附件2：

**定向运动简介**

定向运动是一项极富群众性、趣味性、知识性、竞争性和有军事意义的新型户外运动，有人形象地形容定向运动就是“一边跑马拉松，一边下国际象棋”。人们能够回归自然、锻炼体力与智力、磨练意志、团结协作和提高决策能力。定向运动是一项参赛者借助地图和指北针，在尽可能短的时间内到达若干个被同时标记在地图上和实地中的检查点的运动。以下对比赛项目作简要介绍：

一、积分赛

积分赛是在比赛区域范围内设置若干个点位，根据点位难易程度和距离远近，赋予每个点位不同分值，运动员在比赛规定时间内积分高者名次列前，积分相等，用时少者，名次列前。积分赛不规定找点顺序，出发前2分钟领取地图，由运动员自行决定最佳的找点顺序。

二、团队赛

　　团队赛是以团队为单位借助地图和指南针按要求完成到访若干必到点和若干自由点并以最短时间完成全赛程的运动。

**必到点**：团队中每个选手必须按照指定顺序到访的检查点

**自由点**：团队中至少一名选手到访的检查点

**团队的组成**：本次大赛团队赛由5名队员组成

**竞赛形式**：在团队赛中，每队的选手一起出发。所有队统一出发。每队参照队里各人的情况选取最佳路线和自由点的分配方法[必到点必须按预定的顺序打卡；自由点可以穿插在其中打卡]。

**成绩计算**：在全队正确完成整个比赛的前提下，以全队用时最多选手的用时为该队成绩。