



CAMPIONATO COMARCAL DE ORIENTACIÓN E XORNADA

MULTIXOGO RIBADAVIA 2024 – 8 DE MAIO

<p>10:30 h CHEGADA Ó CAMPO DE FÚTBOL e RECEPCIÓN DE PARTICIPANTES.</p>	<p>Dirixímonos á zona da grada e sentámonos á espera de recibir instrucións da organización.</p> <p>Dado o gran número de participantes, pedimos a colaboración e axuda do profesorado, que acompañará ós grupos en cada unha das estacións coa finalidade de realizar a actividade de unha forma ordenada e cooperar cos monitores das probas.</p> <p>Faremos unha pequena reunión profesores e monitores, para ás 11:00 h dar comezo ás actividades.</p>
<p>CAMPIONATO COMARCAL DE ORIENTACIÓN</p>	<p>Os responsables dos centros, achegaranse á tenda da secretaría para pedir as tarxetas sportident e as repartirán entre os participantes según a lista que se adxuntará no sobre. Estas tarxetas rexistran o tempo de paso polos puntos de control. É necesario incidir no seu coidado e devolución ó finalizar a proba.</p> <p>Xunto coas tarxetas se entregará unha lista de participantes co seu número de tarxeta correspondente. Asegurarse de entregar a tarxeta correcta a cada alumn@.</p> <p>Participantes: Categoría Infantil (2010 e 2009) e Categoría Cadete (2007 e 2008) Sistema de control: Sportident Desenrolo da proba: 5 minutos antes da súa hora de saída, os participantes deberán presentarse na zona de saídas, onde deberán limpar e chequear a súa tarxeta sportident.</p> <p>Unha vez sexan chamados, collerán o mapa correspondente á súa categoría e comezarán o percorrido marcado, facendo todos os controis na orde sinalada no mapa.</p> <p>Rematarán o percorrido no laberinto situado no césped do campo de fútbol e tras picar a baliza de META, terán que ir a secretaría a descargar e entregar a tarxeta sportident.</p>

XORNADA MULTIXOGO	<p>A zona multixogo estará dividida en cinco estacións no terreo do campo de fútbol:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Zona A: Memoria • Zona B: Tira debuxos • Zona C: Descanso • Zona D: Micro Orientación • Zona E: Laberinto
	<div data-bbox="469 555 1501 1279" data-label="Diagram"> <p>Diagrama das cinco zonas do multixogo:</p> <ul style="list-style-type: none"> ZONA A (TIRA DE DEBUXOS) - Laranxa ZONA B (MEMORIA) - Verde ZONA C (DESCANSO) - Amarelo ZONA D (MICRO ORIENTACIÓN) - Azul ZONA E (LABERINTO) - Vermello <p>As zonas están conectadas por frechas: de A a B, de B a C, de C a E, e de D a C.</p> </div> <p>Dividiremos ó grupo por franxas de idade ou centros. Os monitores darán as instrucións para completar a actividade, entregando o material necesario a cada un dos participantes e irán dando saídas. Estableceremos un tempo por zona para proceder ás rotacións dos grupos. Todos deberían pasar por todas as zonas.</p>
TIRA DE DEBUXOS	<p>Distribúense 15 conos polo terreo, cada un con un debuxo e número diferente.</p> <p>Entregamos a cada participante una tira de debuxos, a modo de percorrido. Deberá completar todo o percorrido na orde indicada, picando na folla cando atopen o control que toca.</p> <p>Participantes: Todos agás infantiles e cadetes.</p> <p>Sistema de control: Pinza tradicional de orientación.</p>

<p>MEMORIA</p>	<p>Distribúense 15 conos polo terreo, cada un con un debuxo e número diferente, mais o cono de saída e meta. (Necesario limpar a tarxeta) Presentamos un cartaz en A3 nun punto fixo do terreo, con unha serie de debuxos a modo de percorrido, que os participantes terán que ir visitando e memorizando para poder completalo sen erros. Participantes: Todos agás infantís e cadetes. Sistema de control: Sportident.</p>
<p>DESCANSO</p>	<p>Aproveitaremos esta estación para repor forzas, podendo ir ata a grada para comer algo e beber.</p>
<p>MICRO ORIENTACIÓN</p>	<p>O monitor entrega un mapa onde estarán representados diferentes elementos ou materiais. O orientador deberá completar o percorrido marcado na orde correcta. É unha actividade ideal para facer na aula ou no ximnasio do colexio. Participantes: Todos menos infantís e cadetes. Sistema de control: Sportident</p>
<p>LABERINTO</p>	<p>Formamos un pequeno laberinto coa axuda de vallas e cinta de balizar. No seu interior, colocamos varios conos con debuxos e números, que os participantes terán que atopar na orde establecida no mapa. Todo isto, sen saltar ou pasar por debaixo das cintas. Participantes: Todos Sistema de control: Sportident.</p>



Pinza tradicional de orientación