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

RELLEUS (MAPA)

EDAT ORIENTATIVA: +8 ANYS

OBJECTIUS

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

DINÀMICA DE LA SESSIÓ

Els alumnes es divideixen en equips de 3 i realitzen un mapa d'orientació lineal on s'han de seguir tots els controls per l'ordre indicant, marcant a la targeta de control.
Un cop acaba un membre de l'equip, pot sortir l'altre.

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

- Hi ha alumnes que ho poden fer de forma individual (totes les postes) o bé amb els equips de relleus.