

Виды спортивного ориентирования

Педагог дополнительного образования
Шиманова Татьяна Ивановна

- **Ориентирование** – умение с помощью компаса, карты или природных признаков передвигаться по незнакомой местности.
- **Спортивное ориентирование (СО)** – вид спорта, в котором участники при помощи карты и компаса должны пройти контрольные пункты, расположенные на местности.
- Результаты определяются по времени прохождения дистанции (в определенных случаях – с учетом штрафного времени) или по количеству набранных очков.

По способу передвижения спортивное ориентирование делиться на виды:

- Ориентирование бегом
- Ориентирование на лыжах
- Ориентирование на велосипедах
- Ориентирование пешком и на колясках

Соревнований по ориентированию делятся на виды

По способу выполнения задач :

- Ориентирование в заданном направлении
- Ориентирование по выбору
- Ориентирование на маркированной трассе
- Парковое ориентирование
- Трейл-О
- Рогейн

По времени проведения соревнований:

- дневные (в светлое время суток)
- ночные (в темное время суток)

По взаимодействию спортсменов:

- индивидуальные
- эстафетные
- групповые

По способу определения результата:

- однократные
- многократные
- квалификационные

По характеру зачета результата:

- личные
- лично-командные
- командные

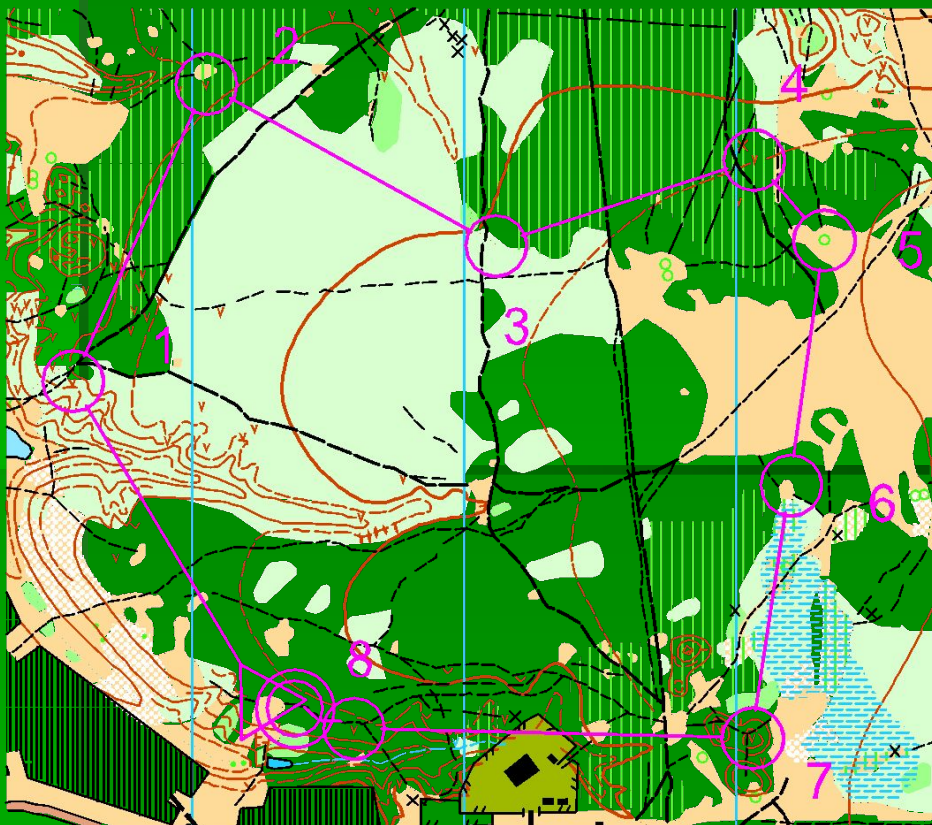
По способу старта:

- с раздельным стартом
- с общим стартом

По времени преодоления дистанции:

- Спринт (до 25 мин.)
- Классика (30-60 мин.)
- Кросс (65-140 мин.)
- Марафон

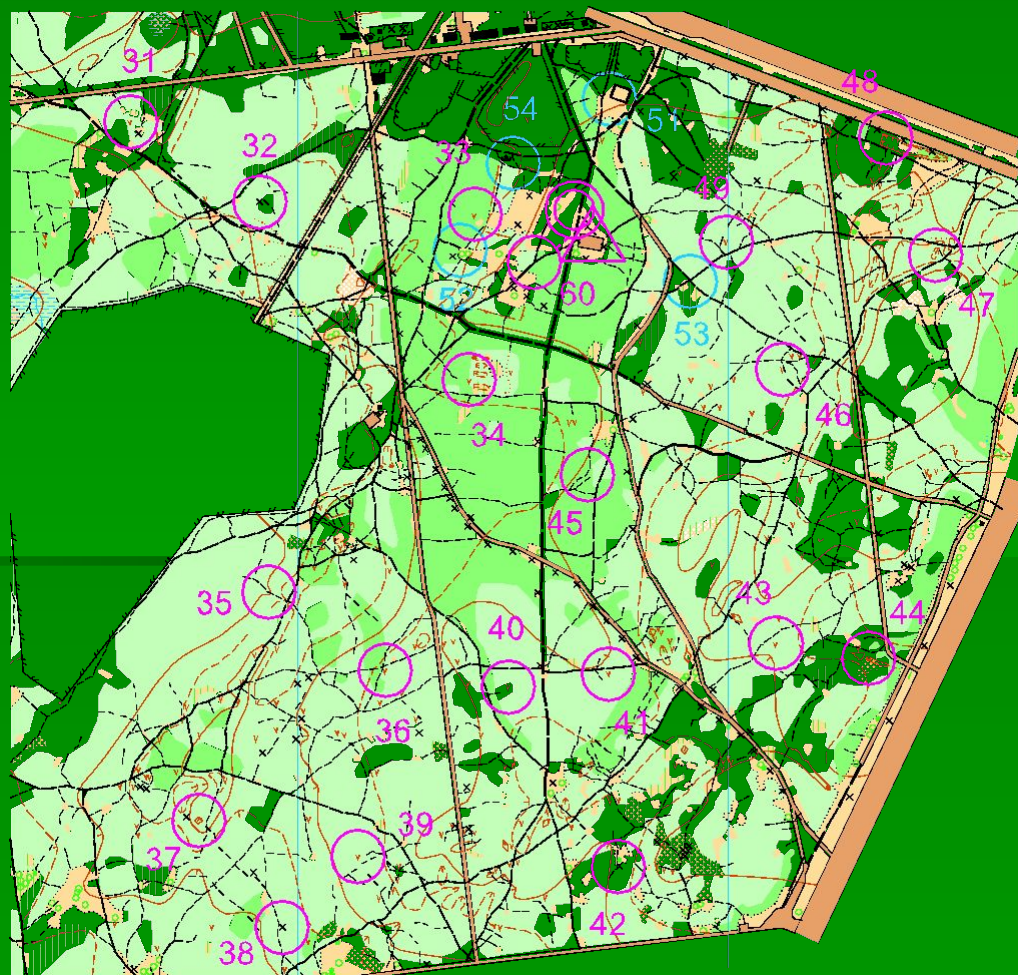
Ориентирование в заданном направлении - вид соревнований по спортивному ориентированию, в которых участник проходит контрольные пункты, расположенные на местности в заданном порядке



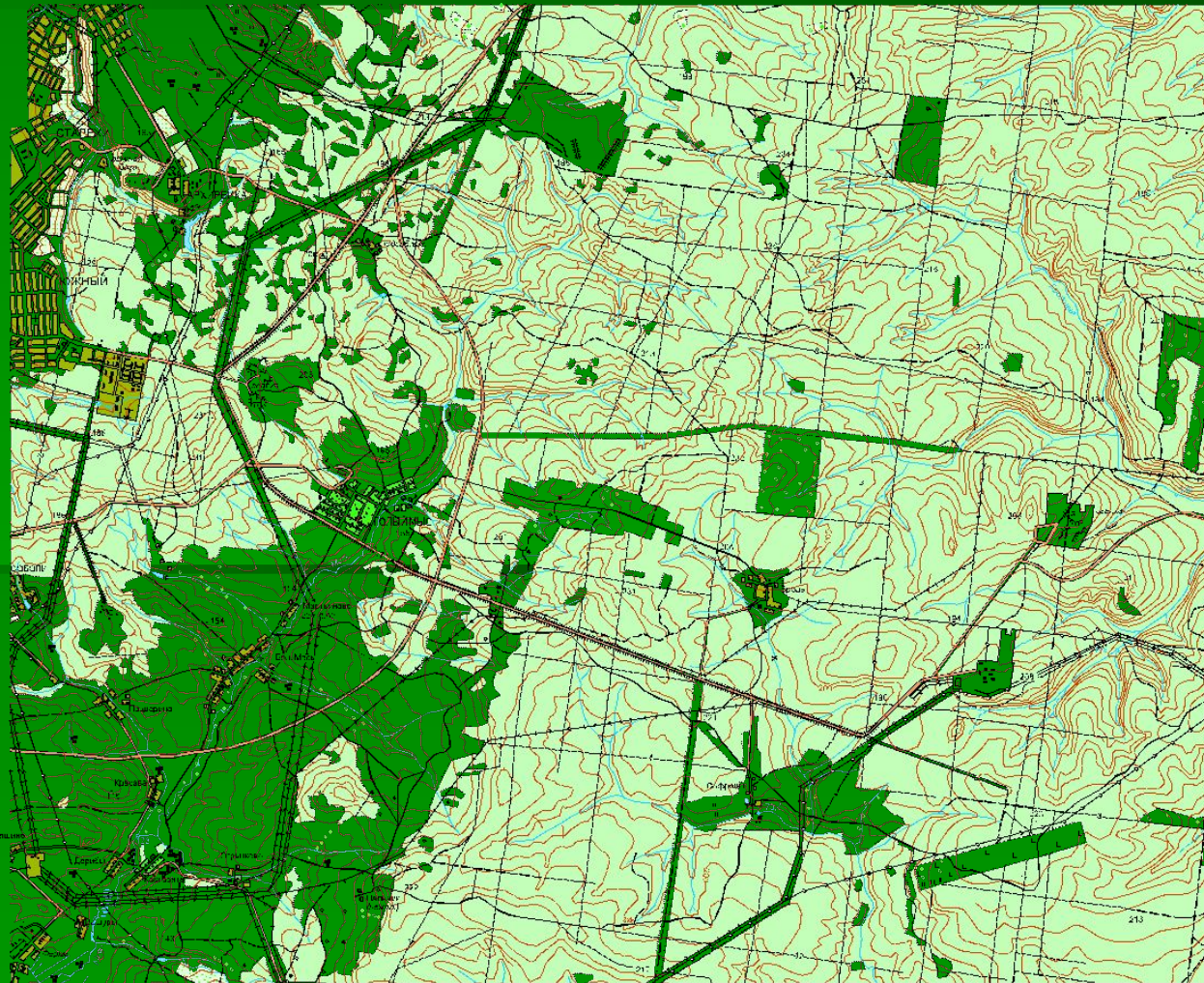
Ориентирование на маркированной трассе – вид соревнований по спортивному ориентированию, в которых участник проходит маркированную дистанцию и наносит на карту местоположение установленных на трассе контрольные пункты. Результат участника определяется по сумме времени прохождения дистанции и штрафного времени.



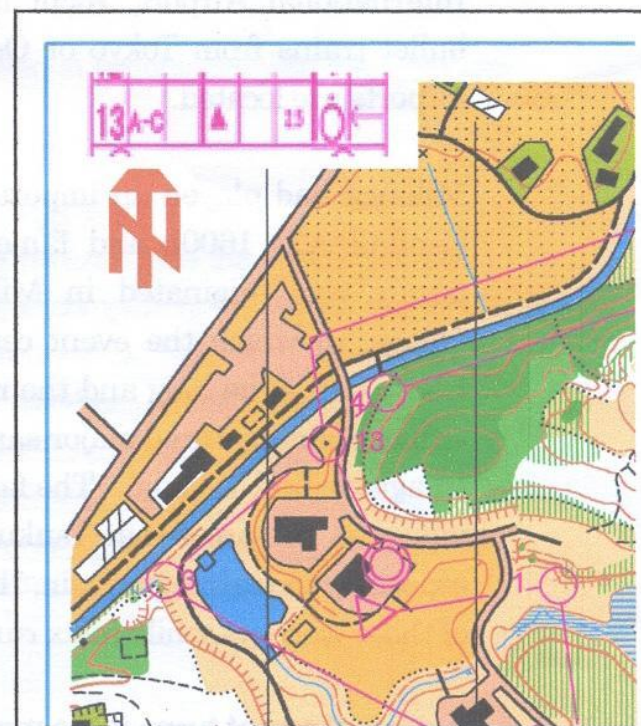
Ориентирование по выбору – вид соревнований по спортивному ориентированию, в которых участник проходит контрольные пункты, расположенные на местности в произвольном направлении



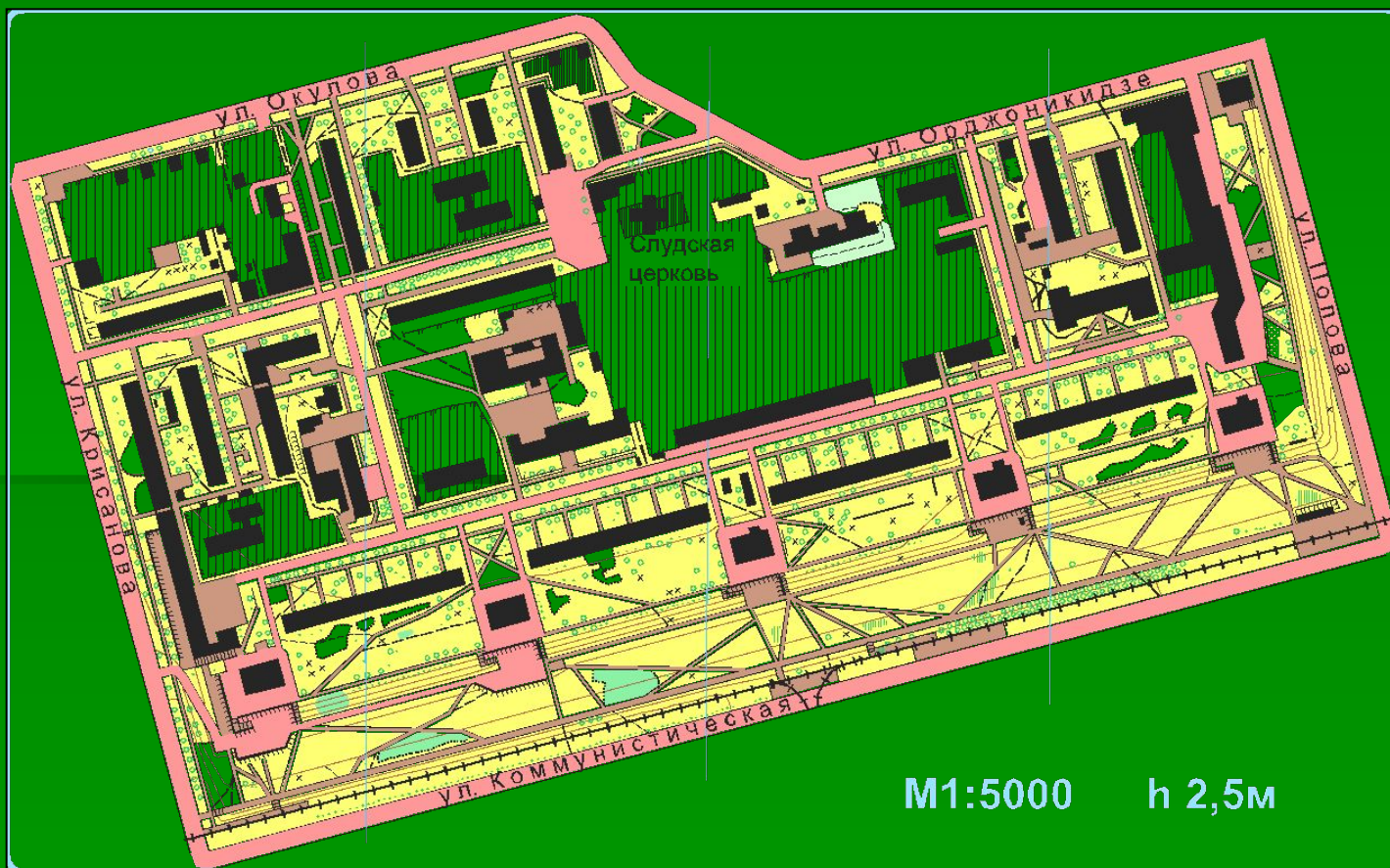
Рогейн - командное прохождение дистанции по выбору при помощи карты с контрольным временем прохождения дистанции от нескольких часов до одних суток.



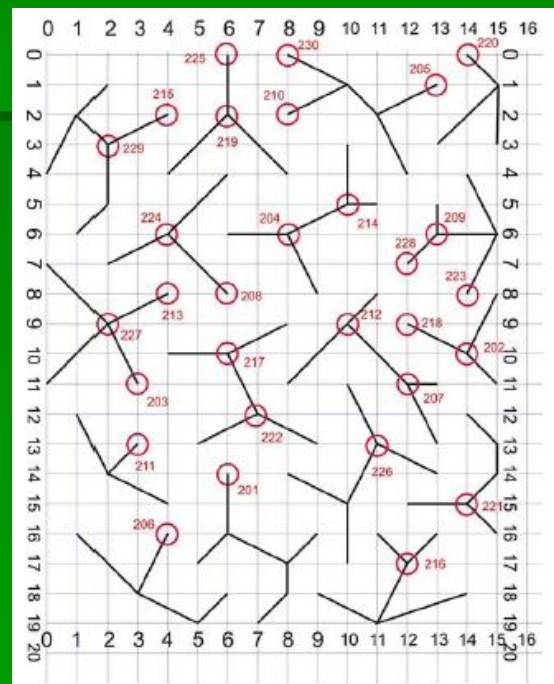
Трейл-О – (ориентирование для инвалидов),
прохождение отмеченных на карте КП в
заданной последовательности и выбор
истинного знака КП из нескольких
установленных на местности.

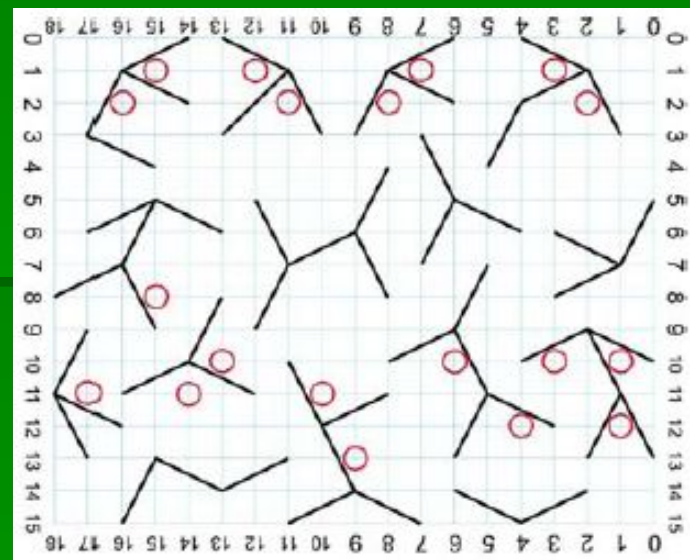


Парковое ориентирование - вид спортивного ориентирования, проходящий в городской местности, где большая часть дистанции проходит на глазах у зрителей.



Лабиринт — вид соревнований в ориентировании на искусственно созданной карте.







Опрос