

ORTAÖĞRETİM
SPOR LİSESİ
BİREYSEL SPORLAR

ORYANTİRING

DERS KİTABI

Yazarlar
İSMAİL GEZGİN
MEHMET GÜMÜŞ



EDİTÖR

Doç. Dr. Murat ELİÖZ

DİL UZMANI

İbrahim BOZ

PROGRAM GELİŞTİRME UZMANI

Mustafa ÇALIŞKAN

ÖLÇME DEĞERLENDİRME UZMANI

Ahmet CANSIZ

REHBERLİK UZMANI

Murat UZUNOĞLU

GRAFİK&GÖRSEL TASARIM UZMANI

Faruk SÖZEN



İSTİKLÂL MARŞI

Korkma, sönmez bu şafaklarda yüzen al sancak;
Sönmeden yurdumun üstünde tüten en son ocak.
O benim milletimin yıldızıdır, parlayacak;
O benimdir, o benim milletimindir ancak.

Çatma, kurban olayım, çehreni ey nazlı hilâl!
Kahraman ırkıma bir gül! Ne bu şiddet, bu celâl?
Sana olmaz dökülen kanlarımız sonra helâl.
Hakkıdır Hakk'a tapan milletimin istiklâl.

Ben ezelden beridir hür yaşadım, hür yaşarım.
Hangi çılgın bana zincir vuracakmış? Şaşarım!
Kükremiş sel gibiyim, bendimi çiğner, aşarım.
Yırtarım dağları, enginlere sığmam, taşarım.

Garbın âfâkını sarmışsa çelik zırhlı duvar,
Benim iman dolu göğsüm gibi serhaddim var.
Ulusun, korkma! Nasıl böyle bir imanı boğar,
Medeniyet dediğin tek dişi kalmış canavar?

Arkadaş, yurduma alçakları uğratma sakın;
Siper et gövdeni, dursun bu hayâsızca akın.
Doğacaktır sana va'dettiği günler Hakk'ın;
Kim bilir, belki yarın, belki yarından da yakın

Bastığın yerleri toprak diyerek geçme, tanı:
Düşün altındaki binlerce kefensiz yatanı.
Sen şehit oğlusun, incitme, yazıktır, atanı:
Verme, dünyaları alsan da bu cennet vatanı.

Kim bu cennet vatanın uğruna olmaz ki feda?
Şüheda fışkıracak toprağı sıksan, şüheda!
Cânı, cânânı, bütün varımı alsın da Huda,
Etmesin tek vatanımdan beni dünyada cüda.

Ruhumun senden İlahî, şudur ancak emeli:
Değmesin mabedimin göğsüne nâmahrem eli.
Bu ezanlar -ki şehadetleri dinin temeli-
Ebedî yurdumun üstünde benim inlemeli.

O zaman vecd ile bin secde eder -varsa- taşım,
Her cerâhamdan İlahî, boşanıp kanlı yaşım,
Fışkırır ruh-ı mücerret gibi yerden na'sım;
O zaman yükselerek arşa değer belki başım.

Dalgalar sen de şafaklar gibi ey şanlı hilâl!
Olsun artık dökülen kanlarımın hepsi helâl.
Ebediyyen sana yok, ırkıma yok izmihlâl;
Hakkıdır hür yaşamış bayrağımın hürriyyet;
Hakkıdır Hakk'a tapan milletimin istiklâl!

Mehmet Âkif ERSOY

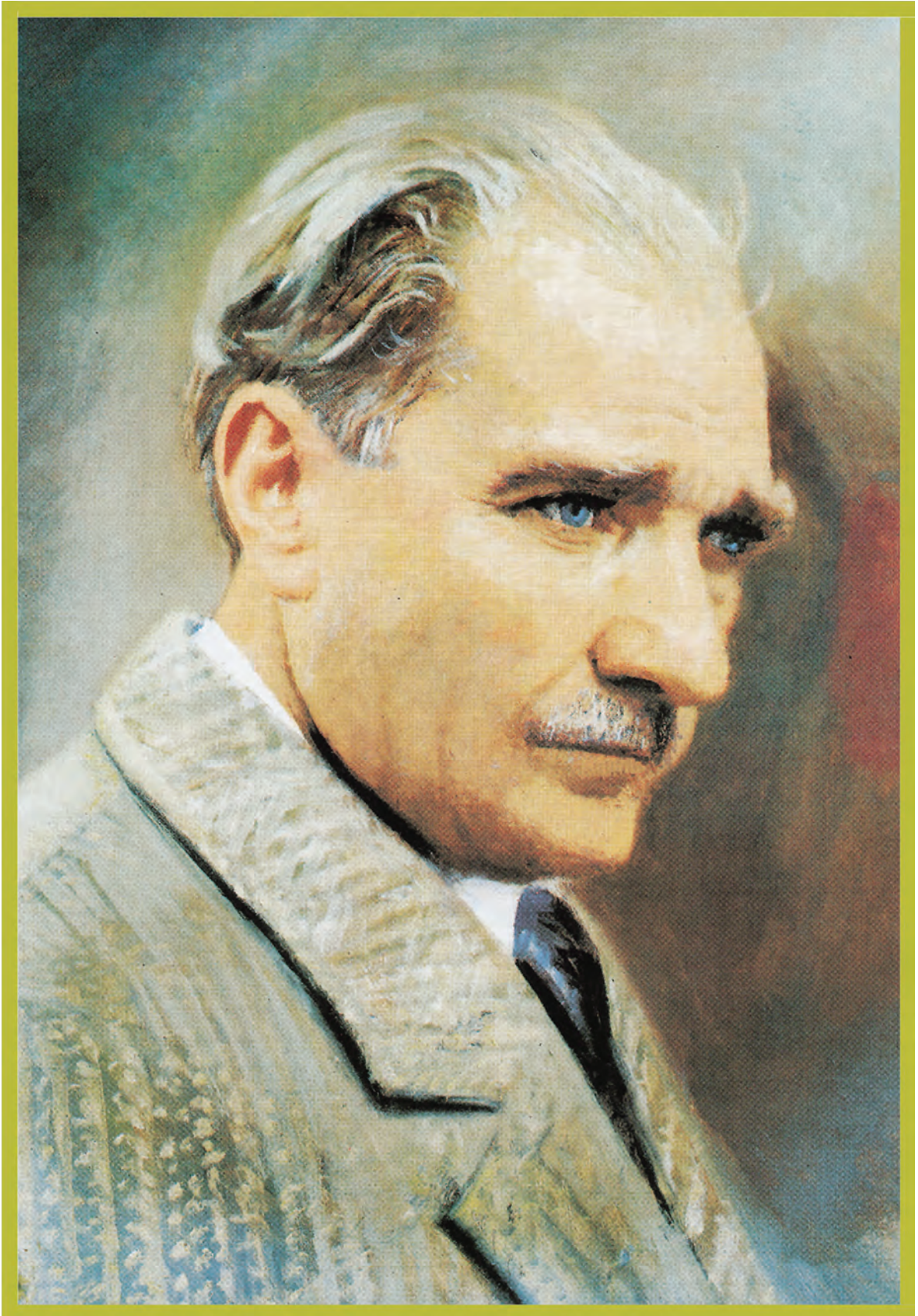
GENÇLİĞE HİTABE

Ey Türk gençliği! Birinci vazifen, Türk istiklâlini, Türk Cumhuriyetini, ilelebet muhafaza ve müdafaa etmektir.

Mevcudiyetinin ve istikbalinin yegâne temeli budur. Bu temel, senin en kıymetli hazinendir. İstikbalde dahi, seni bu hazineden mahrum etmek isteyecek dâhilî ve hâricî bedhahların olacaktır. Bir gün, istiklâl ve cumhuriyeti müdafaa mecburiyetine düşersen, vazifeye atılmak için, içinde bulunacağın vaziyetin imkân ve şeraitini düşünmeyeceksin! Bu imkân ve şerait, çok namüsaît bir mahiyette tezahür edebilir. İstiklâl ve cumhuriyetine kastedecek düşmanlar, bütün dünyada emsali görülmemiş bir galibiyetin mümessili olabilirler. Cebren ve hile ile aziz vatanın bütün kaleleri zapt edilmiş, bütün tersanelerine girilmiş, bütün orduları dağıtılmış ve memleketin her köşesi bilfiil işgal edilmiş olabilir. Bütün bu şeraitten daha elîm ve daha vahim olmak üzere, memleketin dâhilinde iktidara sahip olanlar gaflet ve dalâlet ve hattâ hıyanet içinde bulunabilirler. Hattâ bu iktidar sahipleri şahsî menfaatlerini, müstevlîlerin siyasî emelleriyle tevhit edebilirler. Millet, fakr u zaruret içinde harap ve bîtap düşmüş olabilir.

Ey Türk istikbalinin evlâdı! İşte, bu ahval ve şerait içinde dahi vazifen, Türk istiklâl ve cumhuriyetini kurtarmaktır. Muhtaç olduğun kudret, damarlarındaki asil kanda mevcuttur.

Mustafa Kemal Atatürk



Mustafa Kemal ATATÜRK

İÇİNDEKİLER

SAYFA NO

1. ÜNİTE

ORYANTİRİNGİN TARİHİ GELİŞİMİ

1.1. DÜNYADA ORYANTİRİNGİN GELİŞİM SÜRECİ 12

1.2. TÜRKİYE'DE ORYANTİRİNGİN GELİŞİM SÜRECİ 14

ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME 15

2. ÜNİTE

ORYANTİRİNGİN TANIMI VE KAVRAMSAL ÇERÇEVESİ 17

2.1. ORYANTİRİNG 18

ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME 19

3. ÜNİTE

ORYANTİRİNGİN SAHA, MALZEME VE KURALLAR BİLGİSİ 21

3.1. SAHA 22

3.1. HARİTA 22

3.2. ORYANTİRİNGDE KULLANILAN MALZEMELER 34

3.4 ORYANTİRİNG KURALLARI 36

ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME 37

4. ÜNİTE

ORYANTİRİNGİN TEMEL TEKNİKLERİ VE UYGULAMASI 39

4.1. PUSULA KULLANIMI 40

4.2. ORYANTİRİNGDE HARİTA KULLANIMININ ÖNEMİ 42

4.3. ORYANTİRİNGDE HARİTA VE PUSULANIN BİRLİKTE KULLANILMASI 44

4.4. ORYANTİRİNG ÇEŞİTLERİ 48

ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME 61

DERECELİ PUANLAMA ANAHTARI 62

CEVAP ANAHTARI 63

SÖZLÜK 64

GENEL AĞ KAYNAKÇA 66

GÖRSEL KAYNAKÇA 67

KİTAPIMIZI TANIYALIM

Ünite Kapağı

Ünitenin içeriği ile ilgili görsel ve açıklayıcı bilgiler içerir.



Oryantiring yarışmalarında, yarış başında haritalar sporculara teslim edilir. Giltmeniz gereken yerler ya harita üzerinde işaretlenmiş olur, ya da koordinatları ayrı verilmiş olup sizin işaretlemeniz gerekir. Yarışın başlaması ile birlikte harita ve pusula yardımıyla yer şekillerini okuyarak, yönünüzü bulup kontrol noktalarına ulaşmanız gerekir.

Ünite Numarası

Ünite numarasını gösterir.

1. ÜNİTE

ORYANTİRINGİN TARİHİ GELİŞİMİ

Ünite Adı

Ünite adını gösterir.

Ünite Konu Başlıkları

Ünitede yer alan konuları gösterir.

1. ORYANTİRINGİN TARİHİ GELİŞİMİ
1.1. DÜNYADA ORYANTİRINGİN GELİŞİM SÜRECİ
1.2. TÜRKİYE'DE ORYANTİRINGİN GELİŞİM SÜRECİ

HAZIRLIK SORULARI

Oryantiringin dünyadaki ve Türkiye'deki gelişimi hakkında araştırma yapınız.

Hazırlık Soruları

Önceki bilgilerden hareketle yeni bilgilerin öğrenilmesini amaçlar.

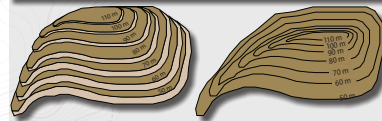


Görseller

Konuyla ilgili fotoğraf, harita, kroki, ve çizimler içerir.

Görsel Numarası ve Açıklaması

Konuyla ilgili görseller ve açıklayıcı bilgiler içerir.



Görsel 3.6: Doğalda yükseltiler ve eğri çizimleri arasındaki ilişkiyi gösteren bir harita.

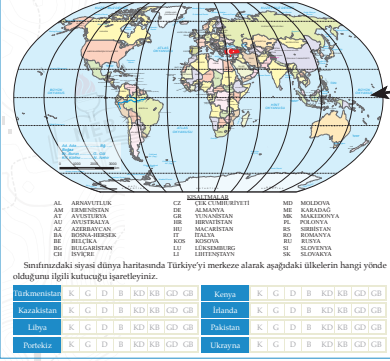
Bu basamakların kış bakışarak kalıt üzerine çizimleri yapılarak aşağıdaki şekillerde olduğu gibi iç içe geçmiş halkalar şeklinde olduğu görülmüştür. İzohips çizimleri buna benzetilebilir.

İzohipslerin özellikleri:
1. İzohipsler iç içe kapanan (birbirlerini geçmeyen) eğrilerdir.
2. İzohips eğrilerinin uçları açık kalmaz ve birbirleriyle kesmezler. İzohipsler sadece akıntı çizimlerini temsil eder.
3. Her izohips eğrisi kendinden daha yüksek değere sahip olan izohips eğrisini çevreler (kuzur özelliği taşıyan yerler hariç).
4. İzohips eğrisi en kısa izohips eğrisinin içinde nokta şeklini almışa doruk noktası (zirve) özelliği gösterir.
5. En uzun çizilen izohips eğrisi en alçak, en kısa çizilen izohips eğrisi en yüksek değere sahiptir (kuzur özelliği taşıyan yerler hariç).
6. Bir izohips eğrisi üzerinde bulunan bütün noktaların yüksekliği aynıdır. (X = Y = Z = 100 m)
7. İzohips eğrisinin bağlayıcı yeri deniz seviyesidir (0 m). 0 m değerine sahip noktaların birleştirilmesiyle oluşturulan çizgiye 0 m izohipsi ya da kıyı çizgisi adı verilir. Kıyı çizgisi her haritada sıfır metre değeri değildir.

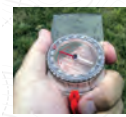
Konu Alt Başlıkları

Konu başlığını destekleyen özel başlıklar.

Harita 4.1: Dünya siyasi haritası



Görsel 4.4: Organizasyonda pusula kullanımıyla yetenekli olmak yarışını kazanmak için en önemli faktörlerdendir.



Pusula ile yönümüzü bulmak için aşağıdaki işlemleri sırasıyla yapmamız gerekmektedir:

yapılanız gerekmektedir.

1. Pusula kısmı karnınıza doğru, yön gösteren kısmı ileriye bakacak şekilde pusulayı elinizde tutun.

2.Pusulaya iğnesinin kırmızı ucu manyetik kuzeyi gösterir. Bu nedenle kırmızı uç pusulanın kadrancındaki North (kuzey) kelimesinin temsil eden N harfi ile aynı hizaya gelene kadar vücudunuzla beraber pusulayı döndürün.

3.Yön okunun kırmızı ucuyla N harfi tamamen sabitlendiğinde N (North) kuzeyi, S (South) güneyi, E (East) doğuyu, W (West) batıyı göstermektedir.

ORYANTİRINGİN TEMEL TEKNİKLERİ VE UYGULAMASI 4

Uygulamalar

Öğrencilerin etkin olduğu uygulama çalışmaları.

Bilgi Notu

Konu içeri ile ilgili bilgilerin verildiği bölümdür.

Ünite Adı

Ünite adını gösterir.

Konu Başlıkları

İşlenen konunun ana başlığını gösterir.

Değerlendirme Soruları

Ünite ile ilgili boşluk doldurmalı ve çoktan seçmeli sorular ile ünite değerlendirmesi yapılır.

SORULAR

A-Aşağıda bulunan soruların cevaplarını noktalı yerlere yazınız.

1. Harita üzerinde grid çizgilerinin gösterdiği kuzeye denir.
2. Kuzey, güney, doğu ve batıdır.
3. Kuzeydoğu, kuzeybatı, güneydoğu, güney.....dır.
4. Dünya oryantiring Federasyonunun kısaltması nedir? (2017)

B- Aşağıdaki çoktan seçmeli soruları cevaplayınız.

1. Haritaların üst tarafı her zaman için aşağıdaki yönlerden hangisini gösterir?
- A) Kuzey B) Güney C) Batı
D) Doğu E) Güneydoğu

2. Pusula kadranı üzerinde N harfiyle gösterilen yön aşağıdakilerden hangisidir?
- A) Güney B) Doğu C) Batı
D) Kuzey E) Kuzeybatı

3. Aşağıdaki sembollerden hangisi parkurun başlangıç noktasını gösterir?

- A)  B)  C)  D)  E) 
4. Aşağıdaki sembollerden hangisi parkurun bitiş noktasını gösterir?

5. Aşağıdaki sembollerden hangisi koşarak oryantiringi ifade eder?

- A)  B)  C)  D)  E) 

6. Aşağıdakilerden hangisi engellilerin de katılabileceği oryantasyon türüdür?

- A) Koşarak oryantiring
B) Patika oryantiring
C) Bisikletle oryantiring
D) Kayakla oryantiring
E) Gece oryantiringi



Oryantiring yarışmalarında sporcu, süresi başladığında kendi haritasını alır. Gitmeniz gereken yerler ya harita üzerinde işaretlenmiş olur, ya da koordinatları ayrı verilmiş olup sizin işaretlemeniz gerekir.

1. ÜNİTE

ORYANTİRİNGİN TARİHİ GELİŞİMİ

1. ORYANTİRİNGİN TARİHİ GELİ- ŞİMİ

1.1. DÜNYADA ORYANTİRİNGİN GELİŞİM SÜRECİ

1.2. TÜRKİYE'DE ORYANTİRİNGİN GELİŞİM SÜRECİ

HAZIRLIK ÇALIŞMALARI

Oryantiringin dünyadaki ve Türkiye'deki gelişimi hakkında araştırma yapınız.



1.1. DÜNYADA ORYANTİRINGİN GELİŞİM SÜRECİ

Görsel 1.1: 1960'lı yıllarda hakemler yarışmacıların kontrol kartlarını inceliyor.



İlk halk arası oryantiring yarışması Tjalve Sports Club (Tijalve Siports Kulüp) tarafından Norveç'te, Oslo yakınlarında 31 Ekim 1897'de yapıldı.

Stockholm Amateur Athletic Association (Stockholm Amatör Atletik Assoseysın) başkanı Ernst Killander (Ernist Kılındır), arazi aktivitelerine gençlerin ilgisini çekmek amacıyla yeni bir koşu aktivitesi için İsveç'in doğasını kullanmaya karar verdi. (Görsel 1.2c) Yarışmacıların yalnızca bir güzergâhta koşmadığı, pusula ve harita kullanarak kendi rotasını seçtiği bir oyun keşfetti. Killander modelinde oryantiring; güç, dayanıklılık, koşu yeteneği, zihinsel çeviklik ve zorlu arazide yön bulma yeteneklerinin uygulamasını gerektirmekteydi. Killander, oyun ile ilgili temel prensipleri, güzergâh tiplerini, kontrol noktalarının seçimi, yaş grupları ve organizasyonu içeren kuralları belirleyerek oryantiringin temel yapısını oluşturdu ve bu onun, oryantiringin babası olarak bilinmesini sağladı. Oryantiringle ilgili ilk büyük organizasyon Stockholm'un güneyinde 1919 yılında yapıldı, bu organizasyona toplam 220 sporcu katıldı. Daha sonra Oryantring, Bjorn Kjellstrom (Bujon Kilestrom) tarafından 1946 yılında İsveç'ten Amerika'ya getirildi.

Uluslararası Oryantiring Federasyonu (IOF) Bulgaristan, Çekoslovakya, Danimarka, Almanya Federal Cumhuriyeti, Finlandiya, Macaristan, İsveç, İsviçre ve Demokratik Almanya Cumhuriyeti'nin katılımı ile 1961 yılında kurulmuştur. Bu ülkelerin temsilcileri Oryantiring kurallarını daha güncel ve standart hâle getirmek için İsveç'in Sandviken şehrinde, uluslararası bir konferansta bir araya gelmişlerdir. 1969 yılında Japonya ve Kanada, Uluslararası Oryantiring Federasyonuna katılan ve Avrupalı olmayan ilk ülkeler olmuştur. Bugün Uluslararası Oryantiring Federasyonu (IOF) 80 ülke ile temsil edilmektedir. İlk Dünya Oryantiring Şampiyonası 1966 yılında yapılmıştır. (Görsel 1.1) 2003 yılına kadar iki yılda bir yapılan Dünya Oryantiring Şampiyonası 2003 yılından itibaren her yıl yapılmaktadır.

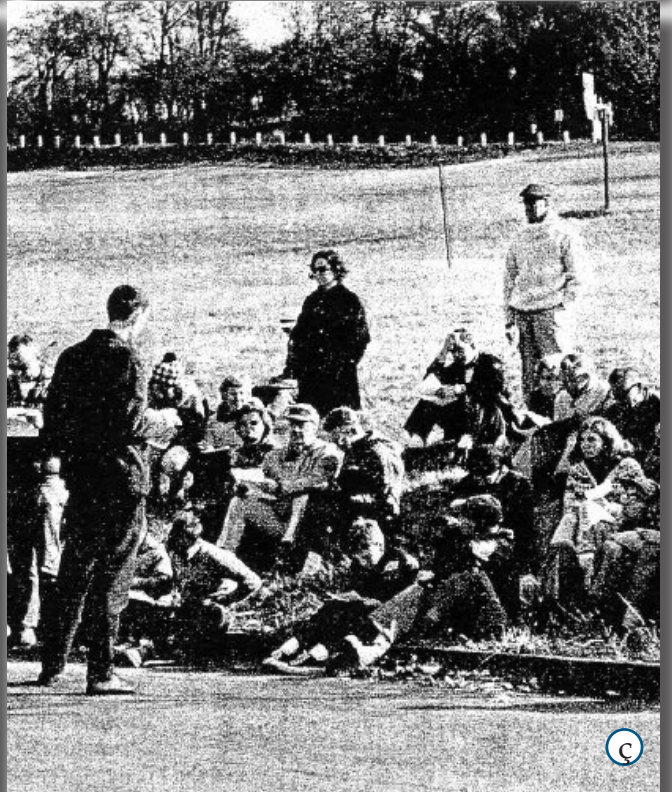
Görsel 1.2: Görseller soldan sağa ve aşağıya doğru sıralıdır.

a. 1965'te bir kontrol noktası

b. 1960'lı yıllarda hedef bulmaya çalışan bir oryantiringçi

c. 1890'ların sonlarında İsveç ordusundan Binbaşı Ernst Killander

ç. 1960'lı yıllarda bir oryantiring klübü çalışması



1.2. TÜRKİYE'DE ORYANTİRINGİN GELİŞİMİ

Ülkemizde oryantiring daha yeni tanınmaya başlanan bir spor dalıdır. "Koşarak Hedef Bulma" olarak adını ilk defa askerler arasında, 1970 yıllarında duyurmuştur. 1971 yılının ağustos ayında Norveç'e giden Askerî Pentatlon Takımının başında yer alan Binbaşı Hüsamettin YILMAZ ve Binbaşı Çetin GÜRSES oryantiring ile tanışan ilk Türkler olmuşlardır.

Görsel 1.3: Türkiye'deki oryantiring yarışlarından görseller



Norveç Alferna Oryantiring Kulüp Başkanı Gunnar Frycklund tarafından bilgilendirilen Türk takımı daha sonra Viavalla'da oryantiring etkinliğine katılarak Türk oryantiring tarihine geçmişlerdir. Askerlikte çok önemli iki kavram olan harita ve pusula sayesinde koşarak hedef bulma adı altında Silahlı Kuvvetlerde spor olarak yapılmaya başlanan oryantiring, uzun yıllar boyunca silahlı kuvvetlerin kendi içinde yaptığı etkinlikler ile devam etmiştir. Askerî birliklerin eğitimlerinde kullanılmasına rağmen oryantiringle ilgili bir kulüp veya federasyon kurulamamasının asıl nedeni stratejik olmayan yerlerin dahi haritalarının bulunamamasıdır. Türkiye, oryantiring sporunun gelişmesi için ideal doğal şartlara sahip olmasına rağmen oryantiring sadece küçük gruplar hâlinde veya özel organizasyonlarda yapılabilmektedir (Görsel 1.3). İlk sivil gruplar AOG (Ankara Oryantiring Grubu) ve İOG (İstanbul Oryantiring Grubu), 1999 yılında oryantiring yapmaya başlamışlardır (Görsel 1.4). İlk sivil ve resmî organizasyon Mayıs 2000 tarihinde Ankara'da yapılan Türkiye Üni-

Görsel 1.4: Türkiye'de düzenlenen oryantiring yarışlarından görseller



versiteler Arası Oryantiring Şampiyonası'dır. 2001 yılında Mülkiye Spor Kulübünde oryantiring branşı açılmıştır. Mülkiye Spor Kulübü siviller arasında kulüp sayısının artmasına ve bu sporun federasyonlaşmasına öncülük etmiştir. Eylül 2002 tarihinde Oryantiringin Dağcılık Federasyonu bünyesine alınmasıyla ülkemizdeki faaliyetleri hızla artmaya başlamıştır.

Oryantiring branşı 2004 yılında Dağcılık Federasyonunun bünyesinden ayrılarak İzcilik Federasyonuna bağlanmıştır. İlk Türkiye Oryantiring Şampiyonası 14-15 Aralık 2002 tarihinde Ankara'da yapılmıştır. 2003 yılı içerisinde yurtdışı faaliyetleri (Dünya ve Balkan Şampiyonası, O-Ringen Yarışı), kademe yarışmaları, hakem ve eğitim seminerleriyle birlikte emekleme devresini de atlatmıştır.

2006 yılında yapılan olağan kurul ile Oryantiring Federasyonumuz özerkleşmiş, Türkiye Oryantiring Federasyonu adını almış ve ilk genel kurulda federasyon başkanlığına Nevzat VAROL seçilmiştir.

1.1 UYGULAMA

1. Bilişim teknolojilerini kullanarak Oryantiringin dünyadaki gelişimi hakkında sunu hazırlayınız ve bu sunuyu sınıfta paylaşınız.
2. Oryantiringin Türkiye'deki gelişimi hakkında araştırma yaparak okul panosunda sergileyiniz.

ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME

Aşağıdaki soruların cevaplarını noktalı yerlere yazınız.

- 1- Dünyada oryantiring ilk olarakyy. ortaya çıkmıştır.
- 2- Uluslararası Oryantiring Federasyonu tarihinde kurulmuştur.
- 3- Türkiyede oryantiringle ilgili ilk sivil ve resmî organizasyon 2000 yılında ilimizde yapılmıştır.

Aşağıdaki çoktan seçmeli soruları cevaplayınız.

- 4- Aşağıdakilerden hangisi Türkiye Oryantiring Federasyonunun kuruluş tarihidir?
A) 2000 B) 2001 C) 2003 D) 2006 E) 2005
- 5- Binbaşı Hüsamettin Yılmaz ve Binbaşı Çetin Gürses ilk olarak aşağıdaki ülkelerin hangisinde oryantiringi görmüşlerdir?
A) İsveç B) Norveç C) Finlandiya
D) Hollanda E) Danimarka
- 6- Aşağıdakilerden hangisi ilk olarak Uluslararası Oryantiring Federasyonuna katılan ve Avrupalı olmayan bir ülkedir?
A) Amerika B) Brezilya C) Çin
D) Japonya E) Arjantin

Oryantiringde sporcular haritada belirtilmiş hedeflere sırasıyla ve en kısa sürede ulaşmaya çalışırlar. Kontrol noktalarında turuncu-beyaz ya da kırmızı beyaz bayraklar bulunur. Yarışmacılar mekanik zımba ya da elektronik kontrol kartı ile bu barakları zımbalayarak kontrol noktasına ulaştıklarını kanıtlarlar. Amaç hedefleri en kısa sürede sırasıyla bulmaktır.



2. ÜNİTE

ORYANTİRİNGİN TANIMI VE KAVRAMSAL ÇERÇEVESİ

2. ORYANTİRİNGİN TANIMI VE KAVRAMSAL ÇERÇEVESİ

2.1. ORYANTİRİNG

HAZIRLIK ÇALIŞMALARI

1. Oryantiring hakkında neler biliyorsunuz? Bildiklerinizi sınıfta paylaşınız.
2. Oryantiringe ait kavramları araştırınız.



2.1. ORYANTİRİNG

Oryantiring bir bölgenin haritası üzerinde belirtilmiş kontrol noktalarının sırası ile en kısa sürede bulunmasına dayalı, fiziksel ve zihinsel beceri gerektiren bir doğa sporudur. Baskı ve stres altındayken bağımsız olarak düşünme ve zorlukları çözme yeteneğini de arttırarak zihinsel gelişimine katkı sağlar. Oryantiring heyecan verici ve rekabetçi olmasının yanında kullanılan malzeme bakımından pahalı olmayan bir spordur. Oryantiring sporunda hızlı koşmaktan daha önemlisi, hızlı düşünme ve bir noktadan diğerine izlenecek en iyi rotaya karar vermek önemlidir. Bu nedenle oryantiring, koşarken satranç oynamak olarak da tanımlanır. Oryantiring bütün aile bireyleri ile doğada iyi vakit geçirebilmek için yapılacak en iyi sporlardan biridir. Kişiye zor koşullar altında problemi analiz etme ve çözme yeteneği kazandırır. Oryantiring çevreci bir spordur çünkü doğada ayak izinden başka bir iz bırakmaz. Dünyada ve ülkemizde eğitim müfredatının bir parçası olan oryantiring yediden yetmişe herkesin yapabildiği bir spordur.

ORYANTİRİNGDE KULLANILAN KAVRAMLAR

Yön: Boylamlar ve pusuladaki kuzey oku arasında kalan açıdır. Yön bulma oryantiring sporunun temelini oluşturur. Oyuncu yön tarifi yaparken sağında, solunda gibi sözler kullanamaz. Onun için oryantiringci kuzey ve güneydoğu gibi ara ve ana yön tariflerine kendisini alıştırmalıdır.

Kontrol Kartı: Mekanik zımbalama yapılan oryantiring etkinliklerinde oryantiringcinin kontrol noktalarına geldiklerini belirten ve üzeri numaralandırılmış kartlardır. Kontrol kartları ayrı basılabilir gibi yarışma haritasının uygun yerlerine de basılabilir. Kontrol kartlarıyla ilgili özellikler şunlardır:

1. Yarışmacıların yarışma süresince ve yarışma alanı içerisinde kontrol noktalarına uğradığını belirleyen bir karttır.
2. Yarışmacı, kontrol noktasındaki zımbayı kullanarak her kontrol noktasında kartının doğru karesini işaretlemekten sorumludur.
3. Organizatör belli kontrol noktalarında kartın işaretlenmesini kontrol edebilir.
4. Elektronik kontrol sistemi (EKS) kullanıldığında bu kart yerine elektronik kart kullanılır.

Kontrol Tanımlamaları: Kontrol noktasının numarasını, kodunu, arazi durumunu belirten uluslararası tanımlamalardır.

Bilgi Kartı: Başlangıç noktasında oyuncu tarafından alınan, kontrol noktaları ve varış noktasının haritada işaretli olduğu ve arazide bulunduğu yeri detaylı olarak açıklayan karttır.

Hedef (Kontrol) Kodu: Hedeflerin üzerinde bulunan numaralardır.

Hedef (Kontrol) Noktası: Haritada kırmızı daire ile çizilen ve merkezinde hedefin bulunduğu noktalar.

Arazi Arızaları: Tepe, çukur, patika, sırt, girinti, yamaç gibi arazinin bütünlüğünü bozan yeryüzü şekilleridir.

Manyetik Kuzey: Pusulada kırmızı noktayla gösterilmiş olan istikamettir.

Parkur: Bir başlangıç noktası, bir dizi kontrol noktası ve varış noktasından oluşan güzergâhtır.

Yasak Alan: Yarışma alanı içerisindeki özel mülk ekili alan yada tehlike arz ettiği için girilmemesi gerektiği sembollerle gösterilmiş alanlardır.

Oryantiring Haritası: Özel renkler ve sembollerden yapılmış, oryantiring çalışmalarına yarayan coğrafi haritadır. Bu haritada yeryüzü şekilleri oryantiring sembolleriyle beraber kağıda aktarılmıştır.

Ölçek: Harita üzerinde bulunan iki nokta arasındaki uzunluğun, arazideki iki nokta arasında ölçülen yatay mesafesine olan oranıdır. Haritanın ölçeği 1:10000 ise haritadaki 1 cm gerçekte 10000 cm yani 100 m'dir.

Diskalifiye: Yarışma talimatında ve yarışmadan önce başhakem tarafından ilan edilen her türlü kuralın ihlalidir.

Rota: Oryantiringcinin bulunduğu yerden hedefe gitmek için takip ettiği güzergâhtır.

ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME

Aşağıdaki sorunun cevabını noktalı yere yazınız.

1. Boylamlar ve pusuladaki kuzey oku arasındaki kalan açığa denir.

Aşağıda bulunan çoktan seçmeli soruları cevaplayınız.

2. Aşağıdakilerden hangisi harita üzerindeki iki nokta arasındaki uzunluğun, arazideki iki nokta arasındaki ölçülerin yatay mesafesine olan oranıdır?
A) Ölçek
B) Grid Kuzey
C) Oryantiring Haritası
D) Manyetik Kuzey
E) Coğrafik Kuzey
3. Aşağıdakilerden hangisi 1:10000 ölçekli haritadaki 1 cm'lik mesafenin gerçekte kaç m olduğunu gösterir?
A) 250 B) 150 C) 200 D) 100 E) 300
4. Aşağıdakilerden hangisi başlangıç, kontrol noktaları ve varış noktasının haritada işaretli olduğu yeri detaylı olarak açıklayan kartın adıdır?
A) Hedef Noktaları
B) Bilgi Kartı
C) Kontrol Kartı
D) Anahtar
E) Hedef Kodu



Oryantiringde Temel Kural: Gideceğın yere nasıl varacağını planlamadan bulunduğın yeri asla terk etme.

3. ÜNİTE

ORYANTİRINGİN SAHA, MALZEME VE KURALLAR BİLGİSİ

3. ORYANTİRINGİN SAHA, MALZEME VE KURALLAR BİLGİSİ

3.1. SAHA

3.2. HARİTA,

3.3 ORYANTİRINGDE KULLANILAN MALZEMELER

3.4 ORYANTİRING KURALLARI

HAZIRLIK ÇALIŞMALARI

1. Oryantiringde kullanılan malzemeleri araştırınız.
2. Oryantiring haritasında kullanılan sembolleri araştırınız.



3.1. SAHA

Yeryüzü şekilleri açısından zengin 1,5 km² ile 15 km² arasında alanı kapsayan ulaşımı kolay, park yeri, ısınma ve toplanma alanı olan yerler oryantiring arazisi olarak değerlendirilir.

Oryantiring arazisi oryantiringciye harita okumada kolaylık sağlayacak arazi arızalarından oluşmalıdır. Oryantiring arazisindeki yeryüzü şekillerinin zenginliği, hem yeni başlayanlar hem de deneyimli oryantiringciler için teknik parkur hazırlanmasına olanak sağlar. Oryantiring bir dayanıklılık sporu olduğundan arazide oryantiringcinin performansını değerlendirecek şekilde tepelerin bitki örtüsü, bataklık gibi arazi arızalarından oluşması tercih edilir.

Oryantiringde Arazi Parkur İlişkisi

Uluslararası Oryantiring Federasyonuna (IOF) göre oryantiring yarışma parkurları sürat, orta ve uzun mesafe yarışları olarak adlandırılır. Bu terimler mesafe karşılığını yaş ve kadın erkek kategorisine göre bulur. Parkurlar aşağıda dk. olarak belirtilen tahmini kazanma süresine göre ayarlanır. Uzun mesafe yarışları kadınlarda 55 dk. erkeklerde 70 dk., orta mesafe yarışları kadın ve erkeklerde 20-25 dk. dır. Sürat yarışları kadın ve erkeklerde 12-15 dk.dır. Oryantiringci toplam kazanma süresini arazide 1 km'yi kaç dk. ile geçtiğine göre hesaplar. Bu aynı zamanda arazinin zorluk derecesini belirtir. 1 km'yi geçme süresi orta ve uzun mesafede aynı koşucu için 6 dk. kolay arazi, 8 dk. orta zorlukta, 12 dk. yüksek zorluktaki araziye ifade eder. Örneğin orta mesafe koşan bir kadın oryantiringci orta zorlukta bir arazide 1km'yi 8 dk.da geçmektedir. Bu durumda 2,5 km'lik orta mesafe parkuru 20 dk.da bitirilmiş olur. Diğer bir örneğe göre uzun mesafe koşan bir erkek oryantiringci 1 km'yi 10 dk.da geçerse 70 dk. kazanma süresi olan bir parkuru bitirdiğinde 7 km koşmuş olur. Bu bilgiler oryantiring yarışması için gerekli olan arazi boyutlarının çıkarılmasını sağlar.

3.2. HARİTA

Yeryüzünün tamamının ya da bir bölümünün kuşbakışı görünüşünün, belirli bir ölçek dâhilinde küçültülerek bir düzlem üzerine aktarılmasıyla elde edilen çizime harita denir.

Haritalarda yeryüzü şekillerini en belirgin biçimde göstermek amacıyla birtakım yöntemler geliştirilmiştir. Bu yöntemlerden en yaygın olarak kullanılanı izohips (eş yükselti) yöntemidir.

Görsel 3.1: Piri Reis'in çizdiği dünya haritası



Bir Osmanlı Amiralı olan Piri Reis, tarihte Doğu Amerika ve Antartika kıyılarına da yer veren ilk dünya haritasını çizmiş kişi olarak kabul edilir.

Büyük Türk Denizcisi ve Haritacı Piri Reis

Piri Reis, 13. yüzyılın ikinci yarısı ile 14. yüzyılın ilk yarısı arasında yaşamış (Doğum: 1465~70 – Vefat: 1554) bir Osmanlı denizcisi ve haritacısıdır.

Bir Osmanlı amiralı olan Piri Reis, tarihte Doğu Amerika ve Antartika kıyılarına da yer veren ilk dünya haritasını çizmiş kişi olarak kabul edilir.

Piri Reis'in çizmiş olduğu bu harita ceylan derisinden yapılmış olup 900x600 mm boyutlarındadır. Enlem ve boylam çizgileri yerine anahtar noktalarda yönleri gösteren pusula gülleri ve bunlardan ışınal olarak yayılan yön çizgileri vardır.

Haritanın kenar kısımlarında, açıklayıcı nitelikte çeşitli notlar vardır (Görsel 3.1).

Kitab-ı Bahriye

Kitab-ı Bahriye; hem denizciler için önemli bir harita-kılavuz kitabı hem de benzersiz bir Akdeniz seyahatnamesidir.

Piri Reis'in yazdığı Kitab-ı Bahriye o dönemde coğrafya alanında yazılmış en önemli eserdir. Denizciler için temel teknik bilgiler veren eserde fırtınalar, pusula, yıldızlarla yön bulma, okyanuslar ve onları çevreleyen kara parçaları anlatılmıştır. Aynı zamanda eserde Avrupalı kâşiflerin seyahatleri hakkında bilgiler bulunmaktadır.

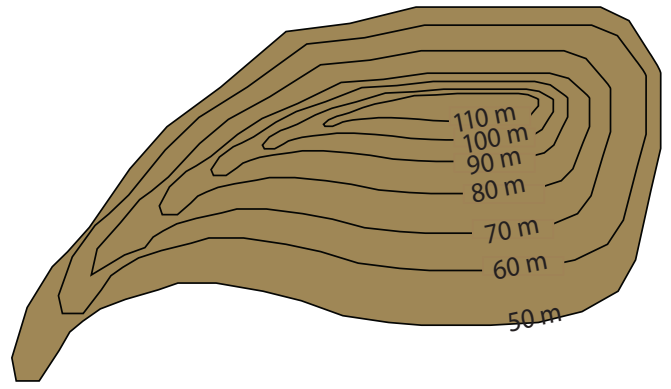
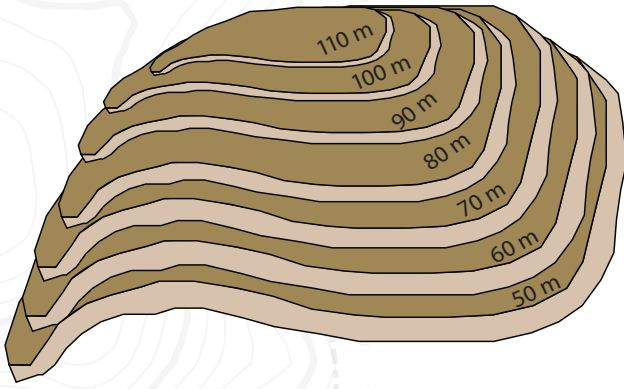
Kitab-ı Bahriye'de 210 farklı harita kullanılmıştır. Her bir liman ve kıyının su derinlikleri, demir atma yerleri, kıyı bitki örtüsü ve içme suyu imkânları not edilmiştir. Dahası her şehrin halkı, kültürü, politik güç dengeleri hakkında ayrıntılı bilgiler verilmiştir.

İzohipsler (Eşyüksekti Eğrileri): Deniz seviyesi ve deniz seviyesinden itibaren aynı yükseklikteki noktaları birleştiren kapalı eğrilere izohips ya da eş yüksekti eğrisi denir.

Görsel 3.2'de yamaç, tarımsal faaliyetler için basamaklandırılmıştır (taraçalandırma).

Aynı yükseklikteki bu basamakları izohips aralıkları olarak düşünelim.

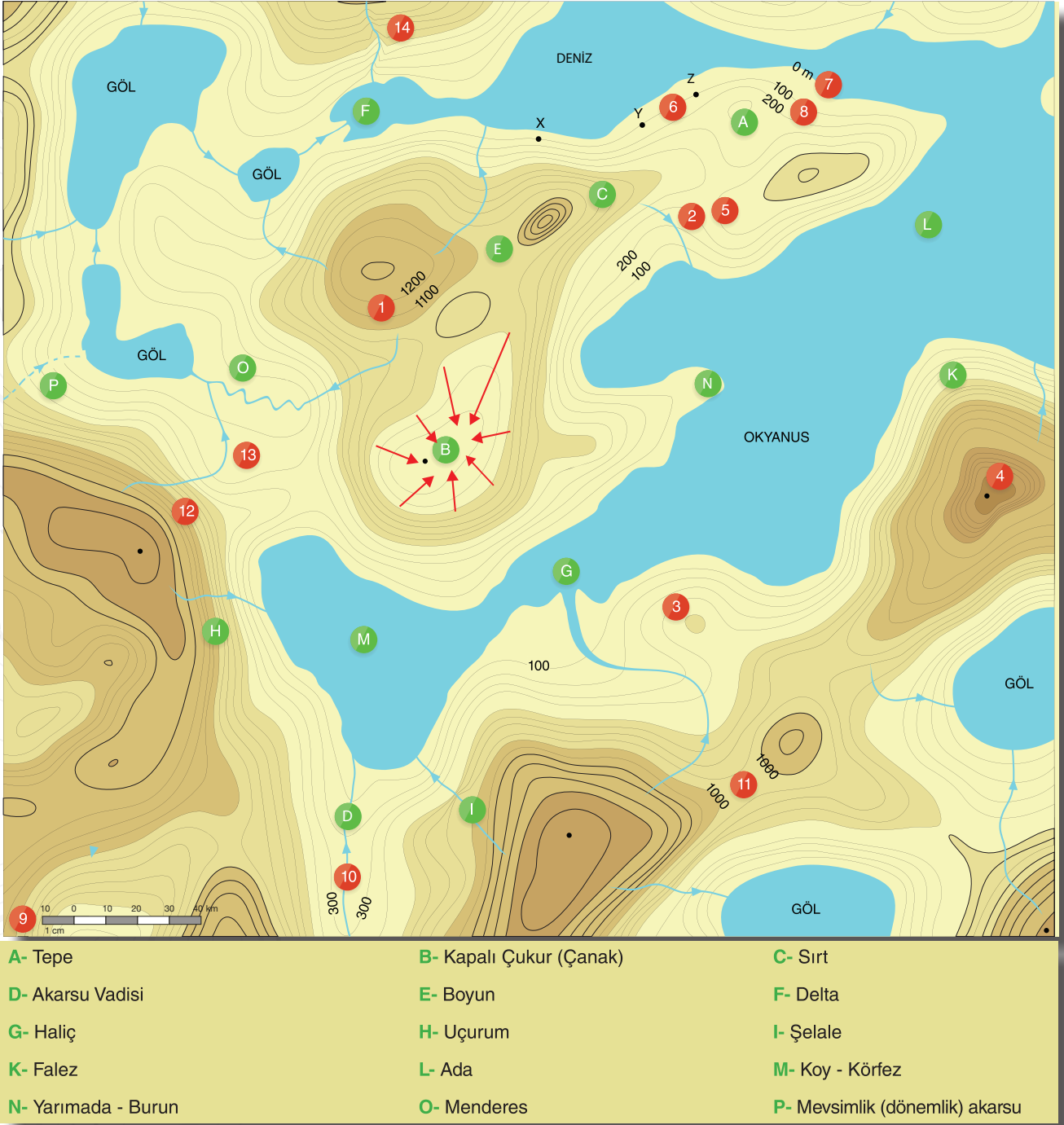
Bu basamaklara kuş bakışı bakılarak kağıt üzerine basamakların çizimleri yapılırsa bunların aşağıdaki şekillerde olduğu gibi iç içe geçmiş halkalar şeklinde olduğu görülür. İzohips çizgileri buna benzetilebilir.



Görsel 3.2: Doğadaki yükseltiler ve eşyüksekti eğrilerinin karşılaştırılması

İzohipslerin özellikleri:

1. İzohipsler iç içe kapanan (birbirlerini çevreleyen) eğrilerdir.
2. İzohips eğrilerinin uçları açık kalmaz ve birbirleriyle kesişmezler. İzohipsler sadece akarsu çizgilerini kesebilirler.
3. Her izohips eğrisi kendinden daha yüksek değere sahip olan izohips eğrisini çevreler (çukur özelliği taşıyan yerler hariç).
4. İzohips eğrileri en kısa izohips eğrisinin içinde nokta şeklini almışsa doruk noktası (zirve) özelliği gösterir.
5. En uzun çizilen izohips eğrisi en alçak, en kısa çizilen izohips eğrisi en yüksek değere sahiptir (çukur özelliği taşıyan yerler hariç).
6. Bir izohips eğrisi üzerinde bulunan bütün noktaların yükseltileri aynıdır ($X = Y = Z = 100$ m).
7. İzohips eğrilerinin başlangıç yeri deniz seviyesidir (0 m). 0 m değerine sahip noktaların birleştirilmesiyle oluşturulan çizgiye 0 m izohipsi ya da kıyı çizgisi adı verilir. Kıyı çizgisi her haritada sıfır metre değerindedir.
8. İzohips eğrileri arasındaki yükselti değeri farkına sabit yükselti aralığı (eküidistans) denir ve aynı haritanın tamamında değişmez.

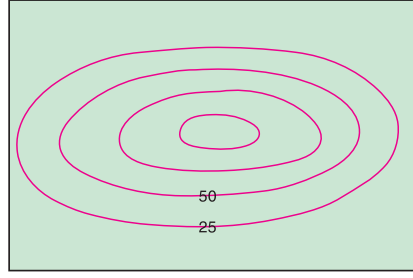
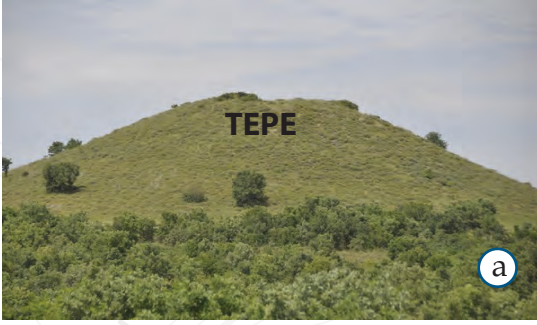


Görsel 3.3: Doğadaki yükseltiler ve eşyüksekti eğrilerinin karşılaştırması

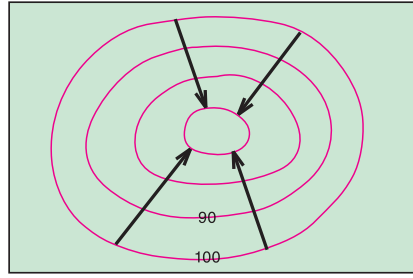
İzohips çizgileri ile hazırlanmış büyük ölçekli haritalara **topoğrafik harita** adı verilir.

9. Sabit aralık değerini haritanın küçültme oranı (ölçek) belirler. Ölçek küçüldükçe (küçültme arttıkça) sabit aralık değeri artar. Ölçek büyüdüğü (küçültme azaldıkça) sabit aralık değeri küçülür.
10. Üzerinde ok işareti olup izohips çizgilerine göre biraz daha kalın çizilen çizgi, akarsu çizgisidir. Bir akarsu çizgisinin kenarındaki ilk izohips eğrilerinin yükseklikleri eşittir (Akarsuyun üzerindeki okun yönü akarsuyun akış yönünü ifade eder).
11. Birbirini çevrelemeyen (komşu ya da yan yana diyebileceğimiz) iki izohips çizgisinin yükseltileri eşittir.
12. İzohips eğrilerinin sık geçtiği yerlerde eğim fazladır.
13. İzohips eğrilerinin seyrek geçtiği yerlerde eğim azdır.
14. İzohips çizgilerinin ters V (^) şeklini aldıkları yerler akarsu vadisini ifade etmektedir (Görsel 3.2).

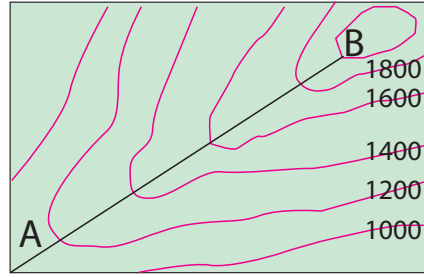
Görsel 3.4: Eşyüksekti eğrileri ve doğadaki yer şekilleri



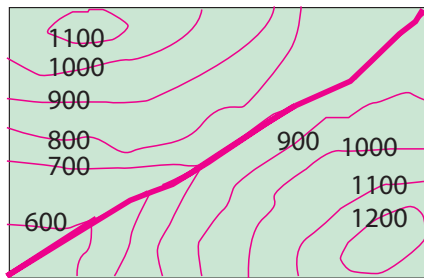
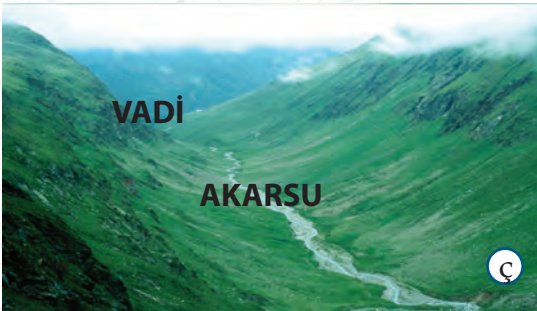
İzohips haritalarında iç içe kapanmış eğriler varsa ve eğrilerin değerleri içteki küçük izohips halkasına doğru artıyorsa söz konusu şekle tepe adı verilir (Görsel 3.4a).



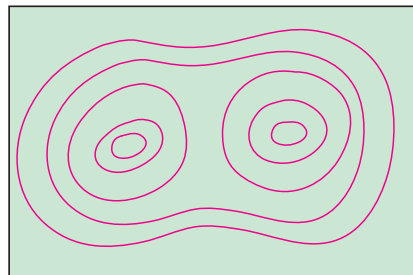
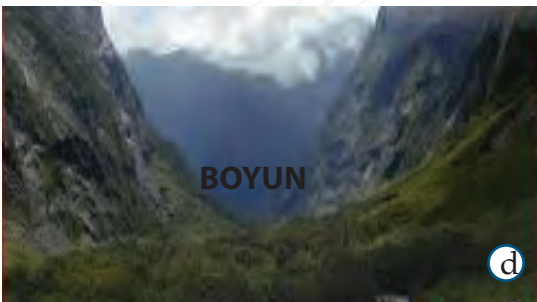
İzohipsler iç içe kapanıyor ve değerleri içteki küçük izohipse doğru azalıyorsa kapalı çukur (çanak) oluşur. Çukuru, tepeden ayırt ettiren gösterim şekli ok işaretlerinin kullanılmasıdır. Ok işaretlerinin yönü çukurlaşmanın (yükseletin azalma yönünün) ne tarafa doğru olduğunu ifade eder (Görsel 3.4b).



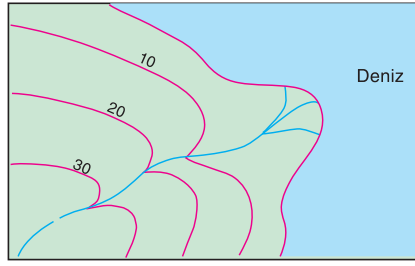
İki akarsu vadisini birbirinden ayıran ve birbirine ters yönde eğimli yüzeyleri birleştiren yeryüzü şeklidir. Sırtların üzeri düz olabileceği gibi keskin de olabilir. İzohipsler yarım halka şeklinde verilmişse sırt gösterilmiştir. İzohipslerin değeri dıştaki büyük yarım izohips halkasına doğru artar (Görsel 3.4c).



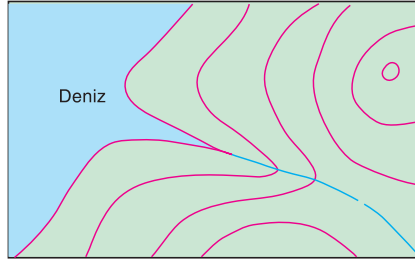
İzohipsler yarım halka şeklinde ise bir tür vadi gösterilmiştir. Sırt ve vadiyi birbirleriyle karıştırmamak gerekir. Yarım izohips halkalarının değeri içteki küçük halkaya doğru artıyorsa sırt, azalıyorsa vadi anlamına gelir. Bunun yanı sıra izohips haritalarında akarsuyun geçtiği her yer vadi olarak bilinmelidir (Görsel 3.4ç).



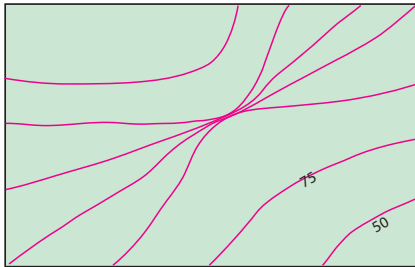
İzohips haritalarında birbirini çevrelemeyen, komşu izohips halkaları şeklinde gösterilen, iki yüksek yer ya da iki alçak yer arasında kalan düz yere boyun (bel ya da geçit) adı verilir (Görsel 3.4d).



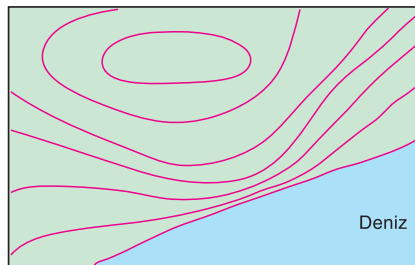
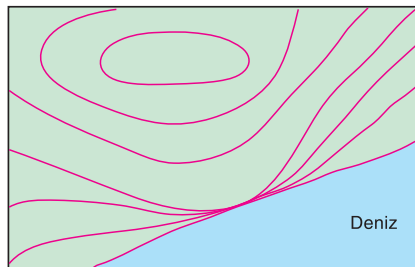
Akarsuyun denize döküldüğü yerde, karanın denize doğru ilerlediği düzlük alana delta denir. Çarşamba , Çukurova ve Bafra delta ovası gibi (Görsel 3.4e).



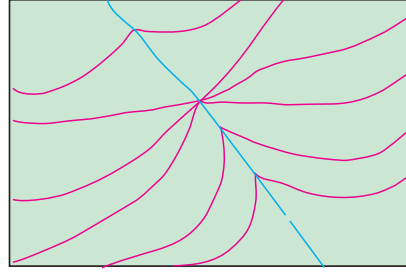
Akarsuyun kıyı çizgisinde sona erdiği (akarsuyun denize döküldüğü) yerde deniz, akarsuyun kıyı çizgisine değdiği yerden karaya doğru girinti yapmışsa haliç oluşumu görülür. Haliçler gelgitin etkili olduğu yerlerde (örneğin Batı Avrupa kıyılarında) görülür (Görsel 3.4f).



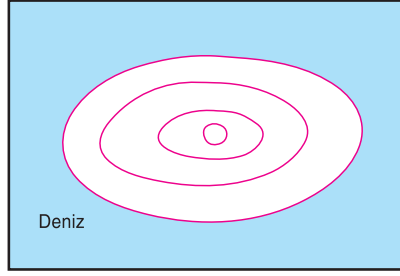
İzohipslerin sıklaştığı yerler eğimin arttığı yerlerdir. Birden fazla izohips çizgisi belli bir yerde sıklaşarak ya da tek bir çizgi oluşturacak şekilde görünüm almışlarsa orası uçurum (yar) özelliği gösterir (Görsel 3.4g).



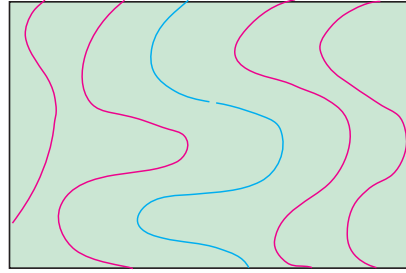
İzohipslerin birden fazlasının kıyı çizgisine yakın bir yerde sıklaştığı ya da kıyı çizgisi üzerinde tek bir çizgiye dönüştükleri yerlere falez (yalıyar) adı verilir. Falezler deniz kenarında oluşan uçurumlardır. Yandaki izohips haritalarında verilen şekiller falezdir. Üstteki izohips haritasında falezin yamaç eğimi 90° iken alttaki izohips haritasında falezin yamaç eğimi 90° ye yakındır. Sonuç olarak falez kıyıda yamaç eğiminin fazla olduğu, yükseltinin birden bire arttığı yer şekilleridir (Görsel 3.4h).



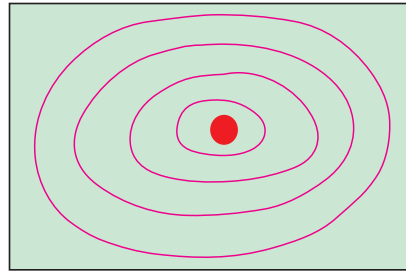
İzohipslerin birden fazlasının çok sıklaştığı ya da tek çizgi özelliği gösterdiği yerden akarsu çizgisi geçiyorsa söz konusu yer şelale (çağlayan) özelliği gösterir. Bu tür yerler aslında üzerinden akarsu geçen uçurumlardır. Antalya'da bulunan Düden Şelalesi bu şekillere örnek gösterilebilir (Görsel 3.4i).



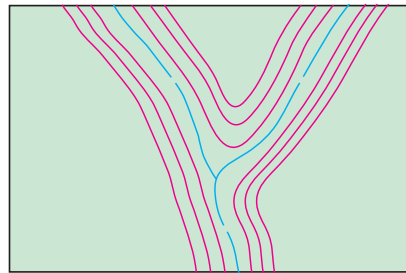
Bir izohips haritasında okyanus, deniz, göl veya akarsuyun ortasında bulunan, dört bir yanı su ile çevrili ve izohipslerin kendi uçlarıyla kapanarak iç içe geçmiş halkalar şeklinde görüldüğü yere ada denir. Gökçeada, Bozcaada gibi (Görsel 3.4i).



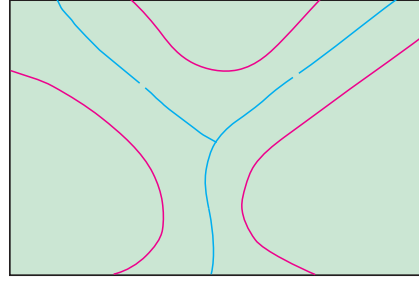
Akarsuyun bulunduğu bir izohips haritasında akarsuyun kıvrımlar yaptığı gösteriliyorsa bu şekle menderes denir. Büyük Menderes, Küçük Menderes ya da Gediz gibi (Görsel 3.4j).



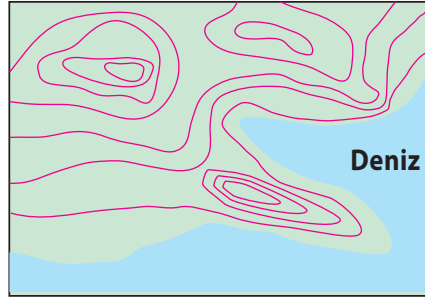
Tepe ya da dağların gösterildiği izohips halkalarının bulunduğu yerde en içteki nokta görünümü izohipse doruk ya da zirve adı verilir (Görsel 3.4k).



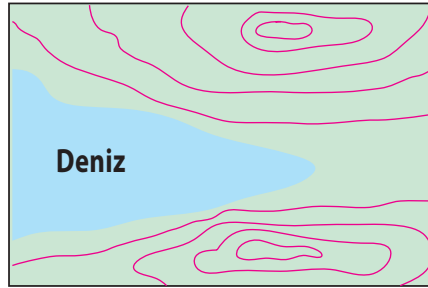
Akarsu vadileriyle derince yarılmış, düz ve geniş alanlara plato denir. Akarsuyun bulunduğu bir sahada izohips çizgileri seyrek iken akarsuyun her iki tarafında oldukça sıklaşmış ve çevresine göre yüksek düzlükler verilmiş ise bu şekil platoyu gösterir. Haymana Platosu, Taşeli Platosu, Teke Platosu gibi (Görsel 3.4l).



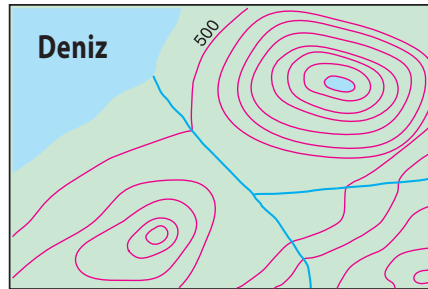
Akarsuyun da bulunduğu bir sahada izohips çizgileri oldukça seyrek olarak çizilmiş, izohipslerin değerleri çevredeki izohipslere göre küçük değerlerle gösterilmiş ve çevresine göre alçak düzlerin bulunduğu yerlere ova denir. Konya Ovası, Ergene Ovası, Çukurova gibi (Görsel 3.4m).



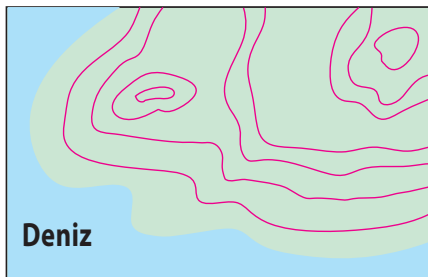
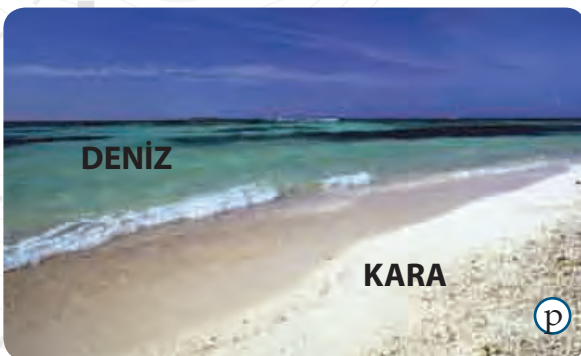
Üç tarafı suyla çevrili, denize doğru çıkıntı yapmış kara parçalarına yarımada denir. İzohips haritalarında, izohips çizgileri ile karanın denize doğru çıkıntı yapmış şeklinde gösterildiği yerlerdir. Anadolu ve Trakya bir yarımadadır (Görsel 3.4n).



İzohips haritalarında, okyanus, deniz ya da göl sularının karaların içine doğru girmiş şekilde gösterildiği yerlere koy denir (Görsel 3.4o).



İzohips çizgileri ile yüksek bir dağ gösterilmiş ve bu dağın zirvesinde bir çukur verilmiş ise anlatılmaya çalışılan şekle krater adı verilir. Nemrut krateri gibi (Görsel 3.4ö).



Kara ile su kütlelerini (deniz, okyanus ya da göl) ayıran sınıra kıyı çizgisi adı verilir (Görsel 3.4p).

Oryantiring Haritası

Harita yaşamın her alanında yardımcı araç olarak kullanılır. Bir kentin imar planının çıkarılması, karayolu, demiryolu ya da köprü yapımı için en uygun yerin belirlenmesi, arkeoloji, coğrafya gibi birçok alanda araştırma yapılması sırasında haritalardan yararlanır. Ayrıca sporda oryantiring branşında oryantiring haritası kullanılır. Oryantiring haritası, Uluslararası Oryantiring Federasyonu harita kurulu tarafından kabul edilen standart sembollerden ve bir arazi parçasının belli bir ölçekte küçültülerek iki boyutlu çizilmesiyle meydana gelir. Oryantiring haritaları en çok ayrıntı içeren haritalardır.

Bir çalı kümesi, açık alanın ortasında tek başına duran bir ağaç, ormanın sık olup olmadığı, dereler, bataklıklar, çukurlar, ormanların içindeki kayalar, kaya setleri, taşlık alanlar, kısacası arazinin tüm özellikleri haritada gösterilmiştir. Eğer oryantiring haritasının renklerini, kullanılan özel sembolleri biliyor ve bunları arazi görüntüsü ile eşleştirebiliyorsak sadece belirgin yolları izleyen değil tarla sınırı, dere yatağı ve orman sınırını izleyen rotalar da belirleyebiliriz. Oryantiring haritasında kullanılan sembol, işaret ve renkleri bilmeden haritayı “okumak” ve arazide nerede olduğumuzu saptamak mümkün değildir. Oryantiring haritasında kullanılan renkler ve semboller aşağıda açıklanmıştır.

Mavi: Su ile ilgili Her Şey

Göller, akarsular, havuzlar, kuyu, çeşme, su pınarları, bataklık alanlar harita üzerinde mavi ile gösterilmiştir. Rengi mavi de olsa kiminin içi komple mavi boyalı, kiminin kesikli çizgi, kiminin içi boş yuvarlak, kiminin de mavi taralı bölge gibi gösterilir. Bunların hepsi “su” ile ilgili ama anlamları farklıdır. Haritada mavi boyalı, etrafı si-

Görsel 3.5: Harita sembolleri

YER ŞEKİLLERİ		
		Taraça
		Burun
		Girinti
		Dik Toprak Set
		Taş Ocağı
		Toprak Duvar
		Yağmur Suyu Yarığı
		Küçük Yağmur Suyu Yarığı
		Tepe
		Tepecik
		Boyun
		Çöküntü
		Küçük Çöküntü-Çukur
		Küçük Çöküntü-Delik
		Çökmüş-Eşelenmiş Zemin
		Karıncık Yuvası
KAYA VE KAYALIKLAR		
		Kayalık, Sarp Kayalık
		Taş Sütun
		Mağara
		Kaya
		Kayalık Alan
		Kaya Kümesi
		Taşlık Zemin
		Çıplak Kaya
		Dar Geçit

SU VE BATAKLIK		
		Göl
		Gölet
		Su Dolu Delik
		Nehir, Akarsu, Dere
		Küçük Su Yatağı, Hendek
		Dar Bataklık
		Bataklık
		Bataklıkta Sert Zemin
		Kuyu
		Kaynak
		Su Tankı, Rezervuar

BİTKİ ÖRTÜSÜ		
		Açık Alan
		Yarı Açık Alan
		Orman Köşesi
		Açıklık
		Sık Çalılık
		Çit Çalılık
		Bitki Örtüsü Sınırı
		Ağaçlık, Koruluk
		Farklı Ağaçlık
		Ağaç Kökü, Kesilmiş Ağaç Gövdesi

İNSAN YAPIMI NESNELER		
		Yol
		Patika
		Dar Orman Yolu
		Köprü
		Enerji Nakil Hattı
		Enerji Nakil Hattı Direği
		Tünel, Menfez
		Beton Duvar
		Çit
		Geçiş Noktası
		Bina
		Asfaltlanmış Alan
		Harabe
		Boru Hattı
		Kule
		Atış Platformu
		Sınır Taşı
		Hayvan Yemliği
		Kömür Yakma Alanı
		Heykel, Büst, Anıt
		Bina Geçişi
		Merdiven

ÖZEL NİTELİKLER		
		Özel Nesne
		Özel Nesne

yah ile çevrili alan bulunuyorsa etrafının siyahla çevrili olması yarış sırasında o göle girilmesinin yasak olduğunu gösterir (Görsel 3.5).

Siyah: İnsan Yapımı Nesneler ve Taşla İlgili Her Şey

Patika, yol, bina, insan yapımı nesneler, heykeller, elektrik hatları, tel çitler, duvarlar ile kayalar, kaya setleri, taşlık alanlar vb. siyah ile gösterilir. Patikalar genişliklerine göre kesikli veya düz çizgi ile gösterilir. Tel çitler ve duvarlar, aşılabilir olup olmadıklarına, elektrik hatları yüksek gerilim / alçak gerilim özelliklerine, kayalar büyüklüklerine göre farklı sembollerle çizilir (Görsel 3.5).

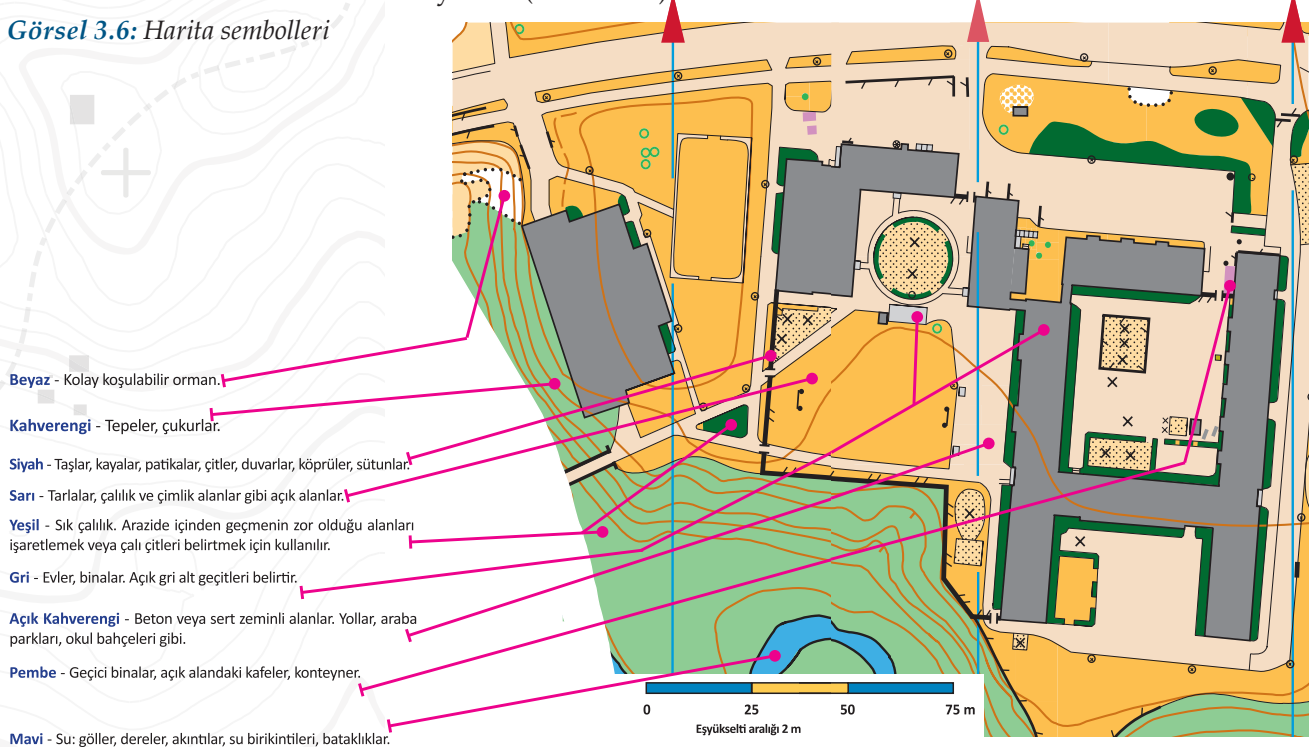
Yeşil, Beyaz, Sarı: Bitki Örtüsü Renkleri

Sarının tonları açık alanı simgeler. Koyu sarı insan eli değmiş açık alanları gösterir. Açık sarı ise doğal hâline terk edilmiş açık alanları ifade eder. Bu alanları koşmayı engellemeyecek yükseklikte yabani otlar bürümüş olabilir veya tümüyle çıplak olabilir. Beyaz, zemini temiz, rahat koşulur ormanı simgeler. Orman sıklaşıp içinden geçmek zorlaştıkça açık yeşilden koyu yeşile geçiş başlar. Koyu yeşil içinden geçilemeyecek kadar sık bitki örtüsünü simgeler (Görsel 3.5).

Oryantiringde Sık Kullanılan Semboller

Tüm oryantiring haritaları, Uluslararası Oryantiring Federasyonu Harita Kurulu tarafından belirlenen standartlarda çizilir. Renk tonları, kullanılan çizgilerin kalınlıkları standarttır. Sürat Oryantiring Harita Standartları ISSOM (International Standards for Sprint Orienteering Maps) başlığı altında toplanmıştır. Sürat oryantiring haritalarında binalar ISSOM'a göre siyah değil koyu gri ile gösterilir. Sürat oryantiringde harita doğal olarak bina ağırlıklı olacağından siyah kullanılırsa bu renkler sporcunun koşarken harita okumasını zorlaştıracak ve bina aralarındaki ayrıntıları sporcu kaçırabilecektir. Arazi haritalarında binalar siyah ile gösterilirken sürat oryantiring haritalarında binalar koyu gridir. Diğer renkler arazi haritalarıyla aynıdır (Görsel 3.6).

Görsel 3.6: Harita sembolleri



ETKİNLİK 3.1

Aşağıda harita sembolleri verilmiştir. Sembollerin karşılarında verilen boşluklara sembollerin anlamlarını yazınız.

SU VE BATAKLIK		
③		
③		
③		
③		
③		
③		
③		
③		
③		
③		
③		

BİTKİ ÖRTÜSÜ		
		
		
		
		
		
		
		
		
		
		

ETKİNLİK 3.2

Aşağıda harita sembolleri verilmiştir. Sembollerin karşılarında verilen boşluklara sembollerin anlamlarını yazınız.

İNSAN YAPIMI NESNELER

ETKİNLİK 3.3

Aşağıda harita sembolleri verilmiştir. Sembollerin karşılarında verilen boşluklara sembollerin anlamlarını yazınız.

YER ŞEKİLLERİ		
		
		
		
		
		
		
		
		

KAYA VE KAYALIKLAR		
		
		
		
		
		
		

ETKİNLİK 3.4

Harita 3.1: Soğanlı Botanik Parkı
Bursa

Aşağıdaki haritada 1'den 4'e kadar numaralanmış noktalarla gösterilen unsurların ne olabileceğini yazınız.

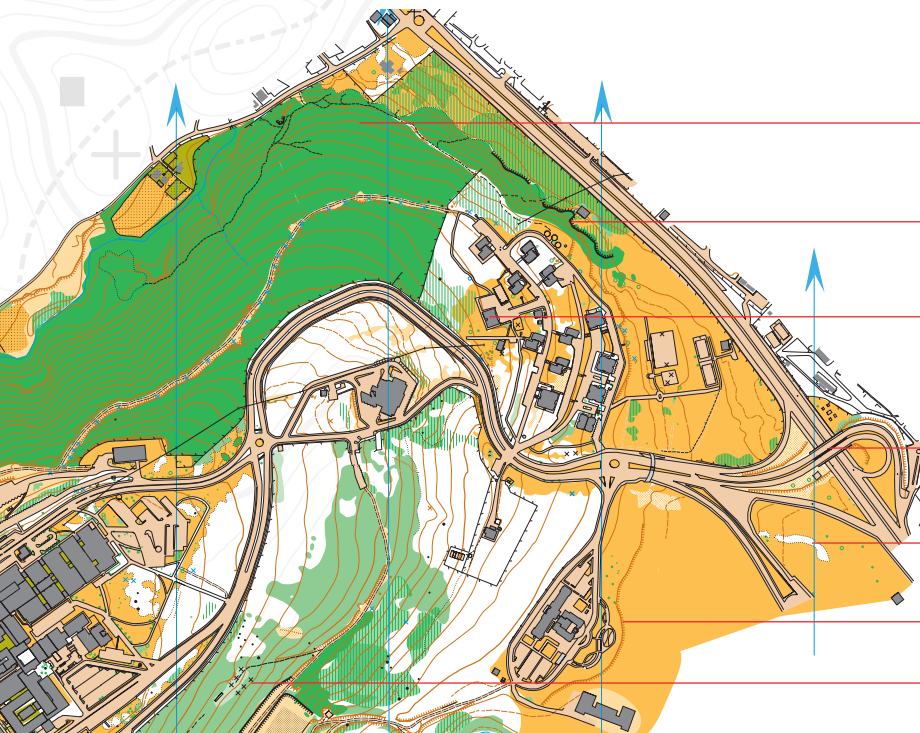


- 1
- 2
- 3
- 4

ETKİNLİK 3.5

Harita 3.2: Oryantiring haritası
Ondokuz Mayıs Üniversitesi Kampüsü/SAMSUN

Aşağıdaki haritada 1'den 7'ye kadar numaralanmış noktalarla gösterilen unsurların ne olabileceğini yazınız.



- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6
- 7

3.3. ORYANTİRİNGDE KULLANILAN MALZEMELER

Pusula: Pusula üzerinde kuzey, güney doğrultusunu gösteren bir mıknatıs iğnesi bulunan ve yön tespit etmek için kullanılan kadranlı araçtır (Görsel 3.7).

Görsel 3.7: Pusula bölümleri



Doğada kullanılacak pusulada bulunması gereken temel özellikler şunlardır:

- ❑ Serbest dönebilen manyetik iğnenin bir ucu diğerinden farklı (kırmızı) renkte olduğu için kuzey kolay olarak bulunabilir.
- ❑ Döner kapsülün içi sıvı doludur. Kapsülün görevi iğnenin titreşmesini azaltarak daha doğru okumayı sağlamaktır.
- ❑ Kapsül çevresindeki bilezik üzerinde gösterge ile 0-360 derece arasında dereceler işaretlidir.
- ❑ Yön oku ve ona paralel meridyen çizgileri, iğnenin altında yer alır ve kapsül ile beraber döner.
- ❑ Referans çizgisi ve açı buradan okunur.
- ❑ Pusula tabanının şeffaf olması, haritanın okunmasını, pusula kenarının düz olması başlangıçta bulunulan noktadan varış noktasına pusulanın bağlanmasını sağlar.
- ❑ Pusula üzerinde metrik ve inç olarak işaretlenmiş cetvel var ise kısa mesafe ölçümleri kolaylaştırır.
- ❑ Büyüteç, haritada iç içe geçmiş işaretleri okumayı kolaylaştırır.

Pusula Çeşitleri

Doğa aktivitelerinde kullanılan modern pusulaların çeşitleri; standart plaka aynalı, askerî ve kutu (prismatik) olarak sıralanabilir. Askerî tip ve kutu pusulalar doğa sporcusunun ihtiyaç duymadığı kadar hassas ölçüm yapabilir, bu sebeple kullanımları daha karmaşıktır. Çoğu kişinin ihtiyacı standart ya da aynalı pusulalardır (Görsel 3.8).



Askerî Pusula

Prizmatik Pusula

Aynalı Pusula

Plaka Pusula

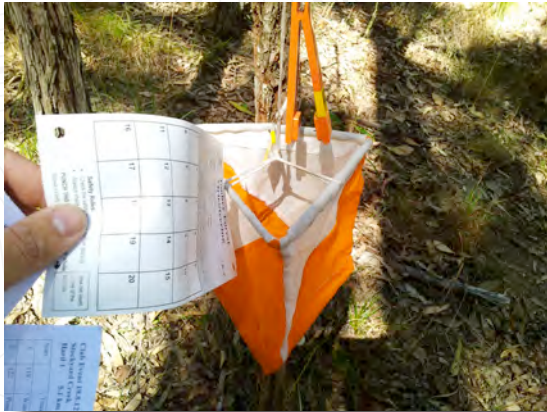
Oryantiring Bilek Pusula

Oryantiring Parmak Pusula

Oryantiring Ataç Pusula

Görsel 3.8: Pusula çeşitleri

Görsel 3.9: Bayrak (Fener)



Görsel 3.10: Zimba



Oryantiring yapmak için en kullanışlı pusula modelleri parmak ve bilek pusulalarıdır. Haritaya takılan ataç pusulalar temel oryantiring için uygundur. Tek başına veya yedek olarak taşınabilir.

Oryantiring Pusulası

Oryantiringde zamana karşı yarışıldığı için hız, bu sporun en önemli unsurudur. Pusulanın kolay kullanılması, rahat ve hızlı okunması, koşarken iğnesinin titrememesi, iğnenin ani yön değişikliklerine hızla tepki vermesi (kararlı olması) istenir. Bu yüzden oryantiring pusulaları son derece hassas iğnelere sahiptir. Son yıllarda parmak veya bilekte taşındığı için haritayı tutmayı ve okumayı kolaylaştıran pusula modelleri yaygın olarak tercih edilmektedir (Görsel 3.8).

Bayrak (Fener): Başlangıç noktası, kontrol noktası ve varış noktasının haritada işaretli olduğu ve arazide bulunduğu yeri belirtmek üzere araziye asılan işaretlerdir (Görsel 3.9).

Zimba: Sert bir maddeden yapılmış, ucunda küçük iğnelerin bulunduğu, 9 mm genişliğinde ve hedefe iliştilmiş bir alettir (Görsel 3.10).

Zimbalar 20'li seriler olarak imal edilir ve her bir zımbanın deseni birbirinden farklıdır.

Görsel 3.11: Oryantiringde mevsime uygun kıyafet seçimi önemlidir. Tişört, şort, ayakkabı seçimi oryantiring çeşidine göre yapılmalıdır.



Kıyafet: Her sporda olduğu gibi oryantiringin de kendine özel kıyafetleri vardır. Oryantiring değişik hava şartlarında, farklı alanlarda ve yılın farklı mevsimlerinde gerçekleştiği için kullanılan malzemeler yarışma ve hava şartlarına uygun olmalıdır. Soğuk havalarda rüzgârı ve suyu geçirmeyen anoraklar ve içlikler kullanılmalıdır. Oryantiring yapılırken takılacak olan şapka gözlere yağmurun gelmesini engeller.

Sıcak havalarda kıyafetler kısa kollu olmalı ve vücudun alt kısmına şort giyilmelidir. Araziden kaynaklanacak olan kesik ve çiziklerden korunmak, enfeksiyonların yayılmasını önlemek için beden tamamen sarılması gerekir. Kıyafetlerin vücuda tam oturması gerekir. Böylece kıyafetlerin dallara veya çalılara takılmasının önüne geçilmiş olur. Kıyafet, yarışmanın yaş grubundan ve yarışmanın yapılacağı alanın büyüklüğünden etkilenir. Küçük bir okul yarışı için yarışmacılar bir yarış giysisi ve normal bir spor ayakkabı giyebilirler. Çocukların vücudu hassas olduğu için kıyafet seçiminde aşırı sıcaklar dikkate alınmalıdır. Sporcu kıyafetlerinde renk ayrımı yoktur. Yarışmalarda her çeşit spor ayakkabı kullanılabilir. Koşu oryantiringi için hangi zeminde yarışılacaksa o zemine uygun, tırmanma ve inişlerde çivili ayakkabı kullanılabilir (Görsel 3.11).

Asfalt zeminler için tabanı yumuşak ve sert zemine karşı ayakları koruyan spor ayakkabıları kullanılabilir.

3.4. ORYANTİRİNG KURALLARI

GENEL KURALLAR

Bir oyuncu, parkur etabını bitirmeden yarışma alanını terk etse bile oyuncunun bu durumu bilgisayar hakemliği masasına bildirmesi gerekir.

Yarışmalar esnasında oryantiringci kimseden yardım almadan kontrol noktalarını bulmak zorundadır. Başka bir katılımcıyı takip etmek, cep telefonu, GPS (Küresel konumlama sistemi) gibi yön bulma cihazlarını kullanmak yasaktır. Parkurda haritada belirtildiği şekilde hedef sırasıyla ilerlenmesi gerekir. Hedefleri verilen sıra ile dolaşmayan adaylar diskalifiye olur. Kaza geçirmiş ya da yaralanmış bir yarışmacı görüldüğünde, centilmenlik ilkesi gereğince katılımcı yarışı bırakarak, oryantiringciye yardım edebilir ayrıca en yakındaki hakem noktasına haber verir.

UNUTMA: Gideceğin yere nasıl varacağını planlamadan bulunduğun yeri asla terk etme.

CEZALAR

Parkurdaki bayrak ve zımbalama sisteminin yerlerini değiştirmek veya saklamak, özel-genel yarış talimatı ile yasaklanan hareket ve davranışlarda bulunmak, hakemlerin görevlerini yapmalarına engel olacak davranışlarda bulunmak, parkuru iki ya da daha çok kişiyle beraber dolaşmak oryantiringde cezaya sebebiyet veren ihlallerdendir.

START (ÇIKIŞ)

Her oryantiringcinin yarışa başlayacağı anı belirten bir çıkış zamanı vardır. 3 dk. koridorunun sonundaki saat, sporcunun çıkış zamanını gösterdiğinde sporcu kendi kategorisine ait haritayı alarak yarışa başlar.

Çıkış Koridoru: Çıkış yapmadan önce oryantiringcinin içine girdiği koridora 3 dk. koridoru denir. Kontrol hakemi isim ve göğüs numarasını, varsa eletronik zımbalama kartını kontrol ederek oryantiringciyi 3 dk. koridoruna alır. Bu koridorda oryantiringci varsa elektronik zımbalama kartı içindeki önceki kayıtları temizler (clear). Ardından temizlediğini kontrol eder (check). Sonra da 2 dk. koridoruna girer. Burada varsa kendi kategorisindeki kenar bilgi kartını alır. Son olarak 1 dk. koridoruna girer. Oryantiringci kendi kategorisine ait haritayı almakla yükümlü olduğundan haritasının bulunduğu yerin önünde durur ve çıkış saatini görecektir ve kimsenin önünü kapatmayacak şekilde pozisyonunu alır. Çıkış saatinin gelmesiyle birlikte 3 dk. koridoru tamamlanmış ve oryantiringci çıkış yapmış olur.

ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME

Aşağıdaki soruların cevaplarını noktalı yerlere yazınız.

1. Sürat oryantiringde binalar.....renkte olmalıdır.
2. Oryantiring yarışmasına başlamadan önce yarışmacılar kontrol kartlarını.....masasından alırlar.
3. Oryantiringde en kullanışlı pusulalar.....pusulasıdır.
4. İzohips haritalarında iç içe kapanmış eğriler varsa ve eğrilerin değerleri içteki küçük izohips halkasına doğru artıyorsa söz konusu şekle denir.

Aşağıda bulunan çoktan seçmeli soruları cevaplayınız.

5. Aşağıdakilerden hangisi oryantiringde diskalifiye sebebi değildir?
A) Başka bir oyuncuyu takip etmek
B) GPS cihazı kullanmak
C) Hedeflere sıra ile gitmemek
D) Parkurdaki bayrakların yerini değiştirmek
E) Kaza geçiren ya da yaralı oyuncu gördüğünde yardım etmek
6. Aşağıdaki renklerden hangisi suyla ilgili her şeyi temsil eder?
A) Sarı
B) Mavi
C) Siyah
D) Kırmızı
E) Yeşil
7. Aşağıdakilerden hangisi oryantiringde kullanılan malzemelerden değildir?
A) Pusula
B) Harita
C) GPS
D) Kontrol kartı
E) Zimba



Oryantiringin en önemli özelliği koşarken takip edilecek bir liderin ve sabit bir rotanın olmamasıdır. Bulunulan yerden gidilecek yere ulaşmak için her sporcuya göre değişen çok sayıda farklı seçenek bulunmaktadır. Sporcuların hem kendi özelliklerini hem de içinde bulundukları arazinin özelliklerini dikkate alarak en doğru kararı en kısa süre içinde vermeleri, bir başka ifade ile atletik kapasitelerine ek olarak mutlaka zihin yeteneklerini kullanmaları gerekmektedir. Oryantiringin bu özelliği yarışmacılar arasındaki fiziksel özellik farkını ortadan kaldırmakta, yarışmanın başında neredeyse tüm sporcuları eşit hâle getirmektedir.

4. ÜNİTE

ORYANTİRINGİN TEMEL TEKNİKLERİ VE UYGULAMASI

4.1. PUSULA KULLANIMI

4.2. ORYANTİRINGDE HARİTA KULLANIMI

4.3. ORYANTİRINGDE YÖN BULMA

4.4. ORYANTİRING ÇEŞİTLERİ

HAZIRLIK ÇALIŞMALARI

1. Pusulanın ibresi yer kürenin manyetik alanından etkilenerek çalışmaktadır. Pusula kullanırken ibrenin haricî manyetik alanlardan etkilenmemesi için nele- re dikkat etmeliyiz? Araştırınız.
2. Yaşadığınız ilin fiziki haritasını kullanarak ilinizde- ki dağ, tepe, göl, nehir ve ırmakları harita üzerinde gösteriniz.
3. Türkiye Oryantiring Federasyonu ile iletişime geçe- rek yaşadığınız ile ait oryantiring haritalarını araştı- rınız.
4. Okulunuzda veya çevrenizde bulunan fiziksel en- gelli arkadaşlarınızın günlük hayatta karşılaştığı sorunları araştırınız. Bu sorunları kolaylaştırmada nasıl yardımcı olacağınızı düşününüz.



Görsel 4.1: Pusula gülü

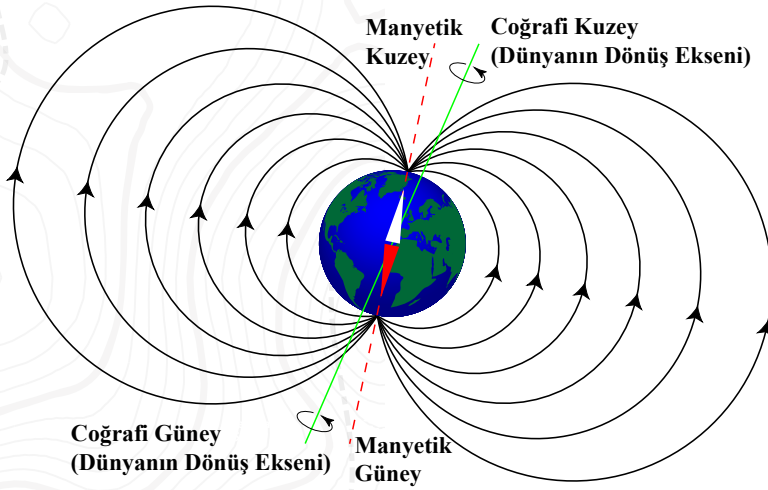
4.1. PUSULA KULLANIMI

Pusula kullanımında ilk bilmemiz gereken özellik coğrafi yönlerdir.

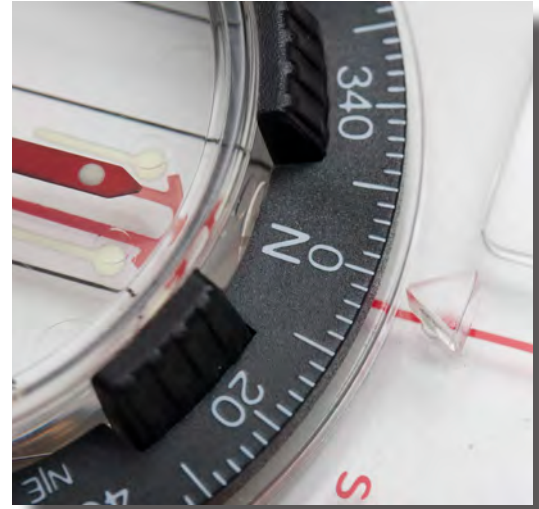
Coğrafi yönler, dünya üzerindeki yer ve varlıkların konumunu tanımlamakta kullanılan, dünyanın kutupları temel alınarak oluşturulmuş terimlerdir. Yönler, ana yönler ve ara yönler olmak üzere ikiye ayrılır:

1. Ana yönler: K-kuzey, G-güney, D-doğu ve B-batı.
2. Ara yönler: KD-kuzeydoğu, KB-kuzeybatı, GD-güneydoğu, GB-güneybatı (Görsel 4.1) Kuzey, pusula kullanımında dikkate almamız gereken en önemli yöndür.

Görsel 4.2: Dünyanın manyetik alanı pusula iğnesini hareket ettirir.



Görsel 4.3: Dünyanın küre biçimli olması nedeniyle grid çizgileri konkav olur.



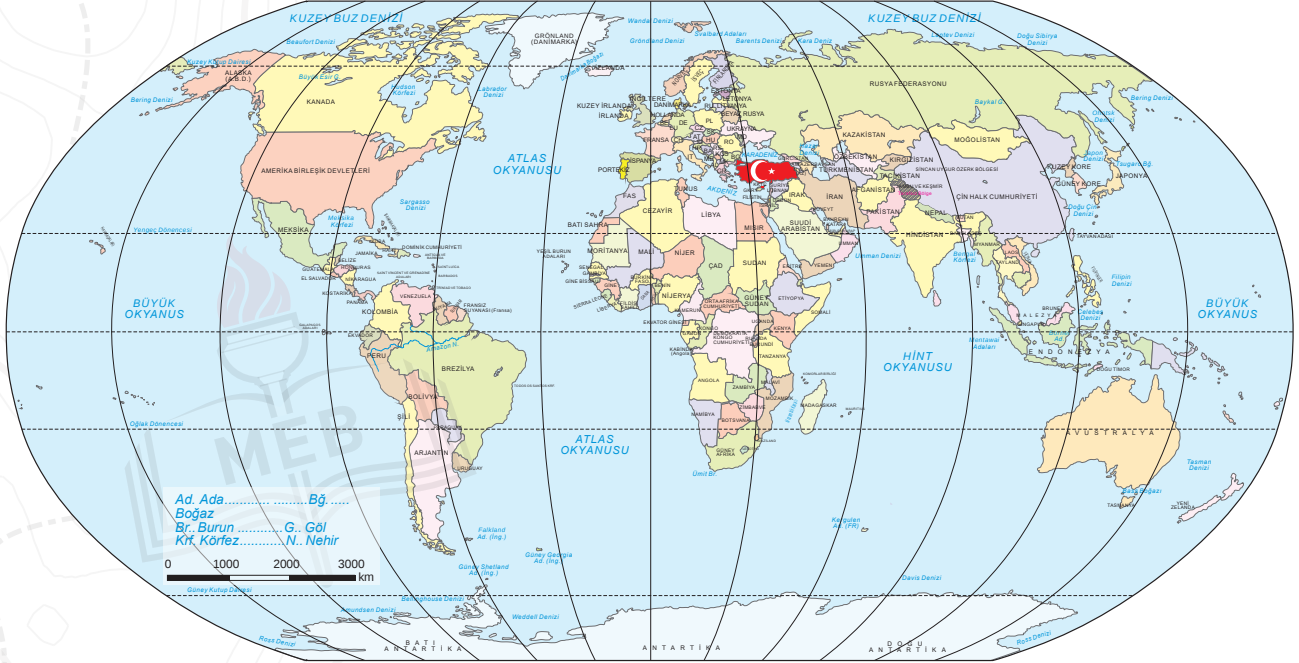
Grid Kuzeyi (Harita Kuzeyi): Harita üzerinde grid çizgilerinin gösterdiği kuzeydir. Grid kuzeyi GK harfleri ile gösterilir (Görsel 4.3).

Gerçek Kuzey: Yeryüzünün herhangi bir noktasından kuzey kutbuna yönelen doğrudur. Coğrafi kuzey de denir, yıldız işareti ile gösterilir.

Coğrafi kuzey: Meridyenlerde gösterilen kuzey, Kuzey Kutbu'nu gösterir ve manyetik kuzeye çakışmaz.

ETKİNLİK 4.1

Harita 4.1: Dünya siyasi haritası



KISALTMALAR

AL	ARNAVUTLUK	CZ	ÇEK CUMHURİYETİ	MD	MOLDOVA
AM	ERMENİSTAN	DE	ALMANYA	ME	KARADAĞ
AT	AVUSTURYA	GR	YUNANİSTAN	MK	MAKEDONYA
AU	AVUSTRALYA	HR	HIRVATİSTAN	PL	POLONYA
AZ	AZERBAYCAN	HU	MACARİSTAN	RS	SİRBİSTAN
BA	BOSNA-HERSEK	IT	İTALYA	RO	ROMANYA
BE	BELÇİKA	KOS	KOSOVA	RU	RUSYA
BG	BULGARİSTAN	LU	LÜKSEMBURG	SI	SLOVENYA
CH	İSVİÇRE	LI	LIHTENŞTAYN	SK	SLOVAKYA

Sınıftanızdaki dünya haritasında Türkiye'yi merkeze alarak aşağıdaki ülkelerin hangi yönde olduğunu ilgili kutucuğu işaretleyiniz.

Türkmenistan	K	G	D	B	KD	KB	GD	GB	Kenya	K	G	D	B	KD	KB	GD	GB
Kazakistan	K	G	D	B	KD	KB	GD	GB	İrlanda	K	G	D	B	KD	KB	GD	GB
Libya	K	G	D	B	KD	KB	GD	GB	Pakistan	K	G	D	B	KD	KB	GD	GB
Portekiz	K	G	D	B	KD	KB	GD	GB	Ukrayna	K	G	D	B	KD	KB	GD	GB

Görsel 4.4: Oryantiringde pusula kullanımında yetenekli olmak yarışı kazanmak için en önemli faktörlerdendir.



PUSULA İLE KUZEYE YÖNELMEK

1. Pusula kısmı karnımıza doğru, yön gösteren kısmı ileriye bakan şekilde pusulayı yere paralel olarak elinizde tutun.
2. Pusula iğnesinin kırmızı ucu manyetik kuzeyi gösterir. Bu nedenle kırmızı uç pusulanın kadranındaki "North" (kuzey) kelimesini temsil eden N harfi ile aynı hizaya gelene kadar vücudunuzla beraber pusulayı döndürün.
3. Yön okunun kırmızı ucuyla N harfi tamamen sabitlendiğinde N (North) kuzeyi, S (South) güneyi, E (East) doğuyu, W (West) batıyı göstermektedir (Görsel 4.4).

4.1 UYGULAMA

Pusulanızı kullanarak giriş kapısını karşınıza aldığınız okulunuzun kuzeyini, güneyini, doğusunu ve batısını bulunuz (Görsel 4.5).

Görsel 4.5: Oryantiring çalışmak için okulunuzun bahçesini kullanabilirsiniz.



4.2. ORYANTİRİNGDE HARİTA KULLANIMININ ÖNEMİ

Haritalar; yeryüzü şekillerinin, yerleşim yerlerinin, yolların vb. detayların yatay ve düşey konumları ile aralarındaki mesafeler ve bitki örtüsü hakkında ayrıntılı bilgi sağlayarak arazi yapısındaki değişiklikleri ve yeryüzü şekillerinin yüksekliklerini gösterir.

Bulunduğumuz noktayı doğru bir şekilde bulmamız için çok önemli bir yere sahip olan haritalar yeryüzünün tamamının veya bir parçasının, kuşbakışı görünümünün, matematiksel yöntemlerle istenilen oranda küçültülerek özel işaretlerle bir düzlem üzerine çizilmesiyle meydana gelir.

Harita olmadan yapılamayan bir spor olan Oryantiring, size verilen harita üzerinde işaretli noktaları (hedefleri), haritadaki sembolleri çevrenizle bağdaştırarak bulmaya ve bunu zamana karşı yarışarak yapmayı içeren, strateji oluşturmayı ve hızlı karar vermeyi gerektiren, fiziksel gücün yanı sıra düşünmenin de önemli olduğu bir spordur. Yarışmacı yönünü, pusulasının yanı sıra, haritasındaki işaretleri çevresindeki arazi şekilleri ve nesnelerle bağdaştırarak bulur.

Harita, oryantiringin en önemli aracıdır. Eğer civarınızda oryantiring haritası yapılmış bölge yoksa bu sporu yapma şansınız da yoktur. Bu haritalar ancak harita çizicileri tarafından özel olarak yapılabilir. Uzmanlığı oryantiring haritacılığı olan bu insanlar talebe göre oryantiring haritası yaparlar. Böyle bir haritanın çizilmesinde ölçekli ve üzerinde eşyükselti eğrileri olan altlık harita kolaylık sağlar. Altlık olarak kullanılacak haritaları çeşitli formatlarda belediyeler, orman işletme müdürlüğü, meteoroloji genel müdürlüğü gibi kurumlardan elde edilebilir. Ayrıca ülkemizde harita genel komutanlığı ulusal haritacılık kurumu harita üretmeye satmaya yetkili kurumdur. Bir harita çizicisi arazide çalışıp temel haritayı oryantiring haritası hâline getirir. Gündüz arazide çalışıp çizdiklerini daha sonra bilgisayara aktarır. Oryantiring haritası çizim standartlarına göre arazideki tüm ayrıntılar, 1 m yüksekliğindeki bir kaya, 2 m² lik bir ıslak alan bile harita üzerinde tek tek işlenir. Harita çizicisi arzinin zorluk derecesine göre günde 100-250 m² alanı çizebilir.

Oryantiring haritaları koşarken okumayı kolaylaştırmak ve detayları ifade edebilmek için özgün renkler ve sembol takımı kullanır. Sporcu bu haritadan birçok bilgiyi okuyabilir. Bu bilgiler doğrultusunda oryantiring haritasındaki hedeflere ulaşmak mümkün olmaktadır.

HARİTAYI KULLANARAK YÖN BULMA

Haritayı yön bulmada kullanırken “Neredeyim?” ve “Nereye gitmek istiyorum?” sorularının cevabının kesin olarak bilinmesi gerekir. Haritalar çeşitlerine göre bize şu bilgileri verir:

- ❑ Doğal şekiller: denizler, göller, akarsular, su kaynakları, dağlar, tepeler, bitki örtüsü, buzullar vb.
- ❑ Yapay Tesisler: yerleşim merkezleri, yollar, kanallar, bazı haritalarda duvarlar, çitler, binalar vb.
- ❑ Coğrafi Koordinat Sistemi

Ayrıca haritayla yönümüzü belirlerken unutmamamız gereken en önemli kural, harita yönündeyken her zaman haritanın üst tarafı kuzeyi, alt tarafı güneyi, sağı doğuyu, solu batıyı gösterir (Harita 4.2).

Bu temel bilgileri kavradıktan sonra harita ve yüzey şekillerini kullanarak yönümüzü bulmak için yapılması gerekenler şunlardır:

- ❑ Yaşadığınız ilin veya ilçenin siyasi, coğrafi veya şehir haritasını temin edin.
- ❑ Haritada bildiğiniz iki referans noktasını işaretleyin. Bunlardan bir tanesi “Neredeyim?” sorusunun karşılığı olan bulunduğunuz yer olmasına dikkat edin. İkinci referans noktanızın “Nereye gitmek istiyorum?” sorusunun karşılığı olan ve elimizdeki haritanın türüne göre bildiğiniz bir ilçe, yükselti, göl veya kamu binası olmasına sağlayın.
- ❑ Bulduğunuz yere ve 2. referans noktasına göre haritayı yönüne koyun.
- ❑ İki referans noktasına göre yerleştirdiğiniz haritanın üst kısmı kuzeyi, alt kısmı güneyi, sol tarafı batıyı, sağ tarafı da doğuyu göstermektedir.

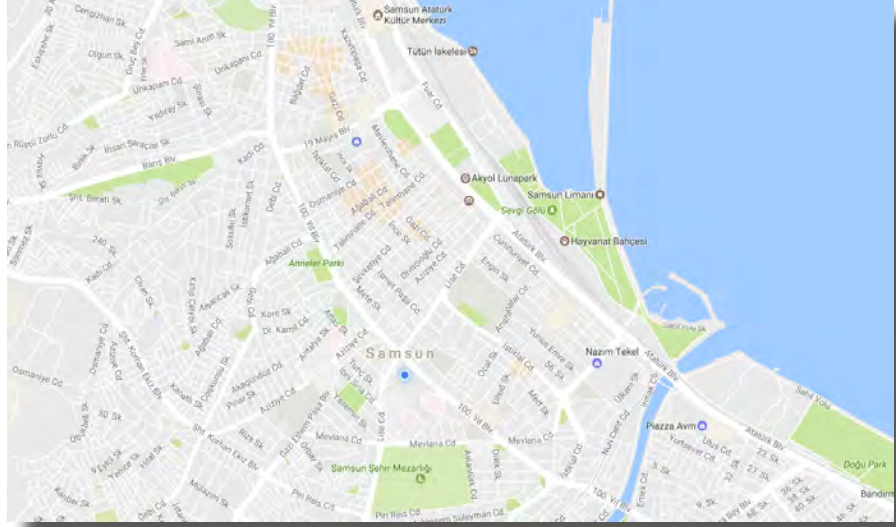
Harita 4.2: Türkiye siyasi haritası



4.2 UYGULAMA

Bulunduğunuz ilin veya ilçenin şehir haritasında 1. referans noktası olarak okul binanızı, 2. referans noktası olarak da belirgin bir noktayı işaretleyerek yönleri bulunuz (Harita 4.3).

Harita 4.3: Samsun şehir haritası



4.3. ORYANTİRİNGDE HARİTA VE PUSULANIN BİRLİKTE KULLANILMASI

Oryantiringde başarımızı belirleyecek olan en önemli etmen seçmiş olduğumuz rotayı harita okuyarak ve pusula kullanarak güzergâhımıza bağlı kalıp hedefe ulaşmamızdır. Tüm güzergâh boyunca yönümüzden emin olamadığımız ve haritamızın yönünde olmadığı her an bu hatalarımızı zaman kaybı ve stres artışı olarak yaşıyoruz. Bu durum başarımızı imkânsız hâle getirir. Diğer yandan bu mücadeleyi verebilirsek amacımıza ulaşır stres altında doğru kararlar almış oluruz.

Arazi ya da sürat oryantiringi etkinlikleri esnasında iki hedef arası kuş uçuşu rotada haritadaki pembe çizgi ile gösterilen geçilemez bir engel ile karşılaşıldığında dosdoğru gidemeyeceğimizden her güzergâh değişikliğinde hızla yönümüzü yeniden belirlememiz gerekir. Bu beceriyi geliştirmişsek çok zaman kaybedeceğimiz açıktır. Bu örneklerden anlaşıldığı üzere hedefe doğru ve hızlı bir şekilde ulaşmak harita ve pusulayı kullanarak doğru yön bulmayı mümkündür.

HARİTA VE PUSULAYI KULLANARAK YÖNELME

Oryantiringde amaç bulunduğumuz yerden harita ve pusula kullanarak hedefe ulaşmaktır. Her defasında iki hedef arası aynı işlemler tekrar edilir. Örneğin bulunduğumuz yeri A noktası varacağımız hedefi B noktası olarak isimlendirirsek bu iki nokta arasındaki seyahatimizi pusulayı bağlayarak ve yeryüzü şekilleri ile harita okuyarak en hızlı ve doğru şekilde yapmak için aşağıdaki uygulamalara dikkat etmeliyiz.

1. Pusula kısmı karnımıza doğru, ilerleme yönü oku gitmek istediğimiz noktayı gösterecek şekilde pusula harita üzerine yerleştirilir. Eğer parmak pusula kullanıyorsa haritanın bize lazım olan kısmı ve hedef bölgemiz üste gelecek şekilde harita katlanır. Bu katlama işlemini yaparken avuç içi kullanılarak haritanın okunurluğuna zarar verilmemelidir.



Buraya gitmek istiyorum.

Şu an buradayım.

Görsel 4.6: Harita üzerindeki belirli noktalar (Dağ, tepe, nehir, göl vb.) arazi üzerinde tesbit edilip pusula ile referans noktası oluşturulur.

2. Pusula yere paralel, pusulanın ilerleme yönünü gösteren oku bulunduğunuz noktadan gitmek istediğiniz noktaya uzanan hayalî çizgi üzerinde olmalıdır.
3. Pusulanın kuzeyi gösteren kırmızı ibresi, haritamızın kuzeyi ile aynı doğrultuda olmalıdır (Görsel 4.6).

Pusulamızın yön gösteren oku doğrultusuna yönelir ve hedefimize doğru ilerleriz. Hiç şüphesiz varışa kadar her defasında aynı işlemleri tekrarlarız. Bu yöntemde sadece yardımcı araç olan pusulaya bağlı kalırsak pusulanın 150-200 m sonra ortaya çıkacak sapma hataları telafi edilemez hâle gelecektir. Bu sebeple harita okumaya ve yeryüzü şekillerinden istifade etmeye devam etmeliyiz. Güzergâh takibinde pratik yöntem pusulanın sivri köşesini bulunduğumuz noktaya harita üzerinde koymak ve arazide her ilerlediğimizde bulunduğumuz noktaya harita üzerinde de ilerlemektir. Böylece sürekli olarak konumumuzu kontrol etmiş olur, harita bağlayarak ve pusula okuyarak hedefimize varmış oluruz (Görsel 4.7).

Görsel 4.7: Harita üzerinde güzergâh belirleme

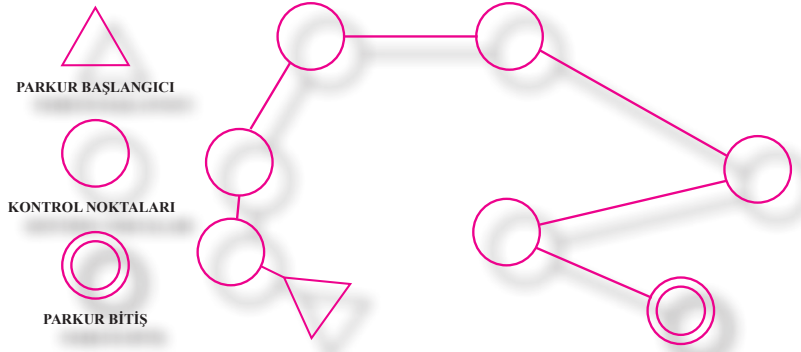


ORYANTİRİNG PARKURU

Oryantiringin, harita üzerinde işaretli noktaları (hedefleri) harita ve yüzey şekilleri ile bağdaştırarak bulmayı ve bunu zamana karşı yarışarak yapmayı içeren bir spor dalı olduğunu biliyoruz.

Üzerinde nereden başlayacağımızı, nerede bitireceğimizi ve yarışmayı bitirene kadar uğrayacağımız hedef noktalarının da gösterildiği güzergâhın tamamına "parkur" diyoruz. Parkurdaki her hedefin harita üzerinde bulunan bilgi kartında detaylı açıklaması bulunur. Yarışmalarda harita katlanarak kullanabildiğinden bilgi kartı oryantiringciye verilir. Bir parkurda kullanılan semboller ve anlamları şunlardır (Görsel 4.8).

Görsel 4.8: Oryantiring haritasında başlangıç, bitiş ve hedefler özel şekiller ile gösterilir.



Parkurun başlangıç noktası üçgen ile gösterilir. Parkurun bitiş noktası ise iç içe iki daire ile gösterilir. Bulmamız gereken kontrol noktaları daire ile gösterilir. Hedef noktası bu çemberin tam merkezidir. Parkurun tümü ise şekildeki gibidir, buna ayak da denilir. Her kategori ayrı ayakta oluşur. Basit düzeyde parkur oluşturulurken her karar verme noktasında bir hedef olmasına, çıkıştan ilk hedefin görünür olmasına, hedef bayrağının bir sonraki hedefe götüren yönde olmasına, hedefler arası mesafenin en fazla 200 m olmasına, en önemlisi parkurun karmaşık ve bıkırtıcı olmamasına dikkat edilmelidir.

4.3 UYGULAMA

Okul katlarınızın krokiğini okul yönetiminden temin edin. Krokinizin üzerinde okulunuzun kuzeyini bir ok işareti ve K harfiyle belirtin. Bu kroki üzerinde parkur oluştururken başlangıç noktasını giriş katından başlatarak her kata birbirinden fazla uzak olmayan iki tane kontrol noktası yerleştirin arkadaşınızdan bu kontrol noktalarını kullanarak başlangıç noktasına göre hangi yönde olduklarını kontrol noktasının üstüne yazmasını isteyin. Sonra arkadaşınızın başka bir kat krokisinden yapacağı parkurdaki kontrol noktalarını siz de bularak yönleri yazın (Görsel 4.9).

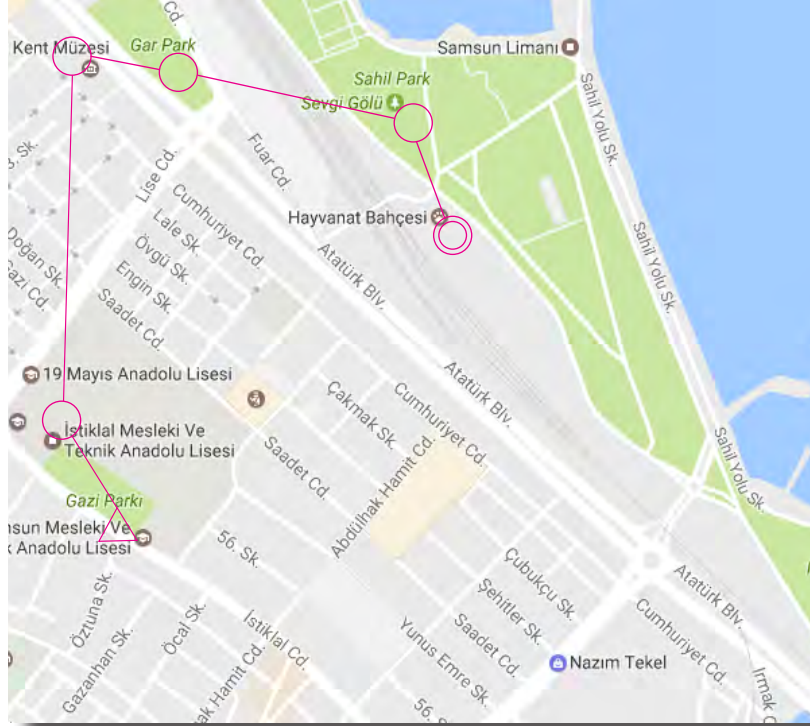
Görsel 4.9: Samsun İlkadım Ondokuz Mayıs Anadolu Lisesi okul kat planı (Kroki).



4.4 UYGULAMA

Yaşadığınız ilin veya ilçenin şehir haritasından okulunuzu başlangıç noktası olarak işaretleyin. Okulunuzu merkeze alarak belirleyeceğiniz diğer belirgin noktaları kontrol noktası olarak işaretleyin ve parkurunuzu oluşturun. Her hedefin okulunuza ve bağlı bulunduğu noktaya göre hangi yönde olduğunu bulun.

Harita 4.3: Samsun şehir haritası

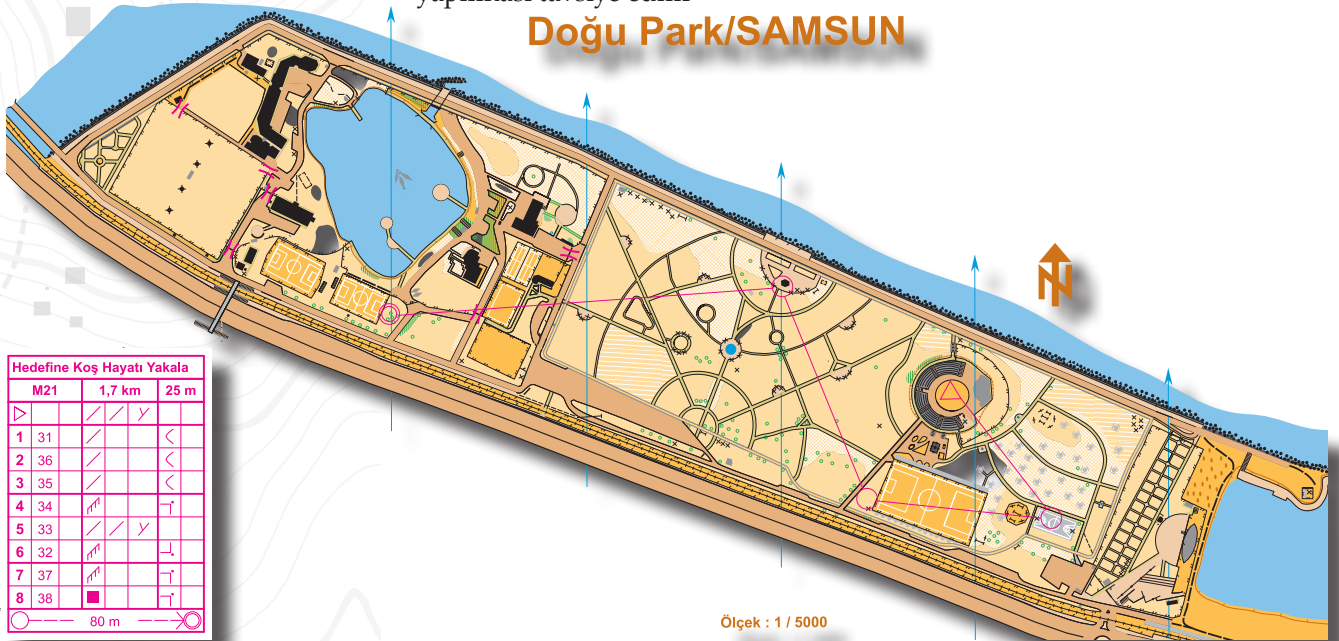


4.5 UYGULAMA

Harita 4.4: Samsun Doğu Park oryantiring haritası

Yaşadığınız bölgeye ait bir parkın veya ormanlık alanın uzmanlarca çizilmiş oryantiring haritasını Türkiye Oryantiring Federasyonu veya ilinizdeki oryantiring il spor temsilcisi aracılığıyla temin edin. Bu harita üzerinde bir başlangıç noktası ve en fazla 5 adet kontrol noktası belirleyerek basit düzeyde bir parkur çizin. Haritanızı ve pusulanızı kullanarak bu parkuru koşun. Bu uygulamanın uzman oryantiring antrenörleri gözetiminde yapılması tavsiye edilir

Doğu Park/SAMSUN



4.4. ORYANTİRİNG ÇEŞİTLERİ

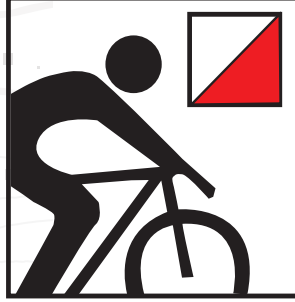
Uluslararası Oryantiring Federasyonu (IOF) oryantiring sporunun uluslararası yönetim kuruluudur.

Görsel 4.10: Uluslararası oryantiring sembolleri

IOF'nin idaresinde 4 oryantiring disiplini vardır (Görsel 4.10):



**KOŞARAK
ORYANTİRİNG**



**BİSİKLETLE
ORYANTİRİNG**



**KAYAKLA
ORYANTİRİNG**



**PATİKA
ORYANTİRİNG**

KOŞARAK ORYANTİRİNG

Koşarak oryantiring en yaygın oryantiring disiplini. Koşarak oryantiringde başarılı olmak için sporcu; mükemmel bir harita okuma becerisine, iyi bir konsantrasyona ve yüksek hızda koşarken en iyi rota için hızlı karar verebilme yeteneğine sahip olmalıdır.

Oryantiringciler engebeli yüzeyde, zor ormanlık arazide ya da zor tepelik alanda koşarlar. Bununla birlikte oryantiring ciddi anlamda kuvvet ve çeviklik gerektirir. Kros koşan bir sporcunun gücüne sahip olmak gereklidir.

Değişik disiplinlerde oryantiring etkinlikleri vardır: Bireysel yarışlar ve bayrak yarışları, ultra-kısa park yarışları ve dağ maratonu gibi etkinlikler bunlardan bazılarıdır. Kafa lambası yardımıyla yapılan gece oryantiringi de oldukça popüler ve eğlencelidir.

Her yıl dünyadaki en iyi oryantiringciler Dünya Şampiyonası ve Dünya Kupası'nda birbirleriyle yarışır. Dünya Şampiyonası programı kadın ve erkek gruplarında 4 kategoriyi içerir: Kısa, orta, uzun mesafe ve bayrak yarışı.

ORYANTİRİNG PARKURU

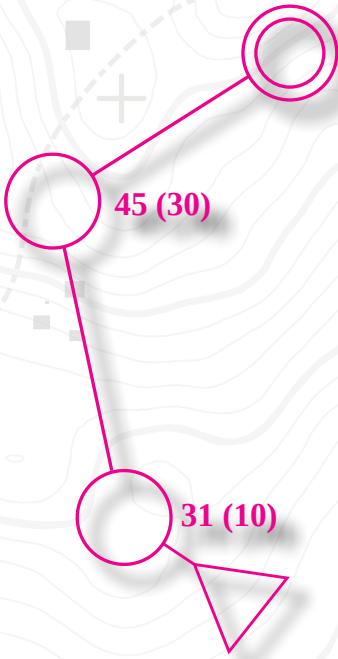
Skor (Puanlı) Oryantiring Parkuru

Zamanı etkin kullanma ve etkin rota seçimine dayalı bu parkur tipinde her hedef noktasının belli bir puan değeri vardır. Bu puan hedefin zorluk derecesi ve mesafesine göre hesaplanır (Görsel 4.11).

Sporcu istediği hedeflere, istediği sırada gitmekte serbesttir. Ancak süre sınırı vardır. Yarışma başlamadan bu süre ilan edilir. Sporcu verilen süre içinde zamanı da etkin kullanarak puan toplamaya çalışır. Verilen süre içinde varışa gelmeyen sporcu dan süreye göre belirlenmiş ve yarışmadan önce ilan edilmiş puan düşülür. Verilen süre içinde varışa gelenler arasından en fazla puanı toplamış olanlar arasından yapılan sıralamaya göre dercelendirme yapılır.

Puanlı oryantiring parkurunda başlangıç, varış ve hedef sembollerinin arasında çizgi bulunmamaktadır. Hedeflerin yanında yer alan rakamlar, o hedefin sıra numarasını değil o hedefe arazide iliştilirilmiş olan numarayı göstermektedir. Ayrıca hedef numarasının yanında, parantez içinde puan değeri de yazılır ve sporcu gideceği hedefleri puan değerine göre seçebilir.

Görsel 4.11: Puan esash oryantiring sembolleri



Oryantiring Parkuru

En yaygın parkur tipidir. Resmî yarışmalar oryantiring parkuru ile yapılır. Bu parkurda sporcu hedefleri sırasıyla izler ve parkuru en kısa sürede tamamlayan sporcu yarışmayı kazanır (Görsel 4.12).

Hedefleri verilen sırada izlemeyen veya varış yerine hedeflerin tamamına uğramadan gelen sporcu diskalifiye edilir.

Oryantiring parkurunda her hedef çemberinin yanında o hedefin sıra numarası belirtilmiş, başlangıçtan varışa tüm hedefler çizgi ile birbirine bağlanmış ve böylelikle verilen bu sırada gidilmesi gerektiği hatırlatılmıştır. Bu çizgi aynı zamanda kuş uçuşu mesafeyi ifade eder.

Kontrol noktalarına yerleştirilen her bayrağın bir kontrol numarası vardır. Bu numara sporcunun rahatlıkla görebileceği şekilde bayrağın üzerine veya yanına iliştilir.

Parkurlar birbirinden farklıdır. Bir oryantiringcinin 32 numaralı 5. hedefi bir başka oryantiringcinin farklı kategoride 32 numaralı 8. hedefi olabilir. Bu nedenle arazide hedef bayrağının yanına geldiğimizde hedefin sıra numarasını değil, hedefin kontrol numarasını görürüz.

Resmî yarışların temelini oluşturan klasik oryantiring parkurunu biraz tanıyalım ve resmî bir yarışa katıldığımızda bize verilecek olan haritada hangi bilgilerin bulunacağını öğrenelim.

Harita 4.5'te görüldüğü gibi;
Haritanın üzerinde başa gelecek şekilde,
Yarışmanın adı, düzenleyen kurumun (destekleyen kurumların) logosu,
Haritanın kuzeyini gösterir kuzey logosu, ölçek ve eşyükselti (münhanı) aralığı,
Haritayı yapanın adı, haritanın en son ne zaman güncellendiği,
Parkuru planlayan kişinin adı, haritanın üzerinde başa gelecek şekilde bulunması gereken bilgiler arasındadır.

Haritada kuzey logosunun yanı sıra eşit aralıklarla mavi renkte kuzey-güney yönünde dikine "kuzey çizgileri" de vardır. Oryantiring de bir hedeften diğerine giderken yönümüzü daha kolay bulmak için bazen haritayı katlamamız gerekir. Haritamızın kuzey logosunu o anda göremesek bile kuzey çizgileri sayesinde hala haritamızı doğru okumamız mümkün olacaktır.

Harita üzerinde başlangıç (üçgen), 1'den 9'a kadar sıra numarası gösterilen hedefler ile iç içe iki dairenin simgelediği varış noktasından oluşan oryantiring parkuru yer alır. Bilgi kartı konusu bir sonraki başlık altında daha ayrıntılı bir şekilde incelenecektir. Bilgi kartını birazdan daha ayrıntılı inceleyeceğiz ama buna geçmeden önce parkur planlamada oldukça önemli bir noktaya dikkati çekelim.

Harita 4.5'te görüldüğü gibi parkur, M21 yani 21 yaş erkek parkurudur. Çizelgemizin en üst satırında bu parkurun hangi kategoriye (yaş grubuna veya zorluk derecesine) ait olduğu belirtilmiştir. Ülkemizde resmî yarışlarda yaş grupları için kullanılan kısaltmalar, E (erkek) ve K (kadın) şeklindedir. Uluslararası yarışmalarda erkek için M (men-erkek) ve kadın için W (women-kadın) kısaltması kullanılır.

Daha küçük yaş gruplarında ve yetişkin bile olsa yeni başlayanlarda katılımcının kendine ait parkurun bulunduğu bölgede kalmasını sağlayıcı önlemler alınmalı, harita dışına çıkmaması için mümkün olduğunca belli sınırlar içinde kalınmasına özen gösterilmelidir..

Görsel 4.12: Puan derecesi olmayan oryantiring sembolleri

ÇOBANÖZÜ /SAMSUN

PAINTBALL

Hedefine Koş Hayatı Yakala				
	M21	1,7 km	25 m	
1	31	/	/	Y
2	36	/		<
3	35	/		<
4	34	/		Y
5	33	/	/	Y
6	32	/		Y
7	37	/		Y
8	38	/		Y

80 m

SCALE 1:5000
Mühani:5m

Haritacı:
Ramazan KULAKOĞLU

Hedef Bilgi Kartı

Görsel 4.13: Hedef bilgi çizelgesi ve sembolleri

M21		7.6 km		210 m	
▷		↗		↖	
1	98	↘		↗	
2	104	▲	0.8	●	
3	115	▬	1.75	●	
4	112	▲	0.8	●	
5	113	▲	1.0	●	
6	114	▬	1.0	●	
7	116	↗	0.7	●	
8	118	▲	0.7	●	
9	117	▲		●	
○ ——— 120 m ———> ◎					

Hedef bilgi kartında ilk satırda bu parkurun hangi kategoriye ait olduğu, parkurun kuş uçuşu mesafesi ile parkur süresince toplam tırmanma yer almaktadır (Görsel 4.13).

Tırmanma 210 metredir dendiğinde bir seferde bu kadar tırmanıyoruz anlamına gelmez. Parkur süresince bir hedeften diğerine giderken yapılan tırmanışlar toplanır ve bu satırda toplam tırmanma olarak verilir.

Solda yer alan bilgi kartı sırayla her hedefin sıra numarası, bu kontrol noktasındaki hedefin kontrol numarası ve yan sütundaki sembollerle hedefin tam olarak nerede olduğu belirtilmiştir.

Örneğin benim 7. hedefimin numarası 116. Hedef kuzeydoğudaki 70 cm yükseklikteki kayanın güneydoğusunda.

Hedeflerin nerede olduğuna ilişkin sembollere şimdilik ayrıntılı olarak girilmeyecektir. Sık karşılaşılanlardan başlayarak adım adım ilerlenecek ve sembollerin kolayca aklınızda kalmaları sağlanacaktır.

En son satırda son hedeften varışa kaç metre olduğu belirtilmiştir ki sporcu varışa kadar durmadan koşmak için nefesini ayarlayabilsin. Yukarıdaki bilgi kartında son hedeften varışa kadar şerit çekildiğini gösterir. Son hedeften varışa şerit çekilmemişse aşağıdaki gibi kesikli çizgiler olmadan sadece mesafe gösterilir.

SÜRE NASIL TUTULUR?

Oryantiring parkurunda sporcunun tüm hedeflere gidip gitmediği, bu hedeflere doğru sırada gidip gitmediği, parkuru hangi sürede tamamladığı eksiksiz ve tam olarak bilinmesi gerekir. Resmî yarışlarda bu bilgiler elektronik sistemler kullanılarak tutulur. Bu amaçla geliştirilmiş farklı sistemler bulunmakla birlikte ülkemizde yaygın olarak kullanılan sistem, elektronik kart sistemidir.

Sporcu parmağındaki elektronik kartını hedefteki cihaza okuttuğunda o hedefe ne zaman geldiği elektronik kartına yazılır. Varışta bu bilgilerin dökümü alınır ve toplam süresi de yine sistem tarafından elektronik olarak hesaplanır. Eksik veya yanlış sırada gidilen hedef varsa da bu dökümde ortaya çıkar ve sporcunun durumu genel yarış talimatı kurallarına göre değerlendirilir (Görsel 4.14).

Elektronik sistemin kullanılmayacağı ortamlarda düzenlenecek antrenman parkurlarında sporcunun hedeflere gittiğini göstermek amacıyla

“zımba” kullanılır. Kontrol noktasındaki hedefe bağlı ve her biri farklı şekillerde delen zımba kullanarak sporcu, zımbayı hedefin sıra numarasını gösteren kutucuğa basarak antrenöre veya öğretmene bu hedefe gitmiş olduğunu gösterir.

Ancak Uluslararası Oryantiring Federasyonu (IOF) kuralları gereği, hedefteki elektronik sistem çalışır durumda ise zımba basılmış olması sporcunun o hedefe gitmiş olduğunu göstermez.

Görsel 4.14: Hedeflere ulaşıldığının anlaşılması için özel zimbalar ya da elektronik cihazlar kullanılır.



Oryantiring Parkurunda Güvenlik

Yarışmaya kaydedilirken harita okuma deneyiminize uygun zorlukta parkur seçmelisiniz.

Oryantiring parkurunu, parkuru düzenleyenin katılımcı için hazırladığı bulmaca şeklinde değerlendirmek gerekir. Harita okuma deneyimi arttıkça katılımcıyı, hedefi bulmanın çok ince harita okuma becerileri gerektiren zor ama eğlenceli parkurlar beklemektedir.

Parkurların zorluk derecelerini matematikteki problemlerin zorluk düzeyine benzetebiliriz. Problem çözme becerilerimiz geliştikçe toplama ya da çıkarma işlemi gerektiren problemler bizim için fazla basit gelmeye başlar.

Bir oryantiring etkinliğine katılırken herkes yaş ve deneyimine göre uygun kategoriye kaydolmalıdır. Harita okuma deneyimi yeterli olmayanların ileri zorlukta parkurlara katılmaları haritadan çıkma risklerini artırdığı gibi o etkinlikten keyif almalarına da engel olacaktır.

Oryantiringde Diskalifiye Sebepleri

Oryantiring bireysel olarak yapılan, herkesin kendi harita okuma becerisini sınamasını ve kendi çabalarıyla kazanma süresinde parkuru tamamlamasını esas alan bir spordur. Bu bağlamda;

- ❑ Başka katılımcılarla konuşmak, yön veya hedef yeri tartışmak,
- ❑ Başka bir katılımcıyı takip etmek,
- ❑ Yüksek sesle bağırarak, başka katılımcıların dikkatini dağıtmak,
- ❑ Kontrol noktasındaki hedefin yerini değiştirmek, saklamak kesinlikle yasaktır ve “kopya çekmek” gibi değerlendirilir. Bunlardan birini yapan sporcu diskalifiye edilir ve ayrıca disiplin kuruluna verilebilir.

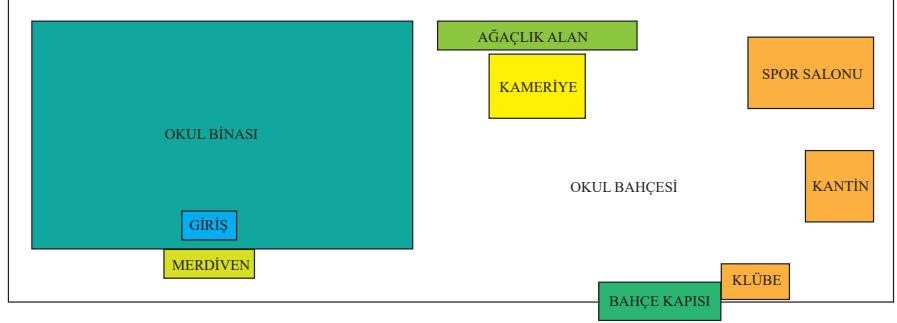
Bunlar dışında aşağıdakileri yapanlar da teknik nedenlerle diskalifiye edilirler:

- ❑ Oryantiring parkurunda hedeflere verilen sırada gitmemek (hemen bir ipucu verelim: Diyelim ki 3'ten 4'e gitmek yerine yanlışlıkla 4'ü atlayıp 5'e gittiniz. Hatanızı fark ettiniz. Oradan 4'e dönüp sonra tekrar 5'e uğrayıp yolunuza devam ederseniz diskalifiye olmazsınız),
- ❑ Parkur tamamlama süresini aşmak,
- ❑ Çıkışta yanlışlıkla kendi kategorisinden farklı parkurun haritasını alıp koşturmak (Yanlış haritayı aldığınızı fark ettiğiniz anda çıkışa geri dönüp doğru harita ile tekrar çıkarsanız diskalifiye olmazsınız.) yarışmacının diskalifiye olmasına sebep olur.

4.6 UYGULAMA

Okulunuzun bahçesinin krokisi üzerinde 5 hedefli basit bir oryantiring parkuru çiziniz. Her hedefe kapalı zarf içinde önceden belirlediğiniz 5 harfli şifrenin bir harfini yerleştiriniz. Her sporcu için süre tutarak tek tek çıkış yapmalarını sağlayınız. Hedefleri en kısa sürede bularak varış noktasına gelip şifreyi söyleyen sporcu yarışmayı kazanmış sayılır (Görsel 4.15).

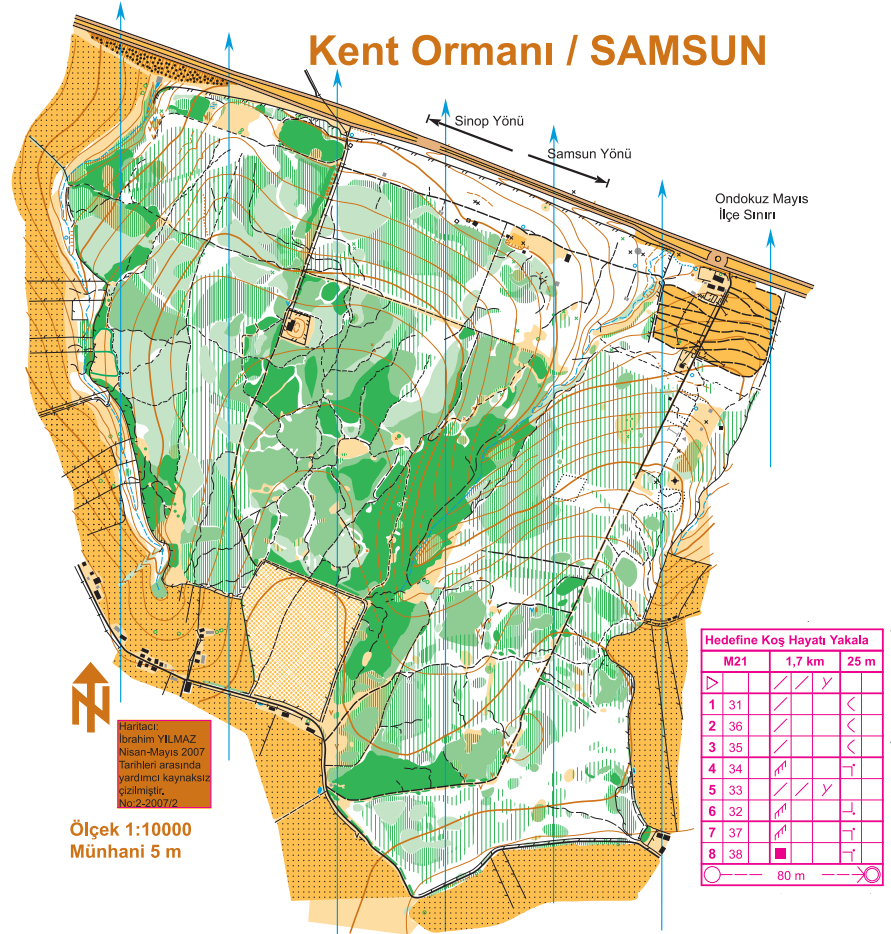
Görsel 4.15: Örnek okul krokisi



4.7 UYGULAMA

Yaşadığınız bölgeye ait oryantiring haritası yapılmış bir park ya da ormanlık alan içinde, zorluk derecesi düşük düzenlenmiş bir parkurda, uzman gözlemcilerle birlikte süreye dayalı oryantiring uygulaması yapınız.

Harita 4.6: Samsun Kent Ormanı/SAMSUN oryantiring haritası





Görsel 4.16: Bisikletle oryantiring

BİSİKLETLE ORYANTİRING

Bisiklet oryantiringi, hem oryantiring hem de bisiklet meraklılarının ilgisini çeken bir dayanıklılık sporudur (Görsel 4.16). Rota seçimi ve harita hafızasının önemli olduğu bir oryantiring disiplini. Çok iyi bisiklet kullanımı ve sarp yamaçlarla baş edebilme üst seviye bir yarışmacı için olmazsa olmazlardır.

Çevre koruyucuları olarak yarışmacılar yol ve patikalardan ayrılmamalıdır.

Bisikletle oryantiring, Uluslararası Oryantiring Federasyonu tarafından yürütülen en yeni oryantiring disiplini. Bisikletin popüler bir dış mekân sporu olduğu ülkelerde, 1980'lerin sonunda, kulüp seviyesinde başlamıştır. Daha sonra ise her yıl Bisikletle Oryantiring Dünya Şampiyonası düzenlenmeye başlanmıştır.

Bisikletle Oryantiring Yarışı Düzenleme Ve Uygulama

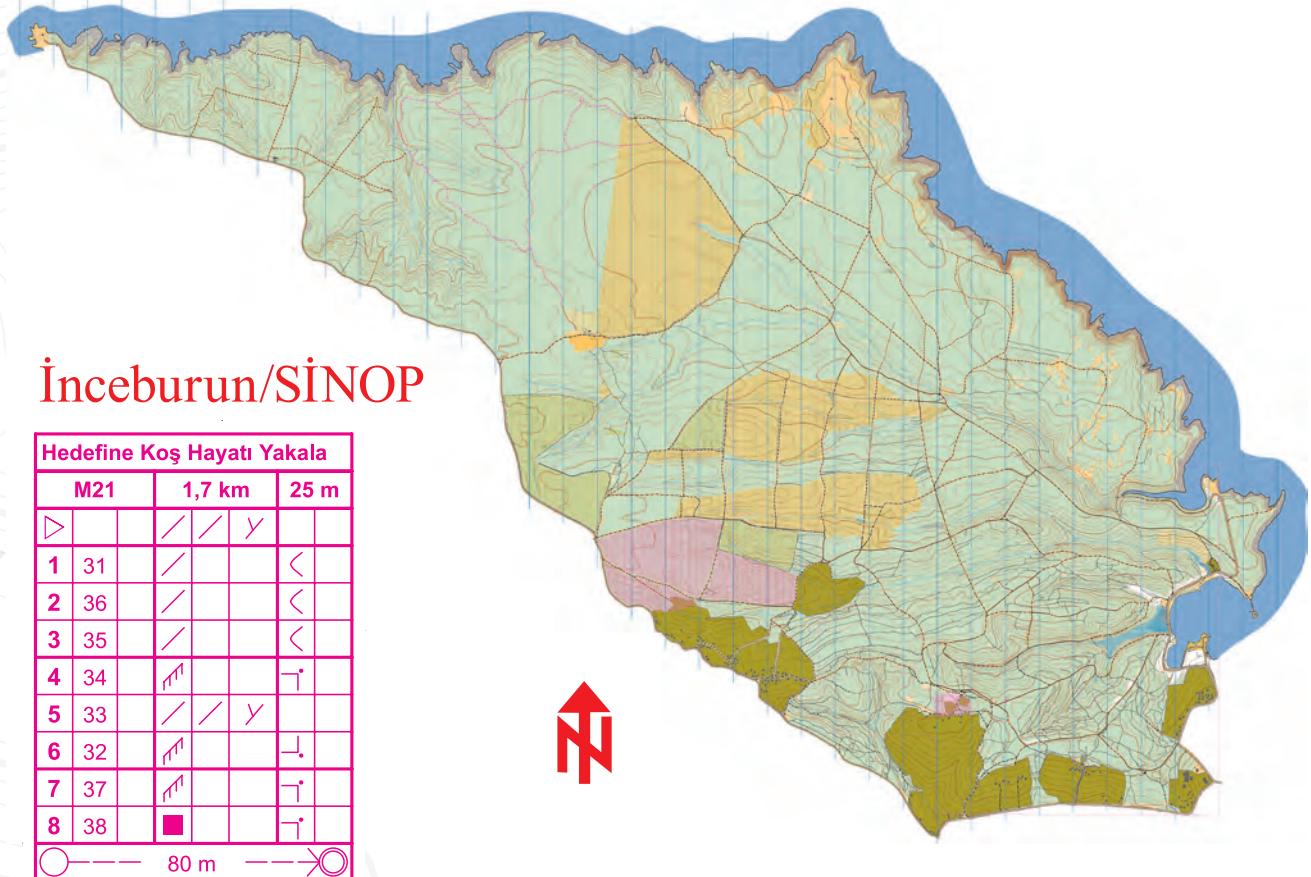
Esasları

1. Harita Özellikleri:

Bisikletle oryantiring yarışmaları, IOF tarafından bisikletle oryantiring için belirlenen harita sembollerinin (ISMTBOM2010) kullanıldığı haritalarla yapılır. Bisikletle oryantiring haritalarını koşarak oryantiring haritalarından ayıran en önemli özellikler şunlardır:

a. Patika ve yollar arazideki belirginliklerine göre değil, zeminin bisiklet sürülebilirliği yönünden değerlendirilir. Patika ve yollar, sürülebilirten zor sürülür veya sürülemez kadar dört kademede değerlendirilir ve bunu göstermek üzere IOF tarafından belirlenen özel semboller kullanılır.

Harita 4.7: Bisikletle oryantiring haritası (İnceburun/SİNOP)





Görsel 4.17: Bisikletle oryantiring start noktası

b. Bitki örtüsü sembolleri açık alan (açık sarı), orman (beyaz), sık orman veya çalılık (açık yeşil) olmak üzere sadece üç çeşittir.

c. Koşarak oryantiring haritalarında kullanılan bina, insan yapımı nesne, kaya gibi sembollerin tümü koyu gri ile gösterilir. Binalara sınırlayıcı hat çizilmez. Bisikletle oryantiring haritalarında % 100 siyah ile gösterilen yalnızca patikalardır.

ç. Yol üzerinde devrilmiş ağaç, bariyer gibi geçişi engelleyecek nesneler magenta çentik ile, geçilmesi yasak yollar magenta zikzak ile gösterilir.

d. Harita ölçeği kısa mesafe için 1:5000, 1:7500 veya 1:10000, orta mesafe ve bayrak yarışı için 1:10000 veya 1:15000, uzun mesafe için ise 1:15000 veya 1:20000'dir.

e. Harita mümkün olduğunca A4 boyutunda olmalıdır. Her durumda harita, parkurun tüm rota seçimleriyle birlikte sığacağı boyuttan daha büyük olmamalıdır.

2. Parkurlar:

Bisikletle oryantiring parkurlarını koşarak oryantiring parkurlarından ayıran en önemli özellikler aşağıda belirtilmiştir:

a. Parkurlarda mesafeler koşarak oryantiringde olduğu gibi kuş uçuşu değil, izlenmesi muhtemel en kısa rotanın uzunluğu olarak verilir. Benzer şekilde tırmanma da izlenmesi muhtemel en kısa rota üzerindeki tırmanma olarak alınır (Görsel 4.17).

b. Harita üzerinde hedefler, sıra numarası-hedef numarası formatında (2-34 gibi) verilir. Haritada ayrıca hedefin kontrol tanımı yer almaz.

c. Eğer hedef çemberinin merkezinin bulunduğu noktadaki özellikler, hedefin tam olarak yerine ilişkin olarak sporcuyla yanıtacak unsurlar taşıyorsa (duvarın iç kösesi mi yoksa dış kösesi mi gibi) hedef çemberinin tam merkezi, kırmızı bir nokta konarak belirginleştirilebilir. Bu hedefler için çok gerekiyorsa kontrol tanımı da verilebilir.

ç. Bisikletle patikadan ayrılarak araziye girmenin serbest olup olmadığı yarışma öncesinde katılımcılara duyurulur. Bununla birlikte araziye girmek serbest olsa dahi parkur, en hızlı rotanın araziden değil yoldan gidilmesini gerektirecek şekilde düzenlenmelidir.

d. Varış noktasına 200 metre kaldığı, şeritlerle belli edilir. Bu son 200 metre boyunca güzergâh mümkün olduğunca düz olmalı, sert dönüşler içermemeli ve en az 5 metre eninde olmalıdır. Varış noktası, aşırı hızı törpüleyecek biçimde, hafif eğimli bir arazinin yukarısında yer almalıdır. Varış noktasından itibaren sporcuların karmaşa oluşturmada dağılabilecekleri genişçe bir alan bulunmalıdır.

3. Yarışmacının uyması gereken kurallar:

Bisikletle oryantiring yarışmalarında IOF Bisikletle Oryantiring Yarışma Kuralları geçerli olacaktır. Buna göre:

a. Yarışmacı bisikletinden asla ayrılamaz. Zemin uygun değilse bisikletten inilebilir, bisikleti itebilir veya omuza alabilir ancak parkurun her noktasına bisikletiyle gitmek zorundadır. Bunun denetlenebilmesi için hedef noktalarında gerekli önlemler Tertip Kurulunca alınır ve yarışma öncesinde katılımcılara duyurulur.

b. Bisikletle yolun sağından gidilir, önde gidenin solundan geçilir. Yokuş çıkmakta olan, yokuştan inene yol vermek zorundadır. Araç trafiğinin bulunduğu yollarda Karayolları Trafik Kanunu'na göre hareket edilir.

c. Etkinlik süresince uygun kask takılması zorunludur. Bisikletin bakımlı ve etkinliğe uygun olmasını sağlamak, sporcunun sorumluluğundadır. Gerekliyorsa çıkış öncesinde hakemler, bisikletin uygunluğunu test ederek yarışmacının çıkış almasına engel olabilir.

ç. Sporcuların bisikletleri için anahtar, pompa, yedek iç lastik, lastik tamir kiti vb. taşımaları serbesttir. Sporcu parkur sırasında bisikletinin tamiriyle ilgili gerekebilecek araç gereci, kendinde yoksa bir başka sporcudan sağlayabilir ancak parkur dışından yardım almak yasaktır.

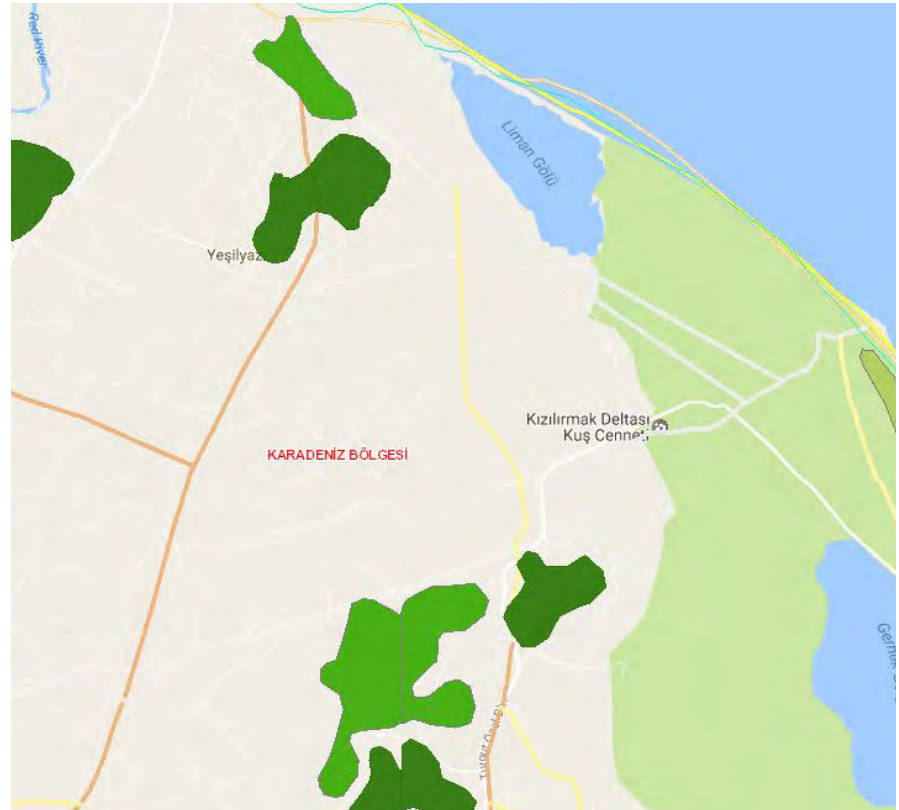
d. Sporcu varışa, yarışmaya başladığı kadro ile gelmelidir.

e. Yol üzerinde yolu baştan basa kapatan devrilmiş ağaç ya da insan yapımı bariyer vb. varsa haritada kırmızı çentik ile gösterilir. Burada geçiş serbest olup işaretleme sporcuyu uyarmaktan ibarettir. Parkur planlayıcı tarafından girilmesi yasaklanan yollar parkurun başından itibaren kırmızı zikzak ile gösterilir. Bu yollara girenler diskalifiye edilir.

4.8 UYGULAMA

Yaşadığınız bölgede aşağıdaki harita gibi bildiğiniz bir arazinin belediye veya Orman İşletme Müdürlüğünden (geodata.ormansu.gov.tr harita portalını kullanarak) fiziki haritasını temin ediniz. Bu harita üzerinde 5 hedefli zorluk derecesi düşük bir parkur çiziniz. Bisikletlerinizle parkuru tamamlayınız.

Harita 4.8: Kızılırmak Deltası sulak alan haritası (Bafra/SAMSUN)





Görsel 4.18: Kayakla oryantiring hedef noktası

KAYAKLA ORYANTİRING

Kayaklı oryantiring dayanıklılık gerektiren ve pist dışında yapılan bir kış sporudur. Yaz sezonunda yapılan diğer oryantiring disiplinleriyle benzerdir. Kayaklı oryantiring yüksek seviyede fiziksel ve zihinsel form gerektirir. Elit seviyedeki bir kayaklı oryantiringci mükemmel kayabilme ve harita okuyabilme becerisine ve bu ikisini uyumlu bir şekilde kullanabilme kabiliyetine ihtiyaç duyar. Bir oryantiringci her yarışta yüksek bir hızla yüzlerce rota seçeneği arasından birine karar vermek zorundadır.

Kayaklı oryantiring için çeşitli nitelikte kayak pistleri hazırlanır. Yarışma boyunca kayaklı oryantiringciler bir kontrol noktasından diğerine en hızlı şekilde varacakları rotaya karar vermek zorundadırlar. Rota seçimi; kayak pistinin nitelikleri, eğim ve mesafe dikkate alınarak yapılır. Tüm bunlar haritadan okunabilmelidir.

Kayaklı oryantiring fiziksel kondisyonun önemli olduğu maraton koşusu ya da mukavemet kayağı ile karıştırılmamalıdır. Kayaklı oryantiringde başarılı olabilmek için tüm kayak teknikleri (klasik stil, serbest stil ve iniş-dönüş teknikleri) iyi bilinmelidir (Görsel 4.18).

Kayaklı Oryantiring Dünya Şampiyonaları her çift sayılı yıllarda düzenlenmektedir ve tek sayılı yıllarda da Dünya Kupası organize edilmektedir. Program bayan ve erkekler katagorisinde uzun mesafe, orta mesafe, kısa mesafe, sürat koşusu ve bayrak yarışından oluşur.

Kayaklı Oryantiring geçmişi 1890'lara dayanan, uzun süreli gelenekleri olan bir spordur. Kayak oryantiring 1949 yılında olimpik spor olarak tanınmıştır.

Kayakla Oryantiringin Genel Özellikleri

Kayakla oryantiring, kuzey disiplini (mukavemet-koşu kayağı) kullanılarak yapılır. Harita üzerinde işaretli, pist üzerinde farklı genişlik ve kayılabilirlik özelliklerine sahip olacak biçimde açılan yol ve patikalar üzerinde yapılır. Kayakla oryantiring parkurlarını koşarak oryantiring parkurlarından ayıran en önemli özellikler aşağıda belirtilmiştir:

1. Parkurlarda mesafeler iki şekilde verilir:
 - a. Koşarak oryantiringde olduğu gibi kuş uçuşu mesafe verilir. Ancak ayak üzerinde geçilemeyecek çit, kaya seti, yasak bölge vb. unsurların etrafından dolaşıldığı varsayılarak mesafe bunu dikkate alacak şekilde değiştirilir.
 - b. İzlenmesi muhtemel en kısa rotanın uzunluğu olarak verilir.
2. Tırmanma, izlenmesi muhtemel en kısa rota üzerindeki tırmanma olarak alınır. Toplam tırmanma, izlenmesi muhtemel en kısa rotanın % 6'sını geçmemelidir.
3. Tüm hedefler, harita üzerinde gösterilmiş patika ve yollar üzerinde yer alır. Kayakla oryantiringde hedefler için kontrol tanımı kullanılmaz.
4. Harita üzerinde hedefler, sıra numarası-hedef numarası formatında (2-34 gibi) verilir.
5. Hedef noktaları çok dik inişler üzerinde bulunmamalıdır.
6. Kayakla oryantiringde yarışmacı bazı hedeflere koşarak veya yürüyerek gidebilir. Ancak kayak, baton ve kayak ayakkabılarını yanında taşımak zorundadır.

PATİKA (ENGELLİ) ORYANTİRİNGİ

Görsel 4.19: Patika (engelli) oryantiringi hedef noktası



Fiziksel engeli olan ve olmayan tüm katılımcılar aynı kurallarla ve eşit biçimde yarışır. Bu nedenle yürüyerek, tekerlekli sandalye, koltuk değnekleri kullanılarak yapılmaktadır (Görsel 4.19).

Hedefler, tekerlekli sandalyenin geçebileceği patikalara yerleştirildiği için adına patika oryantiringi adı verilmektedir. Fiziksel engelinden dolayı yürüyemeyen katılımcılara yarışma boyunca fiziksel destek verilir. Ancak rota ve hedef seçiminin kesinlikle katılımcı tarafından yapılması gerekmektedir. Destekçinin rota ve hedef seçimini etkilemesi, katılımcının yarışmadan ihraç edilmesine sebep olur. Patika oryantiringinde katılımcılar harita üzerinde verilen hedefleri sırası ile bulmayı amaçlarlar.

Katılımcı hedeflerin hepsini görebileceği bir noktadan, hedef seçimini yapar. Katılımcı tercih ettiği hedefi, kontrol kartına işaretler. Yarışma boyunca katılımcıya istediği takdirde bir destekçi verilebilir. Katılımcı sandalyesini kendisi kullanmak ya da kontrol kartını kendisi işaretlemek zorunda değildir. Katılımcıdan beklenen sadece "hedef seçimine, yardım almadan karar vermesidir"

1. Patika Oryantiringinin Genel Özellikleri:

a. Patika Oryantiringi, süreye göre değil, haritayı okuyup yorumlama becerilerine dayandığından bedensel engellilerin de katılımına uygun bir oryantiring türüdür. Bedensel engelliler elektrikli veya motorsuz tekerlekli sandalye kullanabilir. Gerektiğinde organizasyon tarafından sağlanan refakatçi de kullanabilir. Refakatçi sporcuya eşlik ederek fiziksel hareketliliğine yardımcı olur ancak yarışmayla ilgili herhangi bir yorumda bulunamaz.

b. Araziyi kat etme, hedefleri bulma ve değerlendirme yönünden diğer oryantiring türlerinden (koşarak, kayakla ve bisikletle oryantiring) farklıdır. Bu farklılıklar aşağıda belirtilmiştir:

1. Haritada hedef çemberinin içinde kalan bölge, sporcu güzergâhtan ayrılmadan kolaylıkla görebileceği konumdadır. Hedef çemberi içinde kalan bölgeye, arazide A, B, C, D, E harfleriyle gösterilen 5 ayrı hedef bayrağı asılır. Bu bayraklardan yalnızca biri, hedef noktasını doğru olarak göstermektedir. Sporcu bu 5 bayraktan hangisinin hedef noktasını gösterdiğini belirler ve kontrol kartına işler. Bu 5 hedeften hiçbirinin doğru olmadığı da mümkündür. Sporcu bu durumda hiçbirisi-sıfır seçeneğini işaretleyecektir.

2. Parkurda ayrıca, karar verme süresinin tutulduğu "sürelili hedefler" bulunur. Bu hedefler sporcuya çıkışta verilen harita üzerinde işaretli değildir. Bu hedeflere gelindiğinde sporcuya sadece bu bölgeyi gösteren bir harita verilir ve karar için geçirdiği süre kaydedilir.

3. Genel değerlendirme, süreye göre değil, puan hesabına göre yapılır.

a. Parkur planlayıcı, her hedef için 3 dakika, kat edilecek her 100 metre için de 3 dakika hesabıyla bir parkur tamamlama azami süresi belirleyecektir. Eğim, hava koşulları, güzergâh zemini gibi etmenler göz önüne alınarak bu süre Tertip Kurulu tarafından artırılabilir. Parkur tamamlama azami süresi katılımcılara yarışma başlamadan açıklanır.

b. Parkuru süresi içinde tamamlayamayan yarışmacı geç geldiği her 5 dakika için 1 puan kaybeder. Parkuru süresi içinde tamamlayan sporcu için zaman, kazanmasını etkileyen bir faktör değildir.

c. Doğru saptanmış her hedefin değeri 1 puandır.

ç. Süreli hedeflerde 60 saniye içinde verilmiş doğru yanıtın değeri 1 puandır. Süreli hedeflerde her yanlış yanıt için yarışmacının toplam süresine 60 saniye eklenir. 60 saniye içinde doğru yanıt verilemezse sonrasında verilen yanıt sayılmayacağı gibi yarışmacının süresine 120 saniye eklenir.

d. Yarışmacılar puanlarına göre sıralanır. Aynı puana sahip iki yarışmacı sıralamada aynı dereceye sahip olur, yarışmacıların varış sürelerine bakılmaz.

2. Harita özellikleri:

a. Patika oryantiringinde arazi, sporcunun tekerlekli sandalye ile veya yürüyerek, gerektiğinde resmî görevlilerden yardım alarak parkuru, verilen azami süre içinde tamamlayabileceği nitelikte seçilmelidir.

b. Haritada kullanılan semboller koşarak oryantiring ile aynıdır. Ölçek 1:4000 veya 1:5000 olacaktır.

3. Parkur özellikleri:

a. Parkur uzunluğu, çıkış noktasından varışa kadar izlenecek yolun uzunluğu olarak alınır ve 3500 metreyi geçmemelidir. Tırmanma, yol boyu en fazla %14 olacak, bu azami tırmanma da 20 metreyi geçmeyecektir. Yolu dik kesen eğim, hiçbir noktada %8'i geçmeyecektir.

b. Tekerlekli sandalyenin rahatlıkla geçemeyeceği derecede dar veya bozuk zeminli patikalar herkese yasak olmalı ve arazide de şeritlerle işaretlenmelidir (Görsel 4.20).

4. Hedef noktalarının seçiminde dikkat edilecek unsurlar aşağıda belirtilmiştir:

a. Hedef noktasını gösteren bayrak, harita üzerinde tam olarak gösterilmiş bir yere asılmalıdır ve doğru yanıt, araziye ne taraftan bakıldığından bağımsız olmalı ve tartışmaya yol açmamalıdır.

b. Hedef noktası civarında harita, hangi açıdan bakılırsa bakılsın sporcunun arkasında kalan kısım dâhil, arazi özelliklerini tam olarak yansıtmalıdır.

c. Hedef bayrağının seçilerek pasaporta işleneceği "karar noktası" arazide işaretli olmalı ancak haritada işaretli olmamalıdır. Tekerlekli sandalyede oturan birinin karar noktasından araziye baktığında karar vermesine etki edecek tüm özellikleri açıkça görebilmesi gerekir. Ayakta durabilen veya daha yüksek bir noktaya tırmanabilen oryantiringci avantaj sağlamamalıdır. Karar noktasından itibaren bayrakların bulunduğu bölgeye daha fazla yaklaşmak yasaktır ve bunu belirtmek için şerit çekilmelidir.

ç. Karar noktasından bakıldığında hedef bayraklarının tümü en az üçte bir oranında görünür olmalıdır.

d. İki hedef bölgesi birbirine yakın olup birinin hedef bayraklarının diğerinin karar noktasından görünüyorsa durumu iki bölgeyi birbirinden ayırmak üzere araziye şerit çekilmelidir.

e. Hedef bayraklarının A'dan E'ye işaretlemesi, derinlik farkı gözetilmeksizin soldan sağa doğru yapılır. Bayrakların tümü eşit yükseklikte (Genel eğilim yerden 50 cm'dir.) asılmış olmalıdır.

Görsel 4.20: Patika (engelli) oryantiringinde hedefler ulaşılması kolay noktalardan seçilir.



4.9 UYGULAMA

Okulunuzdaki veya çevrenizdeki bedensel engelli bir arkadaşınızla önce okul bahçesi krokisi üzerinde çizdiğiniz parkurdaki hedeflere daha sonra da bir park veya ormanlık alanda zorluk derecesi düşük bir parkurda 5 hedefe ulaşmaya çalışınız. Ayrıca bildiğiniz bir park veya ormanlık alanda basitçe çizdiğiniz 5 hedefli bir parkuru tamamlayınız.

ORYANTİRINGDE HEDEF ARAMA

Oryantiring sporunun, harita üzerinde işaretli noktaları (hedefleri) bağdaştırarak bulmayı ve bunu zamana karşı yarışarak yapmayı içeren bir spor dalıdır. Harita üzerindeki hedeflerin hepsine en kısa zamanda ulaşmak oryantiringci için çok önemlidir. Fiziksel kapasiteniz ne kadar yüksek olursa olsun hedef bulma beceriniz zayıfsa oryantiringde başarılı olma şansınız yoktur. Bu hedeflere ulaşabilmek için oryantiringci mükemmel bir harita okuma becerisine, mutlak bir konsantrasyona ve yüksek bir hızda koşarken çabuk ve doğru rotayı seçebilme becerisine sahip olmalıdır.

Harita ve pusulasıyla bir hedeften diğerine koşan oryantiringci parmak pusula kullanıyorsa pusulayı zayıf elinize takmalıdır. Yani solak iseniz pusulanızı sağ başparmağa, sağınızı kullanıyorsanız pusulanızı sol başparmağa takılmalıdır. Parkur süresince pusulanızı çoğunlukla harita üzerinde sabit duracaktır. Güçlü eliniz ise koşarken denge sağlamak, gerektiğinde bir dala tutunmak için kullanabilirsiniz. Ayrıca oryantiringci koşu tekniğinin daha verimli olması için şunlara dikkat etmelidir:

1. Ayağınızı yere vurmadan hemen önce beyniniz kaslarınıza darbeye hazırlanması için sinyal yollar. Kaslarınız da sıkışarak eklemlerinizi korur. Eğer bu iletişim zayıf ve yavaşsa kaslarınız bu uyarıyı almakta gecikir. Koşu anında gövde dik, bel düz ve baş dik olacak şekilde ilk teması hazırlanın. Bu sizi fazla yükten koruyacaktır. Ayrıca kolları sallarken dirsekleri vücudunuza yakın tutun.

2. Bazı araştırmalar, ayağın yere ilk değişimin stres kırığı ve diğer sakatlıklarda başrol oynadığını gösteriyor. Tabanın önü ya da orta kısmını yere koymak bu etkiyi azaltıyor. Uzmanlara göre fazla uzun adım atmak, çok daha büyük bir sorun. Şok emici ayakkabılarla ilk teması orta tabanla yapın.

3. Koşarken, tek ayağınızın üzerindeyken ve arkaya attığınız ayağınız içe doğru bükülüyorken sakatlanma riskiniz oldukça fazladır. Neredeyse vücut ağırlığınızın 2,5 katı kalçanız, diziniz, bilekleriniz ve ayak bağlarınıza baskı uygular. Bu da kas, eklem ve kemiklerinizin risk altında olması demek. Bu riski en aza indirmek için merkez kaslarınızı kullanın ve koşarken kütüklerin üstünden atladığınızı hayal edin.

4. Bel bölgeniz en üst seviyede gergindir, kalça fleksörleriniz (bükücü kaslar) sıkışır ve belinizde sorun yaşama riskiniz artar. Ayağınızın nerede olduğunun, hangi kaslarınızı kullandığının farkında olmak sizi daha iyi bir koşucu yapar. Fiziksel kapasitesi yüksek, harita okuma becerisi gelişmiş bir oryantiringci hedef arama ve bulmada rakiplerine göre her zaman avantajlı olacaktır. Bu nedenle başarılı olmak isteyen oryantiringciler devamlı antrenman yaparak kendilerini formda tutmalıdır.

4.10 UYGULAMA

Okulunuzun bahçesine arkadaşınıza göstermeden hedefler yerleştirin. Arkadaşınıza bu hedefleri kroki şeklinde verin ve arkadaşınızdan belirli bir sürede bu hedefleri bulmasını isteyin.

Aşağıda bulunan soruların cevaplarını noktalı yerlere yazınız.

1. Harita üzerinde grid çizgilerinin gösterdiği kuzeyedenir.
2. Kuzey, güney, doğu ve batıdir.
3. Kuzeydoğu, kuzeybatı, güneydoğu, güneybatıdir.
4. Uluslararası Oryantiring Federasyonunun kısaltması nedir? (.....)

Aşağıdaki çoktan seçmeli soruları cevaplayınız.

5. Haritaların üst tarafı her zaman için aşağıdaki yönlerden hangisini gösterir?

A) Kuzey B) Güney C) Batı
D) Doğu E) Güneydoğu

6. Pusula kadranı üzerinde S harfiyle gösterilen yön aşağıdakilerden hangisidir?

A) Güney B) Doğu C) Batı
D) Kuzey E) Kuzeybatı

7. Aşağıdaki sembollerden hangisi parkurun başlangıç noktasını gösterir?

A)  B)  C)  D)  E) 

8. Aşağıdaki sembollerden hangisi parkurun bitiş noktasını gösterir?

A)  B)  C)  D)  E) 

9. Aşağıdaki sembollerden hangisi koşarak oryantiringi ifade eder?

A)  B)  C)  D)  E) 

10. Aşağıdakilerden hangisi engellilerin de katılabileceği oryantiring türüdür?

A) Koşarak oryantiring B) Patika oryantiring
C) Bisikletle oryantiring D) Kayakla oryantiring
E) Gece oryantiringi

DERECELİ PUANLAMA ANAHTARI

Adı-Soyadı :
Sınıfı :
Numarası :

YÖNERGE: Aşağıdaki tablo, öğrencinizi değerlendirmeniz için hazırlanmıştır.
Öğrencinizin “Oryantiring Temel Teknikleri ve Uygulaması” ünitesindeki bilgi ve becerisini en doğru şekilde ifade eden seçeneğin altına (X) işareti koyunuz.

GÖZLENECEK DAVRANIŞLAR		Çok iyi	İyi	Orta	Kabul edilebilir	Çok zayıf
1	Pusula kullanarak yön bulur.					
2	Harita kullanarak yön bulur.					
3	Oryantiring kurallarını açıklar.					
4	Pusula bağlamayı bilir.					
5	Koşma-arama çalışması yapar.					
6	Oryantiring Harita sembollerini açıklar.					
TOPLAM						

CEVAP ANAHTARI

1. ÜNİTE

- 1- 19. Y.Y. İSKANDİNAVYA
- 2- 1961
- 3- ANKARA'DA

- 4- D
- 5- B
- 6- D

2. ÜNİTE

- 1- YÖN
- 2- A
- 3- D

- 4- C

3. ÜNİTE

- 1- KOYU GRİ
- 2- BİLGİSAYAR HAKEMİ
- 3- PARMAK VE BİLEK
- 4- TEPE

- 5- E
- 6- B
- 7- C

4. ÜNİTE

- 1- GRİD
- 2- ANA YÖN
- 3- ARA YÖN
- 4- IOF

- 5- A
- 6- D
- 7- A
- 8- C
- 9- D
- 10- B

SÖZLÜK

A

ana yön: Kuzey, güney, doğu ve batı yönlerinden her biri.

ara yön: 4 ana yönden ikisi arasında bulunan yönlerden her biri.

B

bilgi kartı: Araziyi detaylı olarak açıklayan kart.

C

coğrafi kuzey: Kuzey kutbunu gösteren yön.

Ç

çıkış: Yarışa başlanılan nokta.

E

eş yükselti: Deniz seviyesinden aynı yükseklikteki noktaları birleştiren eğri.

F

fener: Oryantiringde ulaşılan kontrol noktası.

fleksör kas: Bükülme hareketini yaptıran kas.

G

GPS: Yön bulmaya yarayan navigasyon aracı

grid kuzey: Dikey grid çizgilerinin gösterdiği istikamet.

H

hakem: Yarışma ve karşılaşmalarda kuralların uygulanmasını sağlayan tarafsız gözlemci.

harita: Yeryüzündeki bir bölgenin belirli bir ölçekte kağıt üzerine çıkarılması işi.

hedef: Gidilecek nokta, yer.

K

kerteriz: Duran veya hareket eden hedeflerden aldığımız istikametlerin doğrultusu.

konkav: Yüzeyi düzgün ve pürüzsüz çukur biçiminde olan nesne.

kontrol kartı: Oryantiringde noktalara ulaşıldığını gösteren kart.

kroki: Bir yerin başlıca özelliklerini gösteren taslak çizim.

L

lejant: Haritada kullanılan özel işaretlerin ne anlama geldiğini gösteren bölüm.

M

manyetik kuzey: Pusulada kırmızı ile gösterilen istikamet.

magenta: Kırmızı ile mor arasında bir renk.

münhani: Deniz seviyesinden başlayarak eşit yükseklikteki arazi kesitlerinin iz düşümü.

O

oryantiring: Harita yardımı ile yön bulmayı içeren bir doğa sporu.

Ö

ölçek: Yerkürenin veya bir parçasının belirli oranda küçültülmesi.

P

parkur: Yarışmacının yarışması için ayrılan alan, yer.

pusula: Yön gösteren cihaz.

V

varış: Yarışmanın sonuçlandığı yer.

Y

yön: Belli bir noktaya göre olan yer, taraf.

Z

zımba: Ucunda iğne olan sert bir maddeden yapılmış araç.

GENEL AĞ KAYNAKÇA

www.srckursu.com (12.07.2017 13:00)
www.tuhed.org/article/view/5000119567/5000110360 (10.07.2017 10:00)
www.srckursu.com/dersler.php?sayfa=164 (11.07.2017 11:00)
dag.org.tr/dokumanlar/5/dogada%20yon.pdf (13.07.2017 09:00)
www.oryantiring.org.tr/egitim/YBO/orta1.3.pdf (11.07.2017 09:30)
www.iog.org.tr/orienteering.asp (13.07.2017 15:00)
www.oryantiring.org.tr/egitim/YBO/orta1.3.pdf (10.07.2017 14:00)
www.oryantiring.org.tr/egitim/YBO/orta1.1.pdf (11.07.2017 13:20)
www.oryantiring.org.tr/egitim/O_belgeler/kayakla_GYT.htm (10.07.2017 15:10)
www.oryantiring.org.tr/egitim/O_belgeler/bisikletle_GYT.htm (10.07.2017 12:40)
www.oryantiring.org.tr/egitim/O_belgeler/mtbo_tanitim.pdf (11.07.2017 17:10)
www.oryantiring.org.tr/egitim/O_belgeler/patika_GYT.htm (13.07.2017 16:05)
www.oryantiring.org.tr/egitim/O_belgeler/patikao_tanitim.pdf (10.07.2017 17:10)
www.oryantiring.org.tr/egitim/O_belgeler/TRAIL-O%20SEEOWG%202012_presentation_tr.pdf (10.07.2017 13:21)
www.istanbuloryantiring.com/bilgiler/oryantiring-cesitleri/mtb-oryantiring/ (09.07.2017 16:05)
www.istanbuloryantiring.com/bilgiler/oryantiring-cesitleri/kayakli-oryantiring/ (09.07.2017 13:15)
www.istanbuloryantiring.com/bilgiler/oryantiring-cesitleri/patika-oryantiring/ (11.07.2017 12:40)
www.istanbuloryantiring.com/bilgiler/oryantiring-cesitleri/kosarak-oryantiring/ (11.07.2017 13:40)
www.sakaryaizcileri.com/mambo452-tr/html/oryantiring/pusyon.htm (10.07.2017 13:45)
www.runnersworldtr.com/dogru-kosu-tekniginin-4-adimi/2/ (09.07.2017 12:20)

GÖRSEL KAYNAKÇA

- Sayfa 10: orienteeringhelper.com/IMAGES/999/701.JPG (08.01.2017 15:00)
- Sayfa 11: www.stmaryqom.co.uk/upload/images/RkmwMe8g8Bd3v4L.jpg (09.01.2017 15:47)
- Sayfa 12: orienteering-history.info/img/control50.jpg (29.12.2016 10:37)
- Sayfa 13: orienteering-history.info/img/control60.jpg (29.12.2016 11:11)
- Sayfa 13: orienteering.org/wp-content/uploads/2011/06/Kopio-0514_0011.jpg (29.12.2016 10:38)
- Sayfa 13: www.dvoa.org/info/hist/instruction.jpg (22.02.2017 16:38)
- Sayfa 13: www.karaagacoryantiring.somee.com/oryantiringin-tarihcesi.html (29.12.2016 10:38)
- Sayfa 14: koyulaci.com/wp-content/uploads/2015/10/oryantiring.jpg (29.12.2016 11:30)
- Sayfa 14: www.yildirim.bel.tr/images/haberler/268/fg_07.jpg (29.12.2016 11:35)
- Sayfa 14: www.yildirim.bel.tr/images/haberler/268/fg_03.jpg (29.12.2016 11:29)
- Sayfa 14: www.yildirim.bel.tr/images/haberler/268/ (29.12.2016 11:29)
- Sayfa 16: www.longsleddaleopc.org/images/pages/orienteering.jpg (08.01.2017 16:28)
- Sayfa 17: www.ylivieskankuula.fi/imagebank/22719_huge.jpg (29.12.2016 11:28)
- Sayfa 20: Dreamstime.com ID:14242269 (30.12.2016 12:38)
- Sayfa 21: www.ylivieskankuula.fi/imagebank/22719_huge.jpg (29.12.2016 11:28)
- Sayfa23:upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/2/27/Piri_Reis_map_of_Europe_and_the_Mediterranean_Sea.jpg (01.04.2017 11:28)
- Sayfa 24: docplayer.biz.tr/10283895-Cografı-rehberim-haritalar-projeksiyon-yontemleri-olcek-kesir-olcek-cizgi-olcek.html (06.12.2016 11:28)
- Sayfa 25: docplayer.biz.tr/10283895-Cografı-rehberim-haritalar-projeksiyon-yontemleri-olcek-kesir-olcek-cizgi-olcek.html (06.12.2016 11:30)
- Sayfa 26: docplayer.biz.tr/10283895-Cografı-rehberim-haritalar-projeksiyon-yontemleri-olcek-kesir-olcek-cizgi-olcek.html (06.12.2016 11:28)
- Sayfa 27: docplayer.biz.tr/10283895-Cografı-rehberim-haritalar-projeksiyon-yontemleri-olcek-kesir-olcek-cizgi-olcek.html (06.12.2016 11:28)
- Sayfa 28: docplayer.biz.tr/10283895-Cografı-rehberim-haritalar-projeksiyon-yontemleri-olcek-kesir-olcek-cizgi-olcek.html (06.12.2016 11:28)
- Sayfa 29: docplayer.biz.tr/10283895-Cografı-rehberim-haritalar-projeksiyon-yontemleri-olcek-kesir-olcek-cizgi-olcek.html (06.12.2016 11:28)
- Sayfa 35: transtri.files.wordpress.com/2012/08/2012-08-18-13-10-48.jpg (08.12.2016 11:28)
- Sayfa 36: www.aussiepacific.com.au/ (08.12.2016 11:28)
- Sayfa 38: orienteering.org/wp-content/uploads/2010/12/DSC_0861.jpg (30.12.2016 11:28)
- Sayfa 39: www.walton-chasers.co.uk/wp-content/uploads/2015/05/meeeeeeeeeeeeee1.jpg (30.12.2016 11:28)
- Sayfa 41: www.snowys.com.au/blog/wp-content/uploads/2013/04/PHOTO-4-300x225.jpg (30.12.2016 11:28)
- Sayfa 42: www.yenialanya.com/images/haberler/2016/08/okullar_ne_zaman_aciliyor_h186997_81903.Jpeg (31.12.2016 11:30)
- Sayfa 51: outdoorlearning.mgfl.net/files/2015/03/si-start_close-qu4d06.jpg (04.01.2017 12:30)
- Sayfa 54: www.mtbo.us/wp-content/uploads/mtboa_adrian_jackson_aus.png (04.02.2017 12:30)
- Sayfa 55: nnimgt-a.akamaihd.net/transform/v1/crop/frm/storypad-U8fRTV4AivL6TNTd4m2sU7/2b63a748-3321-4d2e-ad8c-f19eac9f66ee.jpg/r0_25_1600_928_w1200_h678_fmax.jpg (31.12.2016 11:30)
- Sayfa 55: skio.files.wordpress.com/2009/12/puntch.jpg (05.02.2017 11:30)
- Sayfa 58: orienteering.org/wp-content/uploads/2010/12/DSC_1052.jpg (06.02.2017 11:30)
- Sayfa 59: d.haberciniz.biz/other/engellilerin-oryantiring-heyecani-IHA-20140513AW088837-2-t.jpg (06.02.2017 11:30)

Not: Kitapta kullanılan diğer görseller komisyon tarafından oluşturulmuştur.