


 **Что такое «спортивное ориентирование»?**

 **Что дают занятия ориентированием, помимо азарта игры?**

 **Для чего нужно ориентирование?**

 **Что такое ориентиры?**

 **Бывают ли по ориентированию серьёзные соревнования – чемпионаты России, Европы, мира?**

 **Где можно заняться ориентированием?**

 **Как проходят тренировки?**

 **Полезно ли ориентирование для здоровья?**

 **В каком возрасте лучше начинать заниматься ориентированием?**



# Что такое спортивное ориентирование?

## *Летнее спортивное ориентирование*



Призма-Контрольного  
пункта (КП).



# Зимнее ориентирование.





# Одни из основателей спортивного ориентирования в г.Комсомольске –на-Амуре.



Коскинин Г.  
А.  
Казадаев Ю.  
С.



# Сборная России по

СОРТОВИДНОМУ





# Наши спортсмены города

(в команде сборной)

23. - 29. Januar 2005, S-chanf

Graubündner  
Kantonalbank

BOUPE

PRICEWATERHOUSECOOPERS



Кравченко  
Анастасия.

Трапезникова  
Алёна.

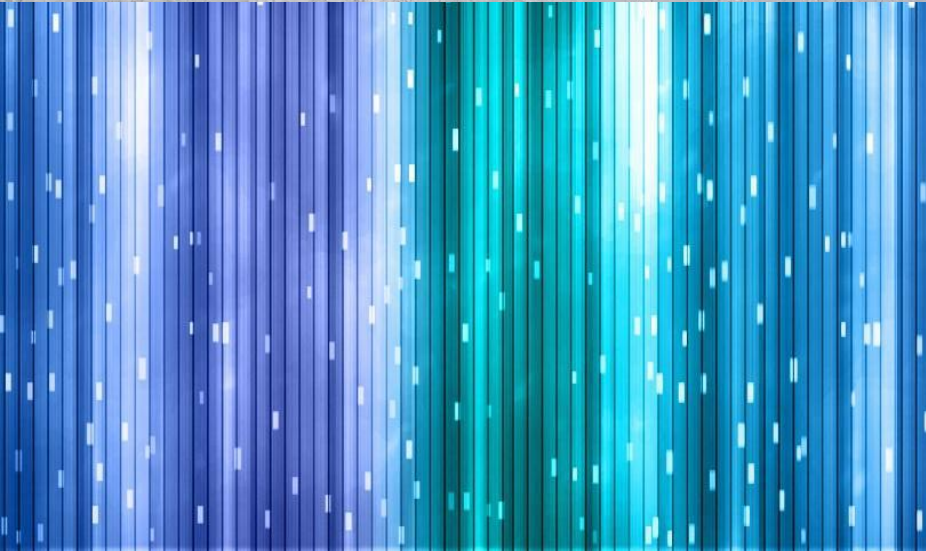
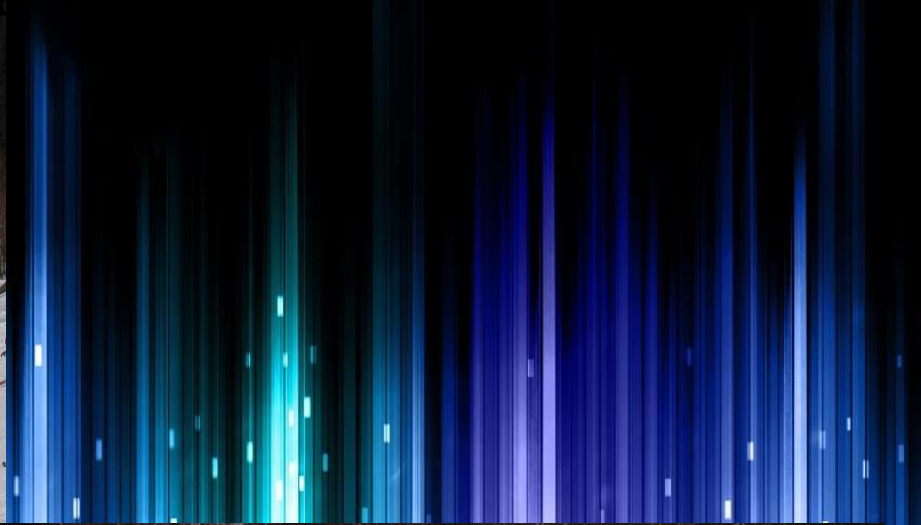
Тренер:  
Трапезников  
Алексей  
Семёнович.



**Лот-Марафон(п.Горный).**  
**Ежегодное соревнование по лыжным гонкам и спортивному ориентированию (апрель месяц).**









**Эдуард Хренников.**  
**Чемпион мира по спортивному ориентированию**  
**(в команде сборной России).**





# Виды соревнований по ориентированию.





# условные знаки



- старт



- контрольный пункт



- поляна



- лес с хорошей проходимостью



- плохая проходимость



- болото



- речка



- закрытая для бега территория



- горизонталь



- полугоризонталь

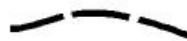


- широкая асфальтовая

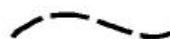
- узкая асфальтовая



гравийная дорога



грунтовая дорога



легко проезжаемая дорожка



тропинка



плохо заметная тропинка



- трубопровод



- забор



- здание



- яма



- обрыв



- бугор





# Спортивные карты

## Bygholm

1:10.000

Ækvidistance 2 m

Signaturer efter IOF's kortnorm  
2006

Horsens  
Orienteringsklub

Rekognoscering efterår 2005 af:  
Gunnar Poulsen

Ren tegnet på OCAD 7.0 af:  
Tage Baun og Preben Jørgensen

### Signaturforklaring:


	Bevoksningsgrænse
	Højdekurve
	Hjælpekurve
	Hældningsstreg
	Jordskrænt
	Jorddige
	Høj / punkthøj
	Lavning / lille lavning
	Hul
	Rende



### Ejerforhold:

	Horsens kommune
	Privat område

### Specialsignatur:

	Rideforhindring
	Stor træstub
	Kunstværk

Orienteringskort udgivet  
af Horsens Orienteringsklub  
Kortsalg Kai Skoubo - tlf. 75 64 54 07

HOK-01  
Januar 2006



## *История спортивного ориентирования.*

1897 г. – первые документированные соревнования в Норвегии;

1961 г. – создание международной федерации спортивного ориентирования (IOF);

1979 г. – образование Федерации спортивного ориентирования СССР.



## *Спортивная карта.*

*Спортивная карта* – это схема местности, которая предназначена для спортивного ориентирования и выполнена в специфических условных знаках.

*Масштабы спорткарт:* 1:15 000, 1:10 000, 1:7 500, 1:5 000.

*Сечение рельефа:* 10 м, 5 м, 2,5 м.



## *Требования к спортивным картам:*

- информативность карты;
- нагруженность карты;
- точность карты;
- объективность карты;
- полнота содержания;
- наглядность, читаемость карты



## *Технические приёмы и элементы.*

Технические приемы

Грубое ориентирование:

- бег по направлению;
- бег по ориентирам.

Точное ориентирование:

- движение по азимуту;
- движение с чтением карты.

Вспомогательные приемы:

- отметка прохождения КП;
- перенос дистанции.



слежение за местностью;

чтение карты;

ориентирование карты;

контроль расстояния, направления, высоты;

взятие направления;

взятие азимута;

подготовка места отметки;

чтение легенды;

отметка;

проверка отметки КП



слежение за местностью;

чтение карты;

ориентирование карты;

контроль расстояния, направления, высоты;

взятие направления;

взятие азимута;

подготовка места отметки;

чтение легенды;

отметка;

проверка отметки КП

- *Спасибо за внимание!!!*