



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

PISTA-O

EDAT ORIENTATIVA: +8 ANYS

OBJECTIUS

- Familiaritzar-se amb mapes senzills.
- Interpretar mapes a la realitat.

DINÀMICA DE LA SESSIÓ

El joc tracta de completar el circuit d'orientació amb el menor temps possible.

Sempre es comença al triangle, s'han de fer tots els controls per ordre i finalitzar a la doble rodona.

Per tenir el mapa orientat, es farà respecte al con i així saber cada lateral de la pista.

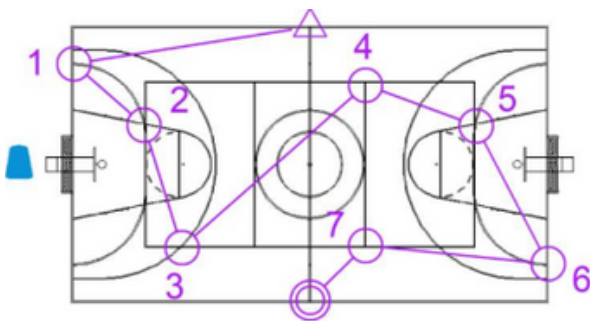
MATERIAL

- Fites.
- Con per marcar l'orientació.

PREPARACIÓ

- Mentre els alumnes escalfen, col·locar els controls a la pista.

MAPA



VARIACIONS

- Es poden enllaçar diferents circuits.
- Es pot fer el circuit de memòria.
- Es pot fer el circuit sense marcar.