

Организация и проведение соревнований по спортивному ориентированию

Введение

Спортивное ориентирование, являясь одним из самых молодых видов спорта, получает в нашей стране все большее признание. Широкая доступность, захватывающая борьба на трассе, красота природы края, с которой так близко соприкасаются спортсмены на дистанции, - все это способствует популярности спортивного ориентирования.

Занятия спортивным ориентированием содействуют умственному и физическому развитию, укреплению здоровья, помогают познавать и понимать природу. Как военно-прикладной вид спорта спортивное ориентирование играет важную роль в военно-патриотическом воспитании школьников, в подготовке молодежи к защите Отечества. Спортивное ориентирование – вид спорта, в котором участники при помощи спортивной карты и компаса должны пройти контрольные пункты (сокращенно КП), расположенные на местности.

Соревнования – важная составная часть спортивной подготовки детей, подростков, юношей и девушек.

Соревнования должны планироваться таким образом, чтобы по своей направленности и степени трудности они соответствовали уровню подготовленности соревнующихся.

«Правила соревнований по спортивному ориентированию» – являются основным документом, регламентирующим проведение соревнований по спортивному ориентированию. Правила действуют на всей территории Российской Федерации и обязательны для спортсменов, тренеров, представителей команд, судей и организаторов соревнований, а также для всех лиц, участвующих в проведении соревнований или работающих со спортсменами.

Ориентирование в заданном направлении – прохождение отмеченных на карте и расположенных на местности КП в заданном порядке. Путь от одного КП до другого участники выбирают по своему усмотрению.

Ориентирование по выбору – прохождение КП из числа имеющихся в районе соревнований. Выбор КП и порядок их прохождения произвольный, по усмотрению участника.

Ориентирование на маркированной трассе – прохождение дистанции, маркированной на местности от старта до финиша, с нанесением на карту местоположения КП, установленных на дистанции.

Спортивная карта

На соревнованиях используются спортивные карты. Спортивная карта – это крупномасштабная специальная схема местности, выполненная в условных знаках.

Ошибки и изменения, выявленные на местности после издания карты, должны быть внесены в карту, если они могут повлиять на результаты соревнований.

Для спортивных карт применяется масштаб 1:10 000 и 1:15 000 с высотой сечения рельефа 5 м. На местности с небольшим перепадом высот на склонах можно использовать высоту сечения рельефа 2,5 м.

На карту, выдаваемую участнику, наносят пурпурным (допускается красным, фиолетовым) цветом элементы дистанции, соответствующие каждому виду ориентирования.

Дистанция соревнований

Дистанция должна быть спланирована так, чтобы:

- для успешного ее прохождения в равной мере требовались физическая подготовка и умение ориентироваться;
- было соблюдено равенство условий борьбы для всех участников;
- участники не пересекали опасные места (железнодорожные пути, дороги с интенсивным движением транспорта, плохо замерзшие реки, непроходимые болота и т. п.);
- участники не передвигались большую часть дистанции через сплошные заросли крапивы и других растений, оказывающих раздражающее действие на организм спортсменов.

Длина дистанции в соревнованиях по ориентированию в заданном направлении определяется по карте путем измерения и суммирования отрезков: технический старт – КП – финиш (без учета рельефа местности). Если между двумя КП имеется непроходимое препятствие, длину дистанции измеряют по кратчайшему обходному пути.

В соревнованиях по ориентированию на маркированной трассе длину дистанции измеряют по карте или на местности.

В соревнованиях по выбору длина дистанции измеряется по оптимальному пути прохождения всех КП.

Суммарный набор высоты должен быть дан, как набор высоты по предполагаемому оптимальному пути движения участника, и он не должен превышать 4 % от длины предполагаемого оптимального пути.

Легенды КП

КП должны располагаться на ориентирах, обозначенных на карте и четко опознаваемых на местности. Точное расположение КП должно быть описано с помощью легенд.

Местоположение КП должно однозначно определяться при помощи карты и легенды.

Легенды КП должны быть в форме символов в соответствии с инструкцией ФСО России (Описание символов для пояснения легенд КП), для городских, районных соревнований можно использовать словесное описание легенд.

Участники могут быть ознакомлены с легендами до старта.

Легенды могут помещаться в зарамочном оформлении карты, прикрепляться к лицевой стороне карты, выдаваться участникам отдельно или вывешиваться на щите информации.

Оборудование дистанции

На местности оборудуются: предварительный старт (место регистрации стартующих участников), пункт выдачи карт, технический старт, точка начала ориентирования, КП, маркированные участки, финиш (пункт передачи эстафеты), а также другие необходимые для каждого вида ориентирования объекты.

У предварительного старта должны быть часы или иное устройство, показывающее судейское время (текущее время соревнований).

В случае группового (общего) старта необходимо предусмотреть достаточный по ширине маркированный участок от линии старта до точки начала ориентирования, на котором участники смогут распределиться по силам, не мешая друг другу.

Место финиша (пункта передачи эстафеты) располагается таким образом, чтобы финиширующий участник был виден не менее чем за 50 м и чтобы этот отрезок дистанции не был спуском или крутым подъемом и не имел крутых поворотов. По крайней мере, последние 20 м должны быть ограждены, и быть прямыми.

Проведение соревнований по видам ориентирования

Ориентирование в заданном направлении

Соревнования в заданном направлении проводятся на всех видах дистанций. Число КП рекомендуется выбирать так, чтобы дистанция ставила перед спортсменом задачи ориентирования и обеспечивала зрелищность и справедливость соревнований.

Старт должен быть оборудован так, чтобы стартующие позже участники и другие лица не могли видеть выдаваемые участникам карты, выбор варианта и направление движения на первый КП. При необходимости отдельно оборудуется точка начала ориентирования, и путь до неё маркируется.

Местоположение и высоту знака КП над землей выбирают так, чтобы призма была отчетливо видна участнику, достигшему указанной картой и легендой точки соответствующего ориентира.

На карту, выдаваемую участнику, наносят точку начала ориентирования, КП и их порядковые номера, обязательные для прохождения маркированные участки, финиш (если от последнего КП до финиша есть маркировка, финиш допускается не наносить). Точку начала ориентирования, КП и финиш соединяют прямыми линиями с включением маркированных участков. Кроме того, наносят не обязательные для прохождения маркированные участки, проходы в препятствиях, пункты питания, медицинской помощи. Если не используются легенды, кроме порядковых номеров могут наноситься и обозначения КП.

Результат участника определяется по времени, затраченному на прохождение дистанции от момента старта (технического старта при его наличии) до финиша.

Эстафеты в заданном направлении

При проведении эстафет члены команды поочередно проходят свои этапы — дистанции с определенным количеством КП.

На первом этапе в эстафете порядок выдачи карт определяется Главным судьёй. Участники второго и последующих этапов в эстафете самостоятельно берут свою карту на пункте выдачи карт.

Дистанции могут подготавливаться с рассеиванием участников.

Участник может пробежать только один этап, если иное не оговорено в Положении.

Старт участников на первом этапе — общий, если иное не оговорено в Положении.

Соревнования по выбору

При проведении соревнований в ориентировании по выбору возможно два варианта проведения:

1. Прохождение заданного количества КП из числа имеющихся в районе соревнований. Выбор КП и порядок их прохождения произвольный, по усмотрению участника.
2. Прохождение наибольшего количества КП за назначенное заранее контрольное время.

В обоих случаях взятие определённого КП засчитывается только один раз.

При проведении соревнований по выбору (вариант 1) в районе соревнований рекомендуется устанавливать больше КП, чем то количество, которое необходимо взять участникам. КП располагаются таким образом, чтобы была возможность выбора нескольких примерно равнозначных вариантов пути с равным количеством КП.

При проведении соревнований по выбору (вариант 2) в районе соревнований рекомендуется устанавливать больше КП, чем то количество, которое сможет взять победитель за назначенное контрольное время.