

# Orientēšanās palīgs

ABC





## 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 iepazīuši, 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


Dažādu veidu 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 = 100 m vai 1 : 15 000 jeb 1 cm = 150 m. 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.


## A Orientēšanās kartes


 Baltā krāsā attēlota orientēšanās pamatvide – mežs, kas ir labi caurredzams un neapgrūtinā skriešanu.


 Melnā krāsā attēloti cilvēka radīti objekti (ceļi, takas, stigas, žogi, ēkas, ēku drupas), 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, ezerus, grāvjus, purvus.

 Dzeltenā krāsā apzīmē teritorijas, kas nav klātas ar mežu, – klajumus, smiltājus, arī aizaugt nesākušus izcirtumus.

 Zaļā krāsā arī raksturo mežu, taču ar apgrūtinātu skriešanu. Jo zaļums intensīvāks, jo mazāka būs redzamība un skriešanas ātrums.

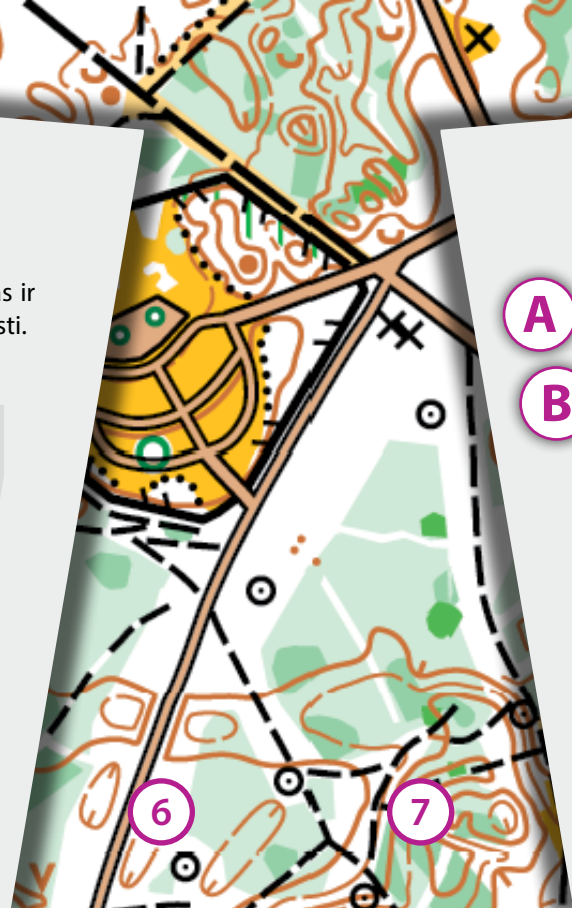
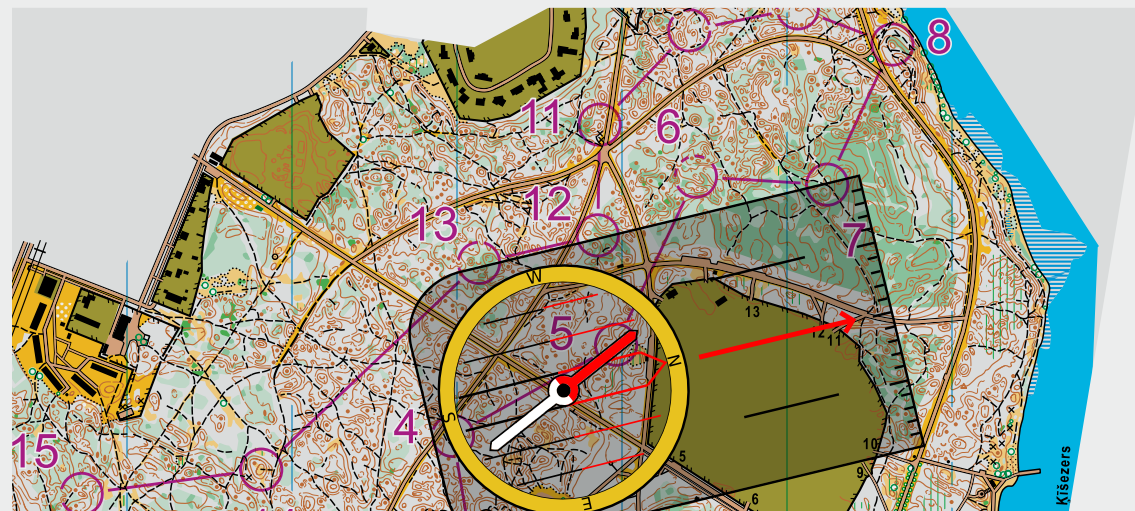
 Dalībniekam veicamās distances sastāvdaļas kartē parādītas ar violeto (arī sarkano) krāsu – starts, KP, finišs, detalizēti KP apraksti (lēģendas). Šādi iesvītrotas arī aizliegtās teritorijas.



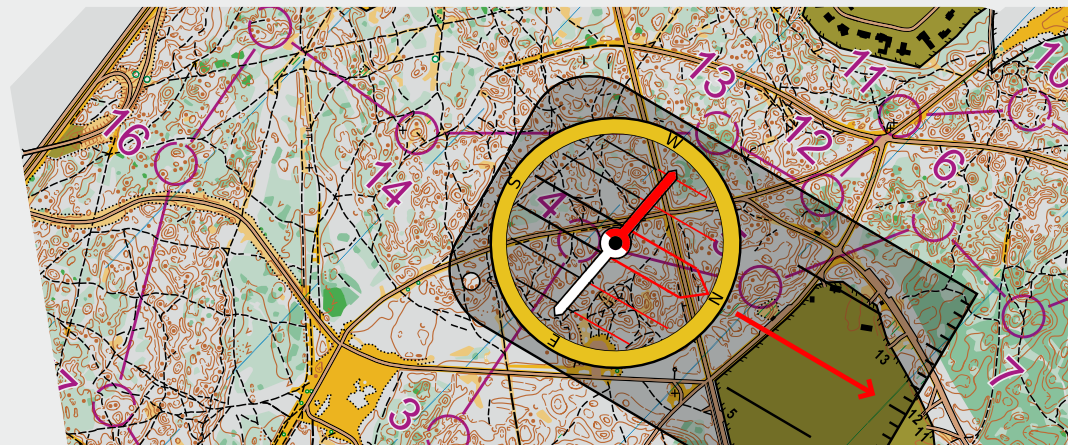


## B Kompas

Kartē attēlotas arī ziemeļu – dienvidu līnijas, kuras parasti ir melnā krāsā un novilkas 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.



- A** Karte jānovieto horizontāli. Uz kartes plakaniski jāuzliek kompass. Kompasa malu novieto paralēli veicamajam etāpam. Šeit – no 13. uz 12. kontrolpunktu.
- B** Karte ar kompasu jārotē tikmēr, kamēr kartes ziemeļu līnijas sakrīt ar kompasu adatas ziemeļu virzienu. Kad tas izdarīts, karte ir noorientēta un kompasu mala norāda skriešanas virzienu.

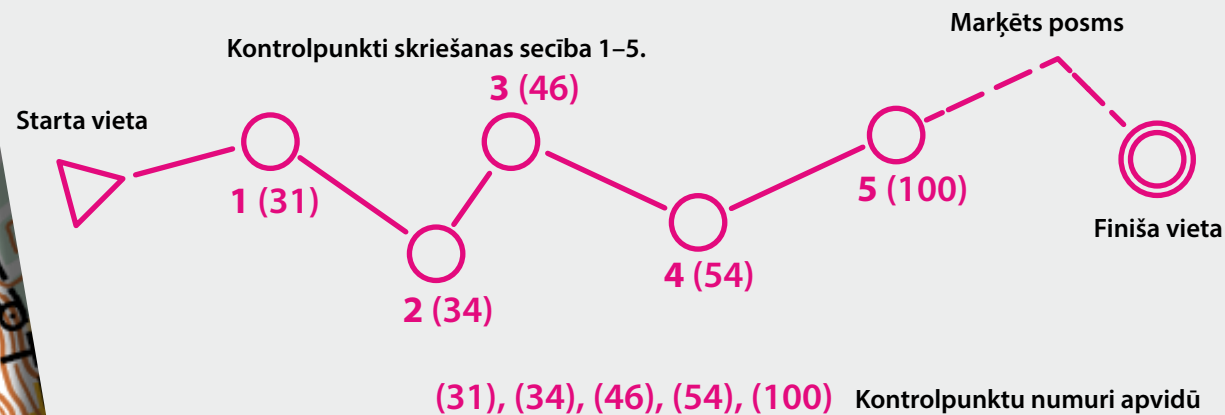


## C Distance

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 leģendā. 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
- kritumrādis
- palīgaugstumlikne
- pauguri
- ieplakas
- stāva nogāze, krauja
- zemes valnis
- maza grava, izskalojums


- saus grāvis, ierakums
- mazs paugurs
- maza ieplaka
- mākslīga bedre
- nelīdzena, izrakņāta zeme
- īpašs objekts, skudru pūznis
- nepārvarama klints
- pārvarama klints

- akmens, liels akmens
- akmeņu krāvums
- ala
- akmeņains apvidus
- ezers, dīķis
- nepārvarama upe
- pārvarams liels grāvis
- pārvarams mazs grāvis
- šaurš purvs


- nepārvarams purvs
- purvs
- pārpurvojusies vieta
- ūdens bedre, aka
- avots
- kājnieku tilts
- pārskatāms, tīrs mežs
- atklāts, viegli pārvarams apvidus
- atklāts, grūti pārvarams apvidus





 skriešana apgrūtināta


 skriet ļoti grūti


 iešana apgrūtinātaaugļu dārzs


 labi skrienams apvidus ar retiem kokiem


 grūti pārvarams apvidus ar retiem kokiem, Latvijā tā attēlo arī izcirtumus


 grūti pārvarams, daļēji aizaudzis apvidus


 augļu dārzs


 apbūves un viensētu teritorija (šķērsot aizliegts)

 pārskatāms, grūti skrienams apvidus


 grūti skrienama pļava vai jauns izcirtums


 pārskatāms, ļoti grūti pārvarams apvidus

 noteiktā virzienā skrienams apvidus

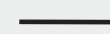
 īpaši objekti, Latvijā tā apzīmē: atsevišķu, izcilu koku un krūmu; izgāztu sakni


 kontūra

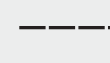
 apstrādāts lauks

 smilšains apvidus

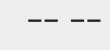
 autoceļš


 ceļš

 izbraucami meža un lauku ceļi

 viegli skrienama taka vai velosipēdu celiņš


 labi saskatāmas un skrienamas takas

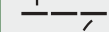
 izzūdoša (šķērsojot var arī nepamanīt), grūti skrienama taka

 šauras stigas (kvartālstigas, vizūrstigas, pa kurām neiet takas, ceļi)


 dzelzceļš

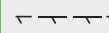
 elektrolīnija un stabi


 izteikts krustojums


 neizteikts, grūti pamanāms krustojums

 akmens mūris, siena

 pārvarams žogs

 pārvarams, vietām izzūdošs žogs


 nepārvarams žogs

 tilts/ tunelis

 celtnes

 drupas



- 
- Legend for the map:
- trepes
  - apbūvēta teritorija
  - asfaltēts, grantēts laukums
  - liels tornis; mazs tornis
  - vizūrstīgu kupica; barotava zvēriem
  - īpaši objekti, apzīmē cilvēku darbības rezultātā radušos nestandarta objektu.

## Rīgas meži un Mežaparks

SIA "Rīgas meži" ir Rīgas pilsētas pašvaldībai piederošs uzņēmums. Tajā ir piecas mežniecības: Daugavas, Gaujas, Katrīnas, Rīgas un Tīreļu, kokaudzētava "Norupe" un kokzāgētava "Norupe" Ogres novadā. Uzņēmums īsteno vides izglītības programmu "Zaļā klase". Uzņēmums apsaimnieko arī Rīgas dārzus un parkus, kā arī kultūras un atpūtas parku "Mežaparks".

Mežaparka senākais nosaukums ir „Ķeizarmežs” (vāciski „Kaiserwald”, krieviski „Царский лес”). Tas, pēc nostātiem, radies 17. gadsimtā, kad Zviedru-poļu kara laikā – 1621. gadā – te kādu brīdi apmeties zviedru ķēniņš Gustavs Ādolfs ar savu karaspēku. 19.gs. beigās Rīgas pilsētas galvenais inženieris Ādolfs Gustavs Agte un ainavu arhitekts Georgs Kufalts ierosināja Ķīšezeram pieguļošo mežu un kāpu teritoriju izveidot par atpūtas parku ģimenēm, kur būtu iespējams gan atpūsties, gan izklaidēties. 1901. gadā Rīgas pilsētas vadība pieņēma lēmumu par parka izveidi, ņemot par paraugu dārzus – parkus Lielbritānijā un Vācijā. 1949. gadā tiek oficiāli atklāts kultūras un atpūtas parks "Mežaparks" - tika noasfaltēta daļa no meža celiņiem, uzcelts Zaļais teātris, laivu stacija, lasītava, kioski, kā arī izveidoti bērnu rotaļu laukumi. 2016.gadā kultūras un atpūtas parks "Mežaparks" iekļauts valsts nozīmes arhitektūras (pilsētībūvniecības) pieminekļu sarakstā.



