



Curses d'orientació: l'esport de pensar i córrer

LINEAL (MAPA)

EDAT ORIENTATIVA: +8 ANYS

OBJECTIUS

- Familiaritzar-se amb mapes senzills.
- Fer ús de la targeta de control.
- Interpretar un mapa a la realitat.

DINÀMICA DE LA SESSIÓ

Realitzar un mapa d'orientació lineal on s'han de seguir tots els controls per l'ordre indicant, marcant a la targeta de control.

MATERIAL

- Fites per repartir en el mapa.

PREPARACIÓ

- Mentre els alumnes fan l'escalfament, amb ajuda d'ells o no, col·locar els diferents controls.

MAPA



VARIACIONS

- Es pot fer de forma individual o amb parelles.