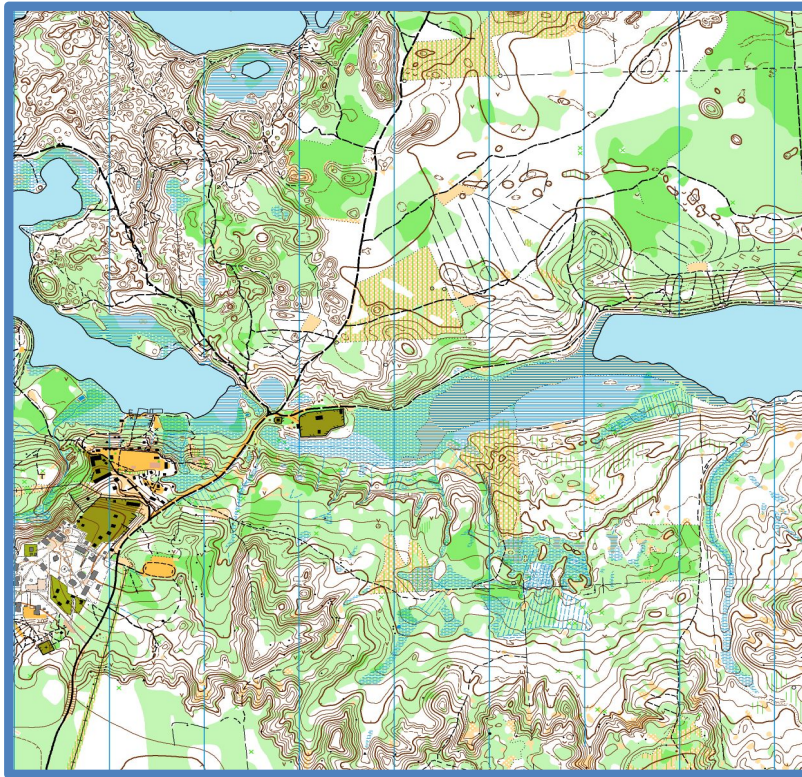




риентирование



Начав заниматься спортом, уже не бросишь... Это становится как зависимость, полезная зависимость, которая дисциплинирует и на тренировках, и в жизни.

(Вероника Томашевская, 4 место на Первенстве Мира 2013 года, многократная победительница Первенств России).

Для меня важна каждая тренировка, и когда у меня появляется хоть одна мысль о том, чтобы пропустить тренировку, то я сразу вспоминаю, что в это время тренируются мои соперники и становятся сильнее меня. Это заставляет меня отбросить все уважительные и другие причины для пропуска тренировок и вновь брать карту в руки. Только постоянные тренировки помогут достичь высоких результатов!

(Иван Кучменко, победитель и призер Первенства Мира 2012-2013 года)

Ежедневная работа над собой - это маленькие шаги на пути к большой цели!

Не нужно бояться трудностей - именно они закаляют характер!

Самое главное - нащупать баланс между ногами и головой.

(Никита Степанов, многократный победитель Первенств России, 6 место на Первенстве Мира, самый молодой чемпион Санкт-Петербурга в марафоне)

С холодной головой и горячим сердцем выходи на трассу!

(Александра Войтова, чемпионка России 2014 года, бронзовый призер Чемпионата России 2015 года)

Важнее не талант, а трудолюбие. Кто больше работает, тот и побеждает!

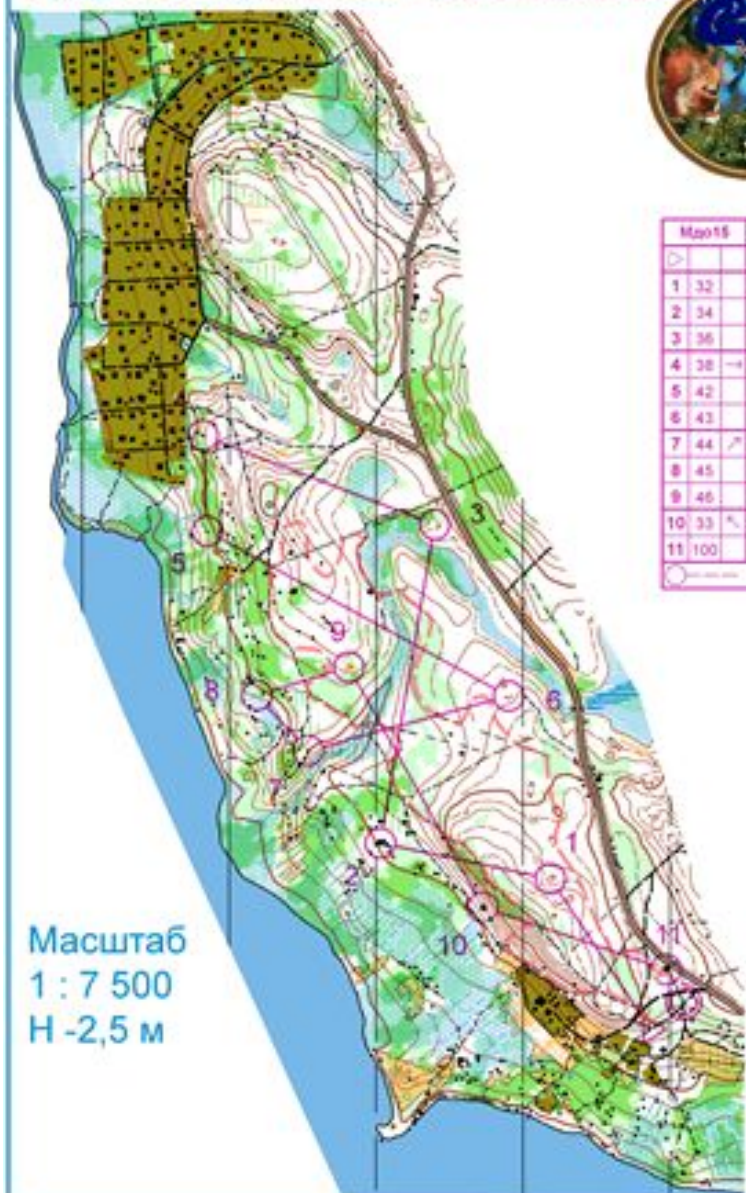
(Михаил Кулешов, многократный победитель Первенств России, 4, 5 и 7 место на Первенстве Европы)

КАРТА, КОМПАС, КОНТРОЛЬНЫЙ ПУНКТ



- Главная задача ориентировщика - с помощью карты как можно быстрее пробежать трассу, отмеченную на местности контрольными пунктами (КП). Спортивная карта – это точная и подробная схема местности, выполненная с помощью условных знаков
- Чтобы научиться ориентироваться по карте и не заблудиться в лесу, надо знать условные знаки (УЗ). Поэтому изучение УЗ станет для тебя первыми шагами на пути к мастерству.

Старты в Зеркальном 26 сентября 2015 г



№	Мзо15	3,8 km		
1	32	○		
2	34	▲	25	□
3	36	△		
4	38	▲	1,8	○
5	42	▲	1,8	○
6	43	∪		
7	44	▲	1,8	○
8	45	∩		○
9	46	∪		○
10	33	▲	1,8	○
11	100	▲	2,2	□

80 m

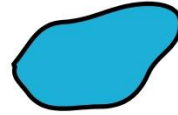
Масштаб
1 : 7 500
Н -2,5 м



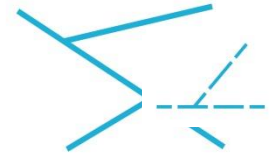
Условные знаки



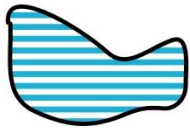
Яма с водой



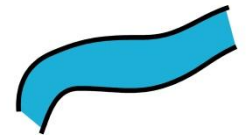
Озеро
о



Канав
а



Болото
(непроходимое)



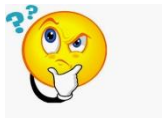
Река
(непреодолимая
вброд)



Болот
о



Река,
ручей



Чем отличается условный знак «Непроходимое болото» от знака «Болото»? А условный знак «Канав» от знака «Ручей»?

Условные знаки

Бугорок
Микрогорка



Горк
а



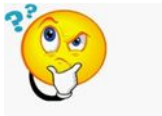
Ям
а



Обрыв,
карьер



Сухая
канава



Чем отличается на местности объект «Бугорок» от объекта «Горка»? А чем различаются «Яма», «Воронка» и «Микроямка»?

Все, что
связано с
землей
(РЕЛЬЕФ
)



Микроямк
а



Воронка
(небольшая, но
глубокая ямка)



Промоина
(русло,
промытое
дождями или
талыми водами)



Что означает ЭТОТ знак?



Озеро

Горка

Сухая
канава



Проверь себя. Кликни по правильному названию.



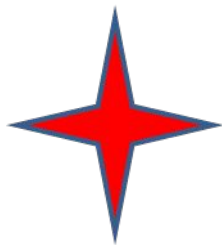
Что означает ЭТОТ знак?



Болото

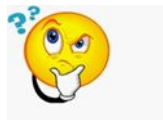
Родник

Карьер



Проверь себя. Кликни по правильному названию.

.



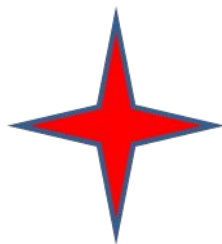
Что означает этот знак?



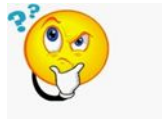
Болото

Промоина

Микроямка



Проверь себя. Кликни по правильному названию.



**Отгадай загадки.
Нарисуй условные знаки,
которые являются ответами на эти загадки.**

От дождей, текущих
вод
Он растёт из года в
год.
Он полей равнинных
враг,
И зовут
его _____

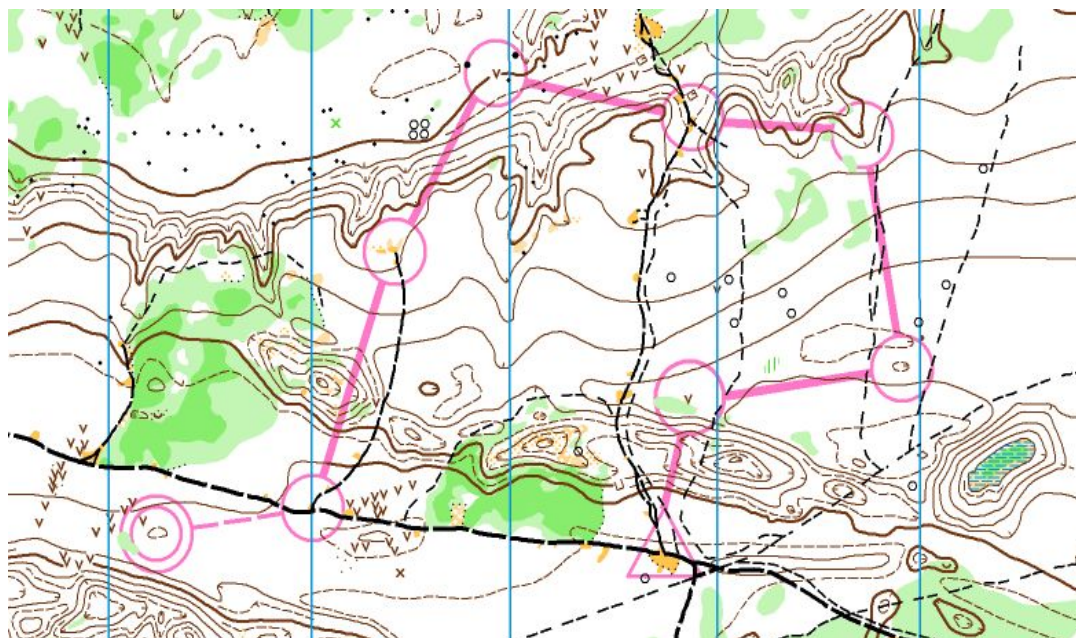
Мы шли к ней длинным
перевалом,
Завал штурмуя за завалом.
Потом карабкались на кручу,
Набрав камней в ботинки
кучу.
И вот взошли на пик, ура!
Ты покорила нам, _____

Все обходят это место:
Здесь земля как будто
тесто,
Здесь осока, кочки, мхи...
Нет опоры для ноги.
Даже вспомнить неохота,
Как забрались мы в

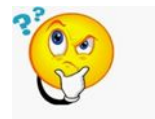


Переверни картинку, проверь ответ

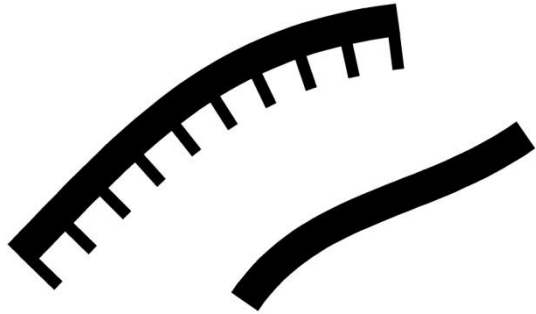
Условные знаки



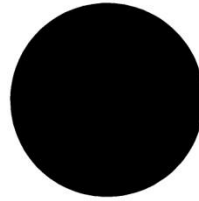
Найди на карте «Старт», «Финиш» и посчитай, сколько КП надо Взять участнику.



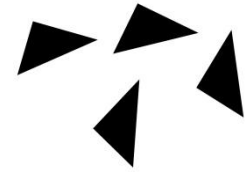
Условные знаки Скалы и камни



Скала



Камень

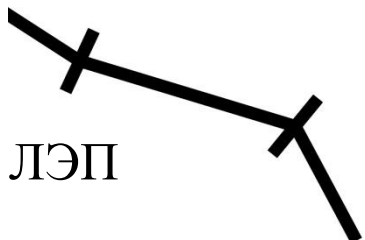


Россыпь камней

Условные знаки

То, что сделано человеком

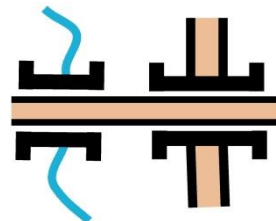
Постройки



Проход в заборе



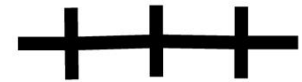
Микрообъект
(скамейка, качели)



Мост, тоннель



Забор



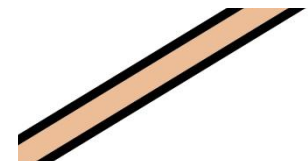
Железная дорога



Вышка
а



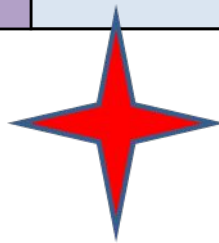
Башня



Асфальтовая дорога



Выбери все объекты сделанные человеком



Проверь ответ

УСЛОВНЫЕ ЗНАКИ

Корч



Поле



Лес по которому
легко бежать –
«белый лес»

Лес,
который
мешает
бежать
быстро



Отдельное
дерево



Растительность

Лес, через который
сложно бежать
(труднопроходимый)



Четкая граница
растительности
обозначается черными
точками

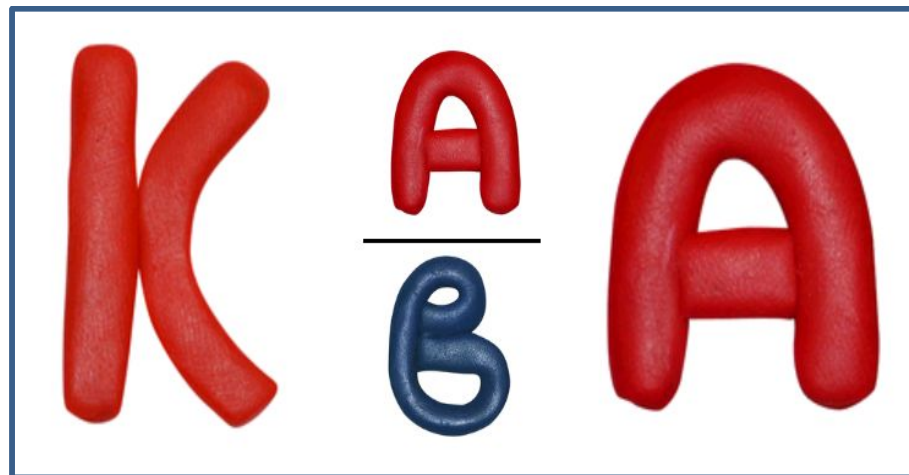
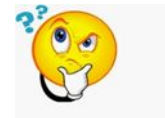
Бурело
М



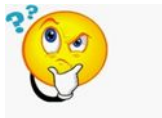
Лес, через который
невозможно бежать
(непроходимый)



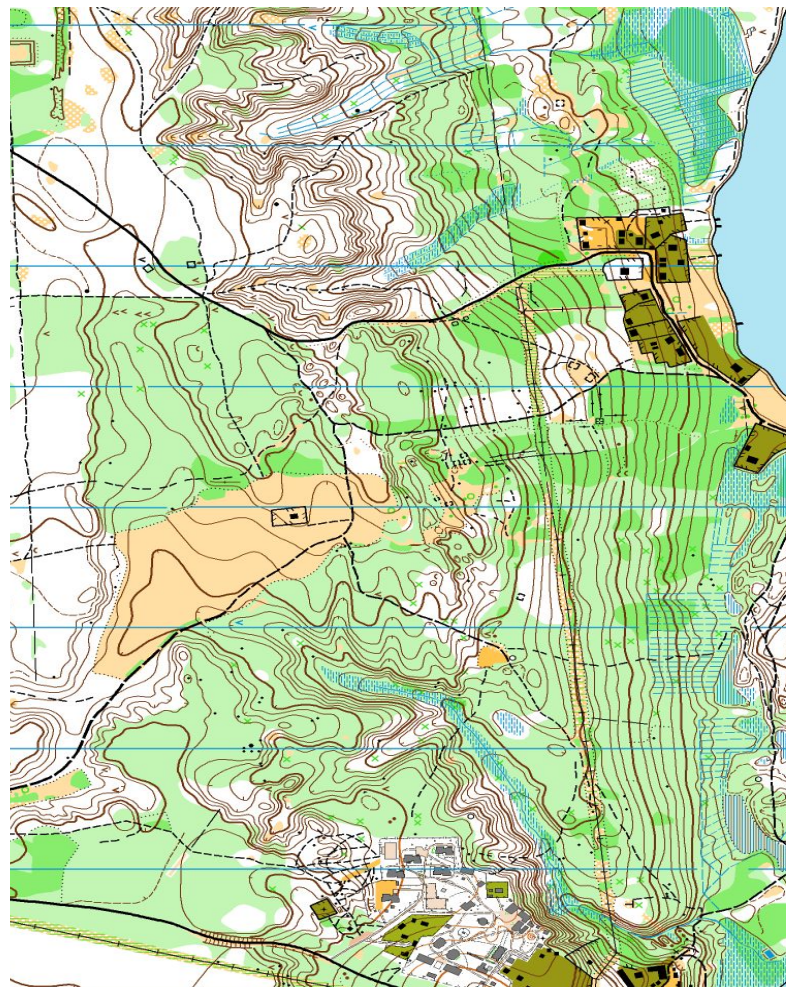
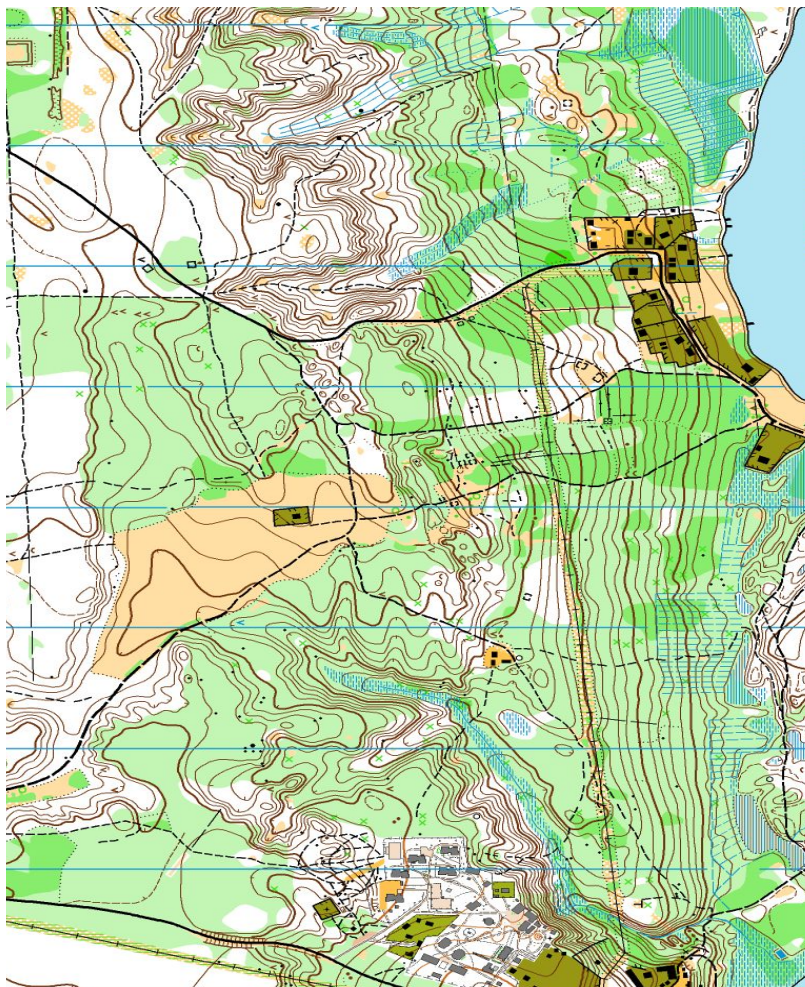
Отгадай ребусы. Нарисуй условные знаки, которые являются ответами на эти ребусы.

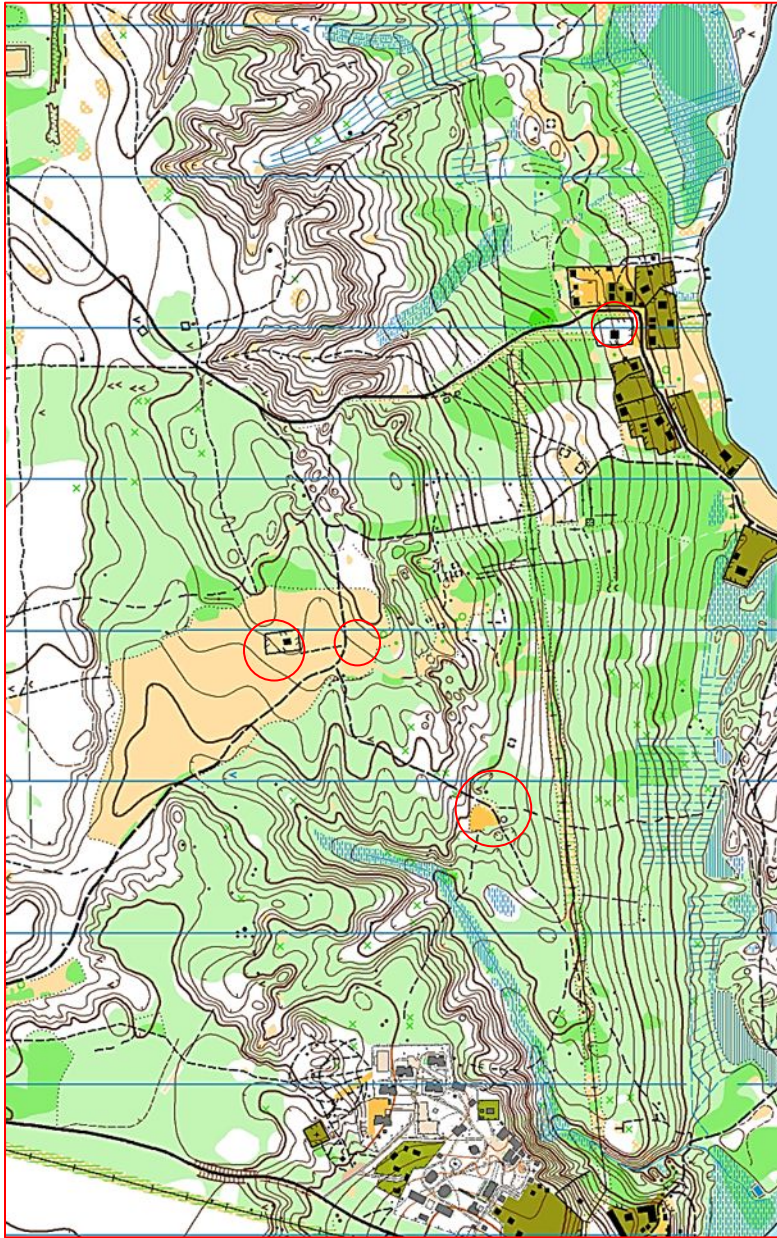


Проверь себя
кликнув на
картинку



Найди пять отличия





Мы нашли только
четыре отличия.
Возможно, ты найдешь
пять!

Выбери условный знак объекта на котором стоит КП



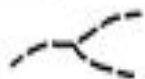
КП 1 стоит на горке

КП 2 стоит в яме



КП 3 стоит на тропинке

КП 4 стоит на бугорке



КП 5 стоит в воронке

КП 6 стоит на башне



Кликни по нему. Если ты ошибся – знак исчезнет.

Продолжение следует.....