

# ТЕХНИКА У ОРИЈЕНТИРИНГУ

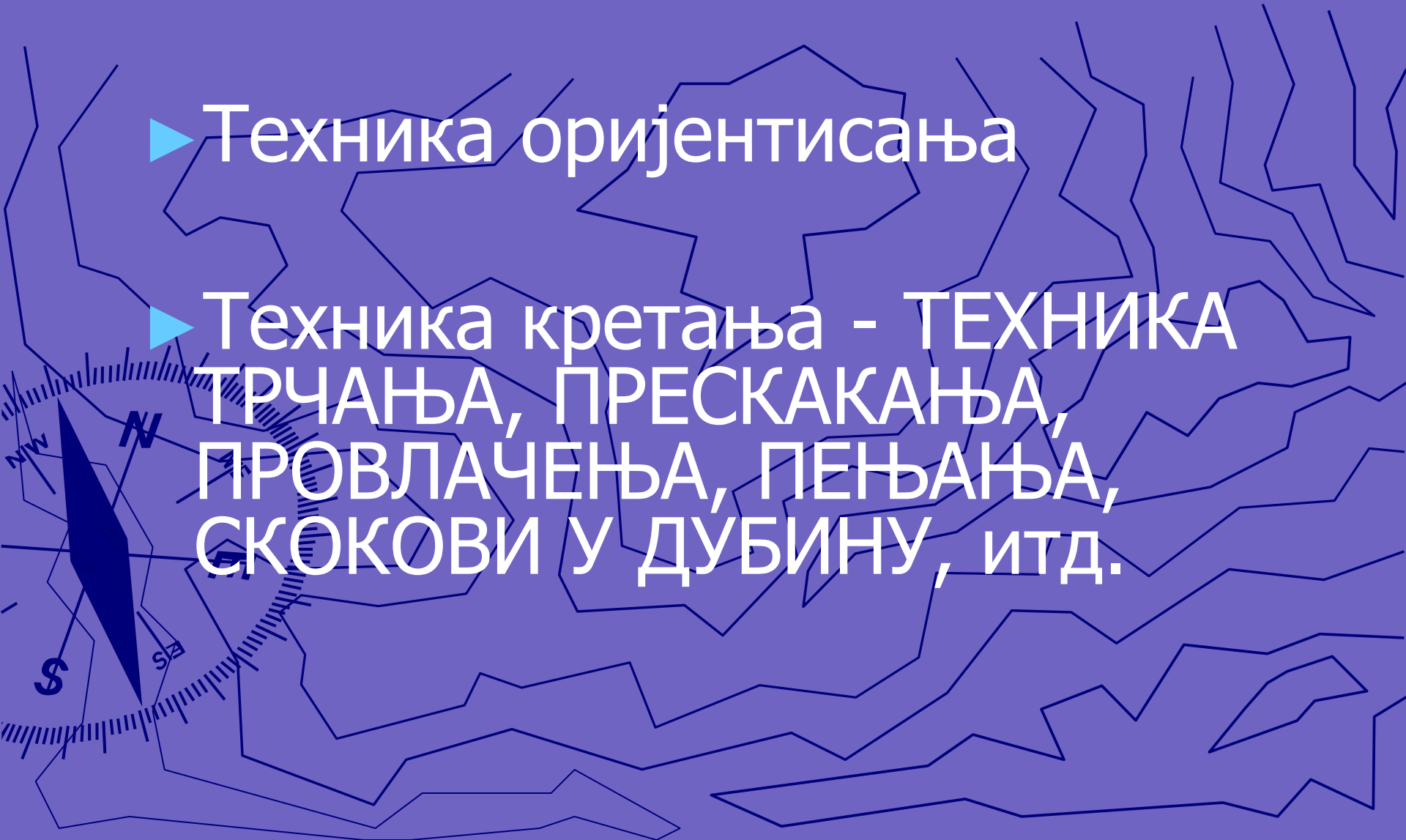


18.3.2020.

Универзитет у Београду,  
Факултет спорта и физичког васпитања,  
проф. др Ирина Јухас

# ТЕХНИКА У ОРИЈЕНТИРИНГУ

- ▶ Техника оријентисања
- ▶ Техника кретања - ТЕХНИКА ТРЧАЊА, ПРЕСКАКАЊА, ПРОВЛАЧЕЊА, ПЕЊАЊА, СКОКОВИ У ДУБИНУ, ИТД.



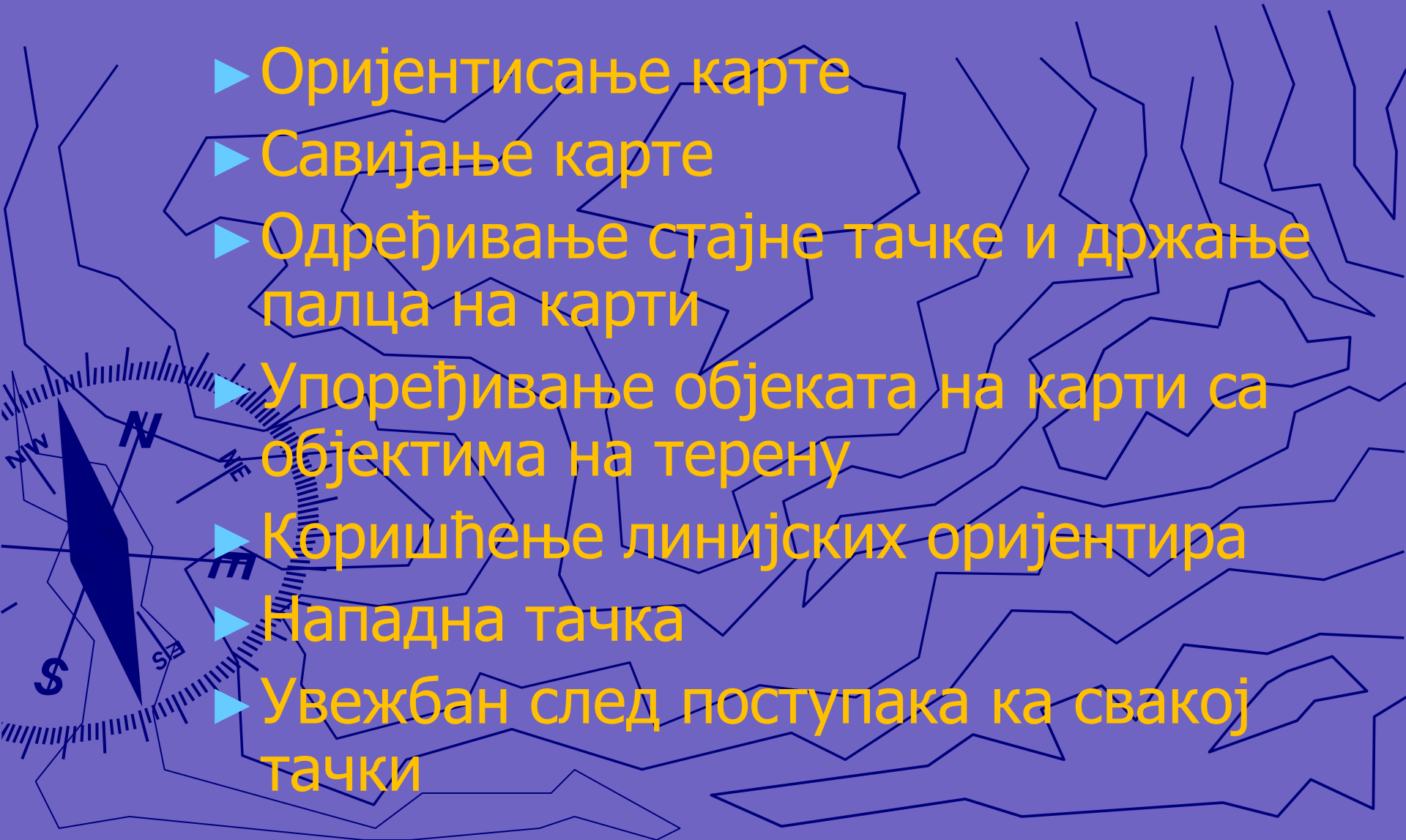
# Техника оријентисања

- ▶ Основни ниво
- ▶ Средњи ниво
- ▶ Напредни ниво

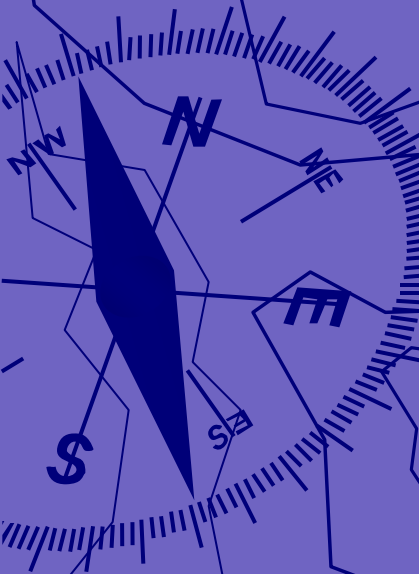


# ТЕХНИКЕ ОСНОВНОГ НИВОА

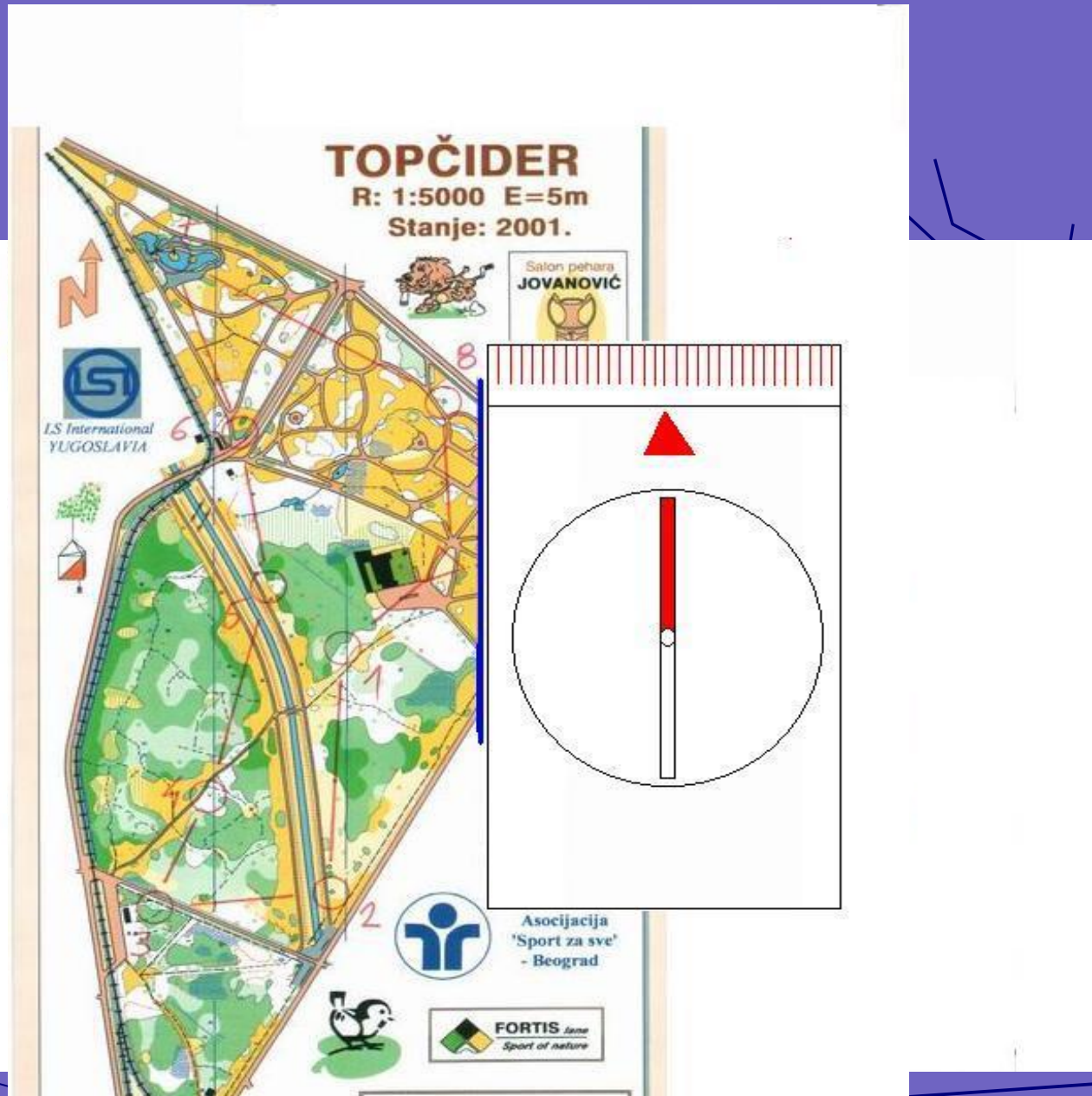
- ▶ Оријентисање карте
- ▶ Савијање карте
- ▶ Одређивање стајне тачке и држање палца на карти
- ▶ Упоредивање објеката на карти са објектима на терену
- ▶ Коришћење линијских оријентира
- ▶ Нападна тачка
- ▶ Увежбан след поступака ка свакој тачки



# ОРИЈЕНТИСАЊЕ КАРТЕ

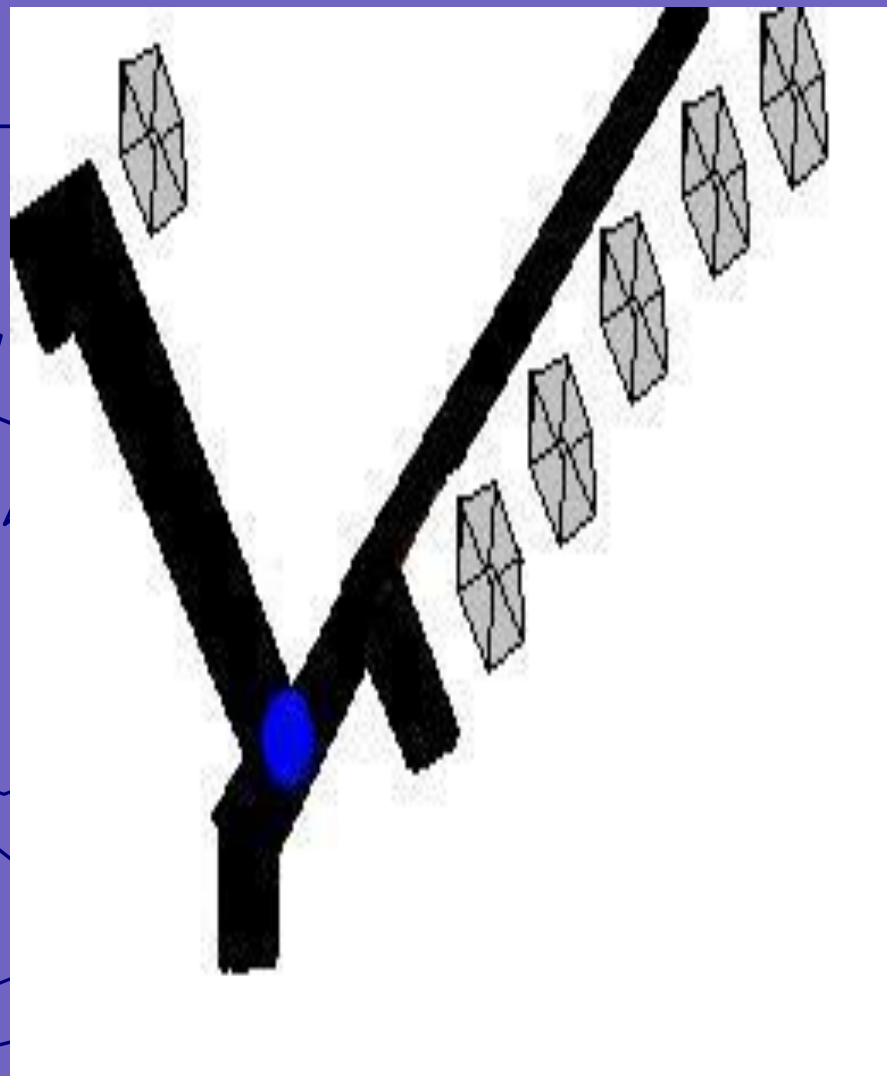


# ПОМОЋУ КОМПАСА



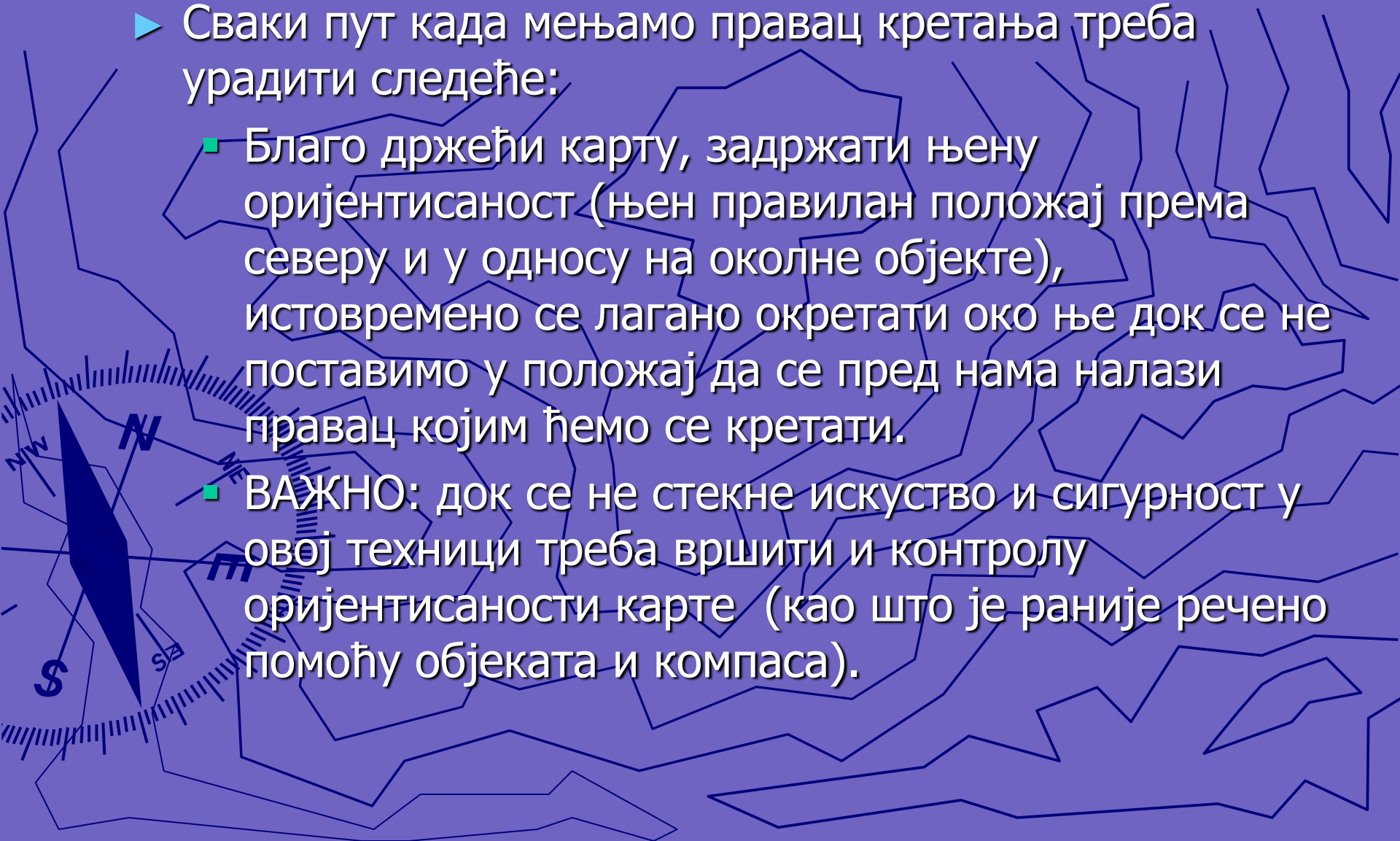


# ПОМОЋУ ОБЈЕКАТА



# ОКРЕТАЊЕ ОКО КАРТЕ

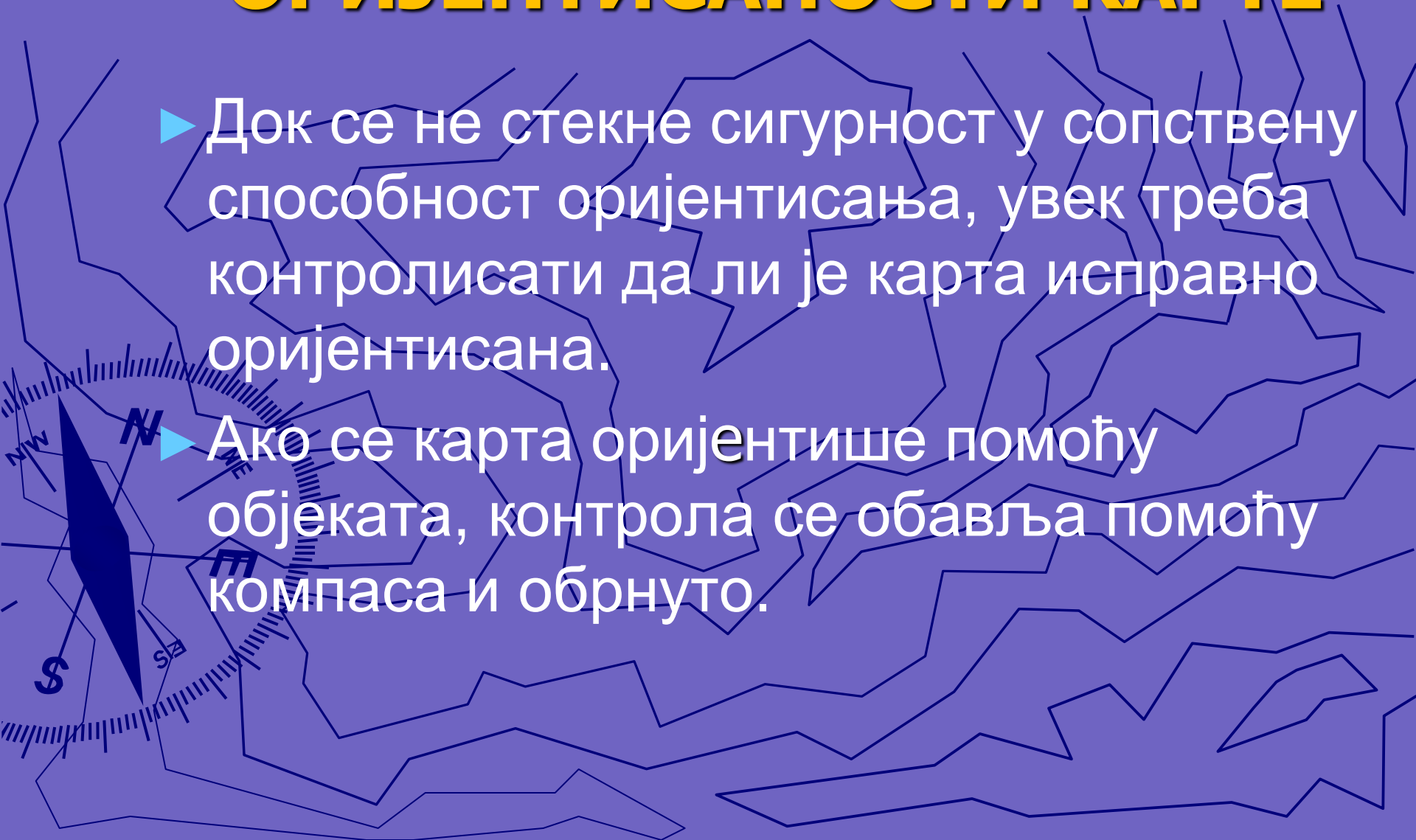
- ▶ Сваки пут када мењамо правац кретања треба урадити следеће:
  - Благо држећи карту, задржати њену оријентисаност (њен правилан положај према северу и у односу на околне објекте), истовремено се лагано окретати око ње док се не поставимо у положај да се пред нама налази правац којим ћемо се кретати.
  - ВАЖНО: док се не стекне искуство и сигурност у овој техници треба вршити и контролу оријентисаности карте (као што је раније речено помоћу објеката и компаса).





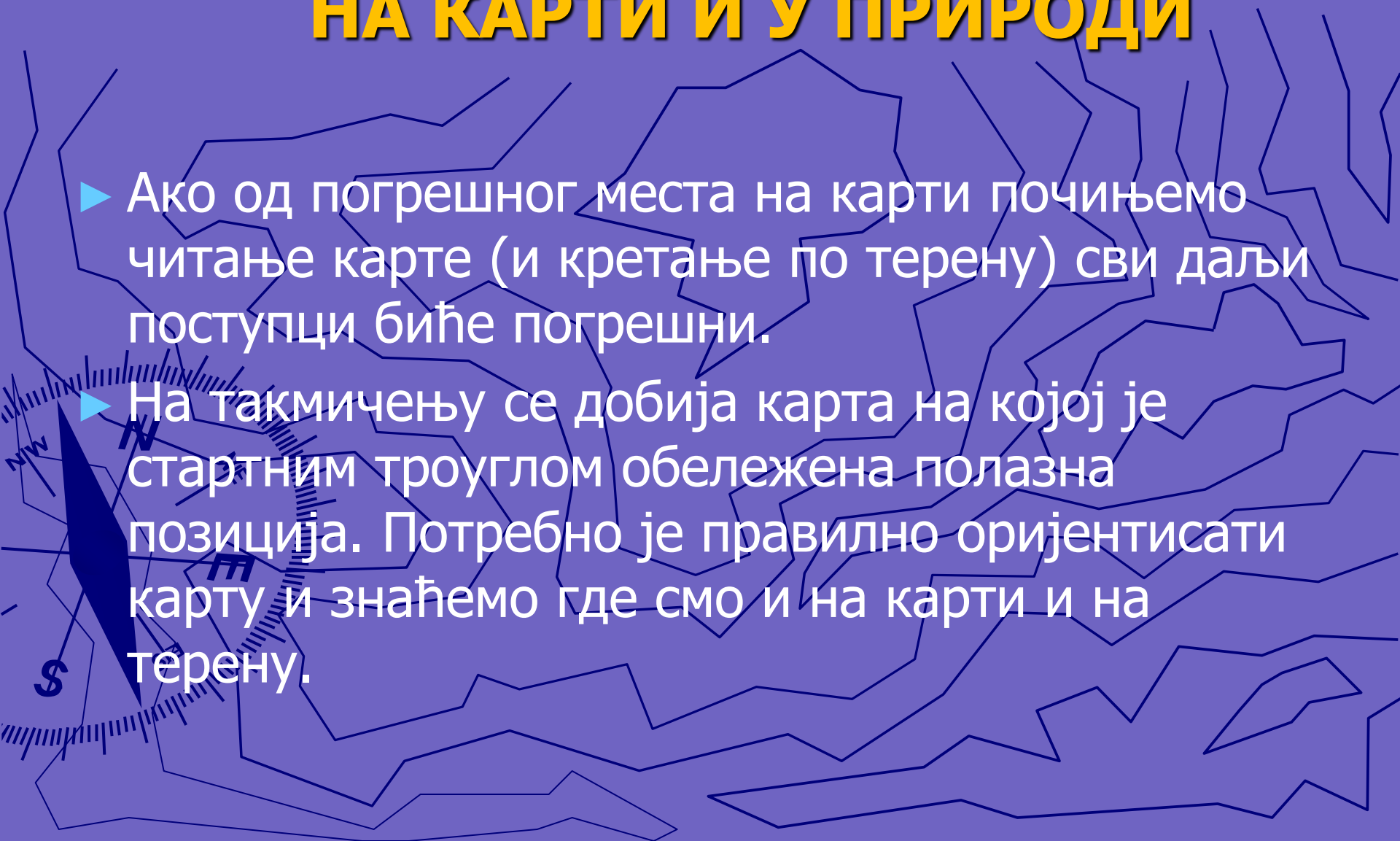
# КОНТРОЛА ОРИЈЕНТИСАНОСТИ КАРТЕ

- ▶ Док се не стекне сигурност у сопствену способност оријентисања, увек треба контролисати да ли је карта исправно оријентисана.
- ▶ Ако се карта оријентише помоћу објеката, контрола се обавља помоћу компаса и обрнуто.



# УСТАНОВЉАВАЊЕ ПОЛОЖАЈА НА КАРТИ И У ПРИРОДИ

- ▶ Ако од погрешног места на карти почињемо читање карте (и кретање по терену) сви даљи поступци биће погрешни.
- ▶ На такмичењу се добија карта на којој је стартним троуглом обележена полазна позиција. Потребно је правилно оријентисати карту и знаћемо где смо и на карти и на терену.



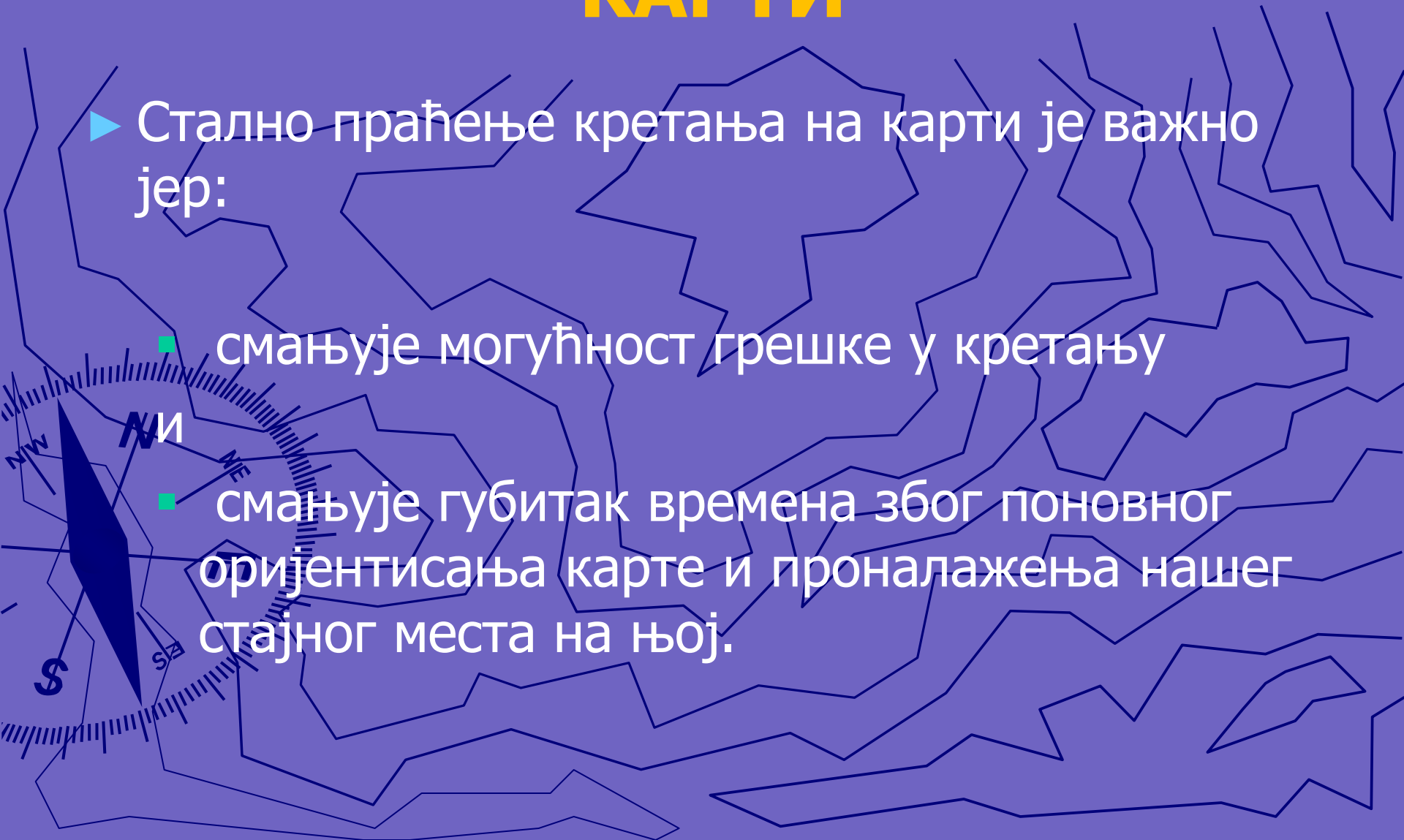
# ТЕХНИКА ДРЖАЊА ПАЛЦА

- ▶ Палац постављамо непосредно иза тачке на карти, односно места где се налазимо у природи, тако да она остане видљива.



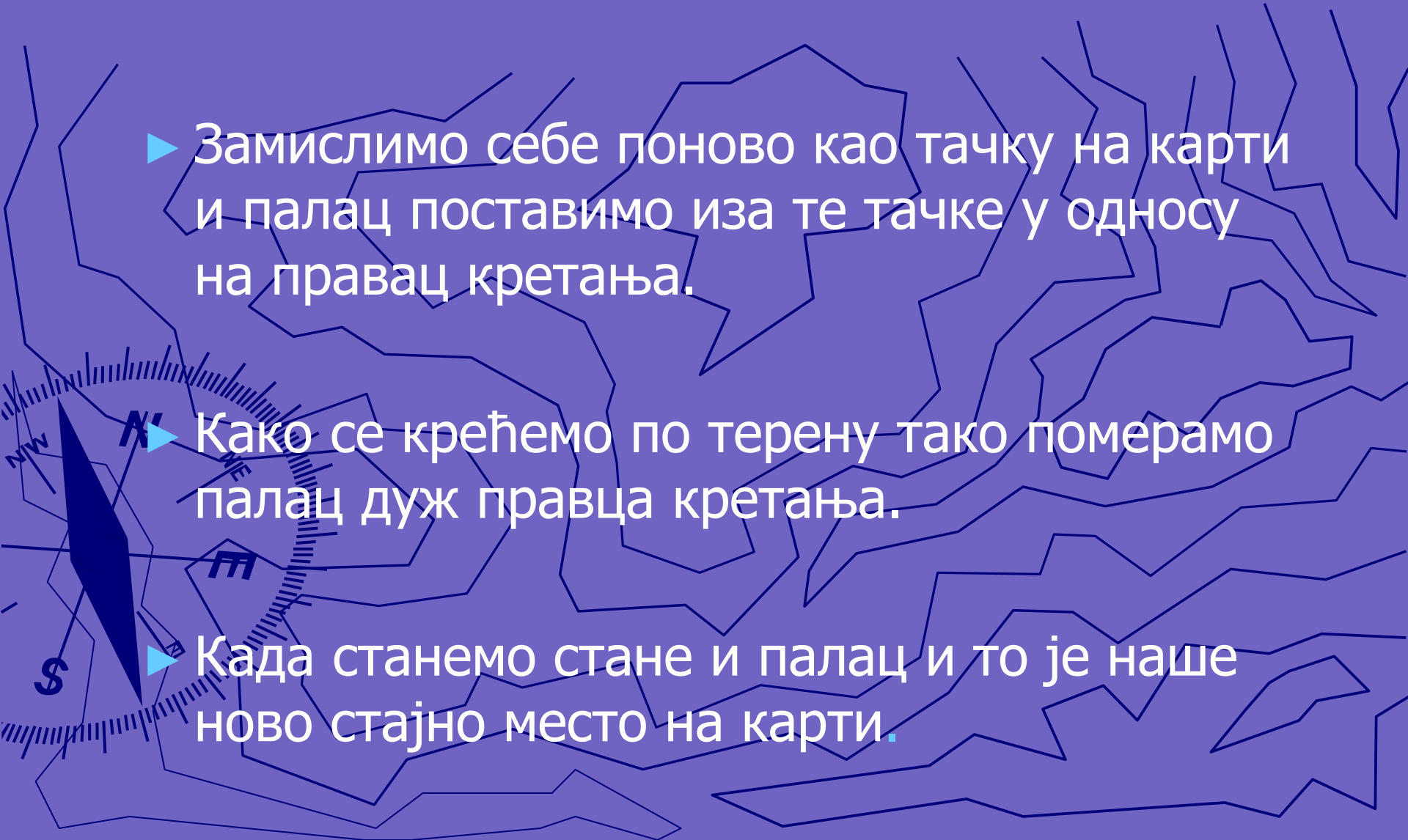
# ПРАЋЕЊЕ КРЕТАЊА НА КАРТИ

- ▶ Стално праћење кретања на карти је важно јер:
  - смањује могућност грешке у кретању
  - смањује губитак времена због поновног оријентисања карте и проналажења нашег стајног места на њој.



# ПОМЕРАЊЕ ПАЛЦА

- ▶ Замислимо себе поново као тачку на карти и палац поставимо иза те тачке у односу на правац кретања.
- ▶ Како се крећемо по терену тако померамо палац дуж правца кретања.
- ▶ Када станемо стане и палац и то је наше ново стајно место на карти.





# ТЕХНИКЕ ПОМЕРАЊА ПАЛЦА

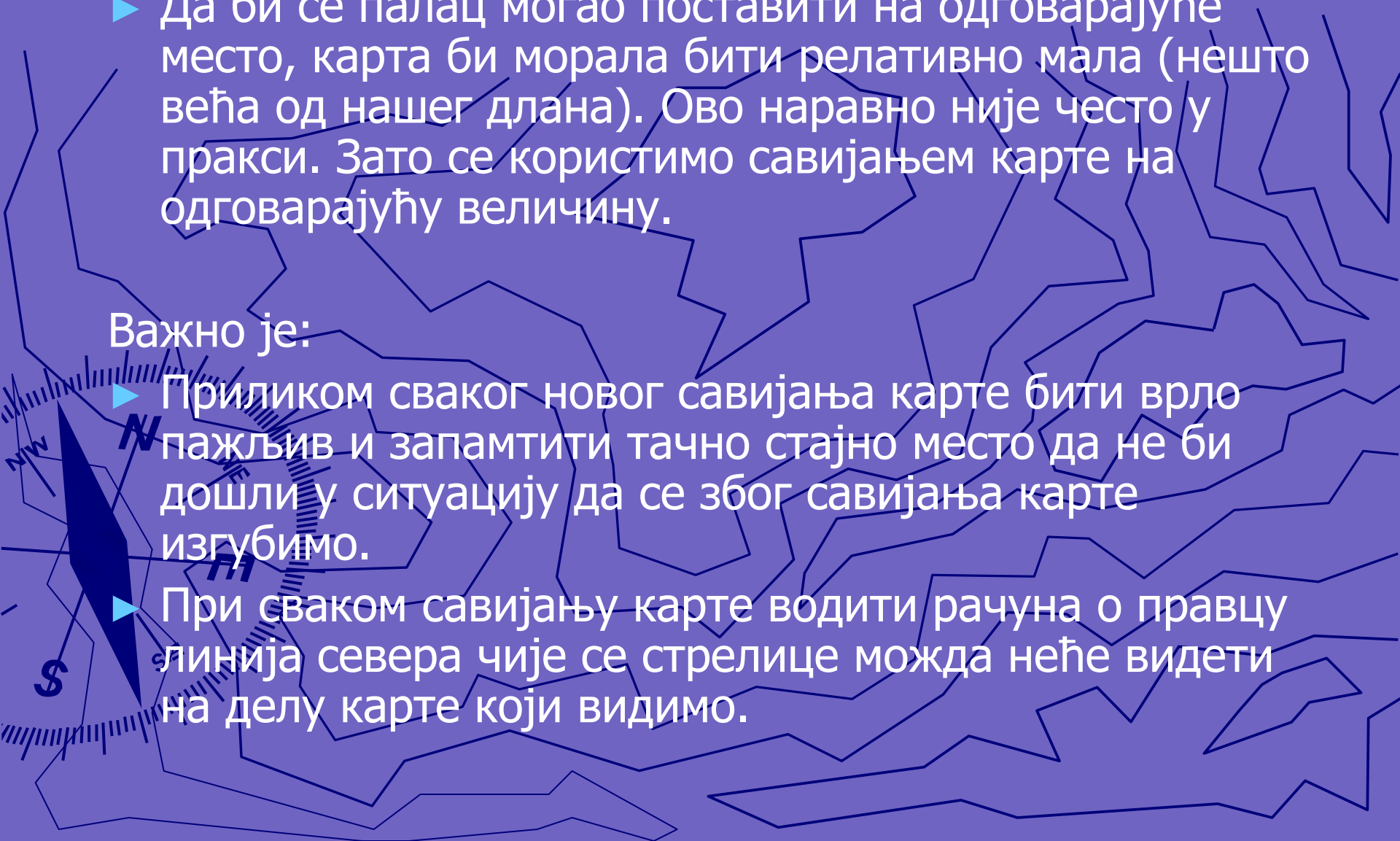
- ▶ Палац померамо **од једне до друге контролне тачке** – ово радимо када је **растојање између тачака** релативно мало и када се крећемо дуж објекта који је јасно изражен и на коме нема могућности грешке.
- ▶ Палац померамо **са објекта на објекат**, дуж којих се крећемо. Ово се ради током кретања и подразумева стално померање палца дуж трасе на карти.
- ▶ Палац померамо **при сваком заустављању**, до места на карти где смо се зауставили.

# САВИЈАЊЕ КАРТЕ

- ▶ Да би се палац могао поставити на одговарајуће место, карта би морала бити релативно мала (нешто већа од нашег длана). Ово наравно није често у пракси. Зато се користимо савијањем карте на одговарајућу величину.

Важно је:

- ▶ Приликом сваког новог савијања карте бити врло пажљив и запамтити тачно стајно место да не би дошли у ситуацију да се због савијања карте изгубимо.
- ▶ При сваком савијању карте водити рачуна о правцу линија севера чије се стрелице можда неће видети на делу карте који видимо.



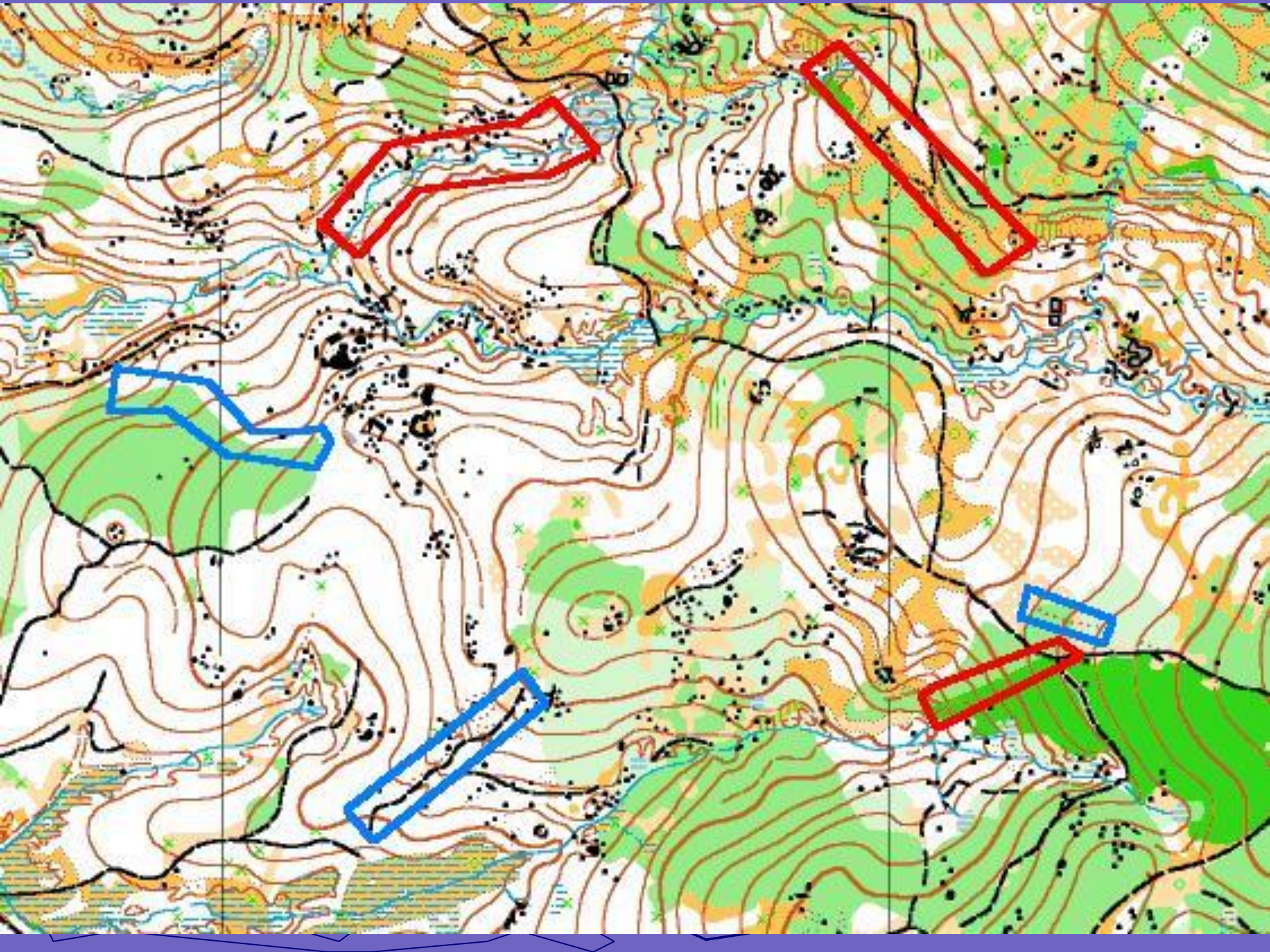
# ЛИНИЈСКИ ОРИЈЕНТИРИ

- ▶ То су објекти чија је главна особина дужина. Она нам омогућује да се сигурно крећемо на релативно дужим деловима наше задате стазе. Такође нам служе за оријентисање карте и “проналажење” када се изгубимо. Овакви објекти погодни су и као помоћни оријентир.

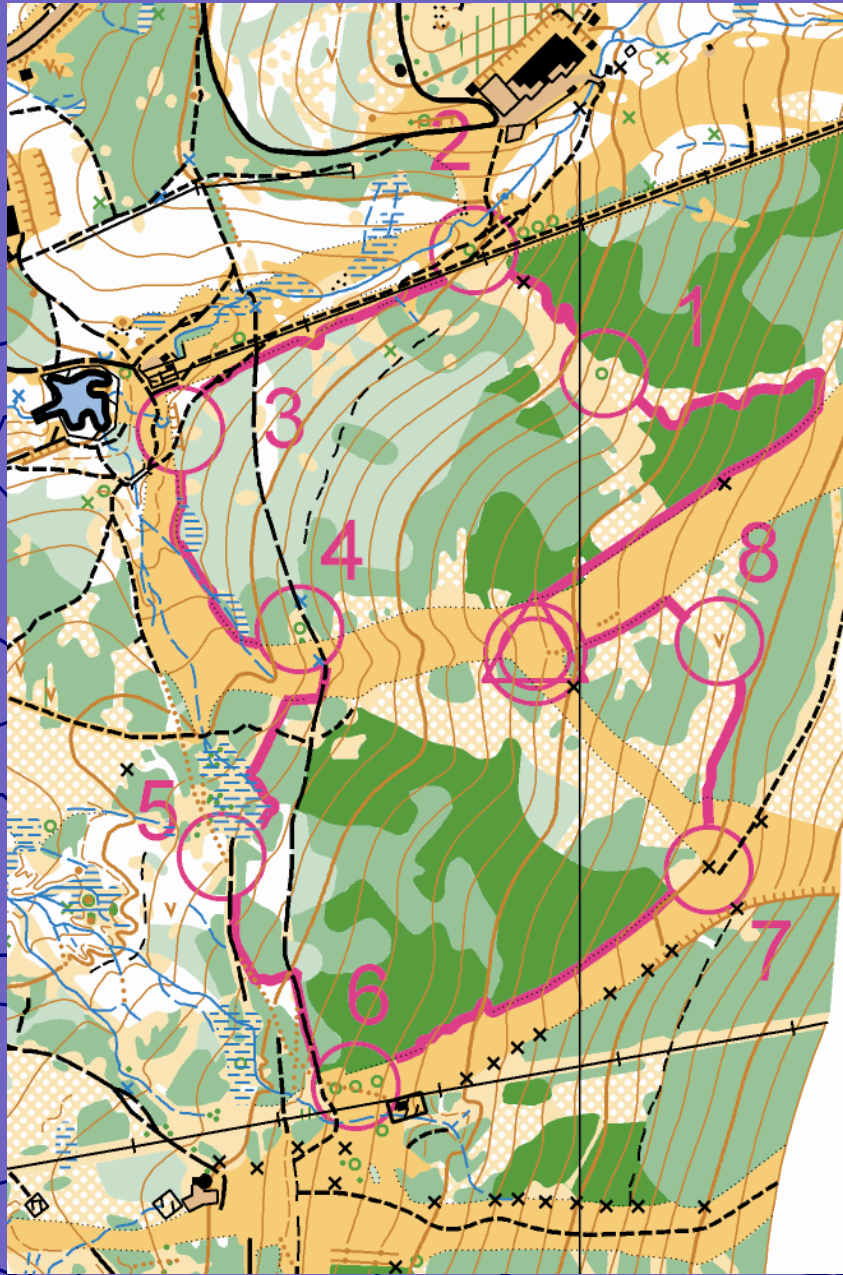
- ▶ Линијски оријентир су: све врсте путева, стазе и стазице, ограде, живице, зидови, водени токови, јаркови, ивице вегетације, струјоводи и далеководи, просеке, дрвореди, веће зграде, дужи земљани или камени одсеци ...













# НАПАДНА ТАЧКА

▶ То је уочљив и јасан објекат близу контролне тачке, од кога се она може једноставно пронаћи.

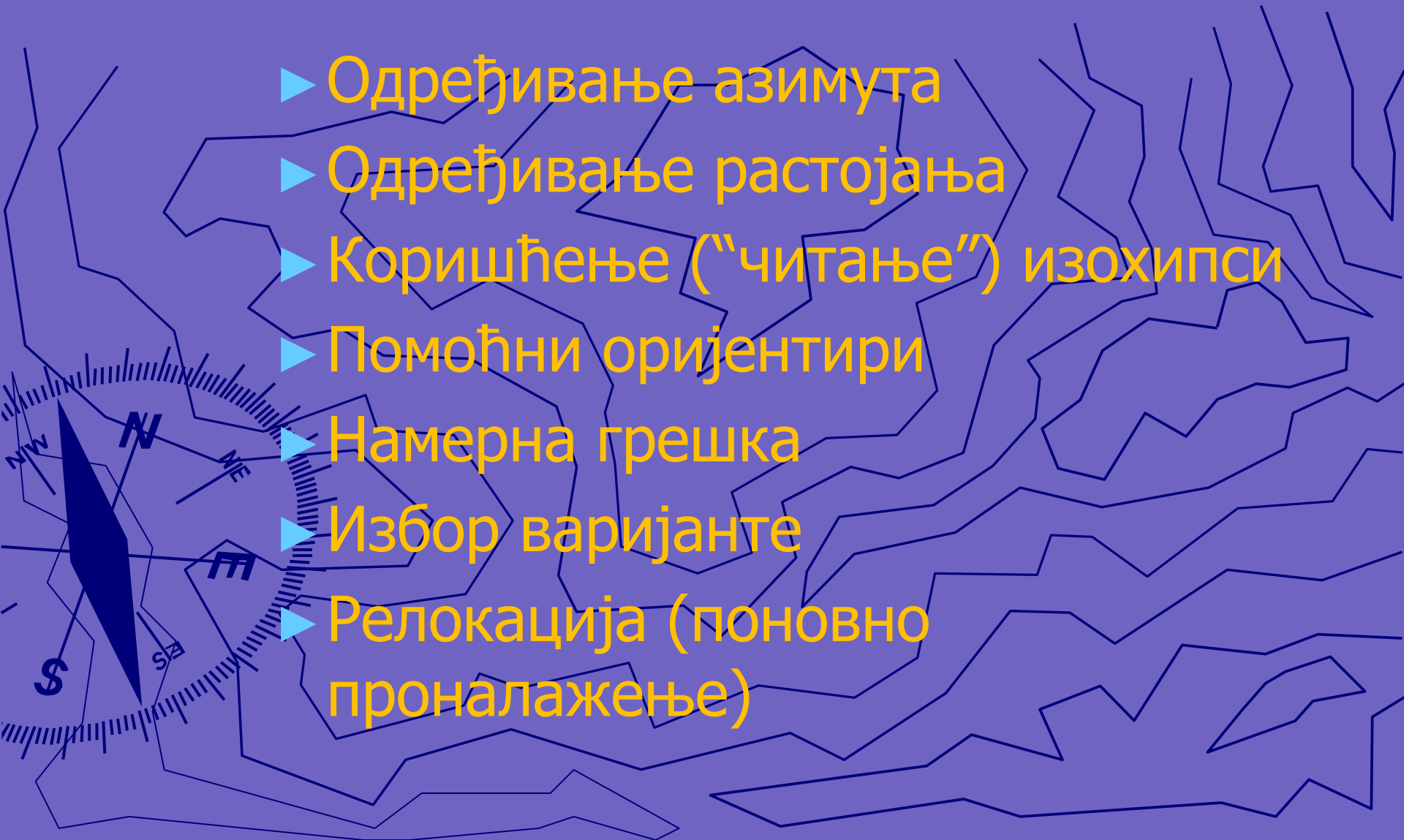
▶ Свака контролна тачка може имати више нападних тачака.





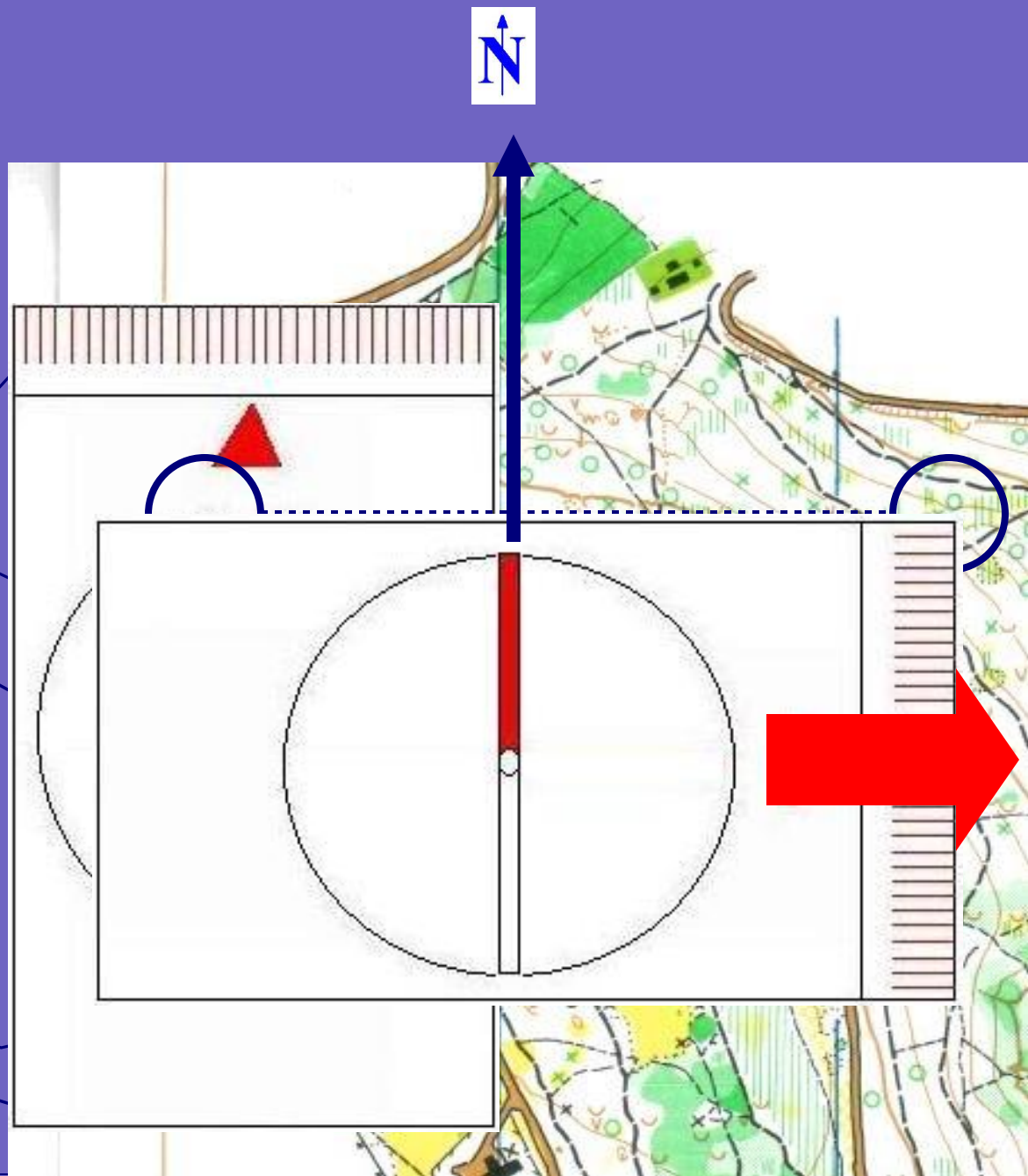
# ТЕХНИКЕ СРЕДЊЕГ НИВОА

- ▶ Одређивање азимута
- ▶ Одређивање растојања
- ▶ Коришћење (“читање”) изохипси
- ▶ Помоћни оријентир
- ▶ Намерна грешка
- ▶ Избор варијанте
- ▶ Релокација (поновно проналажење)



**Одређивање и  
задржавање  
правца  
кретања.**

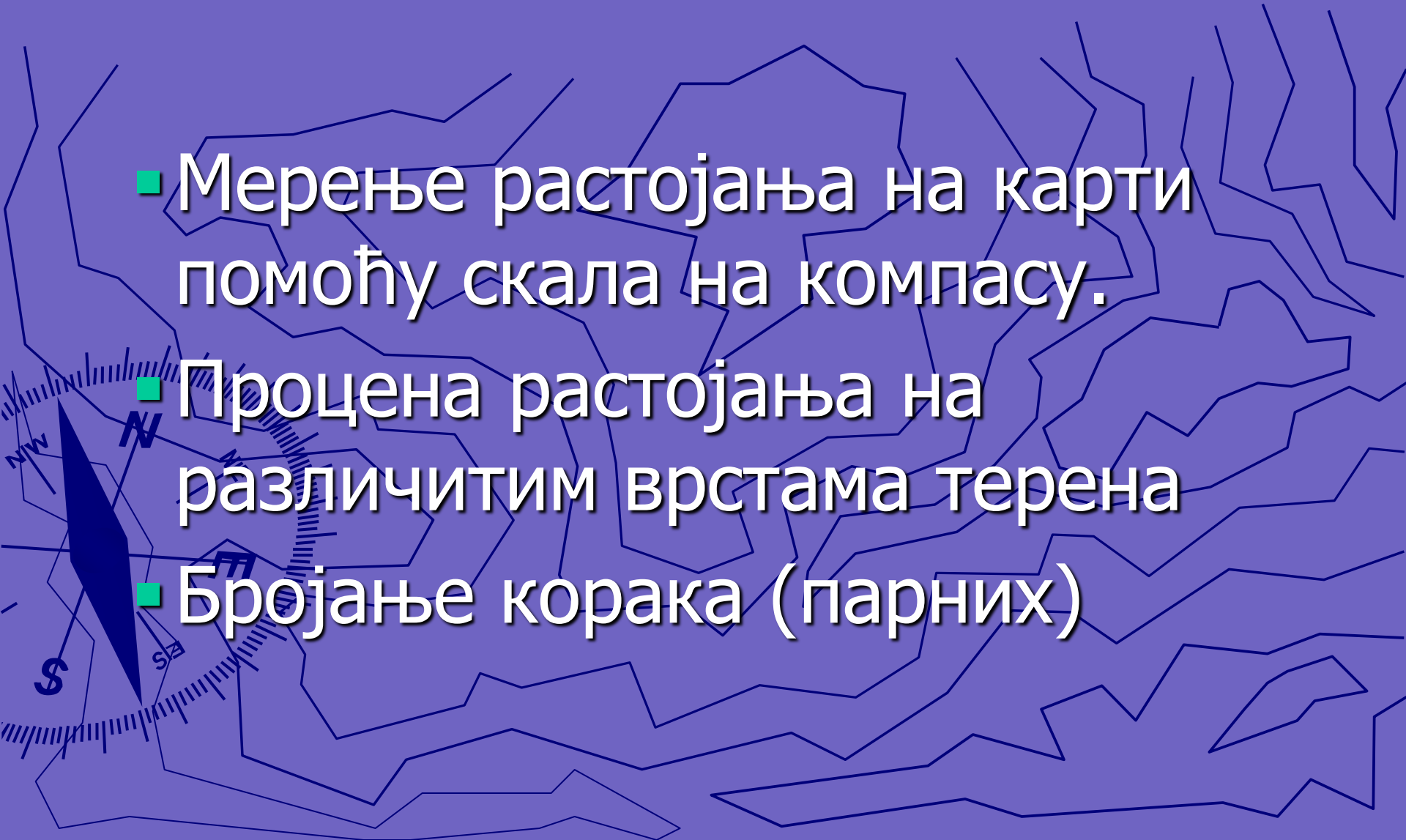
**Азимут је угао  
који заклапају  
правац севера и  
правац нашег  
кретања.**





# Процена раздаљине

- Мерење растојања на карти помоћу скала на компасу.
- Процена растојања на различитим врстама терена
- Бројање корака (парних)





# ИЗОХИПСЕ

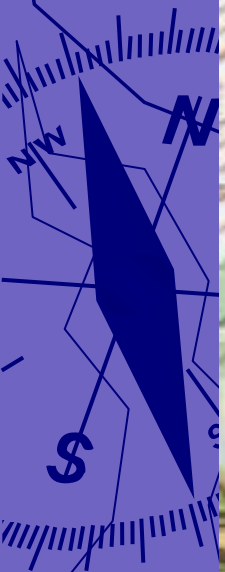
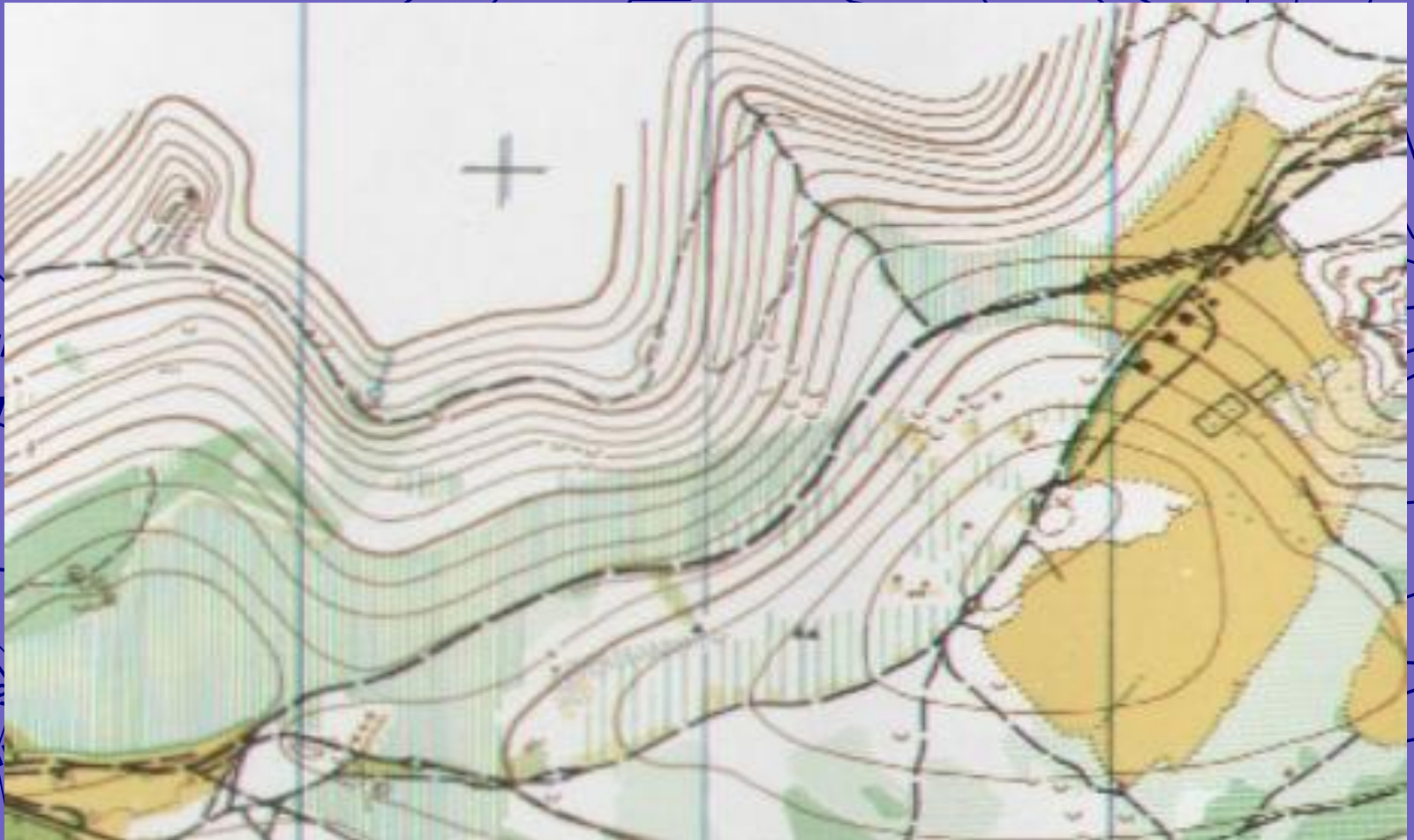
Шта нам “поручују” изохипсе?

- ▶ Ако их нема – земљиште је равно
- ▶ Што су ближе једна другој – нагиб је већи
- ▶ Врхови брда – приказани су затвореном линијом
- ▶ Увале (увучени делови) – управљени су у правцу врха
- ▶ Испусти – управљени су као “нос” од брда

**Ако их нема – земљиште је  
равно**

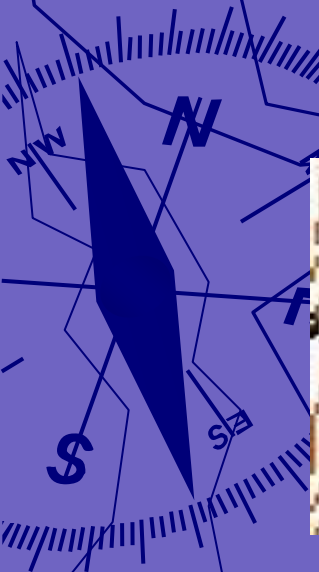
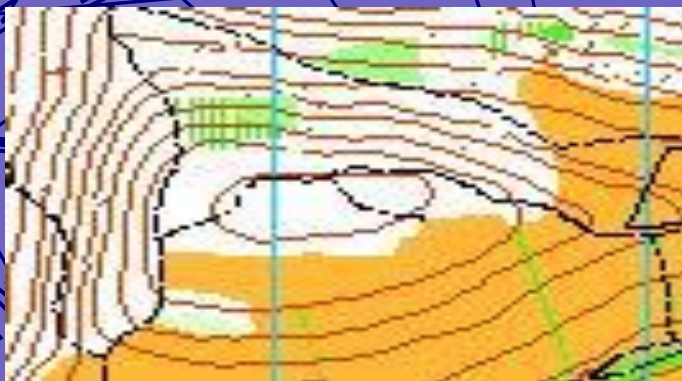
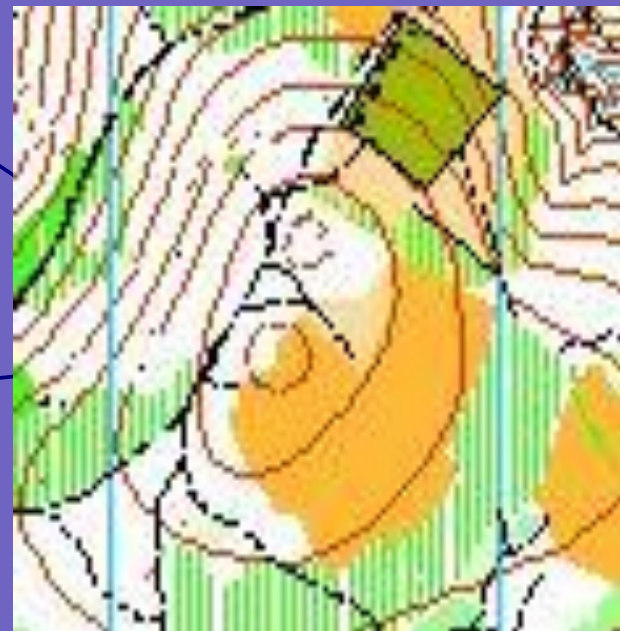


**Што су ближе једна другој  
– нагиб је већи**



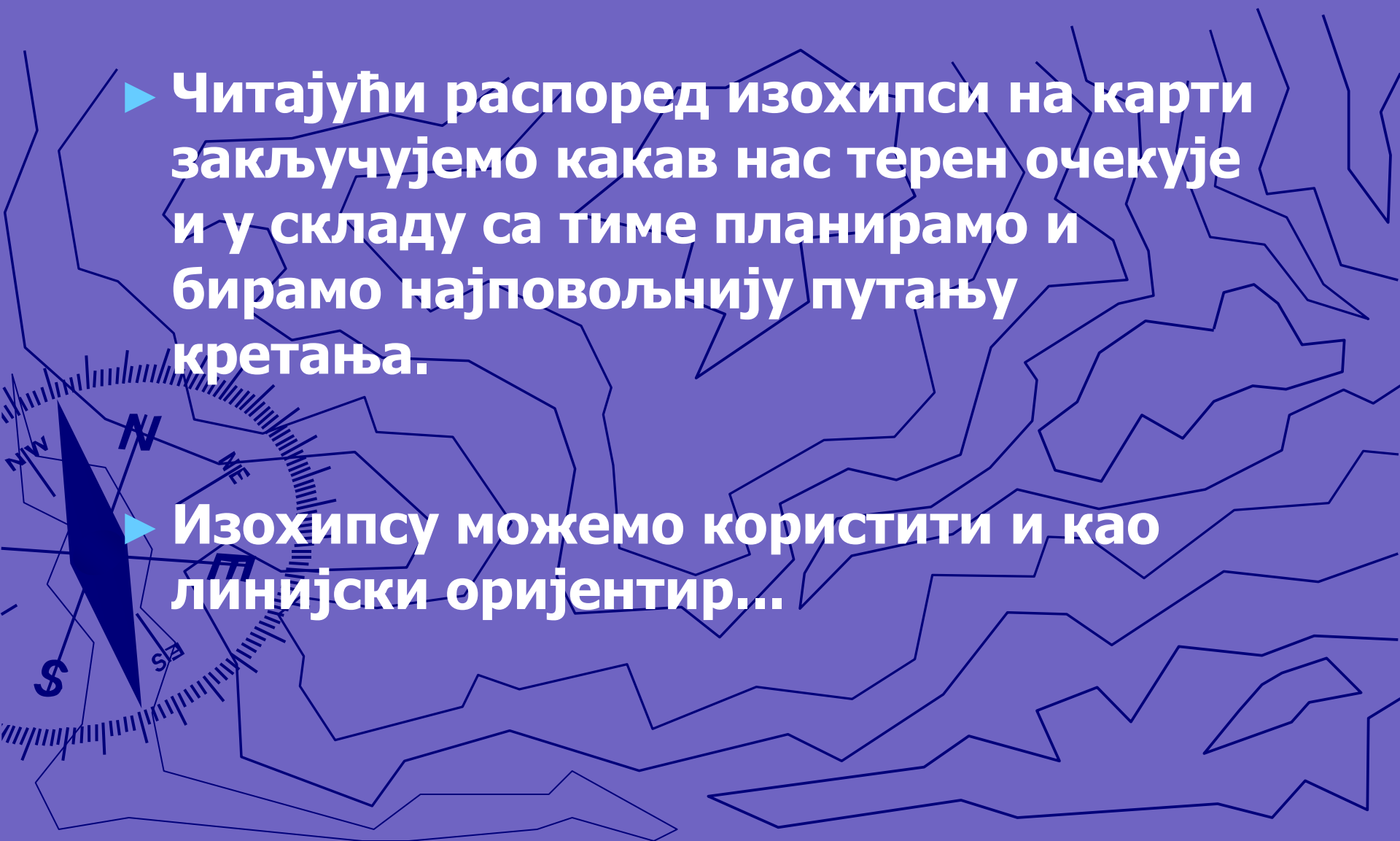


**Врхови брда  
приказани су  
затвореном  
линијом**



# КОРИШЋЕЊЕ ИЗОХИПСИ

- ▶ **Читајући распоред изохипси на карти закључујемо какав нас терен очекује и у складу са тиме планирамо и бирамо најповољнију путању кретања.**
- ▶ **Изохипсу можемо користити и као линијски оријентир...**

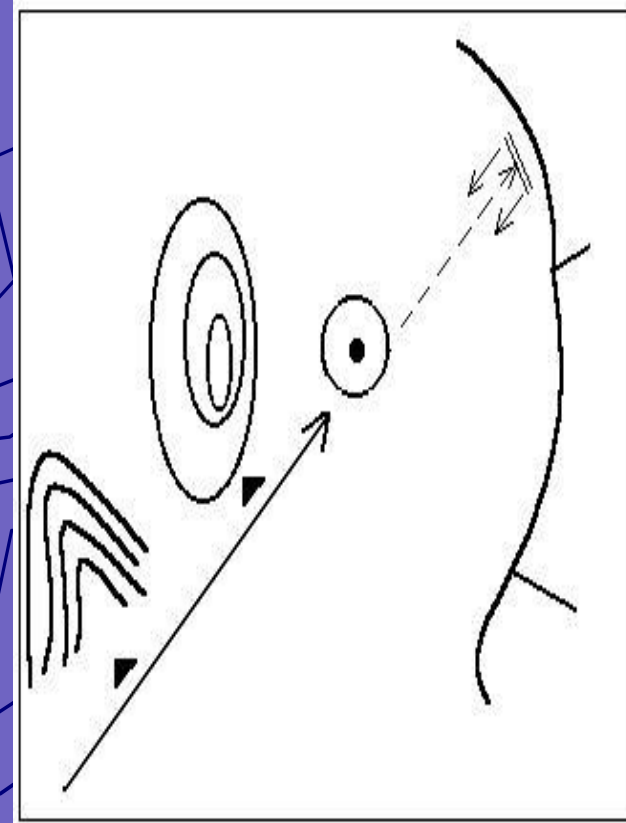




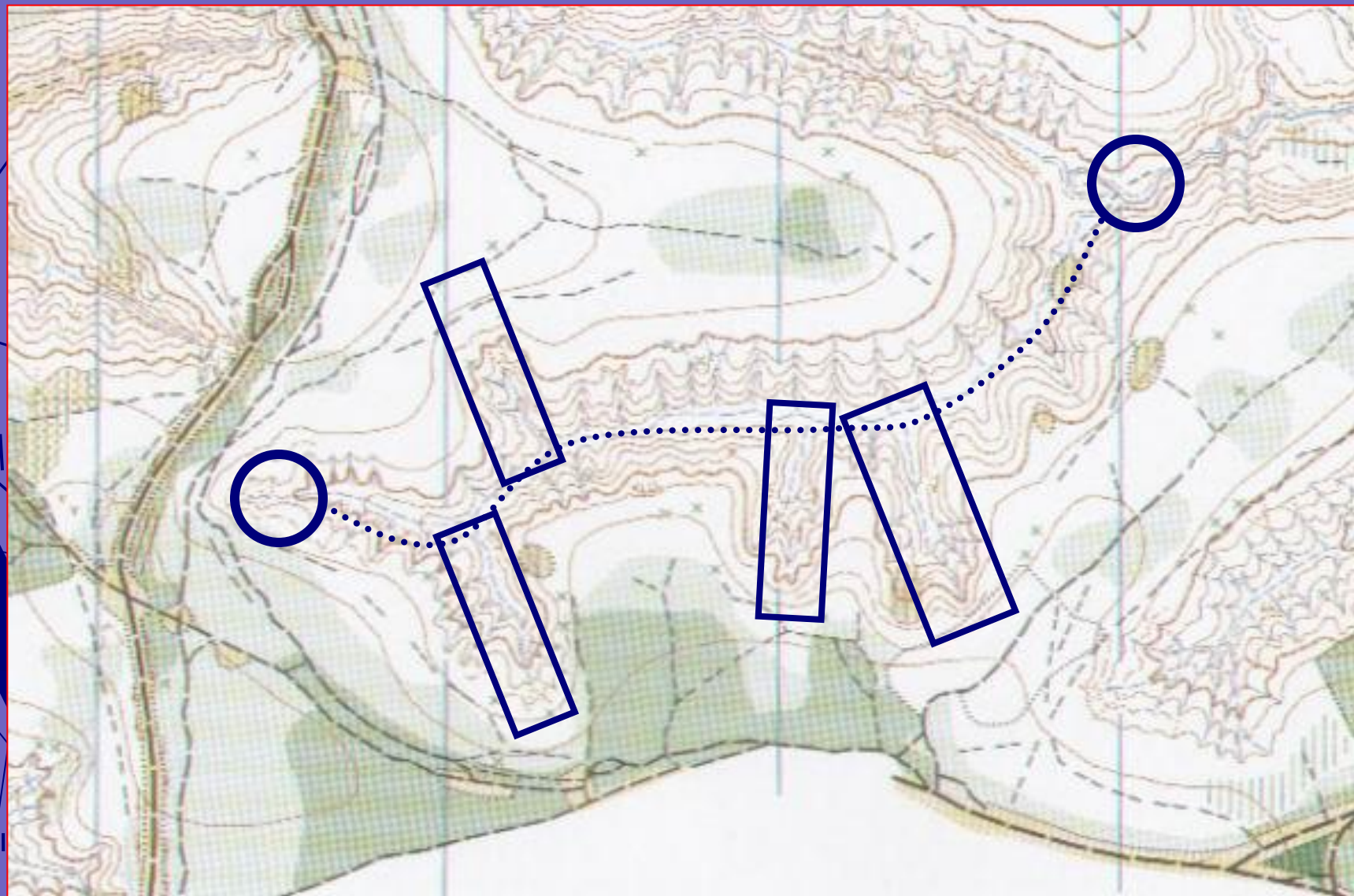
# ПОМОЋНИ ОРИЈЕНТИРИ

То су сви они објекти који се налазе дуж наше стазе који нам могу помоћи:

- ✓ да контролишемо исправност свог кретања
- ✓ да се правовремено зауставимо у свом кретању, ако смо промашили контролну тачку
- ✓ да нас директно наведу у зону контролне тачке
- ✓ да направимо добар план кретања

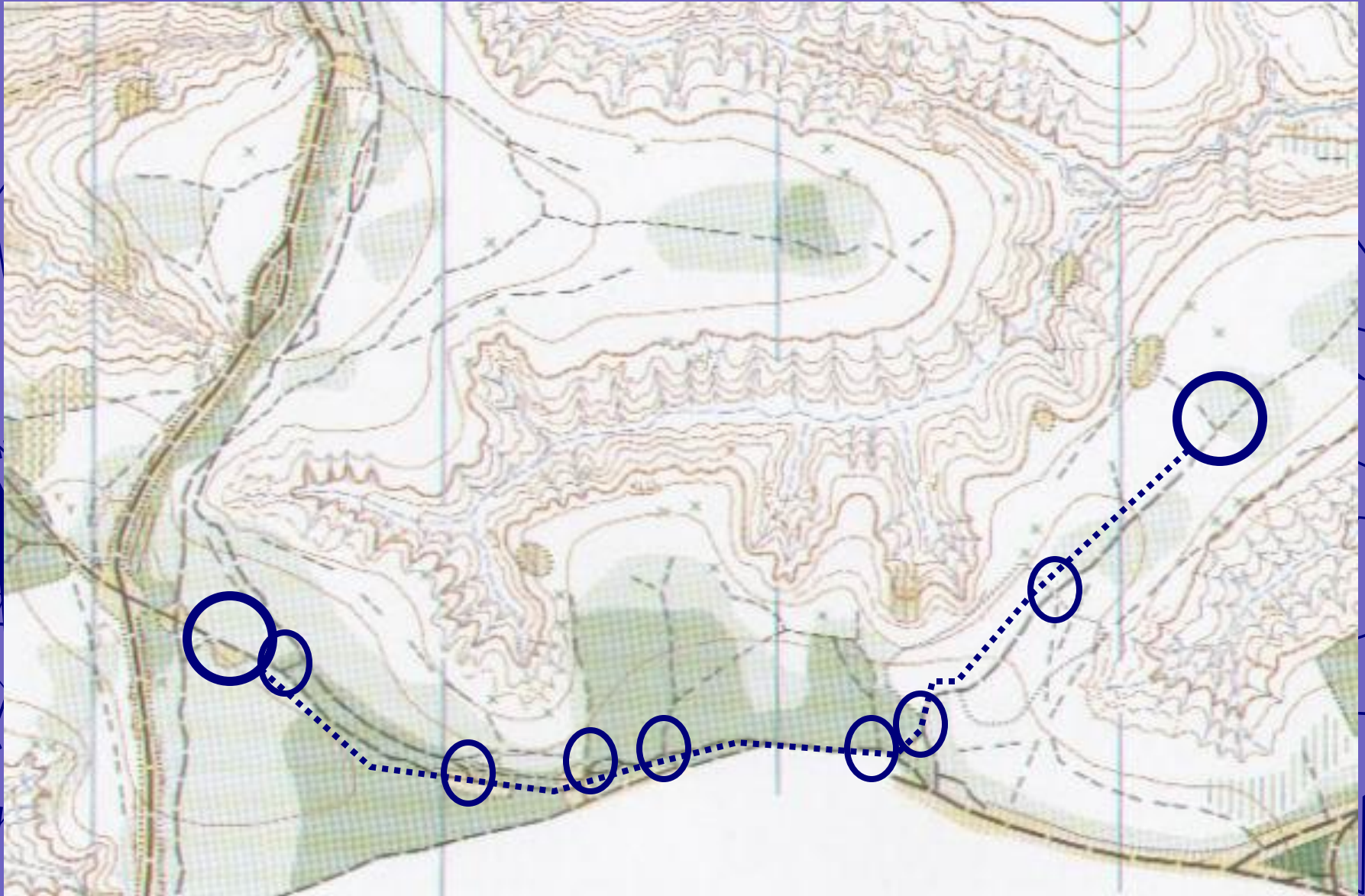


# КОНТРОЛНИ - да контролишемо исправност свог кретања



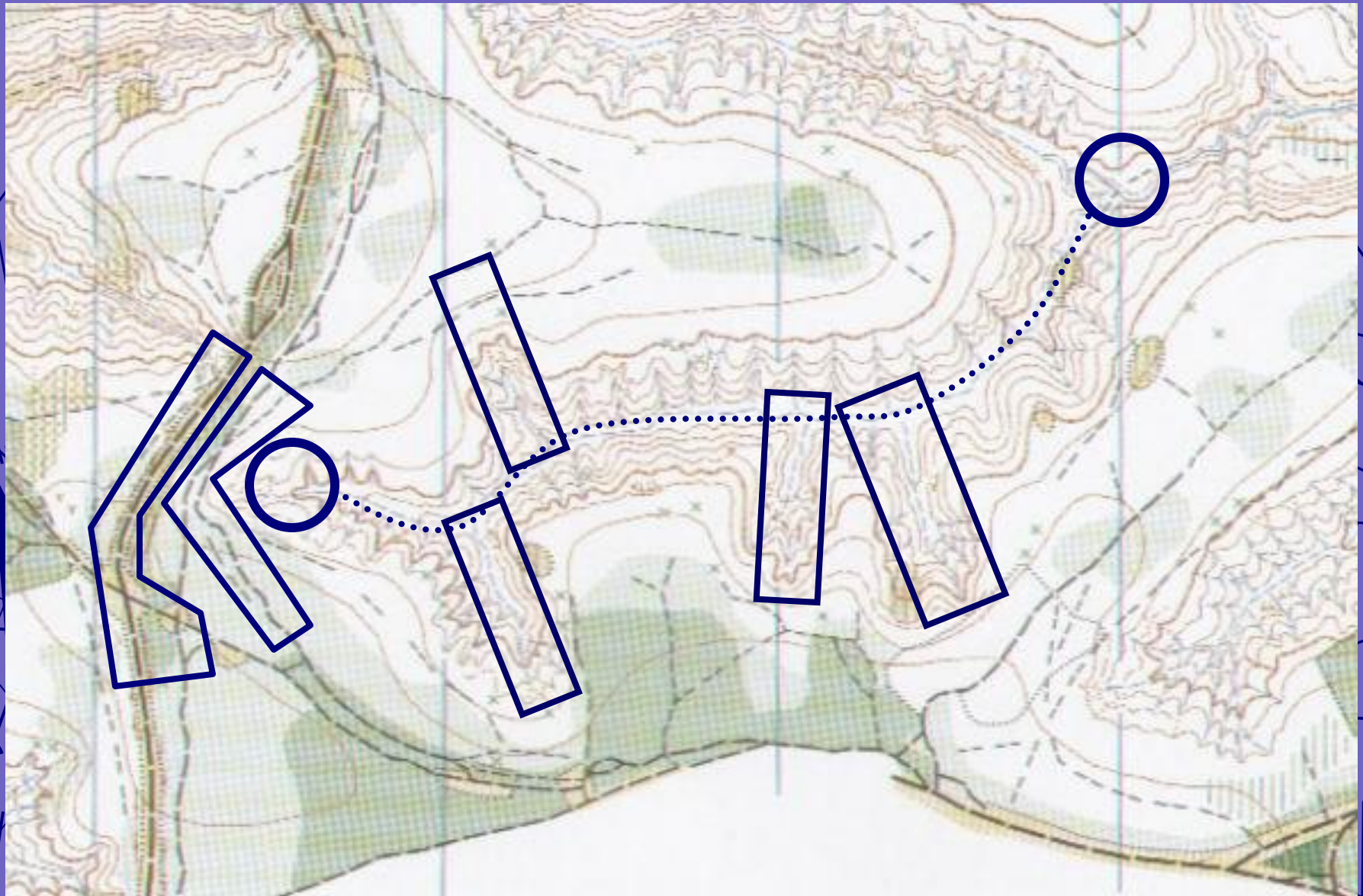


# Пример 2



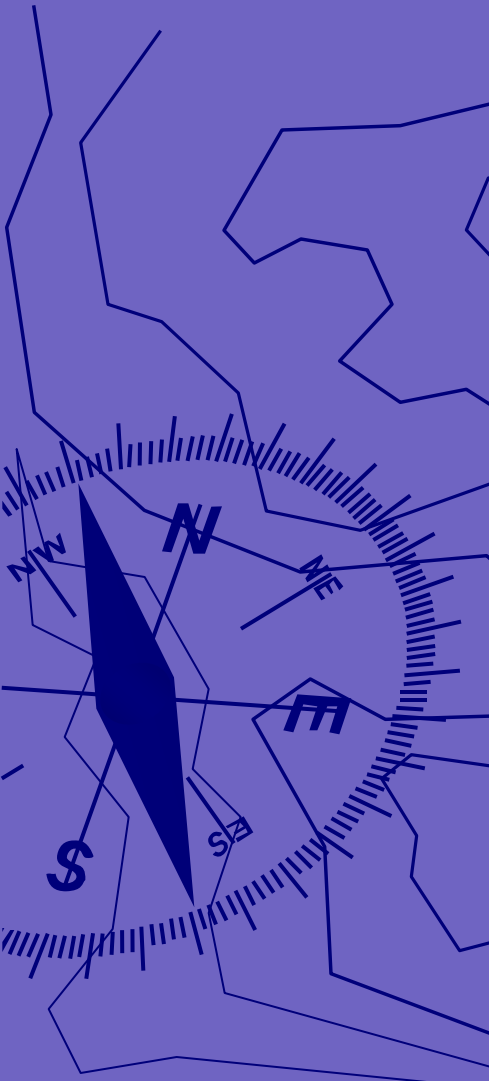
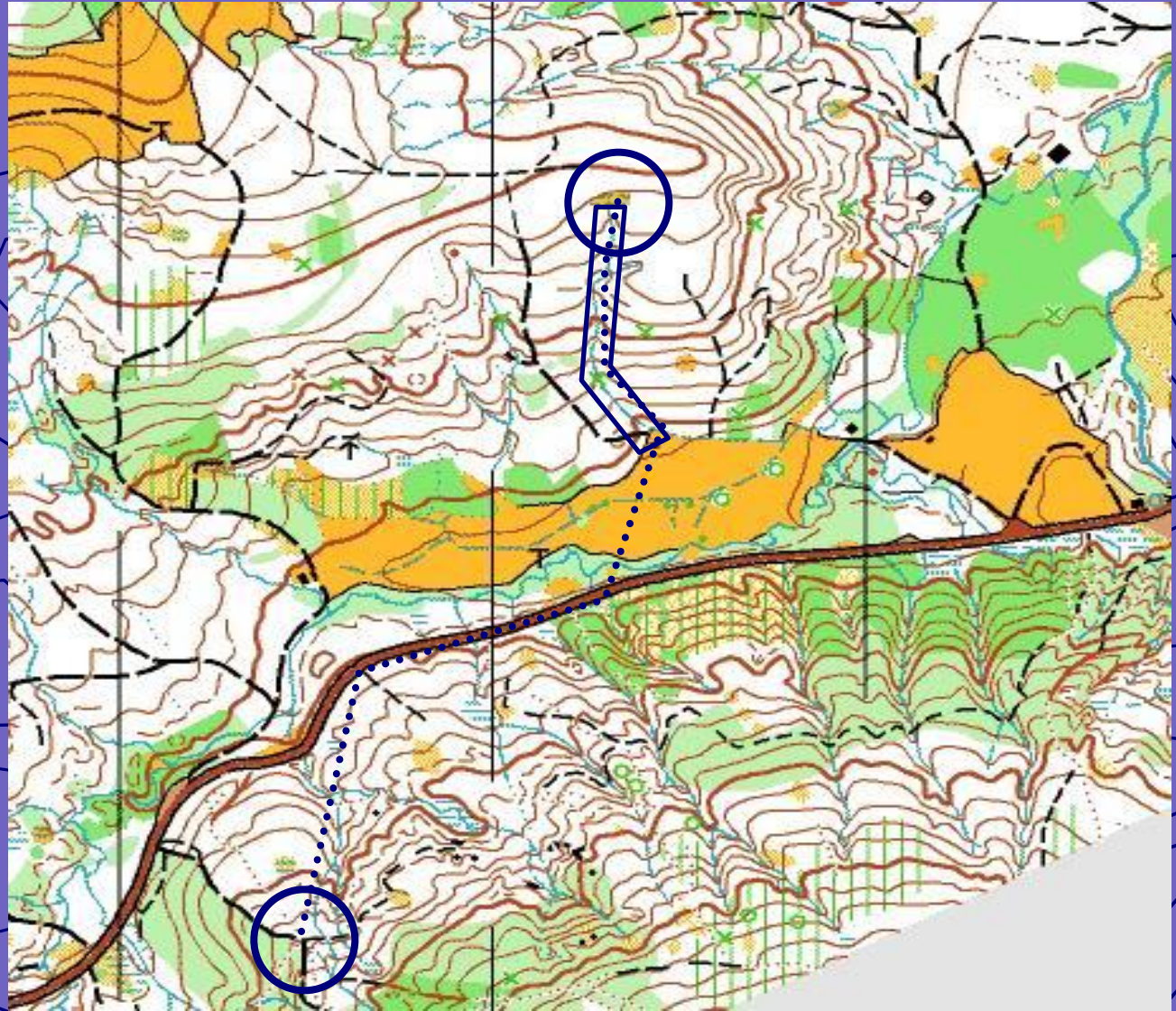


**ЗАУСТАВНИ** - да се правовремено зауставимо у  
свом кретању, ако смо рецимо промашили КТ





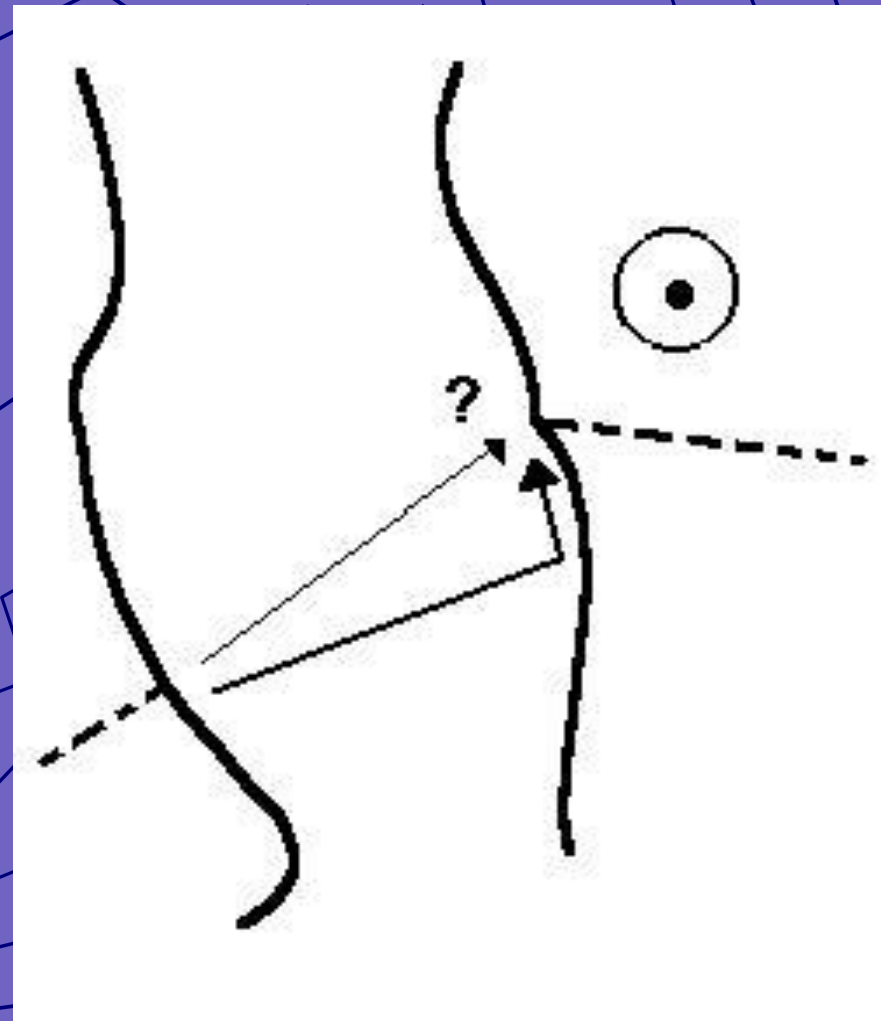
# НАВОДЕЊИ - да нас директно наведу у зону контролне тачке

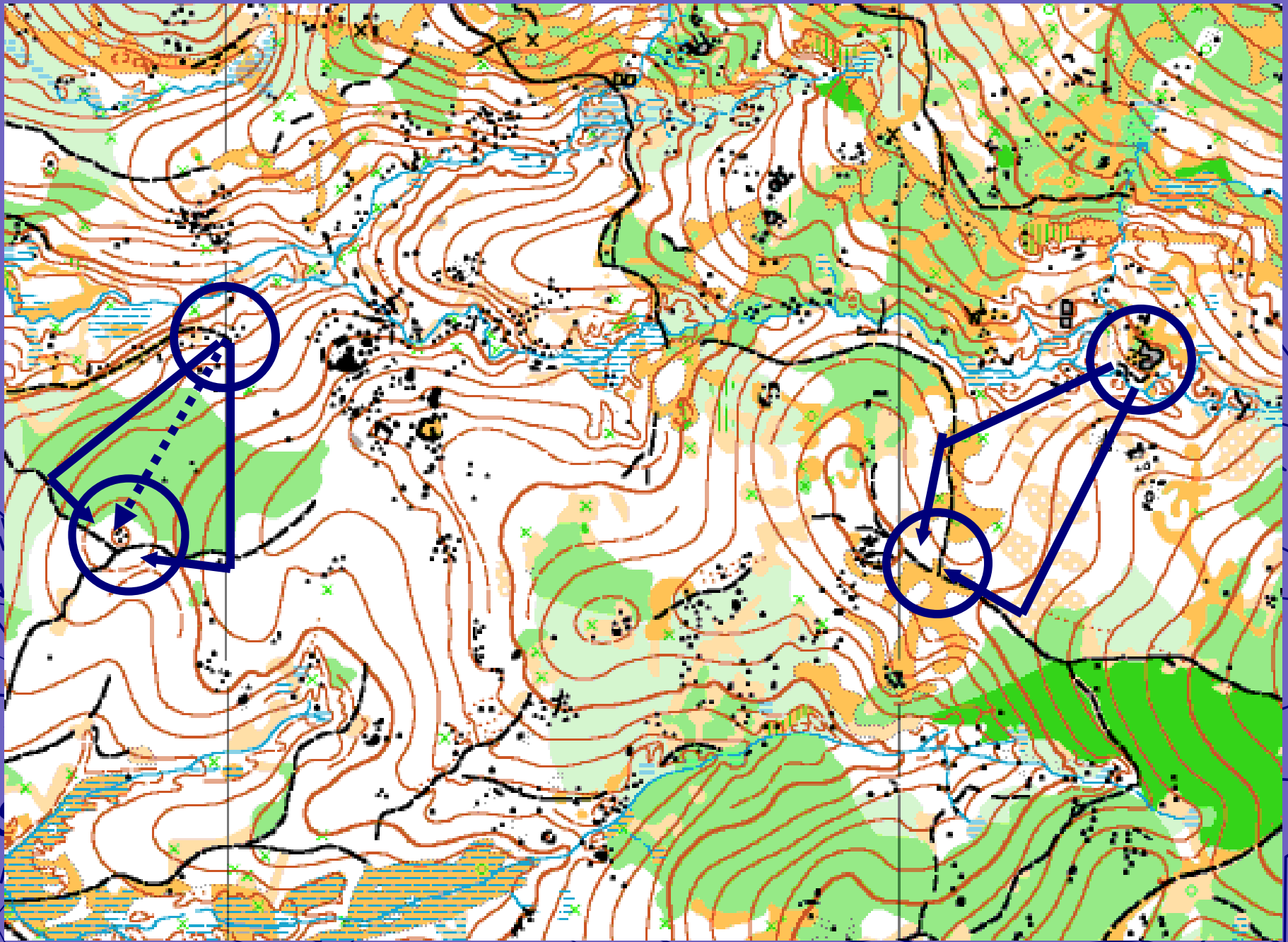




# НАМЕРНА ГРЕШКА

Своје кретање не усмеравамо право на жељену тачку већ намерно скрећемо на једну или другу страну од ње.





# Избор варијанте

- ▶ Бирати варијанту која најмање одступа од праве линије која спаја контролне тачке
- ▶ Никада не пресецати више пута линију
- ▶ Ићи више од једне половине пута ван праве линије може бити брже једино у случају да је дуж линије велики успон или непроходан терен
- ▶ Бирати варијанту која одговара способностима и у зависности од дела трке (сигурније на прву КТ...)

# РЕЛОКАЦИЈА (шта радимо када не знамо тачно где се налазимо –поновно проналажење)

- ▶ Прво и основно правило - **ЗАУСТАВИТИ СЕ**
- ▶ Оријентисати карту и препознати било који линијски објекат
- ▶ Обратити пажњу на изохипсе и вегетацију
- ▶ Покушати се сетити колико се далеко отишло и у ком правцу
- ▶ Вратити се уназад до неког великог објекта да би се извршила релокација
- ▶ Напустити простор да би се пронашао велики препознатљив објекат (боље него тумарати у једном истом простору и не налазити решење).

# Напредне технике

- ▶ Потпуно посматрање околине (посматрање мало даље у даљину, иза себе, лево и десно и напред)
- ▶ Сигурни водичи (од више објеката формирати СИГУРАН ВОДИЧ – ВОДЕЋУ ЛИНИЈУ дуж изабране варијанте пута)
- ▶ Поједностављивање (усмерити се само на кључне тачке и не читати све детаље све до нападне тачке)
- ▶ Увећавање (у мислима увећати слику онога што се налази у кругу контролне тачке)
- ▶ Планирање унапред
- ▶ Планирање за случај грешке

