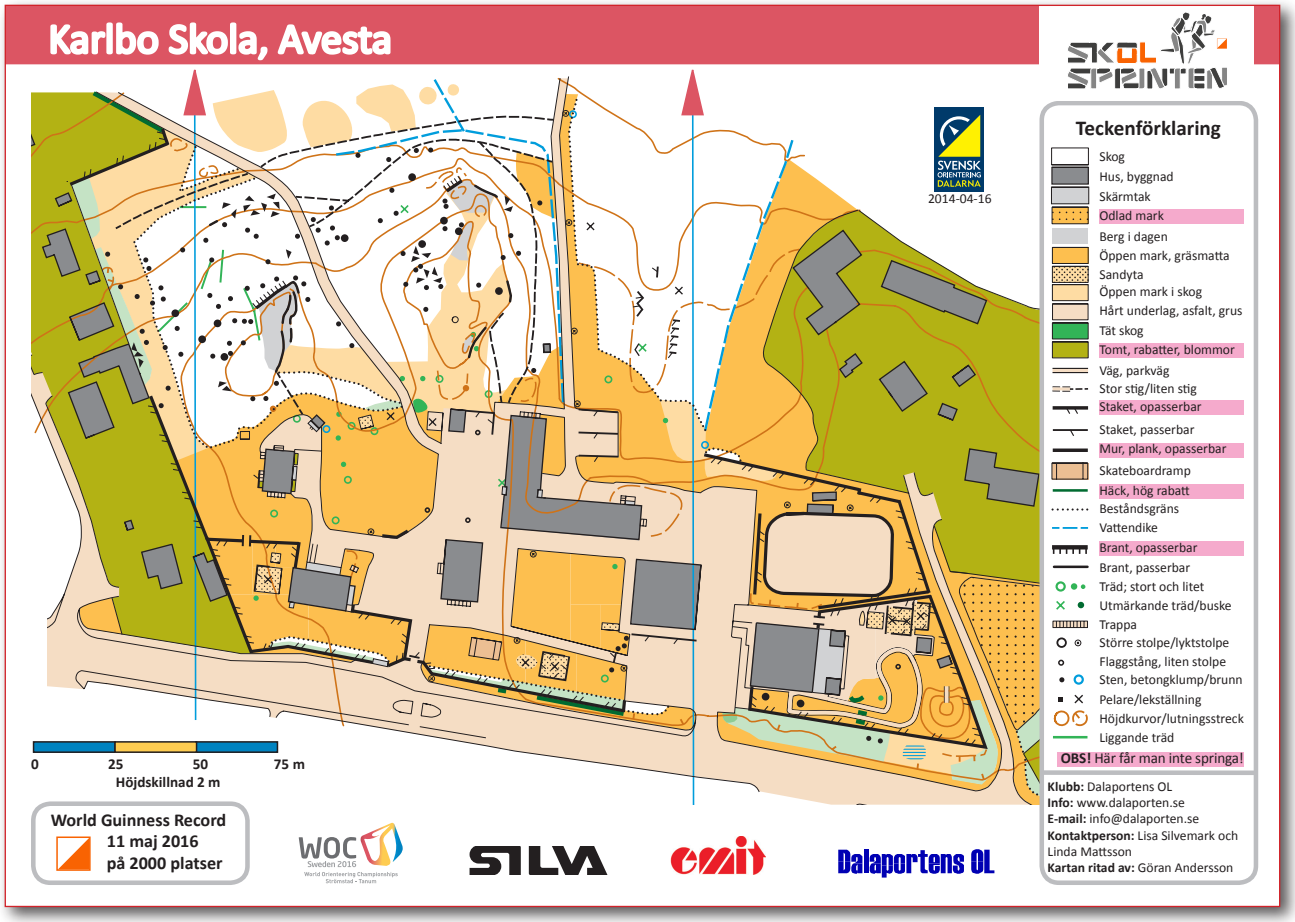


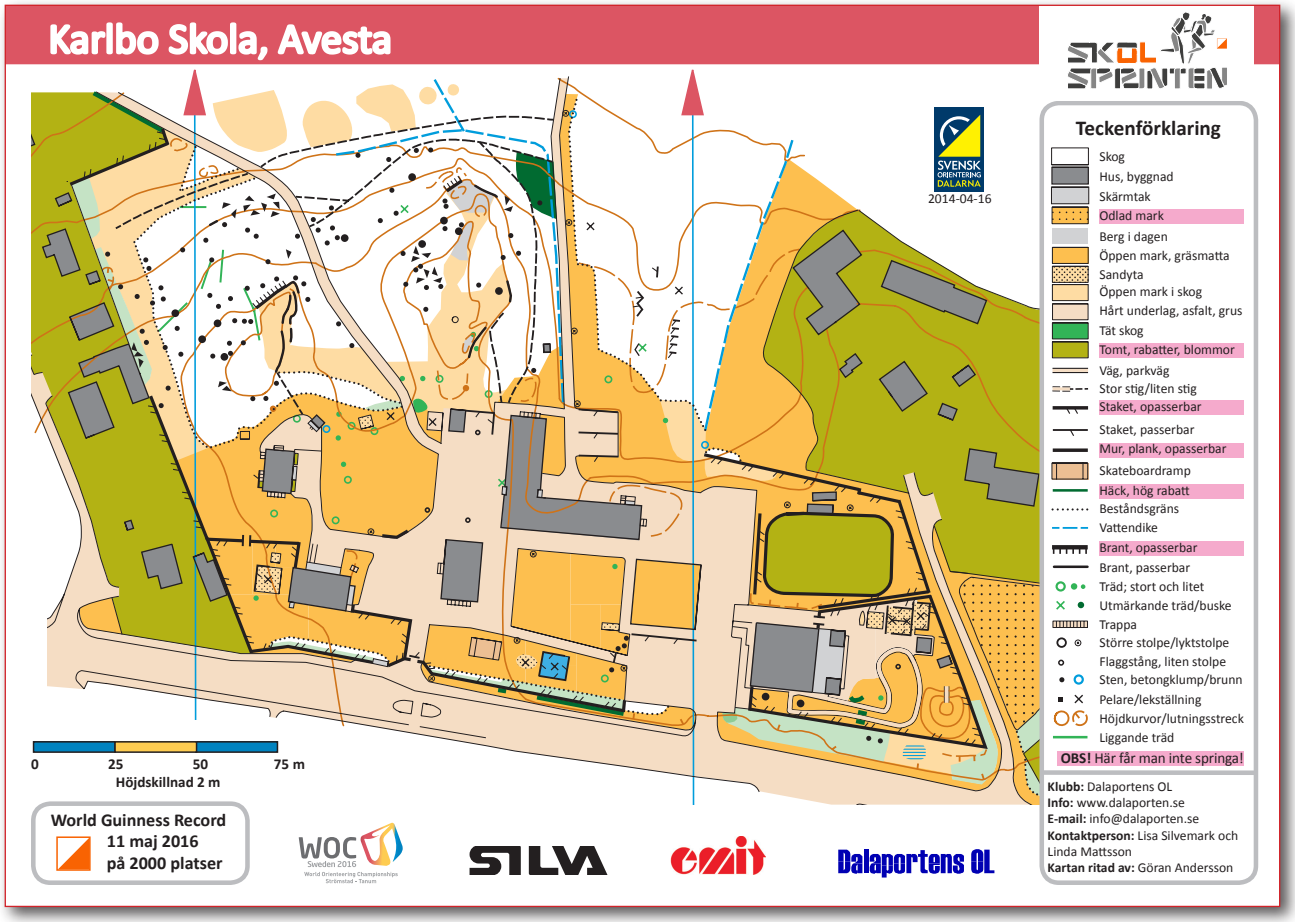




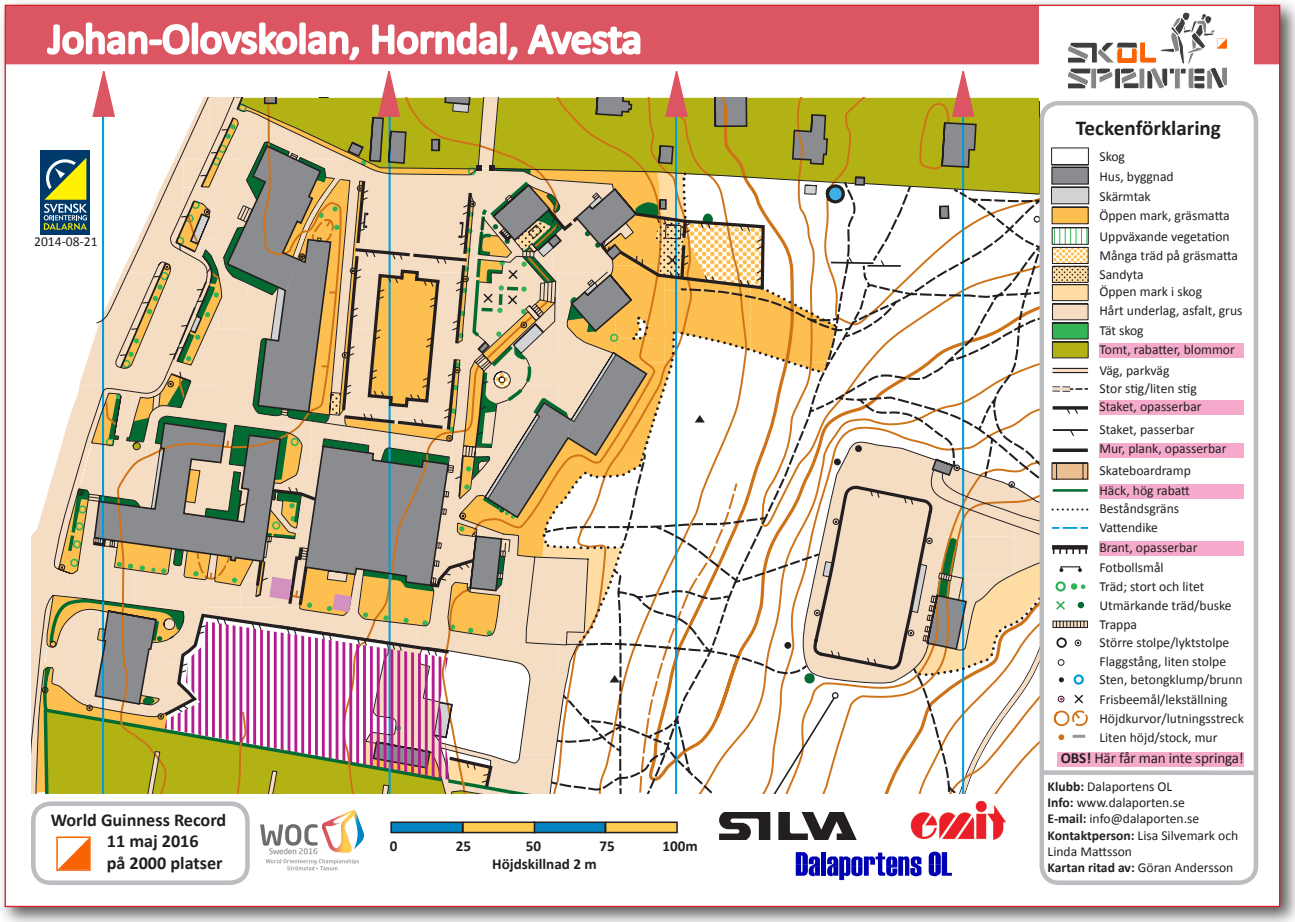


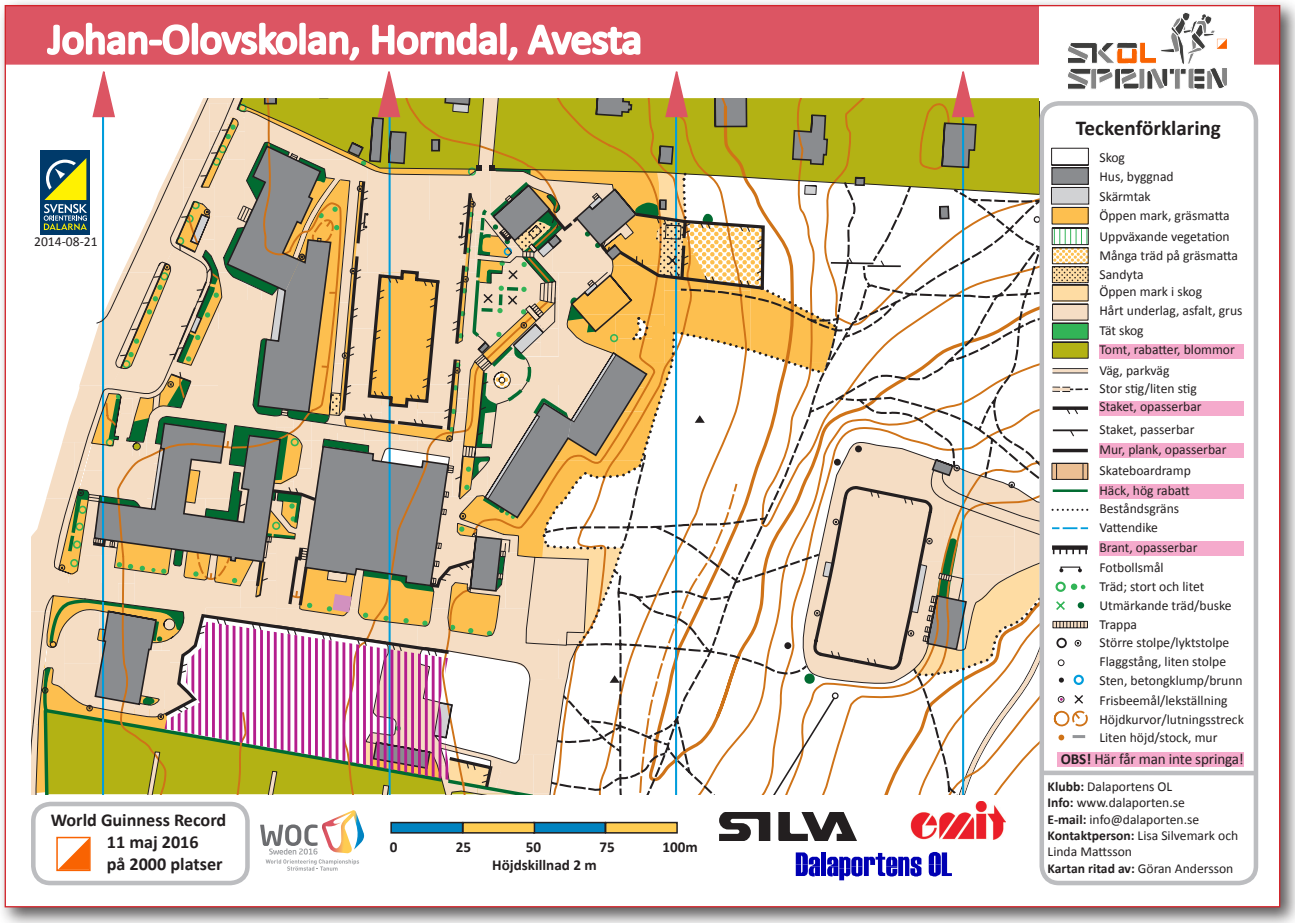
TALÁLJ ÖT ELTÉRÉST





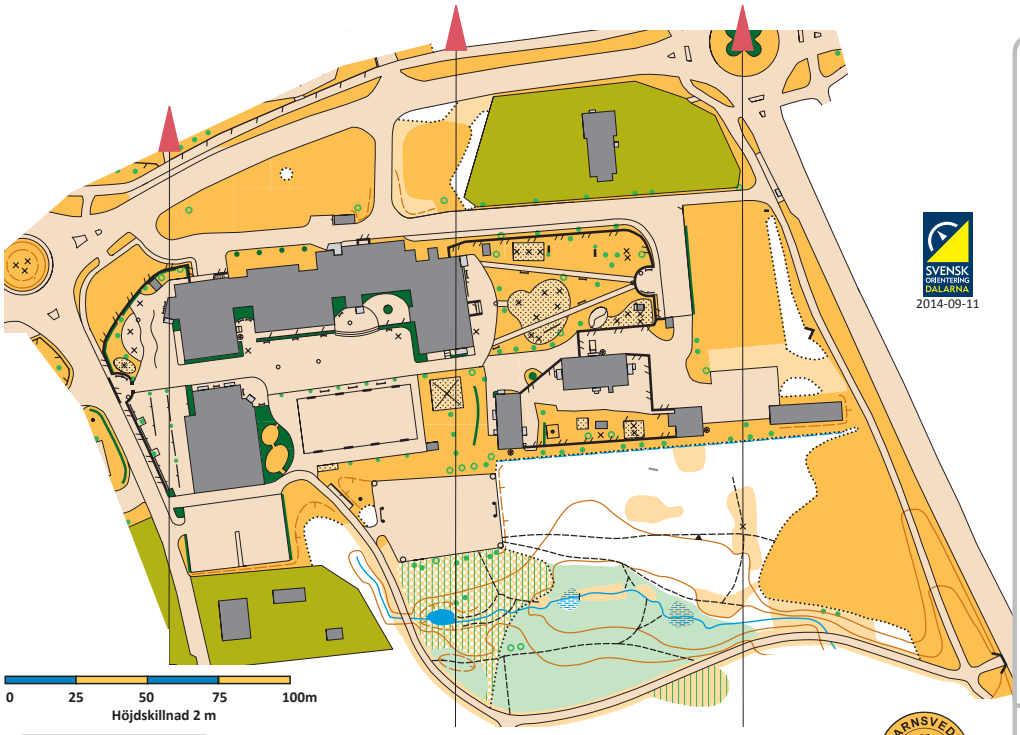
ÖT JEL ELTŰNT





ÖT JELLEL TÖBB LETT

Kvarnsvedens Skola, Borlänge



SKOLSPRINTEN

Teckenförklaring

- Skog
- Hus, byggnad
- Skärmtak
- Öppen mark, gräsmatta
- Uppväxande vegetation
- Många träd på gräsmatta
- Sandyta
- Öppen mark i skog
- Hårt underlag, asfalt, grus
- Tät skog
- Tomt, rabatter, blommor
- Väg, parkväg
- Stor stig/liten stig
- Staket, opasserbar
- Staket/cykelställ
- Mur, plank, opasserbar
- Skateboardramp
- Häck, hög rabatt
- Beståndsgräns
- Vattendike
- Brant, opasserbar
- Fotbollsmål/parkbänk
- Träd; stort och litet
- Särpräglat träd/buske
- Trappa
- Större stolpe, lyktstolpe
- Flaggstång, liten stolpe
- Sten, betongklump/brunn
- Frisbeemål/lekställning
- Höjdkurvor/lutningsstreck
- Liten höjd/stock, mur

OBS! Här får man inte springa!

World Guinness Record
11 maj 2016
på 2000 platser

WOC Sweden 2016 World Orienteering Championships Strömstad - Tanum

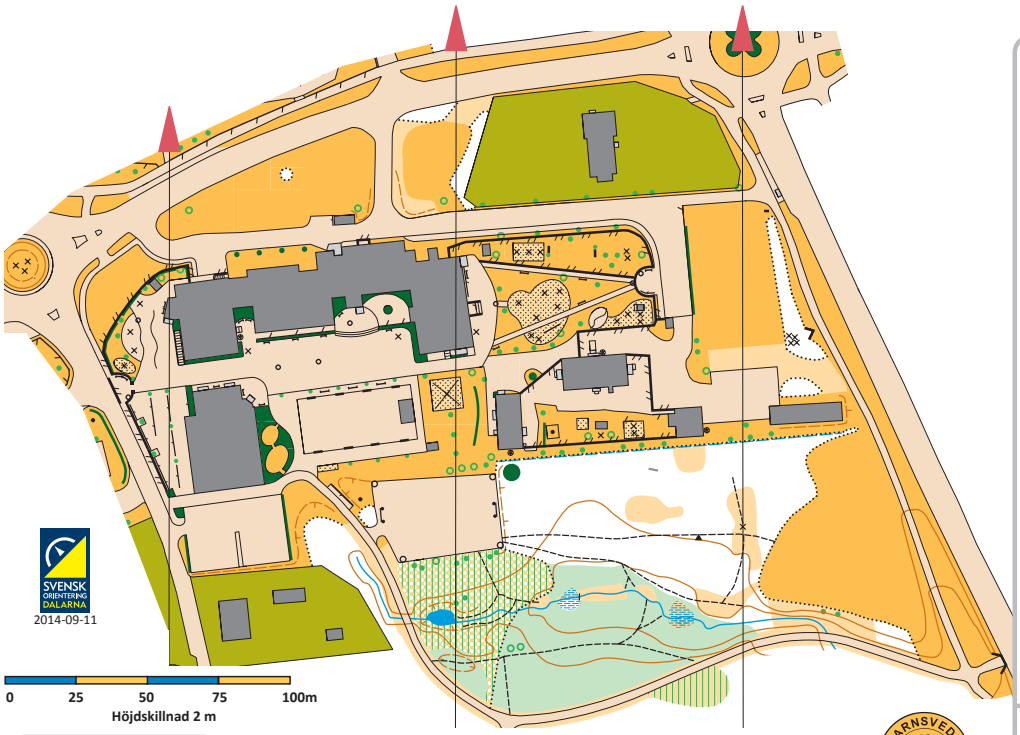
SILVA

emit

KVARNSVEDEN ORIENTERING KGIF

Klubb: Kvarnsvedens GoIF OK
Info: www.kgoifok.se
E-mail: info@kgoifok.se
Kontaktperson: Erik Stigsmark
Kartan ritad av: Göran Andersson

Kvarnsvedens Skola, Borlänge



SKOLSPRINTEN

Teckenförklaring

- Skog
- Hus, byggnad
- Skärmtak
- Öppen mark, gräsmatta
- Uppväxande vegetation
- Många träd på gräsmatta
- Sandyta
- Öppen mark i skog
- Hårt underlag, asfalt, grus
- Tät skog
- Tomt, rabatter, blommor
- Väg, parkväg
- Stor stig/liten stig
- Staket, opasserbar
- Staket/cykelställ
- Mur, plank, opasserbar
- Skateboardramp
- Häck, hög rabatt
- Beståndsgräns
- Vattendike
- Brant, opasserbar
- Fotbollsmål/parkbänk
- Träd; stort och litet
- Särpräglat träd/buske
- Trappa
- Större stolpe, lyktstolpe
- Flaggstång, liten stolpe
- Sten, betongklump/brunn
- Frisbeemål/lekställning
- Höjdkurvor/lutningsstreck
- Liten höjd/stock, mur

OBS! Här får man inte springa!

World Guinness Record
11 maj 2016
på 2000 platser

WOC Sweden 2016 World Orienteering Championships Strömstad - Tanum

SILVA

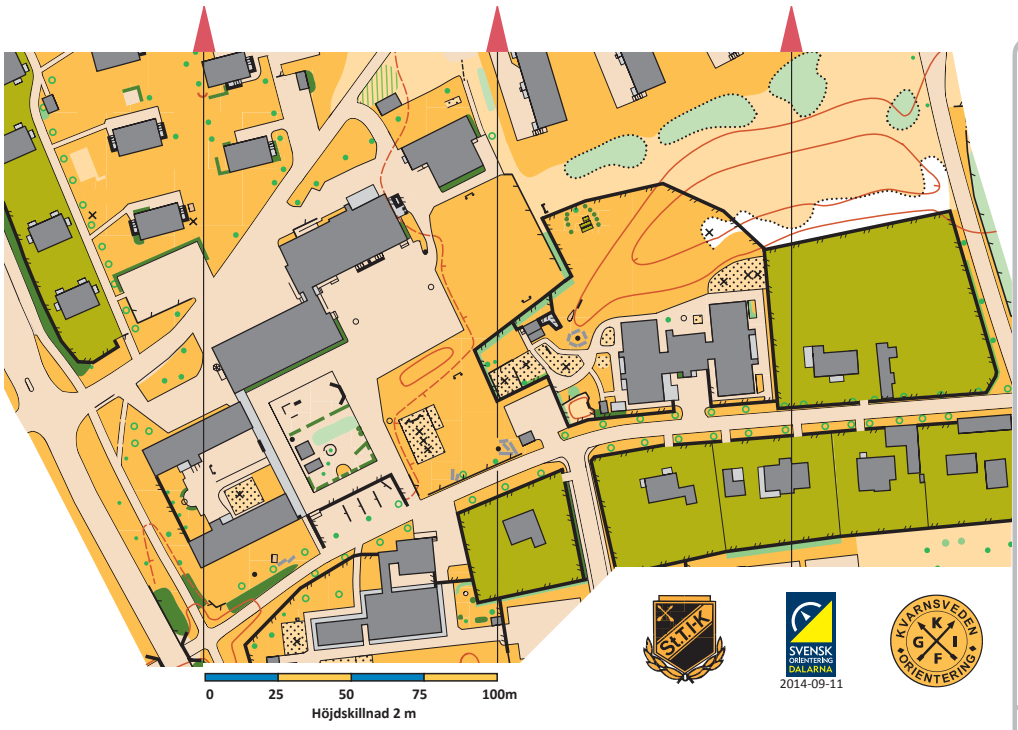
emit

KVARNSVEDEN ORIENTERING KGIF

Klubb: Kvarnsvedens GoIF OK
Info: www.kgoifok.se
E-mail: info@kgoifok.se
Kontaktperson: Erik Stigsmark
Kartan ritad av: Göran Andersson

ÖT JELET FELNAGYÍTOTTAK

Forssaängskolan, Borlänge



SKOL SPRINTEN

Teckenförklaring

- Skog
- Hus, byggnad
- Skärmtak
- Öppen mark, gräsmatta
- Uppväxande vegetation
- Många träd på gräsmatta
- Sandyta
- Öppen mark i skog
- Hårt underlag, asfalt, grus
- Tät skog
- Tomt, rabatter, blommor
- Väg, parkväg
- Stor stig/liten stig
- Staket, opasserbar
- Staket/cykelställ
- Mur, plank, opasserbar
- Bord/blomstersten
- Häck, hög rabatt
- Beståndsgräns
- Vattendike
- Brant, opasserbar
- Fotbollsmål/parkbänk
- Träd; stort och litet
- Särpräglat träd/buske
- Trappa
- Större stolpe, lyktstolpe
- Flaggstång, liten stolpe
- Sten, betongklump/brunn
- Pelare/lekställning
- Höjdkurvor/lutningsstreck
- Liten höjd/stock, mur

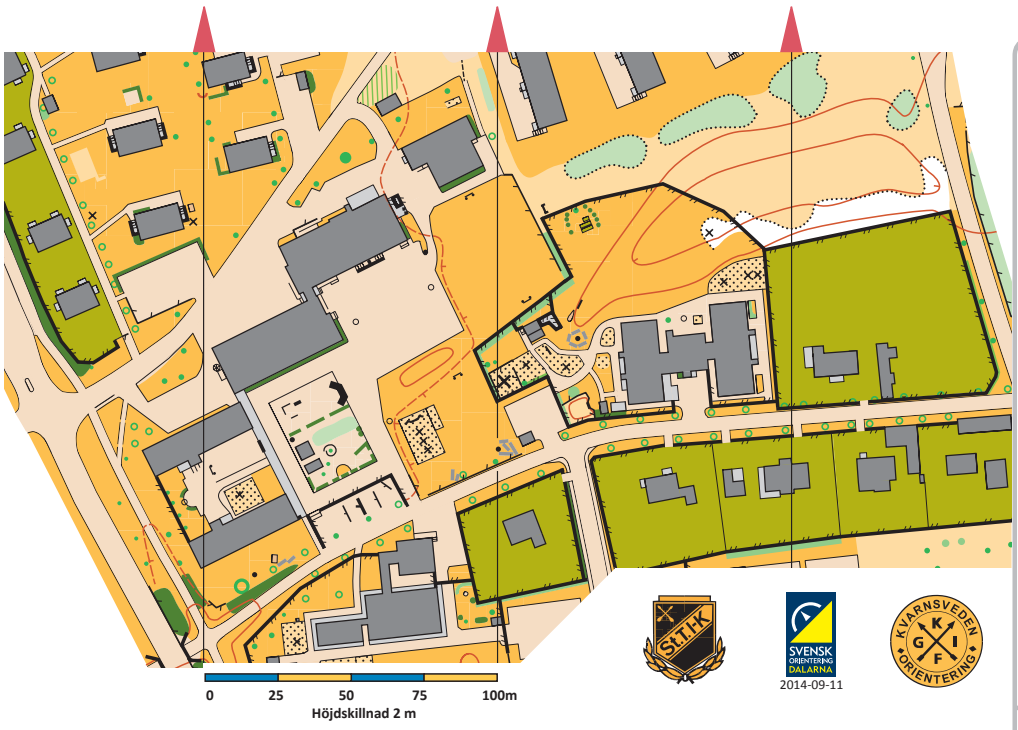
OBS! Här får man inte springa!

Klubb: Stora Tuna OK
Kvarnsvedens GoIF OK
Info: www.sttunaik.nu
www.kgoifok.se
Kartan ritad av: Göran Andersson

2014-09-11

World Guinness Record
11 maj 2016
på 2000 platser

Forssaängskolan, Borlänge



SKOL SPRINTEN

Teckenförklaring

- Skog
- Hus, byggnad
- Skärmtak
- Öppen mark, gräsmatta
- Uppväxande vegetation
- Många träd på gräsmatta
- Sandyta
- Öppen mark i skog
- Hårt underlag, asfalt, grus
- Tät skog
- Tomt, rabatter, blommor
- Väg, parkväg
- Stor stig/liten stig
- Staket, opasserbar
- Staket/cykelställ
- Mur, plank, opasserbar
- Bord/blomstersten
- Häck, hög rabatt
- Beståndsgräns
- Vattendike
- Brant, opasserbar
- Fotbollsmål/parkbänk
- Träd; stort och litet
- Särpräglat träd/buske
- Trappa
- Större stolpe, lyktstolpe
- Flaggstång, liten stolpe
- Sten, betongklump/brunn
- Pelare/lekställning
- Höjdkurvor/lutningsstreck
- Liten höjd/stock, mur

OBS! Här får man inte springa!

Klubb: Stora Tuna OK
Kvarnsvedens GoIF OK
Info: www.sttunaik.nu
www.kgoifok.se
Kartan ritad av: Göran Andersson

2014-09-11

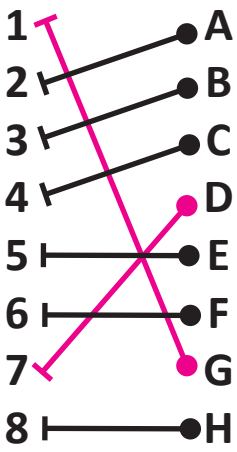
World Guinness Record
11 maj 2016
på 2000 platser

A FELADATOK MEGOLDÁSAI

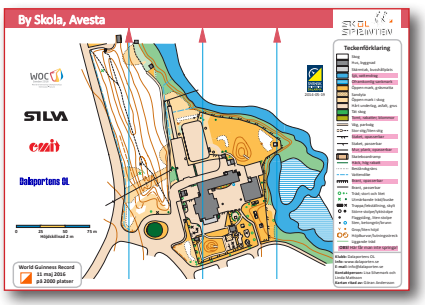
A térkép színei

Pirosat a piroshoz

Kösd össze a számokat a megfelelő betűkkel:



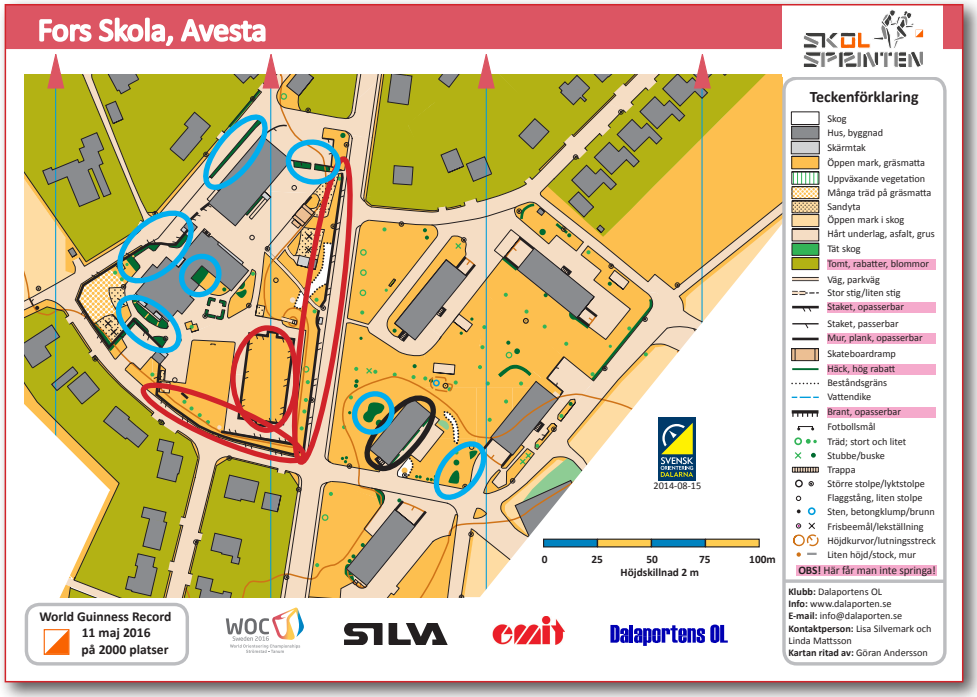
2



A FELADATOK MEGOLDÁSAI

A térkép jelei

15	Ház, épület
31	Erdő
26	Átjáró
12	Mező, nyílt terület
32	Homokos talaj
25	Magánterület, virágágyás
13	Burkolattal rendelkező út
28	Gyalogút
27	Ösvény
17	Áthatolható kerítés
18	Áthatolhatatlan kerítés
22	Áthatolhatatlan fal
8	Áthatolható fal
2	Nagy fa
3	Kis fa
6	Jellegzetes növényzeti objektum
1	Jelleghatár
10	Kisebb vízfolyás, patak
7	Áthatolhatatlan sziklafal
29	Foci kapu
21	Pad
9	Lépcső
23	Nagy oszlop
4	Zászlótartó oszlop, kis oszlop
5	Szikla
30	Kút
16	Játszótéri eszköz
20	Domb, szintvonal
11	Sűrű növényzet
24	Nyílt terület, fák elszórtan
19	Kúp
14	Áthatolhatatlan növényzet, sövény



Térképet a térképhez

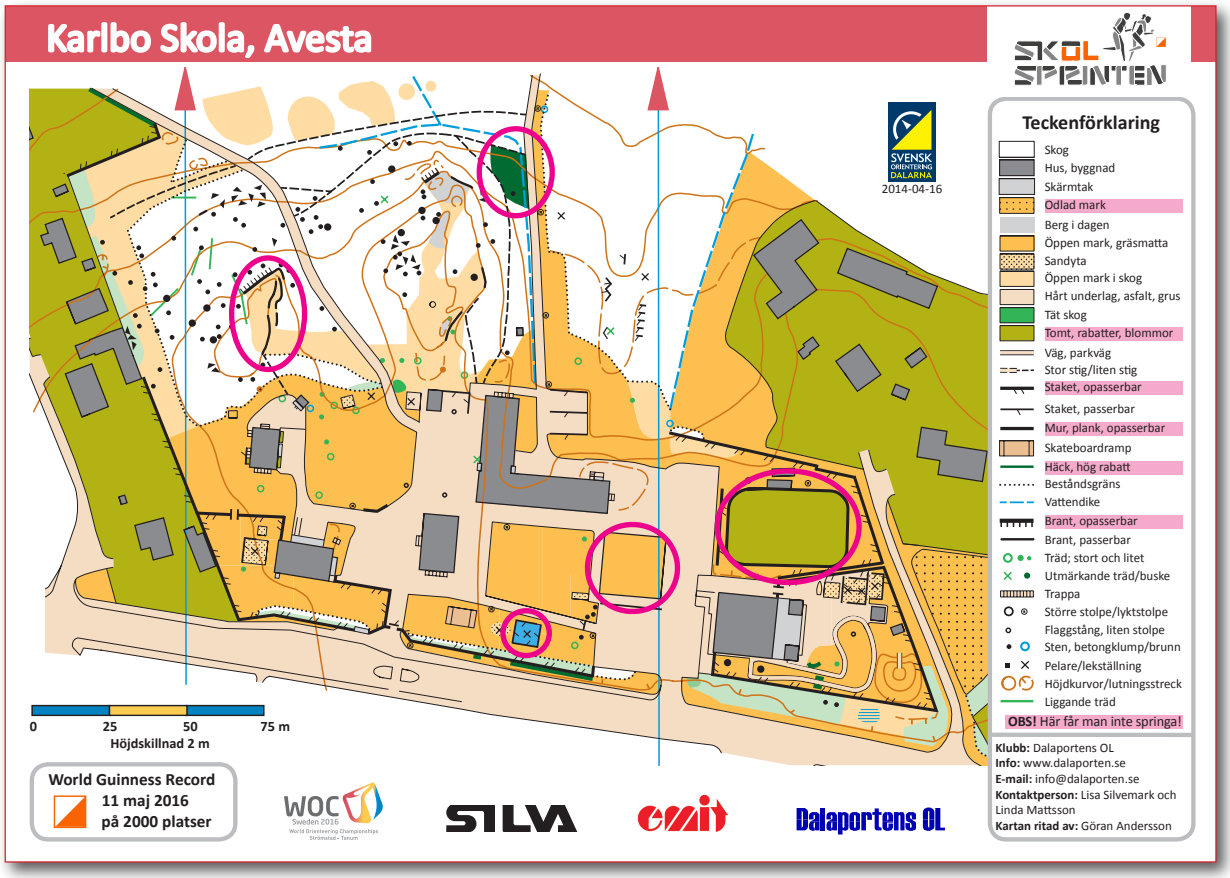
A bal oldalt látható térkép az eredeti. **A “C” betűjelű térkép egyezik meg teljesen az eredetivel.** A háromféle színű karikák mutatják azokat a jeleket, amelyek lemaradtak a másik három térképről.

Helyes válasz:

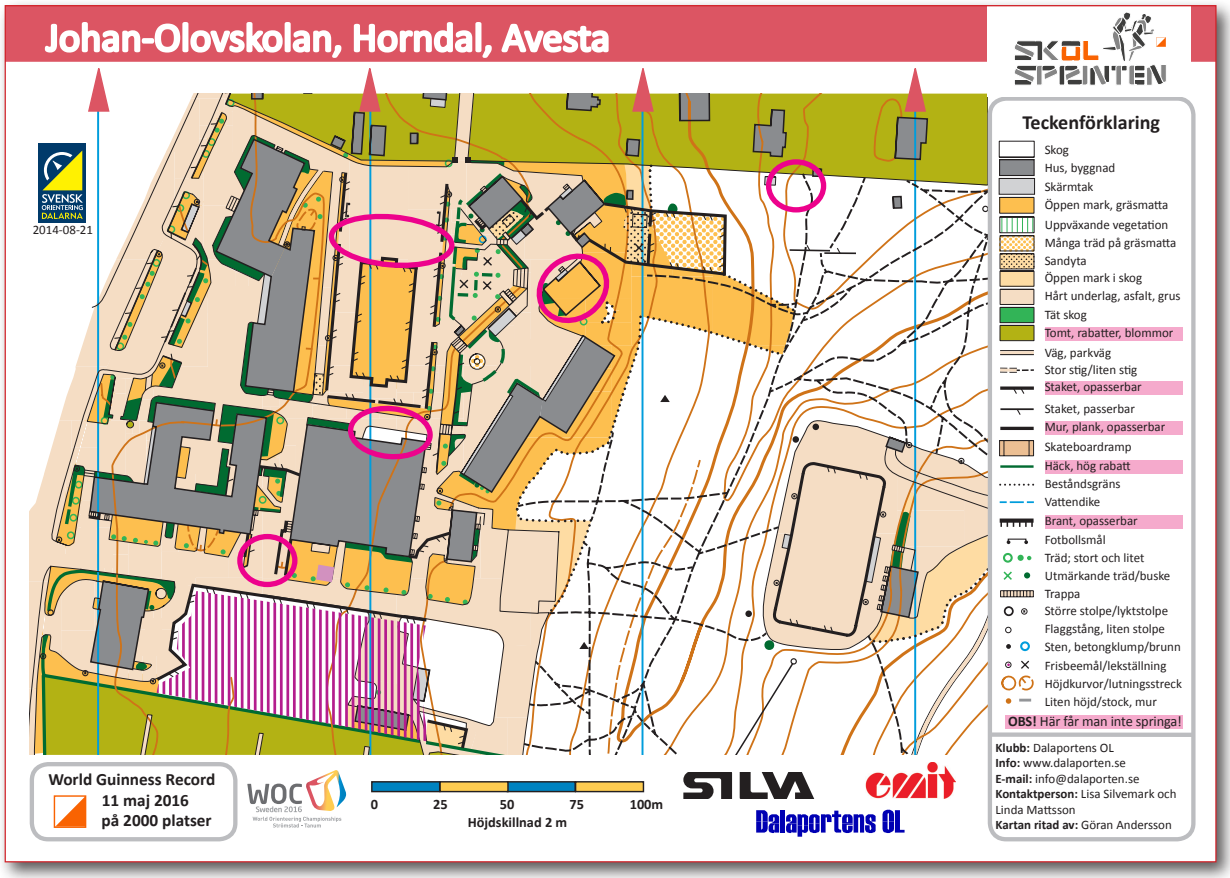
A	☐
B	☐
C	☒
D	☐

A FELADATOK MEGOLDÁSAI

Találj öt eltérést

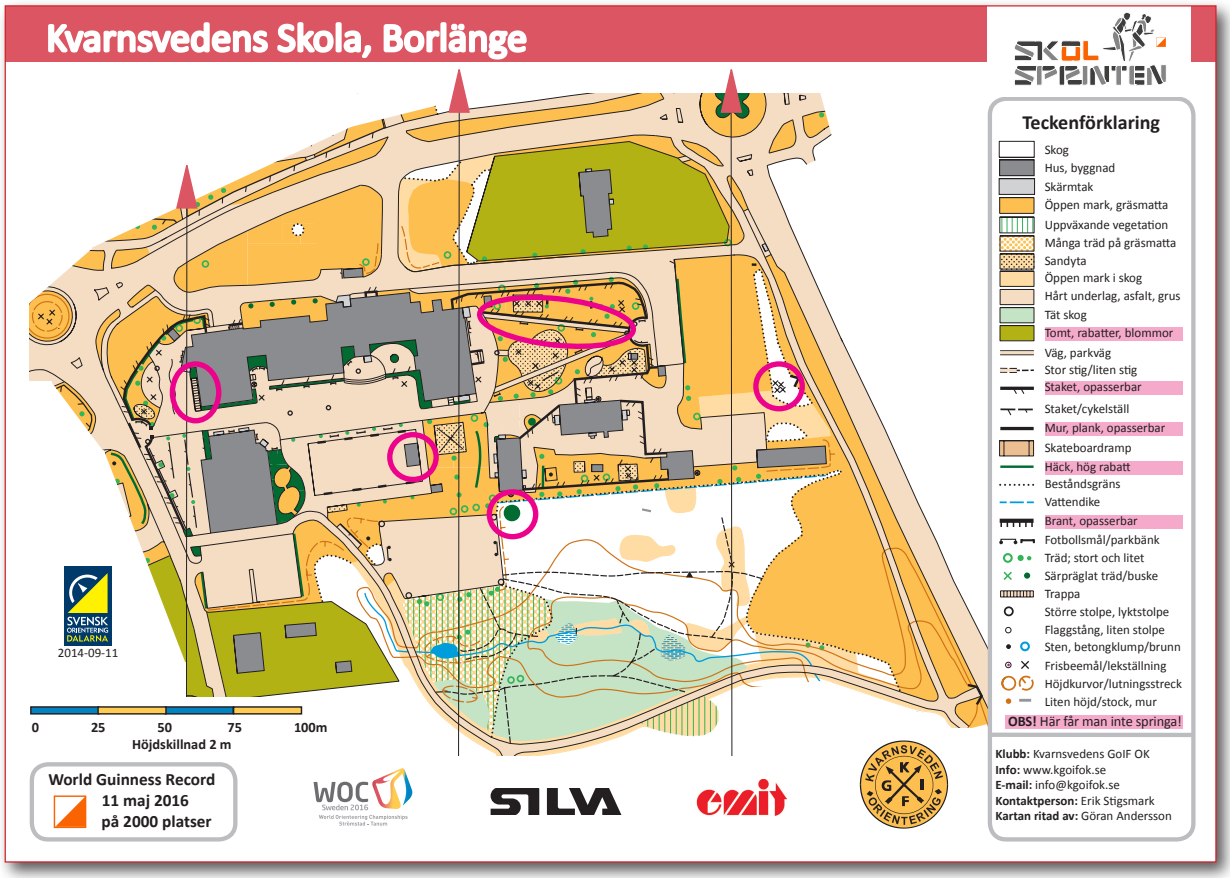


Öt jel eltűnt

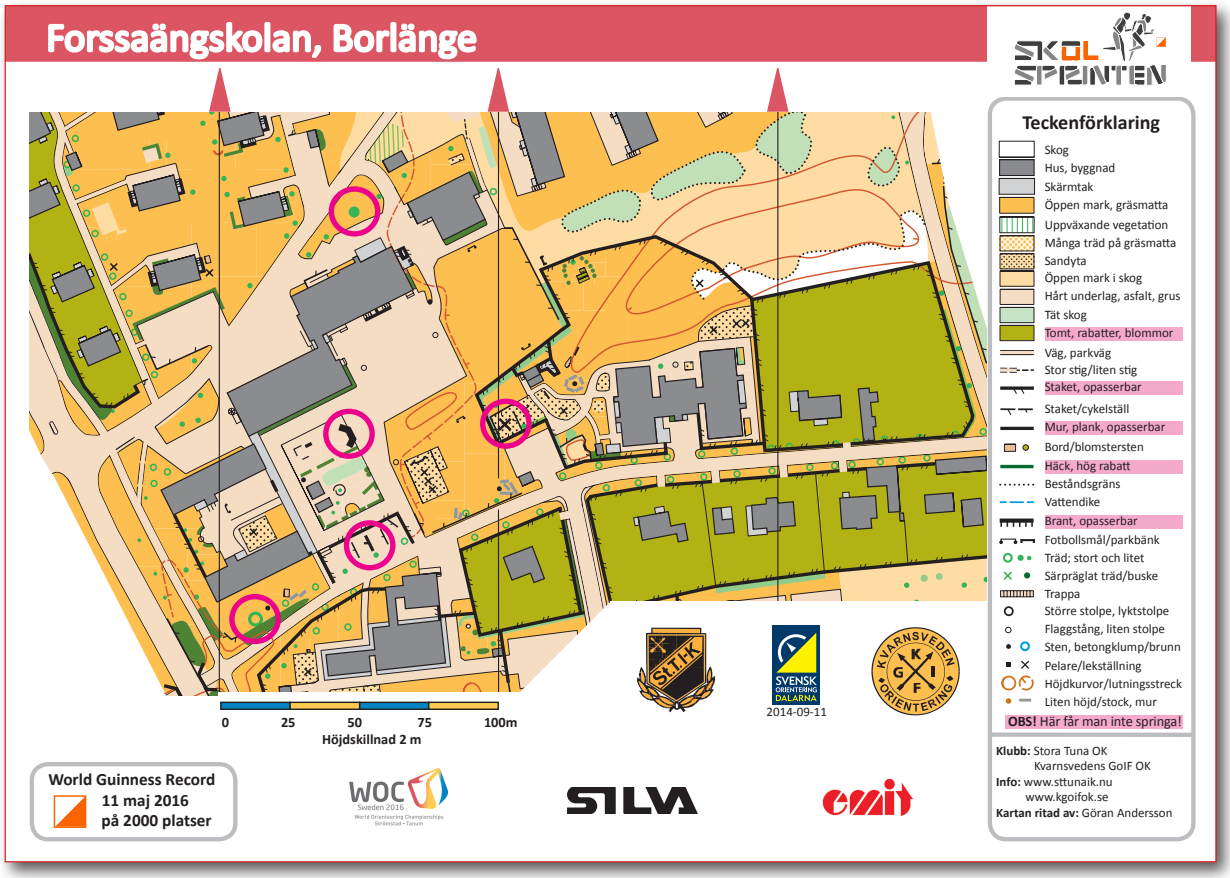


A FELADATOK MEGOLDÁSAI

Öt jellel több lett



Öt jelet felnagyítottak



JEGYZETEK

COMPASSES (TÁJOLÓK)

HEADLAMPS (FEJLÁMPÁK)

ORIENTEERING MARKERS
(TÁJFUTÓ BÓJÁK)

SKOLSPRINTEN

www.silva.se

SILVA