

## Normativa tècnica de CURSES D'ORIENTACIÓ

### 1. Modalitats

- a) Individual
- b) Equips: s'estableix un mínim 3 atletes per categoria i sexe, sense màxim.

### 2. Característiques

La cursa d'orientació consisteix en la realització d'un recorregut en el qual el participant ha de passar per uns punts de control, marcats al mapa i materialitzats al terreny, en el mínim temps possible.

El recorregut cal fer-lo contra rellotge, o sigui individualment, i amb l'única ajuda del mapa i la brúixola.

Els controls es materialitzen amb fites, que són prismes de tela de 30 x 30 cm. de base triangular i amb les cares dividides diagonalment pels colors blanc i taronja. A cada fita hi ha una pinça de control, per marcar la targeta de control de cada participant.

#### 2.1 Distàncies de les curses

Les distàncies, aproximades i lineals seran:

Benjamí	Aleví	Infantil	Cadet	Juvenil
1.250 metres	1.250 metres	1.500 metres	2.250 metres	2.500 metres

### 3. Reglament

#### a) Sortides

La llista d'hores de sortida s'elaborarà de manera que no surtin alhora corredors/es de la mateixa categoria.

El interval de sortida entre cada participant de la mateixa categoria serà de 2 minuts, podent modificar-se segons el número de persones participants.

Si un corredor/a arriba tard a la seva hora de sortida podrà efectuar la cursa immediatament, però el temps de cursa serà a partir de l'hora assenyalada a cada targeta i a la llista de sortida.

Els participants de la cursa han d'estar al punt de sortida 10' abans de la seva hora de sortida.

### **b) Targeta de control**

Els delegats/des de cada entitat/escola seran els responsables d'agafar les targetes de control el dia de la cursa i entregar-les als seus participants: esportistes i adults.

El corredor/a serà el responsable de la seva targeta un cop l'hagi rebuda.

Els delegats/des hauran d'entregar a l'organització les targetes de control dels corredor/es que no hagin participat a la cursa.

Els corredor/es als qui falti alguna marca en la targeta de control seran desqualificats.

### **c) El mapa**

El mapa serà realitzat amb escales adaptades a les categories escolars. Tindrà el recorregut marcat amb color magenta o fúcsia i amb:

- c.1.** Un triangle equilàter de 7 mm de costats que indica exactament el punt de sortida.
- c.2.** Un nombre determinat de controls indicats amb circumferències, ordenats mitjançant números correlatius a partir de l'1.
- c.3.** Línies rectes entre controls i doble circumferència a meta.

Es marcaran també de color magenta de trama possibles zones de perill o prohibides i, amb traços sinuosos, possibles punts de pas obligatori per als corredor/as.

### **d) Meta**

El corredor/a lliurarà la targeta de control i el mapa.

Els delegats/des de cada entitat/escola podran anar a buscar els mapes a l'organització un cop acabada la cursa.

Si un corredor/a es retira, haurà de passar obligatòriament per la meta i comunicar-ho als tutors/es de joc de la prova.

### **e) Presa de temps i resultats**

La presa de temps es realitzarà a la mateixa línia de meta, i és donarà en hores, minuts i segons. En cas que dos corredor/a facin el mateix temps, ocuparan el mateix lloc a la llista de resultats.

Si un/a corredor/a perdés la targeta de control, l'estripés o la manipulés, no passés tots els controls o no els visités en l'ordre establert, serà desqualificat.

### **f) Respecte al medi ambient**

Els organitzadors i participants estaran obligats a vetllar per preservar el medi natural on es desenvolupa la cursa d'orientació.

Els organitzadors i participants vetllaran per mantenir neta la zona de sortida i arribada a meta. Els corredor/es no podran trepitjar camps conreats o malmetre elements naturals o artificials, i seran desqualificats si es comprova aquest supòsit.

### **g) Respecte al present reglament i incidències**

El responsable de cada centre escolar o entitat haurà de conèixer aquesta reglamentació i exposar-la de manera entenedora als participants. Els possibles incidents no recollits en aquest reglament seran interpretats pel comitè de competició segons la reglamentació aplicable.

L'entitat o el participant que no respecti aquesta reglamentació serà desqualificat/da o penalitzat/da.

### **h) Extracte del reglament de competició Curses d'Orientació:**

L'honestetat esportiva de l'orientador és un principi fonamental.

**h.1.** Les curses d'orientació es practiquen en silenci i els corredor/es no poden intercanviar informació de cap tipus durant la competició.

**h.2.** No està permès fer la totalitat o part d'un recorregut en col·laboració amb un o més corredor/es.

**h.3.** No està permès seguir un altre corredor/a per aprofitar-se del seu millor nivell tècnic.

**h.4.** Cal fer el recorregut en l'ordre oficial dels controls.

**h.5.** L'assistència és obligatòria en cas d'accident d'un corredor/a.

**h.6.** Tots els participants han de respectar tercers, així com les propietats privades, conreus i zones de repoblació forestal i tot el material de la competició.

**h.7.** Cal que tots els participants respectin els altres corredors/es de les altres categories.

**h.8.** La zona de competició està prohibida als corredor/es fora de cursa així com als acompanyants.

**h.9.** El corredor/a que no acabi el recorregut està obligat a notificar-ho al control d'arribada.

**h.10.** L'organització té dret a verificar la targeta de control en tot moment.

**h.11.** Cap participant no pot deixar cap tipus de deixalla ni malmetre cap element de la naturalesa al lloc de la trobada.

**h.12.** Qualsevol infracció d'aquest codi d'ètica esportiva pot ser motiu de desqualificació.

**h.13.** Cada corredor/a i entitat participant accepten el reglament de les curses d'orientació i participen, exclusivament, sota la seva responsabilitat.

## 4. Sistemes de puntuació i classificació i guardons

- En l'àmbit local, comarcal i intercomarcal cada consell esportiu podrà escollir entre qualsevol dels sistemes de puntuació i classificació de l'apartat 2.5.3 de la normativa general dels JEEC.
- Els consells esportius hauran de repartir com a mínim un diploma nominal de participació a TOTS els participants en l'àmbit local-comarcal, intercomarcal, en les categories de primària, segons el model establert entre el CCE i la UCEC.
- En el cas que es lliurin guardons en funció de la classificació, i que s'estigui utilitzant el sistema paral·lel de puntuació i classificació, els guardons corresponents als valors hauran de ser els mateixos que els corresponents als resultats esportius, o com a mínim del mateix valor.

## 5. Especificitats de l'àmbit supracomarcal

### 5.1 Sistema de puntuació i classificació

En les fases territorials i nacionals, s'aplicarà el sistema de **classificació paral·lel** que s'especifica a continuació:

	<b>CLASSIFICACIÓ ESPORTIVA</b>	<b>CLASSIFICACIÓ DE VALORS</b>
<b>INDIVIDUAL</b>	<p>Es realitzarà segons les marques obtingudes.</p> <p>La classificació individual s'aconseguirà restant el temps de sortida al temps d'arribada de cada corredor/a.</p> <p>Per poder validar els temps, cada participant haurà de realitzar el circuit en l'ordre establert i presentarà a meta la targeta de control amb totes les marques correctes de les pinces de cadascuna de les fites del recorregut corresponent.</p> <p>La classificació es farà de manera descendent, ordenant les marques de millor a pitjor de la seva categoria, prova i sexe.</p>	<p>Es farà una classificació per categoria i gènere (veure punt 5.2 Puntuació de Valors).</p> <p>Hi haurà uns tutors de valors que observaran el comportament de tots els membres (esportistes, personal tècnic i públic).</p> <p>El resultat de l'observació es mesurarà amb uns ítems i s'enregistrarà a una graella.</p>

	<b>CLASSIFICACIÓ ESPORTIVA</b>	<b>CLASSIFICACIÓ DE VALORS</b>
<b>EQUIPS</b>	<p>Es realitzarà segons les marques obtingudes de la classificació individual.</p> <p>Es comptabilitzaran els 3 millors resultats per prova, gènere i categoria de cada equip.</p> <p>El barem de puntuació serà el següent:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 1er/a classificat/ada: 1 punt,</li> <li>- 2on/a classificat/ada: 2 punts,</li> <li>- 3er/a classificat/ada: 3 punts,</li> <li>- 4rt/a classificat/ada: 4 punts, i així successivament fins arribar al/la darrer/a classificat/ada</li> </ul> <p>La classificació s'establirà per ordre ascendent, de menor a major puntuació.</p>	<p>Es farà una classificació per categoria i gènere (veure punt 5.2 Puntuació de Valors).</p> <p>Hi haurà uns tutors de valors que observaran el comportament de tots els membres (esportistes, personal tècnic i públic).</p> <p>El resultat de l'observació es mesurarà amb uns ítems i s'enregistrarà a una graella.</p>

## 5.2 Puntuació de valors

### a) Accions bàsiques

- a.1) Salutacions inicial i final entre tutors de joc, tècnics/es, i esportistes.
- a.2) Salutació inicial i final dels esportistes al públic.
- a.3) Puntualitat en l'arribada a la instal·lació/punt de trobada.
- a.4) Equipament adequat per la pràctica de l'activitat física i que no suposi cap tipus de perill físic pels esportistes.

Barem de puntuació:

- 2 punts – Quan s'ha actuat d'acord amb l'ítem.
- 0 punts – Quan no s'ha actuat d'acord amb l'ítem.

### b) Accions complementàries

- b.1) Fer un bon ús del material i espai, tant esportiu com complementari (espai de joc, material esportiu, vestidor, mobiliari, medi ambient, etc.).
- b.2) Respectar tots els agents (companys/es, adversaris/es, públic i tutor/a de joc).
- b.3) Animar, tant els companys com els adversaris, independentment del resultat.
- b.4) Realitzar els aspectes bàsics d'una pràctica esportiva saludable: escalfament i hidratació
- b.5) Reconèixer/ felicitar les bones accions del/la adversari/a, independentment del resultat.
- b.6) Ajudar a un/a adversari/a en una situació complicada.
- b.7) Realitzar alguna acció extraordinària que ha destacat pels valors que aporta, de manera individual o col·lectiva.

Barem de puntuació:

De l'ítem 1 al 5, estaran en joc 3 punts per a cada agent i s'aconseguiran segons el següent criteri:

- 3 punts – Quan s'ha actuat d'acord amb el que recull l'ítem que s'està valorant.
- 2 punts – Quan s'ha actuat d'acord amb el que recull l'ítem però amb aspectes a millorar.
- 1 punt – Quan s'ha actuat lluny del que recull l'ítem però l'acció no es considera greu envers la convivència, el bon clima, la ètica o la salut.
- 0 punts – Quan no s'ha actuat d'acord amb el que recull l'ítem i l'acció es considera greu envers la convivència, el bon clima, la ètica o la salut. En cas que es produeixi per part d'algun dels agents de l'equip, suposarà la pèrdua de la puntuació acumulada d'aquell equip de l'ítem que s'està valorant, que passarà a ser de 0 punts en total.

De l'ítem 6 i 7, i com a mesura correctora al factor sort, estaran en joc 2 punts per a cada agent segons el següent criteri:

- 2 punts – Quan s'ha produït l'acció i s'ha actuat d'acord amb l'ítem.
- 1 punt – Quan no s'ha produït l'acció.
- 0 punts – Quan s'ha produït l'acció i NO s'ha actuat d'acord amb l'ítem.

### **c) Accions recomanades**

**c.1)** Incorporar altres accions que contribueixin a fomentar el treball en equip, la cooperació per a l'assoliment d'un objectiu comú i a l'educació dels infants i el joves a través de l'esport.

Barem de puntuació:

- 2 punts – Quan s'ha actuat d'acord amb l'ítem.
- 0 punts – Quan no s'ha actuat d'acord amb l'ítem.

### **5.3 Guardons**

A banda del diploma nominal de participació a TOTS els participants, es lliuraran els guardons següents:

- medalles als 3 primers esportistes i/o equips de la classificació esportiva de cada categoria i gènere.
- medalles (o altres guardons del mateix valor o superior) als 3 primers esportistes i/o equips de la classificació en valors de cada categoria i gènere.
- en els equips de les categories prebenjamí, benjamí i aleví: medalles als 3 primers equips de la classificació integrada de cada sexe.

**CURSES D'ORIENTACIÓ INDIVIDUAL**
**ACCIONS BÀSIQUES**

	ESPORTISTA				TOTAL
	3	2	1	0	
Salutacions inicial i final entre tutors/es de joc, tècnics/es, i esportistes.					
Salutació inicial i final dels esportistes al públic.					
Puntualitat en l'arribada a la instal·lació.					
Equipament adequat per la pràctica de l'activitat física i que no suposi cap tipus de perill físic pels esportistes.					

**ACCIONS COMPLEMENTÀRIES**

	ESPORTISTA				TOTAL
	3	2	1	0	
Fer un bon ús del material i espai, tant esportiu com complementari (espai de joc, material esportiu, vestidor, mobiliari, etc.).					
Respectar tots els agents (companys/es, adversaris/es, públic i tutor/a de joc).					
Animar, tant els seus esportistes i companys, com els adversaris, independentment del resultat.					
Realitzar els aspectes bàsics d'una pràctica esportiva saludable: escalfament i hidratació					
Reconèixer/ felicitar les bones accions del/la adversari/a, independentment del resultat					
Ajudar a un/a adversari/a en una situació complicada.					
Realitzar alguna acció extraordinària que ha destacat pels valors que aporta, de manera individual o col·lectiva.					
<b>ACCIÓ EXTRAORDINÀRIA:</b>					

**ACCIONS RECOMANADES**

	ESPORTISTA				TOTAL
	3	2	1	0	
Incorporar altres accions que contribueixin a fomentar el treball en equip, la cooperació per a l'assoliment d'un objectiu comú i a l'educació dels infants i el joves a través de l'esport.					
<b>ACCIONS:</b>					

<b>TOTAL P. VALORS</b>	
------------------------	--

Nom i cognoms de l'esportista: \_\_\_\_\_

Categoria: \_\_\_\_\_ Entitat: \_\_\_\_\_

Data: \_\_\_\_\_



**CURSES D'ORIENTACIÓ EQUIPS**
**ACCIONS BÀSIQUES**

	EQUIP				TOTAL
	3	2	1	0	
Salutacions inicial i final entre tutors/es de joc, tècnics/es, i esportistes.					
Salutació inicial i final dels esportistes al públic.					
Puntualitat en l'arribada a la instal·lació.					
Equipament adequat per la pràctica de l'activitat física i que no suposi cap tipus de perill físic pels esportistes.					

**ACCIONS COMPLEMENTÀRIES**

	EQUIP				TOTAL
	3	2	1	0	
Fer un bon ús del material i espai, tant esportiu com complementari (espai de joc, material esportiu, vestidor, mobiliari, etc.).					
Respectar tots els agents (companys/es, adversaris/es, públic i tutor/a de joc).					
Animar, tant els seus esportistes i companys, com els adversaris, independentment del resultat.					
Realitzar els aspectes bàsics d'una pràctica esportiva saludable: escalfament i hidratació					
Reconèixer/ felicitar les bones accions del/la adversari/a, independentment del resultat					
Ajudar a un/a adversari/a en una situació complicada.					
Realitzar alguna acció extraordinària que ha destacat pels valors que aporta, de manera individual o col·lectiva.					
<b>ACCIÓ EXTRAORDINÀRIA:</b>					

**ACCIONS RECOMANADES**

	EQUIP				TOTAL
	3	2	1	0	
Incorporar altres accions que contribueixin a fomentar el treball en equip, la cooperació per a l'assoliment d'un objectiu comú i a l'educació dels infants i el joves a través de l'esport.					
<b>ACCIONS:</b>					

<b>TOTAL P. VALORS</b>	
------------------------	--

Els Jocs Esportius Escolars de Catalunya és un programa de la Secretaria General de l'Esport de la Generalitat de Catalunya

Nom de l'equip: \_\_\_\_\_

Categoria: \_\_\_\_\_

Data: \_\_\_\_\_

Entitat: \_\_\_\_\_