

## O que é Orientação?

### Educação Física

Enviado por:

Postado em:25/02/2011

Orientação é um esporte em que o praticante tem que passar por pontos de controle marcados no terreno no menor tempo possível, com o auxílio de um mapa e de uma bússola .

Por Confederação Brasileira de Orientação – CBO Orientação é uma moderna modalidade esportiva que usa a própria natureza como campo de jogo. Orientação é um esporte em que o praticante tem que passar por pontos de controle marcados no terreno no menor tempo possível, com o auxílio de um mapa e de uma bússola. Orientação é um desporto distinto dos demais, onde o praticante escolhe o caminho a ser seguido em meio à natureza, gerando deste modo, uma componente mental e lúdica capaz de atrair um grande número de praticantes de todas as idades e ter uma aceitação muito grande pelo público feminino. A Orientação, como atividade, acompanha o homem desde sua origem. No entanto, como esporte, surgiu nos países nórdicos há mais de cem anos, com o propósito de realizar-se uma atividade física ao ar livre, mantendo a mente do praticante ocupada em toda a sua execução e contribuindo para a educação ambiental. O mapa de orientação O mapa de orientação é um mapa topográfico detalhado, onde é traçado o percurso que o atleta tem que percorrer e são locados precisamente todos os detalhes da vegetação, relevo, hidrografia, rochas e construções feitas pelo homem etc. O percurso de Orientação O percurso de orientação é constituído de triângulo de partida, pontos de controle e chegada. Entre estes pontos, que são locados precisamente no terreno e equivalentemente no mapa, estão as pernas do percurso, nas quais o competidor deverá orientar-se. Regras básicas \* Passar por todos os pontos de controle; \* Marcar corretamente o cartão de controle; \* Preservar a natureza. Característica do Esporte A característica própria do desporto Orientação é escolher e seguir a melhor rota por um terreno desconhecido contra o relógio. Isto exige habilidades de orientação, tais como: leitura precisa do mapa, avaliação e escolha da rota, uso da bússola, concentração sob tensão, tomar decisão rápida, correr em terreno natural, manter o controle da distância percorrida etc. Modalidades As regras do esporte orientação regulam as seguintes modalidades: \* Orientação pedestre; \* Orientação em bicicleta; \* Orientação para atletas especiais; \* Orientação equestre; \* Outras. Vertentes da modalidade Face à abrangência do desporto, a Confederação Brasileira de Orientação, ao definir a política de desenvolvimento da modalidade, o dividiu em quatro vertentes: competitiva, ambiental, pedagógica e turística. \* A vertente competitiva constitui-se num conjunto de ações destinadas a formação do atleta, à busca da vitória, e ao trabalho dos clubes, com o principal escopo de determinar o crescimento do desporto orientação; \* A vertente ambiental diz respeito à produção das normas de proteção ambiental da competição, às regras e às ações educativas que envolvem organizadores e atletas, tendo como objetivo assegurar o mínimo de impacto ao meio. Nesta situação, onde o campo de atuação é o meio natural e o praticante é levado respeitar o habitat dos animais e as áreas sensíveis, cria-se uma relação íntima do homem com a natureza; \* A vertente pedagógica corresponde ao conjunto de ações que visam colocar o esporte Orientação a serviço do aluno. Nesse caso, procura-se a melhor qualidade do ensino e a motivação do aluno, não importando a performance; mas, sim, a participação, visando a formação do indivíduo para o exercício da cidadania e para a prática do lazer; \* Como produto de turismo a Orientação é uma atividade que promove o deslocamento de pessoas para a prática do lazer e esporte de forma

recreacional e competitiva, em ambientes naturais e espaços urbanos, envolvendo emoções e riscos controlados, exigindo o uso de técnicas e equipamentos específicos e a adoção de procedimentos para garantir a segurança pessoal e de terceiros e o respeito ao patrimônio ambiental e socio-cultural. A instituição nacional de administração A Confederação Brasileira de Orientação – CBO, com sede em Santa Maria – RS, é a instituição nacional de administração do esporte orientação. A CBO foi fundada em 11 de janeiro de 1999 em Guarapuava – PR, sendo a resultante de todos os fatos históricos que construíram este esporte e conta hoje com Federações Estaduais, Clubes e atletas de todos os cantos do Brasil. Este conteúdo foi acessado em 25/02/2011 no sítio da Confederação Brasileira de Orientação – CBO. Todas as informações nela contida são de responsabilidade do autor.