

СПОРТИВНОЕ ОРИЕНТИРОВАНИЕ

Спортивное ориентирование - сравнительно молодой вид спорта в нашей стране, однако, уже имеющий своих верных почитателей практически всех возрастов.

Ключевое слово в названии вида спорта «ориентирование» наводит непосвященных на мысль о размеренной, неторопливой работе с картой на лоне природы. В действительности это стремительный вид кросса на незнакомой местности, связанный с определенной физической и эмоциональной нагрузкой.

***Спортивное ориентирование** - соревнования в преодолении на местности с компасом и картой трассы из последовательности контрольных пунктов (КП) и с выбором наиболее рациональных путей движения между ними.*

Задачи, которые дистанция ставит перед спортсменами, требуют от них, не только высокой физической подготовки, способности преодолевать естественные препятствия и стойко переносить любые погодные условия, но и точного и быстрого мышления. Тесный контакт с окружающей средой является элементом экологического воспитания. Все это позволяет называть спортивное ориентирование интеллектуальным видом спорта.

Данный вид спорта имеет важное прикладное значение, прививая качества, которые трудно воспитать на обычных практических занятиях по топографии.

Умение ориентироваться на местности является важнейшим фактором для успешного прохождения туристского маршрута.

Военно- прикладное значение трудно переоценить, ведь, с картой имеют дело представители любого рода войск. Самостоятельность принятия решений играет первостепенную роль. И, конечно, большое значение приобретает быстрота, с которой эти решения принимаются.

Еще одной привлекательной стороной является сравнительная простота организации массовых соревнований, для которых не обязательно наличие спортивных залов, площадок и стадионов, дорогостоящего оборудования и инвентаря, особенно в летний период.

Основной затратой является подготовка качественной карты.

Ареной для интереснейших состязаний может послужить почти любой участок леса или городской парк не менее 0.5 кв.км. Соревнования могут проводиться днем и ночью, в любое время года, бегом или на лыжах. И, как отдельные разновидности, при соблюдении главного спортивного принципа равенства условий для всех участников: на велосипедах и мотоциклах, на лодках, даже на автомобилях.

1.

Немного истории.

Официальной родиной спортивного ориентирования считается Норвегия, где 13 мая 1897 года спортивное общество «Турнференинг» устроило первое состязание неподалеку от Бергена, в том же году вблизи Осло 31 октября состоялись соревнования, результат которых сохранился (8 участников). Хотя, есть сведения, что еще раньше среди военных проводились соревнования на незнакомой местности с целью добраться до указанного места с помощью карты. Первые соревнования по лыжному ориентированию прошли 6 февраля 1899 г. около города Тронхейм, Норвегия (12 участников).

В дальнейшие годы инициативу перехватили шведы и финны. 25 марта 1919 года неподалеку от Стокгольма в городке Сальтшебадене были организованы первые массовые соревнования с участием 220 спортсменов, ныне там установлен памятник первому ориентировщику. В Швеции в декабре 1922 года первые соревнования по ночному ориентированию. Первая в мире национальная федерация была организована в Швеции в 1936 году - Союз ориентировочного спорта. В остальных скандинавских странах, а также в Швейцарии, Венгрии и Дании бег с картой и компасом получил признание в 30-х годах двадцатого века, а национальные руководящие органы были созданы после второй мировой войны. В Финляндии с 1945 года начал выходить первый специальный журнал, посвященный ориентированию. В те же годы шведский, финский норвежский и датский союзы объединились в Совет спортивного ориентирования северных стран («НОРД»). Первая специальная спортивная карта взамен топографическим была подготовлена в Норвегии в 1948 году, а два года спустя там же появилась уже цветная карта. В это же время ориентированием начинают увлекаться туристы стран восточной Европы.

Правила соревнований в различных странах существенно отличались, и, чтобы выработать единые положения, в 1958 году была созвана Международная конференция социалистических стран в Будапеште. Год спустя по инициативе Шведской федерации состоялось совещание с участием представителей всех стран европейского континента, где культивируется спортивное ориентирование. В итоге в 1961 году была создана Международная федерация ориентирования (IOF) в Копенгагене, в которую первоначально вошли 10 стран: Болгария, Венгрия, ГДР, Дания, Норвегия, ФРГ, Финляндия,

Чехословакия, Швеция и Швейцария. На последующих конгрессах ИОФ, которые проводятся раз в два года, число членов федерации неуклонно возрастало. СССР получил статус полноправного члена ИОФ в 1986 году. Достаточно сказать, что к настоящему времени спортивное ориентирование культивируется, в большей или меньшей степени, практически на всех континентах. Первый чемпионат Европы прошел в 1962 году в Швейцарии, чемпионаты Мира проводятся с 1966 года, а чемпионаты Мира по ориентированию на лыжах с 1975 года. Кубки Мира по ориентированию бегом и на лыжах проводятся соответственно с 1983 и 1989 г.г.

В СССР первое всесоюзное первенство по ориентированию, как отдельному виду спорта, состоялось в 1963 году в г. Ужгороде неподалеку от Невицкого замка, с использованием выкопировки топографической карты тридцатых годов венгерского производства. Однако, до этого среди ленинградских и прибалтийских туристов проводились с 1939 года состязания "по закрытому маршруту". После Великой Отечественной войны туристские соревнования по ориентированию начинают проводиться в различных регионах СССР. Изначально спортивное ориентирование курировалось Центральным советом по туризму и экскурсиям ВЦСПС вплоть до 1979 года, когда этот вид спорта по праву перешел в ведение Спорткомитета СССР.

Долгое время на международных соревнованиях лидирующие позиции практически без конкуренции занимали представители скандинавских стран. Тому были объективные причины: скандинавские страны - родина этого вида спорта, спортивное ориентирование занимает прочные позиции среди других видов спорта и, даже, включено в школьные программы обучения, в то время как, в нашей стране до сих пор не каждый учитель физкультуры может четко и правильно ответить на вопрос « что такое спортивное ориентирование?». Сборную команду СССР долгое время вывозили на международные соревнования только на территории социалистических стран (товарищеские матчи, «Кубок мира и дружбы»). Первая международная встреча состоялась в 1965 году в ЧССР, в 1967 году в Болгарии наша команда выиграла «Кубок мира и дружбы» (лучшие результаты у женщин - 1-е место Л.Натра (Бланка), у мужчин - 3-е место Р.Аболс).

Впервые в 1972 году от нашей страны были допущены 2 человека к участию в Кубке Международной федерации по лыжному ориентированию в заданном направлении. Бронзовая медаль, завоеванная Л.Куклиной - более чем просто успешное выступление.

Начиная, с 90-х годов XX века российские спортсмены регулярно поднимаются на пьедестал мировых первенств по лыжному ориентированию. Первым чемпионом Мира из России стал Иван Кузьмин в 1995г. В летней программе позиции наших спортсменов также достаточно окрепли.

В 1977 году на 79 сессии МОК в Праге спортивное ориентирование было признано олимпийской дисциплиной. В 1998 году в Нагано перед открытием зимней Олимпиады состоялись показательные соревнования среди сильнейших ориентировщиков Мира. ИОФ обратилась в МОК с

заявлением об участии спортивного ориентирования в Олимпийских играх 2006 года в Турине, Италия.

2.

Виды соревнований.

Описанные ниже виды соревнований по ориентированию могут проводиться: на укороченных, классических и удлиненных дистанциях. Многодневные соревнования могут иметь суммирующий зачет, используется также соревнования по системе Гундерсона - «гандикап» (персьют). Параметры дистанций различных видов соревнований определяются не длиной, а ожидаемым временем победителя, т.к. средняя проходимость местности может существенно отличаться в различных районах.

Перед началом соревнований организаторы знакомят участников с информацией о дистанции, которая содержит характеристику местности и карты, их особенности, параметры дистанции, место и время начала старта. Перед стартом спортсмены получают номера и карточки участника. Карточка, служащая для отметки о прохождении КП, - является основным контрольным документом, сдаваемом на финише (типовая форма приведена на рисунке 1.), она заполняется самим участником. На международных и крупных соревнованиях карточку заменяет чип для электронной отметки.

2.1. Ориентирование в заданном направлении.

Суть этих соревнований заключается в том, что участники должны в кратчайшее время отыскать на местности контрольные пункты в указанной последовательности, нанесенных на карту, соединенных линий и обозначенных порядковыми номерами.

Соревнования проводятся следующим образом: участники стартуют по одному с интервалом 1- 3 минуты либо с общего старта (в зависимости от вида программы и ранга соревнований).

В предстартовом коридоре участник получает карту с нанесенной дистанцией. Значительно реже, на неофициальных и тренировочных стартах, участник получает чистую карту, куда после старта на пункте перерисовки (рядом с местом старта) самостоятельно переносит дистанцию с контрольной карты-образца. Время, затраченное на перерисовку, входит в результат.

Место начала ориентирования, обозначенное на карте треугольником, может совпадать с местом

старта либо быть вынесенным до 500 метров (указывается в предварительной информации). В этом случае со старта идет размеченная дистанция до знака КП с обозначением «К» - места начала ориентирования.

Контрольные пункты обозначаются на карте кружком (диаметром 6 - 7 мм), иногда с точкой, точно указывающей их расположение на местности. Арабская цифра, написанная рядом с кружком, указывает порядковый номер КП по ходу дистанции.

На местности КП (см. рисунок 2) представляет собой красно-белый матерчатый или бумажный знак в форме трехгранной призмы, снабженный средствами отметки - компостером и номером, отличным от порядкового (указан в "легендах"). Номер служит для однозначной идентификации КП на местности, так как участнику на пути могут встретиться пункты, принадлежащие дистанциям других возрастных групп. Компостеры на каждом КП имеют свой рисунок прокола.

КП устанавливаются на ориентирах, имеющихся на карте и на местности так, чтобы участники, точно выйдя в район КП, могли заметить ориентир не менее чем с 10-15 метров. Сам знак КП категорически запрещается прятать - он должен быть заметен не менее чем с 5 метров.

Участник, достигнув нужного КП, делает отметку компостером в карточке участника. На КП может находиться судья-контролер, который следит за порядком прохождения дистанции. Участник обязан по требованию контролера предъявить для проверки карточку участника.

Длина дистанции, указанная в предварительной информации, получена измерением на карте по прямой линии от пункта до пункта. В действительности спортсмен пробегает большее расстояние, даже если он не ошибается. Изучая карту во время соревнований, спортсмен должен продумать наиболее рациональный путь от одного КП к другому, который не всегда бывает самым коротким.

Чтобы соревнования не продолжались бесконечно долго, устанавливается контрольное время, зависящее от многих факторов, но, прежде всего от длины дистанции. Для простоты его можно определить из расчета 15 минут на один километр и округлить до 0,5 часа, или примерно 250 % от

ожидаемого времени победителя. Результат участника, не уложившегося в контрольное время, аннулируется.

2.1.2. Парковое ориентирование.

Эти соревнования проводятся по правилам ориентирования в заданном направлении. Основной отличительной чертой является место проведения: городские парки, скверы и прилегающие к ним застроенные территории на площади около 0,5 кв.км, длина дистанции (2-3 км) и количество КП (10- 20 для взрослых участников). Карты для паркового ориентирования, масштабом от 1:2 000 до 1:10 000, отличаются детальной прорисовкой всех имеющихся на местности ориентиров. Быстротечность дистанции и острота борьбы напоминают одновременно игру шахматиста в условиях блиц-партии и состязание спринтеров, когда цена каждой ошибки очень велика. Места проведения соревнований позволяют привлечь внимание болельщиков и популяризировать данный вид спорта.

2.2 Ориентирование на маркированной трассе.

Эти соревнования чаще всего проводятся зимой. Летом их организуют в основном для новичков, так как в условиях этого вида соревнований заблудиться маловероятно.

Соревнования заключаются в том, что участники должны пройти промаркированную дистанцию, подобную лыжной трассе. Ориентировщики получают карту, на которой отмечено только место начала ориентирования (старт), трасса на карту не наносится. На трассе, в местах неизвестных спортсменам, устанавливаются контрольные пункты. Спортсмен должен пробежать маркированную дистанцию, определить место нахождения всех встречающихся КП и нанести их местоположение на свою карту, прокалывая ее иглой в соответствующих точках. Результат соревнований определяется по времени прохождения дистанции плюс штрафное время за ошибку в нанесении на карту местоположения КП. При проведении соревнований на маркированной трассе в эстафетах и спринте ошибка нанесения на карту КП наказывается не временем, а, как в биатлоне - штрафными кругами. В этом случае спортсмен в конце дистанции на пункте оценки сдает карту судьям, а сам направляется на оценочный круг, за время прохождения которого судьи проверяют карту и подсчитывают количество штрафных кругов, если спортсмен их заработал. После чего он отправляется отрабатывать объявленное ему количество кругов и затем финиширует.

За время существования ориентирования в нашей стране система подсчета штрафа на «маркировке» менялась неоднократно. В настоящее время она подвержена изменениям. Ранее действовала система:

- ошибка до 2 мм на карте не наказывалась;
- ошибка 2-4 мм - 1 минута штрафа;
- ошибка более 4 мм - 2 минуты;

Кроме того, для наказания неграмотных ориентировщиков, у которых больше половины КП нанесены с максимальным штрафом, за то количество максимальных штрафов, которое превышает половину КП, добавлялось такое же количество штрафных минут. Например, на дистанции 8 КП. Семь из них участник отметил с максимальным штрафом, тогда сумма штрафа составит $7 \cdot 2 + 3 = 17$ минут.

В случае отсутствия необходимого прокола результат участника аннулируется. В случае лишнего прокола, когда участник обнаружил явную ошибку и пытается ее исправить, штраф считается по наиболее удаленному из спорных проколов.

Порядок отметки на КП подчинялся правилу: «местоположение КП должно быть нанесено до выхода на следующее КП». Для соблюдения этого правила на каждом КП, начиная со второго, имеются цветные карандаши или компостеры, оставляющие помимо прокола в точке отметки цветной отпечаток. В конце дистанции находится пункт отметки последнего КП. Участник, придя на КП-2 должен нанести КП-1, а на КП-3 - КП-2, иначе судьи заметят несоответствие цвета отметки и снимут участника с соревнований.

В настоящее время наносить местоположение КП допускается в любой момент дистанции проколом, а отметка о пребывании на КП делается компостером в карточке участника, подобно соревнованиям в заданном направлении. Штраф за ошибку в нанесении КП составляет 1 мин., если прокол находится далее 2мм от точки КП.

Особенно много споров об оценке точности нанесения КП, приведем два полярных мнения: оценка штрафа по принципу «попал - не попал», возможно, с заранее предложенными вариантами; возврат к системе с максимальным штрафом 5 минут (по одной минуте за каждый мм свыше двух льготных). Эти условия заранее оговариваются в положении о соревнованиях.

Особенность этого вида соревнований состоит в том, что ориентировщик на протяжении всей дистанции должен следить за картой и за местностью, постоянно сличать их и знать в любой момент свое местоположение (иначе он не сможет определить местоположение КП). В то же время спортсмен должен поддерживать скорость, необходимую для борьбы за высокий результат.

2.3. Ориентирование по выбору.

На старте спортсмен получает карту с нанесенными контрольными пунктами. Выбор КП и порядок их прохождения произвольны. Существует две формы проведения таких соревнований.

В первом варианте спортсмену необходимо взять определенное количество пунктов в кратчайший срок.

Во втором варианте задача спортсмена - за определенное время, одинаковое для всех участников, набрать наибольшее количество очков, посещая те или иные КП. Около каждого из них стоит цифра, указывающая число очков, которые получает участник нашедший КП. В случае опоздания на финиш он будет оштрафован, в зависимости от времени опоздания на определенное число очков, согласно условиям "Положения о соревнованиях". Выход дважды на один и тот же КП засчитывается только один раз.

Ориентирование по выбору тактически интересно, здесь нужно выбрать из множества возможных маршрутов один, который принесет наибольшее количество очков. Вместе с тем участник должен реально оценивать свои силы, чтобы не допускать опоздания на финиш.

