

Трейл-ориентирование: спорт для всех

Анализируя различные виды спорта, с точки зрения их доступности для участников с различными двигательными возможностями, становится понятно, что спорт (и соревнования по видам спорта) не становится объединяющим фактором, наоборот – соревнуются спортсмены в разное время и на разных соревнованиях. Олимпийские игры отделяют спортсменов с ограниченными возможностями здоровья, «выводят» их в отдельные игры: Паралимпийские, Сурдлимпийские, Специальные олимпийские игры. А значит и говорить об «инклюзии» и «интеграции» через спорт нужно с определёнными оговорками. В данном контексте трейл-ориентирование является уникальным видом спорта! Правила этого вида спорта позволяют соревноваться на одной дистанции спортсменам с любыми двигательными возможностями. Отметим, что тренировки и соревнования проходят в условиях природной среды, повышают двигательную активность, развивают мышление. Спортсмены с нарушением опорно-двигательного аппарата получают возможность на равных бороться за призовые места, что является важным мотивационным фактором. Правила трейл-ориентирования – база для инклюзии в спорте.

Давайте вместе разберёмся в хитросплетении терминов и содержательной стороне самого трейл-ориентирования.

Представленный обзор подготовлен на основе полученного опыта участия в нескольких Чемпионатах России, всероссийских и международных соревнованиях, осмыслении технических рекомендаций Комиссии IOF (Международной Федерации ориентирования) по трейл-ориентированию и собственного опыта организационной и тренерской работы в области трейл-ориентирования. Попробуем разобраться во всём по порядку и, по возможности, простыми словами!

Трейл-ориентирование - один из четырех видов международного ориентирования.

FootOrienteering – ориентирование бегом

MTVOrienteering – ориентирование на велосипеде

SkiOrienteering – лыжное ориентирование

TrailOrienteering – трейл ориентирование

Международное название: «TrailOrienteering», общепринятое сокращение: «TrailO». В России этот вид ориентирования имеет несколько названий: «точное ориентирование», «О-Трейл», «ориентирование по тропам».

Виды:

- PreO (precision orienteering – точное ориентирование), в России «точное ориентирование» ещё называют «классикой»).

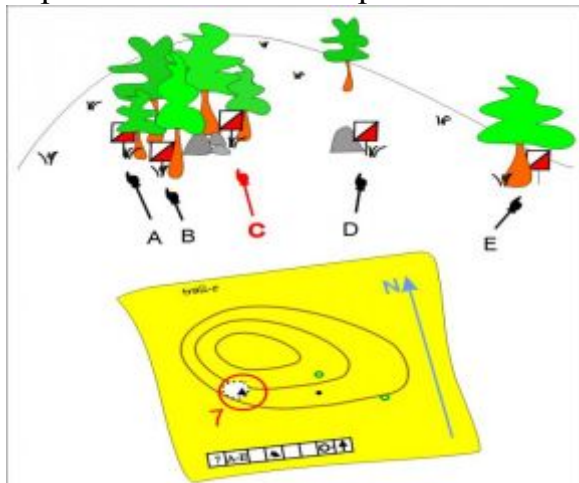
- TempO (итал. tempo – время) – спринт.

В России «трейлО» структурно входит в «спорт лиц с поражением опорно-двигательного аппарата» и имеет название: Спортивное ориентирование среди лиц с поражением опорно-двигательного аппарата (спорт лиц с поражением ОДА).

Как организован этот вид ориентирования? «Исторической базой» трейл-ориентирования является – ориентирования бегом, но в трейл-ориентировании «устранена» скорость передвижения, что позволяет спортсменам с ограниченной подвижностью, включая спортсменов на инвалидных колясках, принимать участие в соревнованиях. На соревнованиях по трейл-ориентированию всех уровней от участника требуются навыки чтения карты и точное соотнесение карты и местности, грамотное понимание всех особенностей окружающей природной среды.

На дистанции стоят контрольные пункты, на каждом из которых устанавливается несколько призм, недоступных для участников. Призмы видны с разрешенных для движения путей, обычно это дороги или тропинки.

Призмы не имеют надписей или других обозначений, определяются следующим образом: по часовой стрелке – самая левая призма «А», следующая «В» и так далее



до «F». Используются латинские буквы «А», «В», «С», «D», «Е», «F».

На международных соревнованиях: «А» - Alpha; «В» - Bravo; «С» - Charlie; «D» - Delta; «Е» - Echo; «F» - Foxtrot.

На каждом контрольном пункте участникам необходимо определить, отмечен ли призмой на местности объект, обозначенный на карте окружностью и описанный легендой. На одном пункте может быть использовано от одной до пяти призм. Возможен также шестой вариант

ответа – отсутствие призмы на объекте в центре круга и легенде, что называют нулевым ответом или «ZERO».

В решении задач трейл-ориентирования участники должны продемонстрировать понимание соответствия между картой и местностью. Единственный прибор, которым разрешено пользоваться на дистанции – компас для ориентирования.

При рассматривании призм участники могут двигаться (исключая Тайм-КП – там участников сажают на стул и выдают пачку карт для работы) вперед и назад по разрешенным путям движения или маркированным участкам вне троп. Чаще всего решение регистрируется в бумажной карточке участника с семью клеточками для каждого КП (от А до F и Zero). Отметка производится в одну из шести клеточек компостером или иным способом на пункте отметки, расположенном на коротком расстоянии вдоль пути движения от пункта принятия решения.

Пункт принятия решения: колышек с номером КП, компостером или карандашом. На массовых соревнованиях для начинающих целесообразно на пункте принятия решений ставить судью для помощи участникам.

Как же подводить итоги? За каждый правильный ответ участник получает 1 балл, и в дополнение к основной дистанции, которая должна быть закончена в течение контрольного времени, есть несколько Тайм-КП, на которых проверяют скорость и точность принятия решения. На Тайм-КП участник получает карты с несколькими заданиями и фиксируется время его работы (время решения задач)!

Показанные результаты по времени используются для ранжирования участников, у которых набрано одинаковое количество правильных ответов – баллов.

Успех в трейл-ориентировании определяется в точном определении на местности центра окружности на карте, описанного в легенде.

Читать про ориентирование можно много, но без постоянной практики, тренировок добиться успеха будет не просто! База для трейл-ориентирования – грамотное умение «чтения» карты, знание условных знаков и соотнесение их с местностью.

*Алексей Михайлович Волков,
методист СДЮСШОР ГБОУ «Балтийский берег»*