



Orientēšanās ABC








Orientēšanās ir interesanta un ikvienam pieejama aktivitāte, kas ļauj izbaudīt meklētāja azartu un atradēja prieku, sniedzot arī fizisku slodzi ķermenim. Tiem, kuri to vēl nav iepazīši, sniegsim dažus padomus - orientēšanās sporta ABC. Lai veiktu orientēšanās distanci – atrastu apvidū izvietotos kontrolpunktus (turpmāk KP) -, vajadzīga karte un noderēs arī kompass.

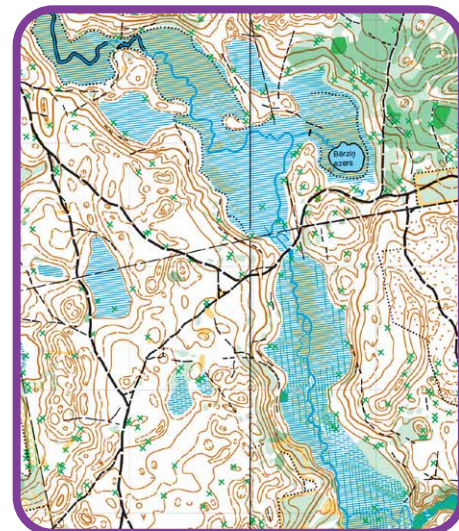
A – ORIENTĒŠANĀS KARTES

Dažāda veida kartes (autoceļu, tūrisma taku, pilsētu) ir labi zināmas ikvienam. Tuvākas orientēšanās sporta (turpmāk sporta) kartēm ir topogrāfiskās kartes, kuras parasti izmanto militāriem mērķiem. Sporta kartes ir detalizētākas, to mērogs parasti ir 1:10 000 jeb 1 cm=100m vai 1:15 000 jeb 1 cm=150m. Bez ceļu, taku un stigu tīkla, ūdenstilpju un ūdensteču, kā arī meža un atklātu platību attēlojuma tās ietver arī detalizētu apvidus reljefa atspoguļojumu un dažādus zīmīgus objektus (ēkas, klintis, lielus akmeņus, skudru pūžņus u.tml.).

Kad kartes apzīmējumi ir iepazīti un to „atkodēšana” apziņā ir apgūta, kas, protams, prasīs zināmu laiku, kartē attēlotā informācija kļūst ātri un viegli uztverama.

Dažādie apvidū sastopamie dabas un cilvēka radītie objekti sporta kartē attēloti, apzīmējumu grupām izmantojot 6 krāsas.

-  Baltā krāsā attēlota orientēšanās pamatvide – mežs, kas ir labi caurredzams un neapgrūtinā skriešanu.
-  Melnā krāsā attēloti cilvēka radītie objekti (ceļi, takas, stigas, žogi, ēkas, ēkudrupas), kā arī nepārvarami dabas objekti (klintis, akmeņu krāvumi, lieli akmeņi).
-  Brūnā krāsā kartē attēlotas reljefa šķēluma līnijas – horizontāles, kas ataino paugurus, virsotnes, nogāzes un formas uz tām, ieplakas, bedres.
-  Zilā krāsā apzīmē ar ūdeņiem saistītu informāciju - upes, ezeri, grāvji, purvi.
-  Dzeltēnā krāsā apzīmē teritorijas, kas nav klātas ar mežu – klajumi, smiltāji, arī aizaugt nesākuši izcirtumi.
-  Zaļā krāsā arī raksturo mežu, taču ar apgrūtinātu skriešanu. Jo zaļums intensīvāks, jo mazāka būs redzamība un skriešanas ātrums.
-  Daļībniekam veicamās distances sastāvdaļas kartē parādītas ar violeto (arī sarkano) krāsu – starts, KP, finišs, detalizēti KP apraksti (leģendas). Šādi iesvītrotas arī aizliegtās teritorijas.



Orientēšanās kartes fragments

B – KOMPASS

Kartē attēlotas arī ziemeļu – dienvidu līnijas, kuras parasti ir melnā krāsā un novilkta ik pa 300 m. Tās ir paralēlas kartes sānu malām. Ziemeļi vienmēr atrodas kartes augšā. Tādā virzienā izvietoti arī visi uzraksti.

Visu modeļu kompasu sarkanā bultiņa vienmēr rāda ziemeļu virzienu.



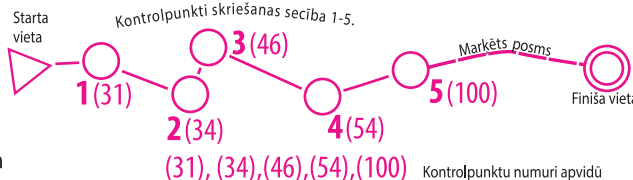
Karte jānovieto horizontāli. Uz kartes plakaniski jāuzliek kompass. Kompasa malu novieto paralēli veicamajam etapam. Šeit - no 2. uz 3. kontrolpunktu.



Karte ar kompasu jārotē tikmēr, kamēr kartes ziemeļu līnijas sakrīt ar kompasas adatas ziemeļu virzienu. Kad tas izdarīts, karte ir noorientēta un kompasas mala norāda skriešanas virzienu.

C – DISTANCE

Orientieristam veicamā distance (starts, noteikts skaits KP, finišs) ir izvietota apvidū un violetā/sarkanā krāsā iespiesta kartē. Parasti KP ir jāapmeklē noteiktā secībā – tādā, kādā tie savienoti uz kartes. Izvēles distancēs, kā arī OS radniecīgajās rogaininga sacensībās KP apmeklējami brīvi izvēlēta secībā atkarībā no laika ierobežojuma un/vai citiem organizatoru nosacījumiem. KP atrašanās vietā apvidū parasti izvieto balta un oranža auduma prizmu (30 x 30 cm) un atzīmēšanās iekārtu. Orientēšanās poligonos parasti izmanto QR kodus vai citus KP apzīmēšanas veidus. Katram KP ir unikāls identifikācijas numurs. KP uz kartes atrodas aplīša centrā un tā atrašanās vieta ir precīzi nolasāma (piem., virsotne, ieplaka, celiņu krustojums). Detalizēti KP atrašanās vietu apraksta legendā. KP neslēpj, tos nenovieto citu citam tuvāk par 30 m. Pirms došanās uz kārtējo KP dalībniekam jāizplāno maršruts atbilstoši savām prasmēm un etapa garumam. Iesācējiem vislabākie orientieri ir ceļi, takas, stigas, grāvji, izcirtumu vai jaunaudžu robežas, klajumi.



PIEŅEMTIE APZĪMĒJUMI ORIENTĒŠANĀS KARTĒS

| | | | |
|--|--|--|---|
| | Augstumliknes un paligaugstumliknes izmanto, lai kartē parādītu arī: | | Labi skrienams apvidus ar retiem kokiem |
| | paugurus | | Grūti pārvarams apvidus ar retiem kokiem Latvijā tā attēlo arī izcirtumus |
| | ieplakas | | Grūti pārvarāms, daļēji aizaudzis apvidus |
| | Krauja, karjers | | Augļu dārzs |
| | Valnis | | Apbūves un viensētu teritorija (šķērsot aizliegts) |
| | Maza grava, izskalojums | | Pārskatāms, grūti skrienams apvidus |
| | Sauss grāvis, ierakums | | Grūti skrienama pļava (avenes, atveses u.t.t.) vai jauns izcirtums |
| | Mikro(neliels) pauguriņš | | Pārskatāms, ļoti grūti pārvarams apvidus |
| | Maza ieplaka · Mākslīga bedre | | Noteiktā virzienā skrienams apvidus |
| | Īpašs objekts Latvijā tā apzīmē skudru māju | | Īpaši objekti Latvijā tā apzīmē: atsevišķu, izcilu koku un krūmu; izgāztu sakni |
| | Izraknāta zeme | | Kontūra |
| | Nepārvarama klints | | Apstrādāts lauks |
| | Pārvarama klints | | Smilšains apvidus |
| | Akmens · Liels akmens | | Autoceļš |
| | Akmeņu krāvu, kaudze | | Ceļš |
| | Ala | | Izbraucami meža un lauku ceļi |
| | Akmeņains apvidus | | Viegli skrienama taka, velosipēdu celiņš vai vecs auto ceļš |
| | Ezers, diķis | | Labi saskatāmas un skrienamas takas |
| | Nepārvarama upe | | Izzūdoša (šķērsojot var arī nepamanīt), grūti skrienama taka |
| | Pārvarams liels grāvis | | Šauras stigas (kvartālstigas, vizūrstigas, pa kurām neiet takas, ceļi) |
| | Pārvarams mazs grāvis, izzūdošs vai neizteikts grāvis | | Dzelzceļš |
| | Šaurs purvs | | Elektrolīnija un stabli |
| | Nepārvarams purvs | | Izteikts krustojums |
| | Purvs | | Neizteikts, grūti pamanāms krustojums |
| | Pārpurvojusies vieta | | Akmens mūris, siena |
| | Ūdens bedre · Aka | | Pārvarams žogs |
| | Avots | | Pārvarams, vietām izzūdošs žogs |
| | Kājnieku tilts | | Nepārvarams žogs |
| | Pārskatāms, tīrs mežs | | Tilts / tunelis |
| | Atklāts, viegli pārvarams apvidus | | Celtnes |
| | Atklāts, grūti pārvarams apvidus | | Drupas |
| | Skriešana apgrūtināta | | Trepes |
| | Skriet ļoti grūti | | Apbūvēta teritorija |
| | Iešana apgrūtināta | | Asfaltēts, grantēts laukums |
| | | | Liels tornis · Mazs tornis |
| | | | Vizūrstīgu kupica · Barotava zvēriem |
| | | | Īpaši objekti Apzīmē cilvēku darbības rezultātā radušos nestandarta objektu. |

KONTROLPUNKTU (KP) LEGENDU APZĪMĒJUMI

KP simboli

| | | | |
|--|---------------------------|--|-------------------------|
| | Taka | | Akmens |
| | Tilts | | Purvs |
| | Deguns | | Strauts, upīte, grāvis |
| | Ieloks | | Atklāts lauks |
| | Paugurs | | Meža stūris |
| | Mikropaugurs | | Pļava |
| | Zemes valnis, dāmbis | | Atsevišķs, izcilis koks |
| | Sedli | | Biezoknis |
| | Ieplaka | | Izgāzta koka sakne |
| | Maza ieplaka | | Barotava |
| | Bedre | | Robežzīme, kupica |
| | Skudru māja | | Elektrolīnijas balsts |
| | Šaurs izsk., sauss grāvis | | |

Kurš objekts starp līdzīgiem

| | | | |
|--|-----------------|--|------------|
| | Ziemeļu | | Apakšējais |
| | Dienvidaustrumu | | Vidējais |
| | Augšējais | | |

KP iezīmes

| | | | |
|--|-----------|--|------------|
| | Lēzens | | Purvains |
| | Sekls | | Skuju koks |
| | Aizaudzis | | Lapu koks |
| | Atklāts | | |

KP novietojuma vieta

| | | | |
|--|-----------------------|--|---------------------|
| | Ziemeļrietumu galā | | Dienvidrietumu galā |
| | Ziemeļaustrumu pusē | | Austrumu stūrī |
| | Augšdaļā | | Uz virsotnes |
| | Apakšdaļā | | Pie pakājes |
| | Ziemeļaustrumu pakāje | | Starp |