
COURSE D'ORIENTATI ON

VEILLEE AES PETIT JEU
 JEU FLASH (3 MIN)



AGE : 7 ET +



DUREE : 45 MIN OU +



LIEU : EXTERIEUR



NBR DE PARTICIPANTS : 4 OU +



NOMBRE D'ENCADRANTS : 2



TEMPS DE PREPARATION : 30
MIN

SENSIBILISATION A L'ACTIVITE

Au moment du repas, dans la journée, mini scène de théâtre, ...

DESCRIPTION ET BUT

La course d'orientation est un sport de pleine nature qui se pratique avec une carte et une boussole.

DEROULEMENT ET REGLES

Au départ d'une course traditionnelle, l'orienteur reçoit une carte et la définition des postes ; le terrain qu'elle représente ne lui est pas connu. Il doit alors effectuer un circuit, dans un ordre imposé (ou libre suivant le mode) et composé de plusieurs postes de contrôle appelés "balises". Pour les trouver le plus rapidement possible, l'orienteur doit suivre une démarche réfléchie, en plusieurs phases :

1. phase de lecture de carte (orientation de la carte, relation carte/terrain) ;
2. phase de choix d'itinéraire ;
3. phase de réalisation de l'itinéraire.
4. phase de découverte du poste

COMMENTAIRES

Variante Géo catching possible



**MATERIEL
NECESSAIRE :**

- BLABLA
- BLABLA
- BLABLA
- BLABLA
- BLABLA
- BLABLA
- BLABLA
- BLABLA
- BLABLA
- BLABLA

