

LIIKUMISÕPETAJATE SUVEKOOL LIISU 2026

Aeg ja koht: Kääriku Spordikeskus 10.06.2026, kergejõustiku staadion

Teema: Avastame orienteerudes!

Läbiviija: Anita Laanejõe (anitalaanejoe@gmail.com), EKR5 orienteerumistreener, abiline spordiürituste korralduses

1. **Orienteerumisest üldisemalt:** mis see on? mida läheks läbiviimiseks vaja, kust neid (kaarti, varustust) saada?
 - a. **Kuidas saada kaarti?** Kõige lihtsam pöörduda lähima orienteerumisklubi poole. Kõikidel klubidel on olemas kontaktid kaardi saamiseks või on ka võimekus kaarti teha - võib täitsa julgelt pöörduda! Klubide kontaktid: <https://orienteerumine.ee/klubid/>
 - b. **Radade ettevalmistus kaardile:** <https://purple-pen.org/> - väga lihtne kaardile punktide märkimiseks; loeb väga suure hulga erinevaid failide tüüpe (PDF, JPG jne). On ka eestikeelne variant!
 - c. Alati ei pea olema orienteerumiskaart - liikuda saab ka mitte-orienteerumiskaartide kaardi järgi: pilt nt Delfi ja/või Maa-ameti kaardirakendusest, Google Mapsist ("tavaline kaart" või aerofoto)
 - d. **Kust saada varustust?** Saab osta nt Tak-Soft'i käest <https://www.tak-soft.com/> või küsida laenuks ka orienteerumisklubi käest (mõni ei pruugi kahjuks anda..)
2. Orienteerumistunni alustamine/läbiviimine:
 - a. Kõige tähtsam on julgus võtta ette o-tund teha - kõik on võimalised! Kui ei julge esimest sammu võtta, siis on taas kõige lihtsam pöörduda lähima orienteerumisklubi või mõne tuttava orienteeruja poole - oluline, et pöördud! Orienteerumistunni korraldamine ja ettevalmistus ilmselt kõige mahukama ettevalmistusega, võrreldes teiste spordialadega. Kui korra läbi teed, siis asi läheb järjest kiiremini ja laste rõõm on piiritu!
 - b. Alustada võib tunnis paarides või kolmikutes. Tänapäeva laps tahab seltskonda ja neil teatavad hirmud. Kui asi juba veidi selgem, siis julgevad ka üksikult tegutseda.
 - c. Kontrollpunktid võivad olla tähistatud klassikalise orienteerumise kontrollpunkti varustusega, kui need puuduvad, siis sobivad ka linnid, koonused, muud silmapaistvad tähistused. Võib korraldada tundi nii, et lapsed peavad tegema punktis mingi märke (SI-pulgaga, värvipliatsiga paberile/kaardile, leiavad mingi tähe või numbri jne) või läbivad lihtsalt aususe peale punkte - õpetaja saab ise otsustada!
 - d. Kõige lihtsam ikkagi nii, et laps ise avastab maastikku, kaarti ja kuidas need kokku lähevad. Kui tunnis 20 last, siis igaühega keeruline individuaalselt tegutseda. Kui õpetaja näeb, et keegi hädas, siis läheb appi. Iga ülesande eel võiks õpetaja alati öelda, et kes midagi aru ei saa, siis kohe ei torma

maastikule, vaid jääb õpetaja juurde ning õpetaja selgitab ja suunab individuaalselt neid.

3. Orienteerumisülesanded lasteaia ja koolis:

- a. Lasteaed: panna punktid tuttavale alale, nt aias sees või lähimasse parki vms ja lasta lihtsalt piikсутada; sobib teha nii gruppides kui ka üksinda; loomade/tähtede/numbrite orienteerumine; orienteerumiskaardil pole veel mõtet.
- b. 1.-5.klass: tase on väga ebaühtlane, lapsed saavad kaardilugemisest väga erinevalt aru; eelkõige vaja aru saada, mis värvi on kaardil lähedal asuvad olulisemad objektid: tee, majad, inimtekkelised objektid, lagedam ja metsasem ala, mõnele selgitada ka reljeefi (-mis asi see üldse on?), mis pidi on kaart eest ning et liikumine toimub objektilt objektile.
- c. Alustada tasub koolimaja ümbrusest ja kui see on liiga lihtne, siis minna ka juba kaugemale; liikumine enamasti 2-3 liikmelistes gruppides; harjutuste ajal õpilane ei lähe õpetajast väga kaugemale, sest kui läheb sassi, siis saab alati tagasi tulla. Samas vaja ka "silma alt ära saada", et õpilane oskaks iseseisvalt keskkonnas liikuda - kindlasti võib tekkida õpetajal hirm/paanika, aga tegelikult pole selleks alust, eriti kui lapsel on lõbus ja oskab igas olukorras tagasi kooli liikuda.

4. Koolituses tehtavad harjutused:

- a. "Punktijaht" - KP-d (kontrollpunktid) on staadioni piires nähtavad (lasteaia tase), lihtsalt liigutakse KP-de vahel ja tehakse punktis märged; edasijõudnud üritavad numbreid õiges järjekorras läbida
- b. Staadioni piires suundorienteerumine kaardiga (kaardil on etteantud, mis järjekorras milliseid punkte läbima peab)
- c. KP-d staadioni aiast väljas ümber staadioni; suund- või valikorienteerumine, edasijõudnutel jälle KP'de õigesse järjekorda saamine
- d. "Loomade orienteerumine" - peab otsima õige looma üles ja seal punktis märke tegema

Raili Rooba on koondanud rohkem infot kogu orienteerumise kohta koolis leheküljele - saab väga häib mõtteid! -> <https://sites.google.com/view/orienteerumine-koolis/home>

**Erinevaid ülesandeid on olemas hästi palju, rakenda fantaasiat ja tee ära!
Vajadusel võib nõu saamiseks pöörduda ka koolitaja poole!**

Jõudu ja põnevust avastamisel!