

*Тематическое планирование занятий по спортивному ориентированию*

*3-16.02.22*

Решенные задания присылать на ватсап по номеру +79964172316

Группа НП-1

Тренировка	Тема занятия	Форма контроля
4.02	Условные знаки спортивных карт	Конспект
6.02	Выбор варианта	Практическое задание
9.02	Выбор варианта	Практическое задание
11.02	Компас и как его использовать	Конспект
13.02	Экипировка ориентировщика	Конспект
16.02	Выбор пути	Практическое задание

Группа НП-2

Тренировка	Тема занятия	Форма контроля
5.02	Условные знаки спортивных карт	Конспект
6.02	Выбор варианта	Практическое задание
9.02	Выбор варианта	Практическое задание
12.02	Компас и как его использовать	Конспект
13.02	Экипировка ориентировщика	Конспект
16.02	Выбор пути	Практическое задание

Группа НП-2

Тренировка	Тема занятия	Форма контроля
5.02	Условные знаки спортивных карт	Конспект
6.02	Выбор варианта	Практическое задание
8.02	Выбор варианта	Практическое задание
10.02	Компас и как его использовать	Конспект
12.02	Экипировка ориентировщика	Конспект
13.02	Выбор пути	Практическое задание

Все задания в этом же файле, ниже

Занятие 1. Прочитать текст, выписать для себя все необходимое.

## Условные знаки спортивных карт.

Для простоты запоминания каждая группа объектов изображается определенным цветом:

**Черным** цветом изображаются скалы с камнями и все искусственные сооружения - от дорожек до домов;

**Коричневым** цветом изображаются всевозможные формы рельефа - бугорки, ямки, овраги и обрывы;

**Синим** цветом изображается все что связано с водой - от ручейка до болота;

**Желтым** и **зеленым** цветом изображается растительность - **желтым** открытые места (поляны), **зеленым** наоборот - трудно проходимые (густой лес);






**Белым** цветом изображается самый обычный лес, по которому легко и приятно бежать;

**Красным** (или **фиолетовым**) цветом изображается дистанция - старт, пункты, финиш, а также некоторая дополнительная информация, например, район запрещенный для бега.









Условные знаки - семицветные: **черного, серого, коричневого, синего, зеленого, желтого** и **красного (фиолетового)** цвета. Знаки спортивных карт очень наглядны и в большинстве своем напоминают форму изображаемых ими предметов (вид сверху или сбоку). В них можно разобраться без посторонней помощи.

# Рельеф

- 101.0** **Горизонталь (основная горизонталь).** Линия, соединяющая точки одинаковой высоты. Стандартное вертикальное расстояние между горизонталями 5 метров.
- 102.0** **Утолщенная горизонталь.** Каждая пятая горизонталь должна быть нарисована утолщенной линией. Это делается с целью быстрой оценки разности высот и общей формы рельефа. Если одна из этих горизонталей совпадает с площадью маленьких холмов или ямок, она может быть показана нормальной горизонталью.
- 103.0** **Линия формы (вспомогательная горизонталь).** Используется, когда о формах рельефа может быть дано больше информации. Используется только когда невозможно представление обычными горизонталями. Между основными горизонталями может быть использована только одна вспомогательная.
- 104.0** **Линия ската, бергштрих.** Бергштрих может быть нарисован на нижней стороне горизонтали, вдоль линии ската или во впадине. Они используются только когда необходимо уточнить понижение местности.
- 105.0** **Номер, высота горизонтали.** Обозначение высоты горизонтали часто применяют с целью оценки большой разности высоты. Они помещаются в утолщенных горизонталях там, где не загораживают важных деталей. Верх цифр должен располагаться в более высокой части склона.
- 106.0** **Земляной обрыв.** Крутой земляной обрыв представляет собой резкое изменение уровня земли, четко выделяются от окружающих объектов - например гравийная и песчаная яма, насыпь шоссе или железной дороги, дамба. Штрихи должны показывать полный размер ската, но могут быть опущены, если берега близко один к другому. Непреодолимые обрывы должны быть показаны знаком 201.0.
- 107.0** **Земляной вал.** Четкий земляной вал, насыпь, дамба.
- 108.0** **Маленький земляной вал.** Частично разрушенный земляной вал или маленькая дамба.
- 109.0** **Промоина.** Эрозийная канава или промоина, которая слишком мала, чтобы быть показанной знаком 106.0, показывается одной линией. Ширина линии отражает размер промоины. Минимальная глубина 1 м. Конец линии является точечным ориентиром.
- 110.0** **Маленькая промоина.** Маленькая канава или промоина. Минимальная глубина 1 м.
- 111.0** **Холм, бугор.** Холмы показываются горизонталями. Если выделяющийся холм не попадает в плоскость основной горизонтали, но смещен от нее в пределах 25% высоты сечения, то его можно показать этой горизонталью. Холмы, расположенные между основными горизонталями в пределах 25% до 75% высоты сечения, показываются вспомогательными горизонталями.
- 112.0** **Маленький холм, микробугорок.** Маленькая четкая горка или каменистый бугорок, который не может быть нарисован в масштабе горизонталью (горки меньше 5м). Холмы любой другой формы, отличной от круглой, должны показываться горизонталью. Высота холма должна быть минимум 1 м над окружающей поверхностью.
- 113.0** **Впадина, яма.** Впадина показывается горизонталью или вспомогательной горизонталью и бергштрихом. Если заметная впадина не попадает в плоскость основной горизонтали, но смещена от нее в пределах 25% высоты сечения, то ее можно показать этой горизонталью. Впадины, расположенные между основными горизонталями в пределах 25% до 75% высоты сечения, показываются вспомогательными горизонталями.

- 114.0**  **Маленькая впадина, микроямка.** Маленькая мелкая естественного происхождения впадина, яма, которая не может быть показана в масштабе горизонтально, изображается полукругом. Минимальная глубина от окружающей поверхности 1 м. Положению на местности соответствует центр тяжести знака, ориентированного на север. Для искусственных ям используется знак 115.0.
- 115.0**  **Воронка.** Воронки и ямы с четкими крутыми краями, которые не могут быть показаны в масштабе знаком 106. Воронки с другими формами кроме круга, должны быть показаны горизонталями. Минимальная глубина от окружающей поверхности 1 м. Положению на местности соответствует центр тяжести знака, ориентированного на север.
- 116.0**  **Неровная земля.** Площадь ям или холмов, которые слишком запутаны, чтобы быть показаны в деталях. Плотность точек может меняться в зависимости от плотности объектов поверхности.
- 117.0**  **Особый объект рельефа.** Этот знак может быть использован для особого объекта рельефа. Значение символа должно быть дано в зарамочном оформлении карты.
- 118.0**  **Отметка высоты.** Отметка высоты используется для грубой оценки разности высот. Высота округляется до метров. Цифры ориентируются на север. Уровни воды даются без точки.





## Скалы и камни

- 201.0**  **Непреодолимый скальный обрыв.** Непреодолимый скальный обрыв, карьерный или земляной обрыв, (см.106) показывается черной линией и спускающимися штрихами, показывающими полный размер от бровки до подошвы в плане. Штрихи могут быть опущены, если места недостаточно, например - узкий проход между скалами (проход должен быть нарисован с шириной не менее 0.3 мм ). Штрихи могут простираться на площадь знака, представляющего детали непосредственно под скальным обрывом. Когда скальный обрыв входит в воду, и невозможно пробежать под обрывом вдоль берега, линия опускается или штрихи должны ясно простираться через линию.
- 201.1**  **Непреодолимый скальный обрыв.** Знак аналогичен предыдущему знаку. Штрихи опущены, если места недостаточно, например - узкий проход между скалами (проход должен быть нарисован с шириной не менее 0.3 мм ).
- 202.0**  **Скальные столбы.** В случаях необычных ориентиров, таких как скальные столбы или массивные скальные обрывы или гигантские камни, скалы могут быть показаны в плановой форме без штрихов, конкретный размер может варьироваться согласно высоте скалы.
- 203.0**  **Преодолимый скальный обрыв.** Маленький вертикальный обрыв (минимальная высота 1 м) показывается без штрихов. Если направление падения обрыва нечетко ясно из горизонталей, то два коротких штриха должны быть нарисованы в направлении обрыва.
- 203.1**  **Преодолимый скальный обрыв.** Знак аналогичен предыдущему знаку.
- 204.0**  **Скальная воронка.** Скальная воронка, яма или шахта, рудник, которые могут представлять опасность для спортсмена. Положению на местности соответствует центр тяжести знака, ориентированного на север.
- 205.0**  **Пещера.** Пещера показывается тем же знаком, что и скальная воронка. В этом случае знак ориентирован по склону для показа отличия. Центр тяжести знака показывает вход в пещеру.
- 206.0**  **Камень.** Маленький четкий камень. Каждый камень, отмеченный на карте, должен быть немедленно идентифицирован на местности.












- 207.0 ● **Большой камень.** Особо большой и четкий камень.
- 208.0 ▲▲▲ **Каменная россыпь.** Площадь, которая покрыта таким количеством камней, что они не могут быть показаны индивидуально, показывается сплошным массивом неравносторонних треугольников. Минимально должно быть использовано два треугольника (один может быть использован с другими скальными ориентирами). Проприодимость показывается плотностью треугольников.
- 209.0 ▲ **Группа камней.** Маленькая четкая группа камней, так близко расположенных, что не могут быть показаны индивидуально. Знаком является равносторонний треугольник, ориентированный на север.
- 210.0 ▲▲▲▲▲ **Каменный грунт.** Каменный или скальный грунт, который влияет на проходимость, должен быть показан на карте. Точки беспорядочно распределены с плотностью, соответствующей количеству камней. Для больших площадей может быть использована сетка.
- 211.0 ■■■■■ **Открытый песчаный грунт.** Площадь мягкого песчаного грунта, где трудно бежать. Где пробегаемость хорошая, показывается знаком 401, 402.
- 212.0 ■■■■■ **Голые скалы.** Ровная площадь без земли или растительности показывается как голые скалы. Площадь покрытая травой, мхом или другой низкой растительностью показывается знаком 401, 402.

## Гидрография и болота

- 301.0 ○ **Море, озеро, пруд.** Большая площадь воды показывается полным цветом или сеткой, как минимум 50%. Маленькие площади воды должны быть показаны полным цветом. Черная береговая линия показывает непреодолимость ориентира.
- 302.0 -┐ **Пруд.** Когда озеро или пруд меньше чем 1 кв.мм. на напечатанной карте, береговая линия опускается.
- 303.0 ∇ **Яма с водой.** Наполненная водой воронка или площадь воды, которая слишком мала, чтобы быть показанной в масштабе. Положение - центр тяжести знака, который ориентирован на север.
- 304.0 ═══ **Непреодолимая река.** Непреодолимая река или канал, рисуется с черной береговой линией. Береговая линия прерывается на месте брода.
- 305.0 ═══ **Преодолимый водный поток.** Преодолимый водный поток минимум 2 м ширины. Ширина потока более 5 метров должна показываться в масштабе.
- 306.0 ═══ **Преодолимый маленький водный поток.** Преодолимый маленький водный поток, включая основные дренажные каналы шириной менее 2 м.
- 307.0 - - - **Незначительный водный поток, канава.** Натуральная или искусственная канава, которая может содержать воду только местами.
- 308.0 ..... **Узкое болото.** Болото или сочащаяся вода, которые слишком узки, чтобы быть показаны знаком 310 (меньше 5 метров ширины).
- 309.0 ○ **Непреодолимое болото.** Болото, которое непреодолимо или опасно для спортсмена. Знак окружает черная линия.
- 310.0 ═══ **Болото.** Преодолимое болото с четкой кромкой. Знак 310 может комбинироваться со знаком 403 для ясно открытого болота. Для заросших болот можно комбинировать знак 310 со знаками 406-410.
- 310.1 = **Маленькое болото.** Маленькое внемасштабное болото.

- 311.0**  **Нечеткое болото, заболоченность.** Нечеткое или сезонное болото или площадь постепенного перехода от болота к твердой земле, преодолимое. Кромка обычно нечеткая и растительность одинаковая с окружающей землей. Знак 311 может комбинироваться со знаком 403 для ясно открытого, но нечеткого болота. Может быть случай для комбинирования со знаком 401. Для плотно заросших болот можно комбинировать со знаками 406-410.
- 312.0**  **Колодец.** Колодцы и оборудованные родники, которые ясно видны на местности.
- 313.0**  **Родник.** Источник ручейка с четким стоком. Знак ориентирован в сторону стока.
- 314.0**  **Специальные водные ориентиры.** Специальные маленькие водные объекты. Значение знака должно быть дано в зарамочном оформлении карты.











## Растительность

- 401.0**  **Открытое пространство.** Культивируемая земля, поля, луга, пастбища и т.д. без деревьев, по определению хорошо пробегаема.
- 402.0**  **Открытое пространство с отдельными деревьями.** Луга с отдельными деревьями или кустами с травой или обычной землей, по определению легко пробегаема. Очень маленькие площади показываются знаком 401.
- 403.0**  **Неудобное открытое пространство.** Пустошь, торфяник, вырубка, вновь зарастающие площади (деревья ниже 1 метра) или другая в целом открытая местность с неудобной землей, растительностью, вереском или длинной травой. Знак может комбинироваться со знаками 407 и 409 для показа сокращения пробегаемости.
- 404.0**  **Неудобное открытое пространство с отдельными деревьями.** Когда на неудобной местности встречаются отдельные деревья, в тоне должны появляться площади белого (или зеленого). Такие площади могут генерализовываться использованием сетки больших белых точек на желтом поле.
- 405.0**  **Лес: легко бежать.** Открытый лес в котором нет препятствий для бега. (Легкопроходимая растительность.)
- 406.0**  **Лес: медленный бег.** Площадь с густыми деревьями, низкая видимость, сокращение пробегаемости до 50-80% от нормальной скорости бега. (Среднепроходимая растительность.)
- 407.0**  **Подлесок: медленный бег.** Площадь плотного подлеска, но тем не менее хорошая видимость (папоротник, вереск, низкие кусты, срубленные ветки, сучья и т.п.). Снижение скорости до 50-80%. Знак не может комбинироваться со знаками 406, 408.
- 408.0**  **Лес: трудный бег.** Площадь с густыми деревьями или заросли, малая видимость, снижение скорости до 10-50%. (Труднопроходимая растительность.)
- 409.0**  **Подлесок: трудный бег.** Площадь плотного подлеска, но тем не менее хорошая видимость (папоротник, вереск, низкие кусты, срубленные ветки, сучья и т.п.). Снижение скорости до 0-50%. Знак не может комбинироваться со знаками 406, 408.
- 410.0**  **Растительность: очень трудно или невозможно бежать, непроходимость.** Площадь густой растительности (деревья или подлесок), с трудом преодолевается. Скорость снижается до 0-10%. (Непроходимая растительность.)
- 411.0**  **Лес, пробегаемый в определенном направлении.** Когда площадь леса обеспечивает хорошую пробегаемость в одном направлении, но хуже в другом, в сетке знака должны быть белые полосы для показа направления хорошей пробегаемости.








**411.1**  **Лес, пробегаемый в определенном направлении.** Когда площадь леса

обеспечивает хорошую пробегаемость в одном направлении, но хуже в другом, в сетке знака должны быть белые полосы для показа направления хорошей пробегаемости.







































- 411.2  **Лес, пробегаемый в определенном направлении.** Когда площадь леса обеспечивает хорошую пробегаемость в одном направлении, но хуже в другом, в сетке знака должны быть белые полосы для показа направления хорошей пробегаемости.
- 412.0  **Фруктовый сад.** Площадь занятая фруктовыми деревьями или кустами.
- 412.1  **Сад: отдельное дерево, куст.** Отдельное дерево, куст в саду, допускается использовать этот знак вместо знака 418, при этом значение знака должно быть дано в зарамочном оформлении карты.
- 413.0  **Виноградники.** Линии могут быть ориентированы для показа направления рядов.
- 414.0  **Четкая граница культурных земель.** Граница культурных земель, когда не показана другим знаком (забор и т.п.). Показывается черной линией. Постоянная граница между разными типами культурных земель так же показывается этим знаком.
- 415.0  **Культурная земля.** Культурная земля, которая сезонно запрещена для бега (растущие злаки). Может быть показана черной точечной сеткой.
- 416.0  **Четкая граница растительности.** Четкая кромка леса или очень четкая граница растительности внутри леса.
- 417.0  **Нечеткая граница растительности.** Нечеткая граница между площадями зеленого или желтого показывается без линии, только изменениями цвета или сетки.
- 418.0  **Особый объект растительности.** Используется для специальных маленьких растительных объектов. Значение знака должно быть дано в зарамочном оформлении карты.
- 419.0  **Особый объект растительности.** Используется для специальных маленьких растительных объектов. Значение знака должно быть дано в зарамочном оформлении карты.

## Искусственные сооружения














- 501.0  **Автомостраль.** Дорога с двумя разделенными полосами движения, используется только для транспорта.
- 502.0  **Основное шоссе.** Дорога шире 5 метров. Пространство между черными линиями должно быть заполнено коричневым (50-100%). Сооружаемые дороги (знаки 501,502, 503 могут быть показаны прерывистой линией.)
- 503.0  **Малое шоссе.** Дорога 3-5 метров ширины. Пространство между черными линиями должно быть заполнено коричневым (50-100%).
- 504.0  **Дорога.** Улучшенная дорога, пригодная для автомобильного движения в любую погоду, менее 3 м ширины.
- 505.0  **Проселочная дорога.** Проселочная или слабо улучшенная дорога, пригодная только для медленного автодвижения. Ширина меньше 3 метров.
- 506.0  **Тропа.** Большая тропа или старая проселочная дорога, которая ясно различима на земле.
- 507.0  **Маленькая тропа.** Маленькая тропа или (временный) след вывоза леса, которая (который) отслеживается на соревновательной скорости..








- 508.0  **Нечеткая маленькая тропа.** Слабо заметная маленькая тропа или след вывоза леса.  
**Узкая просека.** Четкая просека менее 5 м ширины. Просека является линейной
- 509.0  вырубкой в лесу (обычно посаженном) и не имеет четкой тропы. Там, где тропа существует вдоль просеки, необходимо использовать вместо знака 509 знаки 507 или 508.
- 510.0  **Видимая (четкая) развилка троп.** Когда пересечение троп или развилки троп и дорог являются видимыми, штрихи знака соединяются на пересечении.
- 511.0  **Мостик.** Пешеходный мостик без ведущей к нему тропы.
- 512.0  **Переправа с мостом.** Тропа или дорога, пересекающая реку, поток, канаву по мосту.
- 513.0  **Переправа без моста.** Тропа или дорога, пересекающая реку, поток без моста, вброд.
- 514.0  **Нечеткая развилка троп.** Когда развилка троп или дорог нечеткая. Штрихи знака не соединяются.  
**Широкая просека.** Просека или противопожарная прорубка шириной более 5 метров.
- 515.0  Кромка показывается знаком для границы растительности (414). Соответственно желтая или зеленая сетка должна заполняться между точечными линиями для открытой и заросшей просеки.
- 516.0  **Железная дорога.** Железная дорога или другой тип рельсовых путей (трамвай, вагонетка и т.п.).
- 517.0  **Электролиния.** Электро-, кабельная линия, подвесная дорога. Штрихи показывают точное положение опор.
- 518.0  **Высоковольтная линия.** Показывается двумя линиями. Штрихи показывают точное положение опор.
- 519.0  **Туннель.** Путь под шоссе, железной дорогой и т.п., который может использовать спортсмен. Этот знак используется не зависимо от того, идет ли к туннелю дорога.
- 520.0  **Каменная стена.** Каменная стена или облицованная камнем насыпь.
- 521.0  **Разрушенная каменная стена.** Разрушенная стена может быть показана пунктирной линией.
- 522.0  **Высокая каменная стена.** Каменная стена выше 1.5 м, непреодолима для среднего ориентировщика.
- 523.0  **Изгородь.** Ясно видимая проволочная или деревянная ограда ниже 1.5 м.
- 524.0  **Разрушенная ограда.** Разрушенная ограда может быть показана пунктирной линией.
- 525.0  **Высокая ограда.** Дощатая или проволочная ограда выше 1.5 м, непреодолима для среднего ориентировщика (оленья изгородь).  
**Проход в ограде.** Все пути через высокие ограды или стены должны быть показаны.
- 526.0  Знак может показывать калитку в заборах, каменных стенах и других преодолимых оградах (524) или ступеньку для перелаза через каменную стену (520).
- 527.0  **Строения.** Здания показываются в своем земельном плане до тех пор, пока допускает масштаб.







- 527.1 ■ **Маленькое строение.** Внемасштабное строение.
- 5280  **Поселок, населенный пункт.** Дома, сады и другие застроенные территории. Дороги, здания и другие важные объекты должны быть показаны.
- 5281  **Поселок, населенный пункт.** Дома, сады и другие застроенные территории. Этот знак используется, если все здания и другие важные объекты не могут быть показаны.  
**Постоянно запрещенная территория.** Территория, постоянно запрещенная для
- 529.0  спортсменов. Сетка накладывается на готовую карту. Граничная линия рисуется, если нет естественной границы.
- 530.0  **Территория для парковки.** Замощенная, асфальтированная или другая площадка для парковки или других целей.
- 531.0  **Руины.** План развалин показывается в масштабе до предельного размера.
- 531.1 □ **Небольшие руины.** Малые внемасштабные развалины.
- 532.0  **Спортплощадка.** План спортплощадки показывается в масштабе с желтой заливкой.
- 533.0  **Стрельбище.** Показывается специальным знаком для соблюдения осторожности. Соседние здания показываются индивидуально.  
**Могила.** Четкая могила, обозначенная камнем или крестом. Положением является
- 534.0  центр тяжести знака, ориентированного на север. Кладбище показывается использованием знака по площади.
- 535.0  **Преодолимый трубопровод.** Трубопровод (газ, нефть, вода и т.п.) по уровню земли, который можно преодолеть над или под.
- 536.0  **Непреодолимый трубопровод.** Трубопровод, который не может быть преодолен.
- 537.0  **Высокая башня.** Высокая башня, стоящая над уровнем окружающего леса. Положению на местности соответствует центр тяжести знака.  
**Маленькая башня.** Видимая платформа для стрельбы, маленькая башня (например,
- 538.0  тригонометрический пункт в некоторых странах). Положению на местности соответствует центр тяжести знака.
- 539.0  **Пирамида из камней.** Пирамида, мемориальный камень, граничный камень (или тригопункт в некоторых странах) высотой более 0.5 метров.  
**Кормушка.** Кормушка, которая свободно стоит или построена на дереве. Положению
- 540.0  на местности соответствует центр тяжести знака. Для экономии места знак может быть опущен.
- 541.0  **Особый искусственный объект.** Значение знака должно быть дано в зарамочном оформлении карты.
- 542.0  **Особый искусственный объект.** Значение знака должно быть дано в зарамочном оформлении карты.

# Знаки обозначения дистанции



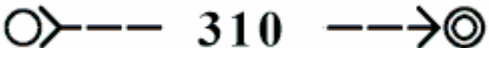

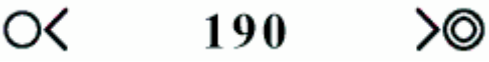

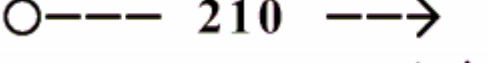




- 601.0  **Начало ориентирования, старт.** Старт или пункт выдачи карт (если не на старте) показывается равносторонним треугольником, чья вершина указывает на 1 КП. Центр треугольника или окружности показывает точное положение объекта на местности, но фактически не отмечается.
- 601.1  **Линия связи.** Старт, КП и финиш должны быть соединены линиями по порядку номеров. Части линий должны опускаться там, где загораживают важные детали.  
**Контрольный пункт.** КП показывается окружностью. Размер окружности должен быть
- 602.0  выбран с минимальным загораживанием деталей вокруг КП. Части окружностей должны опускаться там, где загораживают важные детали.
- 602.1  **Номер контрольного пункта.** КП нумеруются по порядку цифрами, ориентированными на север.
- 603.0  **Маркированный путь.** Маркированный участок на карте показывается пунктиром.
- 604.0  **Финиш.** Финиш показывается двумя окружностями.
- 605.0  **Непреодолеваемая граница.** Граница, которую запрещено преодолевать.
- 606.0  **Проход.** Место прохода сквозь стену или ограду или через улицу, ж/д или туннель рисуется на карте двумя закругленными навстречу линиями.
- 607.0  **Запрещенная территория.** Запрещенная территория, см. также знак 529. Рисуется вертикальными полосами.
- 608.0  **Опасная территория.** Территория, представляющая опасность для спортсменов.
- 609.0  **Запрещенная дорога.** Дорога, которая запрещена для движения.
- 610.0  **Пункт первой помощи.** Положение пункта первой помощи.
- 611.0  **Пункт питания.** Положение пункта питания. (если он не на КП).

## Дополнительные символы

- 61 **Охотничья платформа.** Платформа (лабаз), установленная на дереве с лестницей или без нее, на которой может размещаться человек.
- 62  **Кормушка.** Сооружение для подкармливания диких животных.
- 63  **Каменный столб.** Высокий естественный каменный столб, останец.
- 64  **Отдельное дерево.** Выделяющееся, заметное дерево как на открытой местности, так и в лесу.
- 65  **Соленая кормушка.** Участок со специально оборудованной кормушкой или без нее, на котором лежат соленые камни для диких животных.
- 66  **Выворотень.** Корневище вывороченного дерева, корч, с остатками грунта или без них.

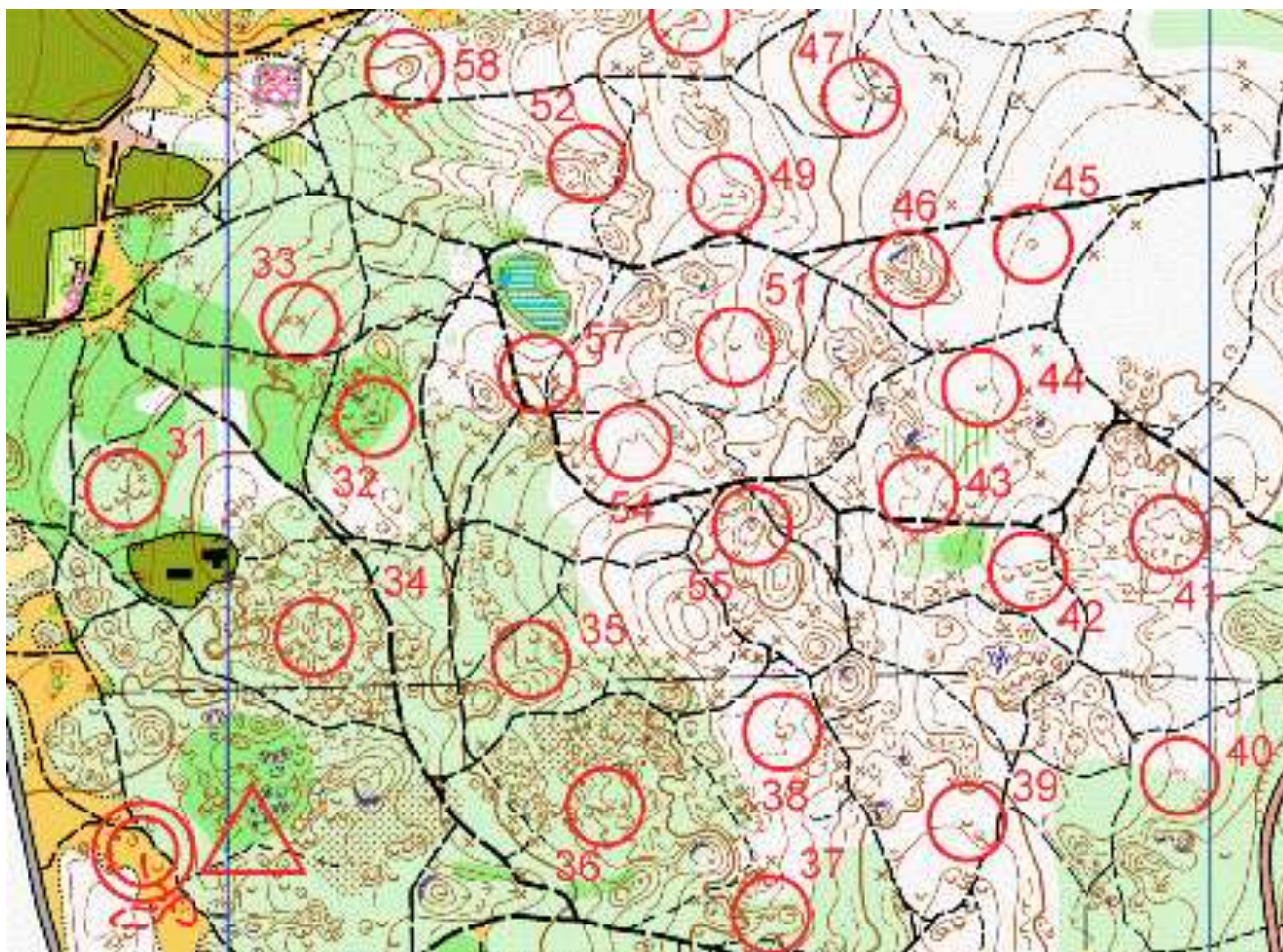
- 67  **Граничный знак.** Каменная пирамида, межевой камень, земле- или лесоустроительный знак.
- 68  **Кострище.** Незадернованное место (поляна), где выжигали древесный уголь.
- 69  **Муравейник.** Сооружение, созданное лесными муравьями, огороженное человеком или нет.
- 6.10  **Микронеровности.** Площадка с микронеровностями, лисьи норы.
- 6.11  **Микрообъект.**
- 6.12  **Микрообъект.**

## Маркированные участки

-  **250**  Путь до финиша 250 м по маркировке непосредственно от КП.
-  **310**  Путь до финиша 310 м. Сходящаяся маркировка ("ловушка") начинается на некотором расстоянии от КП.
-  **190**  Путь до финиша 190 м. Маркировка отсутствует.
-  **210**  Служебный перегон. Путь от КП 210 м по маркировке.
-  **50**  От КП до пункта смены карт 50 м по маркировке.
-  Знак точки начала ориентирования (пункт "К").



Занятие 2. Практическое задание. Выбрать лучший порядок прохождения дистанции на 5 и на 15 контрольных пунктов. Порядок прохождения дистанции выписать номерами контрольных пунктов.



Занятие 3. Практическое задание. Выбрать лучший вариант прохождения дистанции на 5 и на 15 контрольных пунктов. Порядок прохождения дистанции выписать номерами контрольных пунктов.

17 мая 2017 г.

## Всемирный день ориентирования

### Ориентирование - спорт для всех

Парк 1100-летия Смоленска

**Смоленск**

Федерация спортивного ориентирования Смоленской области  
[www.o-smolensk.ru](http://www.o-smolensk.ru)

Приглашаем заниматься спортивным ориентированием СДЮСШОР №6  
г. Смоленск  
проспект Строителей, 24  
телефон +7 (4812) 52-00-88  
e-mail: smol\_dush6@mail.ru  
сайт: sdusshor6.pф, sdusshor6.ru

Карту подготовили в 2015 году:  
Тутынин В.Н., Тутынина О.В.,  
Хвастовский С.А.

Корректировка карты в мае 2017 года:  
Марченко А.А.

**Н 2,5 м.**  
**Масштаб 1: 2500**

M11, Ж12		15 КП			
32	↗	⚡			
34	↗	⚡			
36	←	⚡			
38	○				
40	○		○		
41	↶				
43		⚡			
44	↓	⚡			
47		⚡			
49	○				
51	mm				
53	⊗				
54		⚡			
57	○			⊗	
60	○				⊗



## Занятие 4. Изучить информацию на тему «Компас и как его использовать»

### Компас на прямоугольной плате

Компас на прямоугольной плате используют в первую очередь для того, чтобы снимать азимут, но также и для того, чтобы только ориентировать карту. Преимуществом такой модели является то, что правильно выставив его, вы можете выдерживать очень точный азимут. Колба компаса (круглая часть компаса со стрелкой внутри) подвижна, и ее можно вращать. Компас на плате крепится на запястье при помощи лямки. В момент снятия азимута, вы держите компас и карту в одной руке, а затем переключаете карту в другую, свободную руку.



### Компас на плате для пальца

В последние годы использование компаса с платой для пальца становится все более популярным. Как уже понятно из названия, такой вид компаса крепят на большой палец руки. Существуют платы как для правой, так и для левой руки. Когда вы пользуетесь компасом с платой на пальце, вы держите компас и карту в одной руке. Таким образом, вы можете постоянно с помощью пальца и компаса контролировать на карте, где вы находитесь. Поскольку карта и компас составляют в этом случае единое целое, вы также можете быть уверены, что карта правильно сориентирована. Другим преимуществом является также то, что вы можете быстрее снять азимут, и к тому же им легко пользоваться.





## Использование компаса на карте для пальца



Приложите компас к карте таким образом, чтобы край платы был параллелен линии, вдоль которой вам нужно переместиться. Конец платы должен указывать на точку, в которую вы хотите попасть.



Сориентируйте карту перед тем, как начать движение в указанном направлении

Поворачивайтесь на месте до тех пор, пока красная часть стрелки компаса не будет указывать на север карты. Теперь карта сориентирована, и вы можете двигаться в том направлении, куда указывает конец платы компаса.



Иногда говорят, что север карты расположен сверху. Имеемся в виду, что, если вы можете прочитать текст на карте нормальным образом (не вверх ногами и не на бок), то север находится вверху листа карты.



Карта сориентирована, если красная часть стрелки компаса показывает на север карты.

## Занятие 5. Изучить экипировку спортсмена-ориентировщика по картинке.

### Современная экипировка спортсмена-ориентировщика

**Пояска на лоб, чтобы пот не заливал лицо**

**Футболка, чтобы легкая и удобная была и быстро сохла**

**Шнурок, чтобы чип не потерять**

**Электронный чип, чтобы отмечать свои Контрольные Пункты**

**Бриджи (лосины, брюки), чтобы удобно было бегать**

**Гетры (щитки), чтобы ветки и трава не хлестали по ногам**

**Спецобувь (шилочки), чтобы сцепление при беге в лесу было лучше**

**Компас, чтобы ориентировать карту на Север**

**Спортивная карта, с маршрутом прохождения дистанции**

**Легендодержатель, чтобы удобно было читать легенды**

**Спортивные часы, чтобы знать время**

**Нагрудный номер, крепится при помощи 4 булавок**

**Скотч или лейкопластырь, чтобы шнурки не развязались**

**Очки спортивные, чтобы ветка в глаз не попала**

**Лампа для ночного ориентирования, чтобы светло было**

На фото Леонид Новиков (Россия) Чемпион Мира по спортивному ориентированию



Занятие 6. Практическое задание. Выбрать варианты прохождения трассы между контрольными пунктами, используя раунт или распечатать карту.

Министерство спорта Российской Федерации  
 Федерация спортивного ориентирования России  
 Министерство по физической культуре и спорту Ставропольского края  
 Комитет по физической культуре, спорту и туризму Администрации г. Железноводска  
 Федерация спортивного ориентирования Ставропольского края

ВСЕРОССИЙСКИЕ СОРЕВНОВАНИЯ ПО СПОРТИВНОМУ ОРИЕНТИРОВАНИЮ  
 " ПРИЗ ПАМЯТИ ВОЕННОГО ТОПОГРАФА А.В. ПАСТУХОВА " г. ЖЕЛЕЗНОВОДСК 22-27.03.2017 г.

24.03.2017  
 кросс-понт

кросс-понт				
ЖЭ	Ж20	8.5 km	265 m	
1	59	▲	0.7	○
2	40	○		○
3	61	>		<
4	37	△		○
5	70	▲	0.8	○
6	38	∧		○
7	39	U		○
8	33	∩		○
9	44	V		○
10	57	○		○
11	58	▲	2.3	○
12	46	○		○
13	47	∩	3	○
14	48	∩		○
15	75	∩	1.8	○
16	49	∩		○
17	76	∩		○
18	51	U		○
19	60	V		○
20	53	▲	1.7	○
21	63	▲	0.4	○
22	62	V		○
23	90	*		○

М 1:12 500  
 Н-5М

Карта подготовлена в 2015-16 гг.  
 Авторы: И.Лесняев (Тамбов, ССВК); А.Столяров (Орен, ССВК);  
 А.Баринев (Петлигорск, ССВК);  
 по материалам М.Заметы (Краснодар), 1997г.