MENDIKO ORIENTAZIOA ▪ ORIENTACIÓN DE MONTAÑA
Jarduera inklusiboa: urritasuna dutenentzat ere.
Actividad inclusiva: también para escolares con discapacidad.

Bi maila:
1. maila: Orientazioa eskolan
2. maila: Orientazioa mendian.

Nork har dezake parte?

Jarduerak ikastetxearen bidez izena eman duten Bigarren Hezkuntzako 1.mailatik hasi eta unibertsitate ikasketak hasi bitarteko ikasleentzat dira. Ikastetxeak nahi beste txandatarako izena eman dezake, beti ere, gutxienez 12 eta gehienez 35 ikaslez osaturik badaude.

Zein maila aukeratzen duten kontuan hartuta, parte hartzaileek baldintza hauek bete behar dituzte:

1. maila:
-DBHko 2.mailatik gorako ikasleak.

Partaideen gelan urritasunen bat duen ikaslerik baldin badago, berak ere partu hartu ahal izango du gelakideekin. Izen-emateko garaian urritasun mota eta maila jakineraziko da.

Dena den, ikasleek gutxieneko eduki teoriko batzuk ikasi behar dituztenez, ez da gomendatzen ezgaitasun psikikoak dituzten ikasleek parte hartzea.

2. maila:
-DBHko 3. eta 4. mailetako, Batxilergokoak edo Lanbide Heziketako ikasleak izanik 1. mailako ikastaroa egin dutenek bakarrik parte har dezakete.
-Jarduerak ezaugarri bereziak dituenez, gerta liteke maila hau gomendagarria ez izatea urritasunen bat duten ikasleentzat, honen maila eta motaren arabera.

Dos niveles:
Nivel 1: Orientación en la escuela
Nivel 2: Orientación en la montaña.

¿Quiénes pueden participar?

La actividad se dirige a escolares de Enseñanzas no universitarias, de 1º de Enseñanza Secundaria en adelante, que realicen la inscripción a través del centro escolar. Éste podrá inscribirse en cuantos turnos desee, siempre y cuando los mismos estén formados por un mínimo de 12 y un máximo de 35 escolares.
Dependiendo del nivel elegido, cualquier participante deberá reunir las siguientes condiciones:

Nivel 1:
-Escolares de 2º de E.S.O. en adelante.

Si en la clase de los participantes hay algún/a alumno/a con discapacidad, también podrá participar junto a sus compañeros/as. En el momento de la inscripción se informará del tipo y grado de discapacidad.
De todos modos, la necesidad de asimilación de un mínimo de contenidos teóricos por parte del alumnado hace no aconsejable la participación de escolares con discapacidad psíquica.

Nivel 2:
-Podrán participar sólamente escolares de 3º y 4º de ESO, Bachiller y FP que hayan realizado el cursillo del nivel 1

-Debido a las características especiales de la actividad, este nivel podría no ser aconsejable para escolares con discapacidad, dependiendo del grado y tipo de la misma.

Egunak:

2018ko urtarrilaren 22tik ekainaren 1era.

Ordutegia:

1. maila:
Ikastaroa egun erdikoa edo egun osokoa izango da ikastetxearen ordutegia eta aukeren arabera, egun osokoa izanda bazkaritarako etena eginez (ikastetxean bertan edo ikasle bakoitzak bere etxean), arratsaldean berriro ekingo zaio jarduerari.

Goizez*:* 10etatik bazkalordurarte.
Arratsaldez*:* Ikastetxeko eskolordutan.

2. maila:
Jarduera egun osokoa izango da eta bazkaria bertan egingo da.
09:00etan hasi eta 17:00etan, gutxi gora behera, bukatuko da.

Lekuak:

1. maila:
Ikastetxean bertan eta inguruetan.

2. maila:
Ikastetxeak aukeratuta, Gipuzkoako geografian banatutako lau alderdi hauetako batean egin daiteke jarduera:
- Udalaitz mendia, Arrasaten.

Harrera Udaletxeko plazan.
- Adarra mendia, Urnietan.

Harrera RENFEko geltokian.
- Izarraitz mendia, Azpeitian.

Harrera Udaletxeko plazan.
- Uzturre mendia, Tolosan.

Harrera RENFEko geltokian.

Materiala eta irakasleak:

Irakasleak Gipuzkoako Mendi Federaziokoak izango dira eta erabiliko den material tekniko guztia ere (mapak, iparrorratzak, etab.) berak jarriko du. Ikasle bakoitzak gutxieneko materiala eraman beharko du (ondoren zehaztuko da).

Hala ere, talde bakoitzeko nahitaez irakasle bat egongo da mendi federazioko irakasleei laguntzeko eta talde barruko ordenaz eta jardueraren alderdi ez

Fechas:

Desde el 22 de enero al 1 de junio.de 2018.

Horario:

Nivel 1:
El cursillo sera de medio dia o de dia entero, depende del horario y las posibilidades del centro, en caso de ser de dia entero, parando a comer, bien en el centro o bien cada alumno en su casa y se continuara por la tarde

Mañana: de 10 h. hasta la hora de comer.
Tarde: horario lectivo del centro.

Nivel 2:
La actividad será durante todo el día, realizándose la comida durante la misma.
La hora de comienzo será las 9:00 horas, finalizando hacia las 17:00 aproximadamente.

Lugar:

Nivel 1:
En el propio centro escolar y sus alrededores.

Nivel 2:
La actividad se podrá realizar, a elección del centro, en una de estas cuatro zonas repartidas por la geografía de Gipuzkoa:
- Monte Udalaitz, en Arrasate.

Recepción en la plaza del ayuntamiento.
- Monte Adarra, en Urnieta

Recepción en el apeadero de RENFE
- Monte Izarraitz, en Azpeitia.

Recepción en la plaza del ayuntamiento.
- Monte Uzturre, en Tolosa

Recepción en el apeadero de RENFE.

Material y profesorado:

Todo el material técnico (mapas, brújulas, etc.) así como el profesorado necesario será aportado por la Federación Guipuzcoana de Montaña. Hay un material personal mínimo que deberá aportar cada escolar (se detalla seguidamente).

No obstante, el profesorado de la federación deberá contar obligatoriamente con la colaboración del profesorado de la clase, quien se responsabilizará del orden interno

teknikoez arduratuko da.

Norberaren materiala:

1. maila:

- Motxila txikia.
- Urez betetako kantinplora.
- Hotzaren kontrako arropa.
- Bota arinak, ibiltzeko egokiak
- Arkatza, erregela eta borragoma.

2. maila:

1. mailarako behar den materialaz gain, hauek ere beharko dira:

- Plastikozko paper-zorroa
- Kanguroa edo zira
- Egun osorako janaria (pare bat ogitarteko eta bizpahiru fruta ale).

Prezioa:

4,75 euro partaideko. Zenbateko hori ondorengo kontu korrontean ordaindu beharko da: KUTXABANK, 2095.5009.75.1061247424.

Ordainketa egiterakoan banku eragiketaren kontzeptu gisa “orient” gehi “Ikastetxearen izena” jarri beharko da. Esaterako “orient-La Salle”

Izen-ematea:

Ikastetxeak interneten bidez egingo du izen-ematea eta, horretarako, **Eskola kirolaren izen-emateak** aplikazio informatikoan **hastapeneko jardueren** atalean sartuko da.

Bidali aurretik aurreikusitako ordutegi eta daten erabilgarritasuna **Gipuzkoako Mendizale Federazioarekin** baieztatu behar dira (943.461.440).

Txanden esleipena deiadak jaso ahala egingo da.

Izena ematerakoan %10 ordaindu beharko dute ikastetxeek, aurrerakin gisa, eta gainontzekoa ikastaroa bukatu eta hurrengo astean. Aurrerakina gehienez ere 7 egunen burruan. Aurrerakina gehienez ere 7 egunen buruan ordainduko da, erreserba egiten denetik hasita. Horrela

del grupo o de otros aspectos no técnicos de la actividad.

Material personal:

Nivel 1:

- Mochila pequeña.
- Cantimplora con agua.
- Ropa de abrigo.
- Botas pequeñas, tipo treking
- Lápiz, regla y goma de borrar.

Nivel 2:

Además del material necesario para el nivel 1, hará falta:

- Portafolios de plástico
- Canguro o chubasquero
- Comida para la jornada (un par de bocadillos y dos/tres piezas de fruta)

Precio:

4,75 euros por participante. El importe deberá de ser abonado en la siguiente cuenta corriente: KUTXABANK, 2095.5009.75.1061247424

Al efectuar el ingreso y como concepto de la operación bancaria indicar la abreviatura “orient” seguida del “nombre del centro”. Por ejemplo: “orient-La Salle”.

Procedimiento de inscripción:

El centro escolar realizará la inscripción **a través de Internet**, accediendo al apartado dedicado a **actividades de iniciación** en la **aplicación informática de Inscripciones de deporte escolar.**

Previamente deberá confirmar con la **Federación Guipuzcoana de Montaña (943.461.440)** las fechas y el horario del curso.

La adjudicación de tandas se realizará por orden de llamada.

Los centros escolares deberán ingresar, en concepto de adelanto, el 10% del importe de la matrícula en el momento de efectuar la reserva y el resto durante la semana siguiente a la actividad. El ingreso del adelanto se realizará en un plazo máximo de 7 días desde la realización de la

egin ezean, erreserba baliogabetuta geratuko da.

Ezeztapenak:

Ikastetxeak jarduera ez egitea erabakitzen badu, aurrerakin gisa emandako diru kopurua galduko du.

reserva. El incumplimiento de este requisito supondrá la anulación de ésta.

Anulaciones:

En el supuesto de que un centro desista de la realización de la actividad, perderá las cantidades de la matrícula entregadas hasta el momento de la anulación.

Programa:

1. maila:

Helburu nagusia:
Ikastetxeko instalazioez eta bere inguruez baliatuz ikasleei orientazioarako funtsezko tresnak erabiltzen erakustea, hala nola, mapa eta iparrorratza.
Urritasuna duenik ere baldin dago, jardueran gelakideekin parte hartzea, ikastetxean bezala.

Edukiak eta jarduerak:
Oinarrizko eduki teorikoak iratsi arren, jarduera gehienak oso praktiko eta dinamikoak dira.

Goizez: 1., 2. eta 3. puntuak.
Arratsaldez: 4. puntua.

1. Teoria: Ulertu eta ikastea:

- Mapa: eskalak, maila kurbak, zeinu konbentzionalak, etab.
- Iparrorratza: funtzioak, norabideak, etab.

2.Teoria eta praktika: orientazioko ariketa errazak, gero egin beharreko ibilbidean erabiliko diren norabideen kalkuloa.

3.Praktika: balizatutako ibilbide bat egitea, aurrez markatutako puntu jakin batzuetatik pasatuz.

4.Azken praktika: mapa eta iparrorratza erabiliz ikastetxetik gertu dauden bidezidor edo mendibideak aurkitzea, mapen irakurketa eta interpretazioan sakontzeko.

Programa:

Nivel 1:

Objetivo general:
Aprovechando las instalaciones del centro y sus alrededores, iniciar a escolares en la práctica de los instrumentos fundamentales de la orientación: el mapa y la brújula.
Si hay algún/a escolar con discapacidad, participar en la actividad con sus compañeros/as como en el centro escolar.

Contenidos y actividades:
Aunque se imparten contenidos teóricos básicos, la mayoría de las actividades son eminentemente prácticas y dinámicas.

Por la mañana: puntos 1, 2 y 3.
Por la tarde: punto 4

1. Teoría: Comprensión y aprendizaje.

- Mapa: escalas, curvas de nivel, signos convencionales, etc.
- La brújula: funciones, rumbos, etc.

2. *Teoría y práctica: ejercicios simples de orientación, cálculo de rumbos para utilizar en el recorrido posterior.*

3. Práctica: recorrido por un circuito balizado, pasando por puntos concretos trazados previamente.

4. Práctica final: localización, mediante el mapa y la brújula, de senderos o caminos de montaña cercanos al centro, para profundizar en la lectura e interpretación del mapa.

2. maila:

Helburu nagusia:
Gipuzkoako geografia menditsuaz

Nivel 2:

Objetivo general:
Aprovechando la geografía montañosa de

baliatuta, iparrorratza eta mapa erabiltzen ikastea, eta mendian bertan egiaztatzea zein baliagarria den ondo orientatzea.

Edukiak eta jarduerak:

1. Maparen azterketa xehea: eskalak, sestra kurbak, ohiko zeinuak, bidea, bide zidorrak, etab.
2. Altimetroa erabiltzea altitudea jakiteko.

3. Aukeratutako alderdian barrena ibiltzean zenbait ariketa praktiko egingo dira: mapa paisajearekin identifikatzea, mapan kokatzea, ibilbideak aukeratzea, distantziak neurtzea, norabideak markatu eta jarraitzea, etab.

Gipuzkoa, aprender a utilizar la brújula y el mapa, comprobando sobre el terreno la eficacia de una buena orientación

Contenidos y actividades

1. Estudio detallado del mapa, escalas, curvas de nivel, signos convencionales, caminos, senderos, etc..
2. Utilización del altímetro para determinar la altitud.
3. Durante el recorrido por la zona elegida, se realizarán diversos ejercicios prácticos: identificación del mapa con el paisaje, situarse en el mapa, elegir itinerarios, medir distancias, marcar y seguir rumbos, etc.

ORIENTAZIOKO PROBAK:

*Ikasleek zaletasun hau partekatu ahal dezaten eta bere trebetasunak beste ikastetxe batzuetako ikasleekin neurtzeko, bi **Orientazio Probak** antolatuko dira. 3tik 5era osatutako taldeak mapa ezezagunaz eta iparorratzaren laguntzarekin gutxieneko denbora zehatzean baliza ezkutu batzuetatik pasa behar dute.*

Lekuak, datak eta izen-ematea: *Gipuzkoako nahi duten ikastetxe guztiek parte hartu ahal izango dute. Ikasturtea hasieran informatuko da.*

PRUEBAS DE ORIENTACION:

*Con el objetivo de que los escolares puedan compartir esta afición y medir sus habilidades con alumnos de otros centros, se organizarán dos **Pruebas de Orientación.** Consiste en que los participantes agrupados, en patrullas de 3 a 5 escolares, y con la ayuda de un mapa desconocido y la brújula deben pasar por varias balizas secretas en un tiempo mínimo concreto.*

Lugares, fecha e inscripción: *podrán participar todos los centros escolares de Gipuzkoa que lo deseen. Se informará a comienzo del curso.*