



ORIENTACIÓN DEPORTIVA

INICIACIÓN AS CARREIRAS DE ORIENTACIÓN

CONVIVENCIA DEPORTIVA

MÉRCORES 21 DE FEBREIRO DE 2018, ÁS 10:00 H
ILLA DAS ESCULTURAS
PONTEVEDRA

PRESENTACIÓN

Organízase a seguinte **proba de orientación deportiva** que nace como a derradeira sesión dun curso de introdución da modalidade deportiva da orientación nos Institutos de Secundaria da provincia de Pontevedra, patrocinado pola Secretaría Xeral para o Deporte da Xunta de Galicia a través do CEFORE de Vigo.

O curso nace dun proxecto da Secretaría Xeral para o Deporte de promoción do Deporte Escolar orientado a adolescentes en idade de educación obrigatoria a través dos Departamentos de Educación Física dos Institutos e coa colaboración do profesorado.

Nesta proba participarán alumnado dos Centros nos que o seu profesorado participou no citado curso impartido en Vigo.

A actividade consistirá nunha **proba de iniciación á orientación** con modalidade non competitiva para o alumnado que desexa desfrutar deste deporte a nivel recreativo e modalidade competitiva para o alumnado que desexa competir e probarse nesta modalidade deportiva, nun espazo semiurbano de dificultade baixa.

CATEGORÍAS PARTICIPANTES

Este proxecto está destinado ó alumnado dos profesores que participaron nos cursos sobre a didáctica da orientación deportiva que se impartiron no CEFORE de Vigo no primeiro trimestre deste curso 2017-2018.

Masculino.

Feminino.

Parellas (grupos de dous ou dúas) FC (non competitiva).

DESENVOLVEMENTO DA ACTIVIDADE.

Trataremos que o desenvolvemento da actividade sexa idéntico a como ten lugar unha proba de orientación federada.



O profesorado encargarse de repartir as pinzas electrónicas entre o seu alumnado seguindo un listado para saber quen ten cada unha das pinzas e con que número de pinza participa cada rapaz.

Unha vez que cada alumno ten a súa pinza deberá asegurarse cal é a súa hora de saída, mirando no listado exposto na saída ou preguntando ó seu profesor que terá un listado coas horas de saída.

Cando se acerque a súa hora de saída cada participante deberá acercarse á saída a "limpar" e "comprobar" a súa pinza para estea apta para recoller a información da proba, caso de non facer estes pasos o participante será descualificado.

Unha vez coa pinza preparada os participantes deberán esperar a que lle entreguen o mapa co percorrido e lle permitan saír.

Dende onde lle dan a saída deberán seguir as sinais (cintas de plástico) ata a primeira baliza que non hai que picar, posto que non ten estación electrónica. Esa baliza está representada no mapa cun triángulo, para o corredor indica a saída e dende ese punto deberá dirixirse á baliza número 1.

Unha vez localizada, o corredor deberá comprobar que o código que hai nesa baliza coincide co que aparece no número 1 do cadro de descripcións do seu mapa, dese xeito asegurase de que está na baliza correcta, entón picará esa baliza e dirixirase á baliza número 2.

Da mesma maneira continuará ata a derradeira baliza que estará sinalada co código 100, dende esa baliza ata a meta haberá de novo cintas de plástico que indiarán o camiño. Unha vez chegada a meta o participante deberá picar a baliza meta o finish. Nese momento rematou a carreira para ese corredor, entón deberá dirixirse á secretaría para descargar a información recollida na súa pinza e devolvela.

MAPA

"**ILLA DAS ESCULTURAS**" Será aportado pola Organización no momento da saída

PROGRAMA

10,00H. Recepción de participantes e entrega das tarxetas de control

10,30H. Charla explicativa sobre as carreiras de orientación

11,00H. Saída dos primeiros corredores

13,00H. Final da actividade

INSCRICIÓN

Enviar o **formulario Excel** que se achega debidamente cuberto a coordinadordeporescolar.po@gmail.com con copia a lachs@aromon.es antes das



22:00h do sábado día 17 de febreiro.

Aqueles centros que por esquecemento non teñan creado o equipo de orientación no deporte escolar, deberán poñerse en contacto previamente co Servizo de Deporte da Xunta de Galicia coordinadordepoescolar.po@gmail.com

Transporte escolar gratuito proporcionado e xestionado por deporte escolar.

PUNTO DE ENCONTRO

Pavillón multiusos da Xunqueira
(Pontevedra)

<https://goo.gl/maps/dceWqXoioMu>



OBSERVACIÓNS, NORMAS E RECOMENDACIÓNS

O alumnado diporá dunha tarxeta electrónica de control que lle emprestará a organización e que deberá devolver ó finalizar a proba.

Haberá unha clasificación cos resultados das modalidades competitivas.

O alumnado que realice o percorrido non competitivo poderá facelo en grupo (nunca máis de dúas persoas).

É obrigatorio realizar o percorrido na orde indicada no mapa. ¡Olla ó código da baliza! Existirán controis cercanos de diferentes categorías.

É obrigatorio pasar pola meta, aínda que se teña abandonado a proba, para que lle poida constar este feito á organización.

Para a realización do percorrido, o competidor só pode contar coa axuda dunha brúxula, ademais do mapa proporcionado pola Organización.

É recomendable utilizar roupa cómoda e deportiva, así como dispoñer dunha muda.

As competicións de orientación baséanse no **respecto**:

- Á natureza
- Ós outros competidores
- Ás indicacións do persoal da organización da proba
- É importante ofrecer axuda os participantes que se atope en problemas



SEGURIDADE BÁSICA

Os trazados dos percorridos pénsanse para evitar as zonas perigosas para os participantes. Ningún control estará situado en lugares que impliquen risco algún para os participantes.

Queda totalmente prohibido correr nas zonas asfaltadas debendo gardar as lóxicas precaucións de tráfico.

En todo momento haberá unha ambulancia na zona de concentración para garantir a seguridade dos participantes.

ORGANIZA

Club MONTAÑEIROS DE PONTEVEDRA-A ROELO

<http://aromon.es>

aromon@aromon.es

Telf.: 645939395



PATROCINAN:



XUNTA DE GALICIA
CONSELLERÍA DE CULTURA, EDUCACIÓN
E ORDENACIÓN UNIVERSITARIA



XUNTA DE GALICIA
CONSELLERÍA DE CULTURA, EDUCACIÓN
E ORDENACIÓN UNIVERSITARIA

COLABORAN:



CFR
PONTEVEDRA

centro de
formación e recursos



CFR
VIGO

centro de
formación e recursos