Caderno Temático

Educação Física

Corrida De Orientação

Colaboradores:

Professor Orientador: Wilma Santos de Santana.

IES vinculada: UEL.

3º sargento LEME – 30º Bimtz – Apucarana-PR

APRESENTAÇÃO

Este caderno temático apresenta uma produção direcionada aos professores, equipe pedagógica, eventuais interessados e/ou direção da escola. Essa produção didático-pedagógica, que teve sua idealização fomentada no âmbito do PDE, pretende ser considerada como um material didático que pode ser utilizado justamente com o compromisso de enriquecer ainda mais o processo ensino-aprendizagem que, prioritariamente considera os sujeitos da escola como alvo primordial.

O material busca oferecer informações e indicações bibliográficas, com o propósito de dar sustentação teórica aos professores das escolas estaduais e das disciplinas afins, no intento de buscar atender ao desejo da comunidade escolar de atualização e renovação nos conteúdos da educação física.

Ao produzir este caderno temático, procuramos mostrar disposição para enfrentar o desafio de dar continuidade a um processo que leve ao aperfeiçoamento das atividades desenvolvidas nas aulas de educação física, buscando criar um instrumento que comporte essas contribuições através da apresentação de uma atividade inovadora, como é o caso da corrida de orientação, com isso consolidando a educação física como verdadeiro e legítimo componente curricular.

Este trabalho tem a pretensão de marcar compromisso com a melhoria contínua da qualidade da educação física e da educação de um modo geral, também da relação do professor com o conhecimento, valores culturais e da autonomia.

CORRIDA DE ORIENTAÇÃO

Celestino Celso Medeiros Blaia (PDE – 2008) ccmblaia@gmail.com

RESUMO

A corrida de orientação é um esporte que consiste em percorrer um terreno desconhecido com o auxílio de um mapa preparado para este fim e também de uma bússola. Este esporte se mostra muito promissor, pois é uma atividade física completa, que uni o físico com a inteligência. Este caderno temático apresenta a corrida de orientação como ferramenta pedagógica interdisciplinar que pode contribuir para a formação do cidadão ético e responsável. Ao trabalhar as mais variadas potencialidades dos alunos, demonstra as vantagens de sua inclusão nas aulas de Educação Física.

PALAVRAS CHAVE: Formação, cidadania, lazer. Identificar o problema, buscar a melhor solução e agir.

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO 6

1 A INTERDISCIPLINARIEDADE 8
1.1 Matemática 9
1.2 Em História 10
1.3 Em Geografia 10
1.4 Língua Portuguesa 10

2 ORIENTAÇÃO E SEUS FUNDAMENTOS 11
2.1 Mas, o que é Orientação? 11
2.2 Como Praticar a Corrida de Orientação? 14
2.3 O Mapa de Orientação 14
2.4 O Cartão de Controle 15

3 FORMA DE ORGANIZAÇÃO 16
3.1 Percurso Permanente 16
3.1.1 Vantagens 16
3.1.2 Desvantagens 16
3.2 Como Montar o Percurso Permanente 16

CONSIDERAÇÕES 18

REFERÊNCIAS 19

INTRODUÇÃO

Em uma apostila de desportos militares da Escola de Educação Física do Exército encontra-se uma história interessante de um matemático que gostava de corrida rústica. Ele tinha aversão ao tempo em que, durante a execução do exercício, o seu cérebro ficava como que, ocioso.

> [...] "Esse esporte, no entanto, passou a ter maior significação quando um corredor de longas distâncias, que era também um matemático, disse certa feita que, antes de começar uma prova de maratona, ele se propunha a resolver um problema de matemática que necessitava de umas três horas de trabalho mental para sua resolução. Desta maneira, tinha certeza de que não se aborreceria com a monotonia apresentada por uma corrida deste tipo. Assim, ele fazia os 42 km da maratona numa atividade completa, ocupando tanto mente como o corpo." (3)

Por volta do ano de 1918, na Suécia, o Major Ernst Killander, que era líder escoteiro, organizou alguns percursos e iniciou as primeiras competições de orientação. O Sr. Killander é considerado o "Pai da Orientação." (2)

Na Europa, principalmente nos países nórdicos (Noruega, Suécia e Finlândia), a corrida de orientação faz parte do currículo escolar.

Aqui no Brasil embora com certa timidez, já está sendo ministrada como disciplina optativa para acadêmicos de Educação Física das Universidades de Santa Maria-RS, Rio de Janeiro e em várias outras escolas. (2)

No Brasil a corrida de orientação começou a surgir na década de 1970 nas Forças Armadas, sendo sede de dois Campeonatos Mundiais, em 1983 em Curitiba-PR e em 1992 em Brasília-DF. (5)

Atualmente no Brasil existem muitos clubes de orientação, na sua grande maioria fundada por militares apaixonados por este esporte, tendo

sua maior incidência nas regiões sul, sudeste e centro-oeste, que organizam anualmente circuitos e campeonatos estaduais. [4]

Atualmente, existe a Confederação Brasileira de Orientação (CBO), órgão que rege o esporte no Brasil, e a Federação Paranaense de Orientação (FPO) Fundada na cidade de Guarapuava PR, órgão que rege o esporte no estado do Paraná. [5]

Pensando na melhoria e na qualidade do ensino público através do incremento da motivação não só dos educandos mais também de toda a comunidade escolar. Podemos dizer que na corrida de orientação o mais importante não é o desempenho; mas sim, a participação.

A corrida de orientação pode ser entendida como uma modalidade rica em atributos, podendo ser praticada individualmente, em grupo ou em família, correndo ou andando através da natureza ou em outros ambientes (não necessariamente contra o relógio). É uma grande aventura que requer inteligência, astúcia, concentração, análise e domínio de si mesmo entre outras virtudes. [4]

Este caderno temático tem como ênfase no esporte da corrida de orientação enquanto conteúdo das aulas de educação física escolar, o anseio por disseminar este esporte no meio escolar, nasceu do fato de que ainda em muitas escolas as aulas de Educação Física, são meras reprodutoras das aulas aplicadas em clube para formação de atletas, tendência essa que se manifesta desde a década de 40, quando o movimento de massificação do esporte se inicia, dando prioridade ao esporte nos conteúdos das aulas de Educação Física. [11]

Esta tendência de esportivizar a Educação Física escolar, esteve muito forte até a década de 80 quando então surge uma nova tendência, que procura entender o homem como ser cultural e que tem no movimento uma forma de expressão e de aprender. Este movimento chama esta área de estudo de cultura corporal. [1]

1 A INTERDISCIPLINARIEDADE

Voltando-se para o potencial interdisciplinar da corrida de orientação, podemos utilizar esta atividade como uma ferramenta motivadora também em outros campos do conhecimento, como no aprendizado da latitude, longitude, leitura cartográfica, regras de conservação do meio ambiente, ângulos, cálculos, endurance, força, velocidade, escalas, vegetação, características do relevo e etc.

Na corrida de orientação, cada aluno entra em contato com o conhecimento de forma real e palpável, a interação é total com os outros alunos e também com os objetos. É o aluno, que toma as decisões durante o jogo, e faz uso consciente dos objetos, do seu corpo e de suas capacidades. Administrando seus próprios recursos para atingir o objetivo, que pode ser vencer a disputa, ou descobrir todos os prismas com somente a interpretação do mapa e uso ou não da bússola.

A corrida de orientação enquanto ferramenta da educação vê na prática desta modalidade nas escolas a possibilidade de vivenciar situações que os alunos, necessariamente precisam desenvolver tais como: iniciativa e criatividade. Ao decidir sobre qual rota deve percorrer para atingir um “Ponto de Controle”, o aluno demonstra caráter, perseverança e Iniciativa, Ao combinar o seu conhecimento sobre navegação segundo a comparação

carta-terreno com a navegação de um azimute e conforme uma distância já pré-estabelecida, o aluno demonstra Criatividade na busca do seu objetivo. (10)

A corrida de orientação pode proporcionar ao aluno, conhecimentos imprescindíveis para o seu dia-dia, pois ao deslocar-se diariamente, a pé ou motorizado seguindo um caminho, como ruas, estradas etc., está praticando a orientação.

Outra aplicação do conhecimento de orientação exemplifica-se pela possibilidade de os alunos, poderem familiarizar-se com as outras disciplinas tais como: Geografia, Biologia, Matemática, História etc., além da identificação de símbolos cartográficos. (10)

A princípio a modalidade tenha surgido no meio militar, pelos inúmeros benefícios que este esporte pode proporcionar ao ser humano e a variedade de atributos positivos alcançados, como, adaptabilidade; autoconfiança; autocrítica; coragem; decisão; dinamismo; objetividade; persistência; resistência entre outras, ela pode ser utilizada como ferramenta de trabalho para os professores. Utilizando-se dos benefícios da orientação, as escolas, poderiam iniciar trabalhos educacionais voltados para a preservação do meio-ambiente e integração entre as diversas classes sociais. Em ambos os casos os benefícios se refletiriam no mínimo na melhoria geral das condições de saúde e física dos alunos. Isso quer dizer que a corrida de orientação se praticada regularmente, pode tornar-se um esporte que auxilia na manutenção da saúde e do bem estar físico, mental e psicológico da pessoa.

O esporte corrida de orientação procura desafia o aluno quando em movimento, a interpretar o mapa e a escolher a melhor rota entre os pontos de controle.

Tornando-se assim em uma ferramenta para o desenvolvimento do pensamento geométrico, a partir do momento em que há necessidade de se fazer a leitura de um mapa.

1.1 Matemática

Na matemática, deve-se visar o desenvolvimento do pensamento geométrico, por meio da exploração de situações de aprendizagem que levem o aluno a resolver situações/problemas de localização e deslocamento de pontos no espaço.

Na prática deste esporte podemos propor aos alunos que localizem pontos, interpretem deslocamentos no plano e desenvolvam a noção de coordenada cartesiana fazendo com que eles percebam a analogia destas com as coordenadas geográficas, fazendo ainda com que o aluno trabalhe problemas mais complexos de localização de espaço, no qual podem ser enfatizados as noções de ângulo, direção e sentido durante o emprego da bússola.

O manuseio da bússola pode permitir aos alunos fazer uma interpretação sobre conceitos de ângulos, servindo como "ponte" para estabelecer uma relação entre a bússola e o transferidor, facilitando assim a construção da noção de ângulo associada à idéia de mudança de direção.

O desenvolvimento do pensamento estratégico no esporte corrida orientação faz com que os alunos sejam capazes de resolver situações/problemas sabendo analisar e validar as estratégias utilizadas e os resultados obtidos. [10]

1.2 Em História

Pode-se abordar a origem da bússola, do astrolábio, do papel, da imprensa, grandes navegações e a história do próprio local onde se realizam a corrida de orientação. [10]

1.3 Em Geografia

Podem-se comentar sobre cartografia, topografia, pontos cardeais. Sobre o Globo terrestre, sua latitude e longitude. Os tipos de coordenadas que existem, como polares, geográficas e retangulares. O ensino das convenções cartográficas que regem os mapas mundiais. O terceiro é sobre

a altimetria e planimetria de qualquer terreno. O ensino da teoria dos nortes existentes, ou seja, Norte *de* Quadrícula, Magnético e verdadeiro. Além desses temas, infindáveis são os assuntos que podem ser tratados, por exemplo: jusante e montante. Pode-se também denominar e mostrar as formas do relevo, como: colina, ravina, talvegue, trilha, depressão, pico, platô, mata ciliar, e etc. [10]

1.4 Língua Portuguesa

Pode ser tratada de infinitas formas que cada educador escolherá. Um exemplo é o ensino de novas palavras e seu significado, como por exemplo, Obtuso, entre outros.

Portanto, a prática do esporte corrida de orientação pode apresentar benefícios para o desenvolvimento do pensamento geométrico. Possui também um grande componente lúdico que pode ser capaz de fazer com que o aluno brinque e aprenda sem perceber que esta aprendendo, desenvolvendo assim seu potencial e conhecimento. [10]

2 ORIENTAÇÃO E SEUS FUNDAMENTOS

Quando um percurso é montado, vários pontos de controle são distribuídos no terreno. O aluno deve passar por todos estes pontos. O caminho que irá seguir entre um ponto e outro ficam a cargo do participante, porém a passagem pelos pontos de controles é obrigatória. Então, a escolha do melhor itinerário é importante para o resultado. Na Figura 1, observa-se o desenho de uma pista com a saída (triângulo), quatro pontos de controle (círculos) e a chegada (círculos concêntricos). As linhas

retas, inteiras, representam os azimutes de um ponto para outro. O *Pontilhado* representa o caminho feito pelo aluno. [9]

Os alunos devem possuir o equipamento básico de todo orientador: o mapa e a bússola. No mapa é que está traçado o percurso e designados os pontos de controle (vide Fig. 1). A bússola servirá para orientar o mapa com o norte magnético.

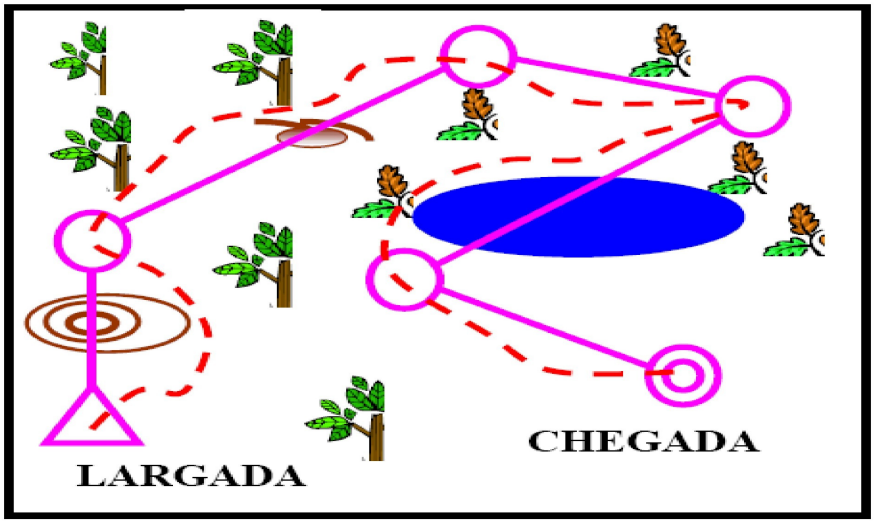
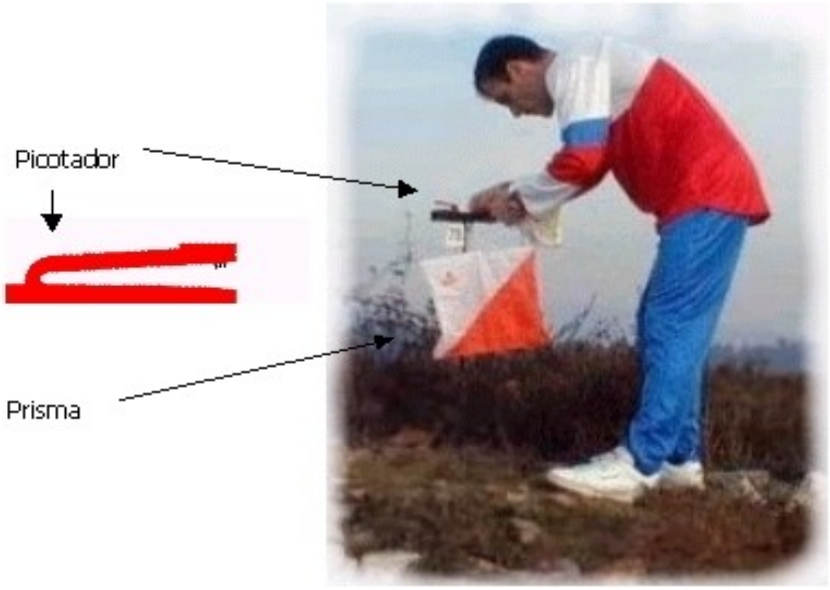


FIGURA 1 – Croqui de uma pista com pontos de controle

2.1 Mas, o que é Orientação?

Podemos dizer que a corrida de orientação é como uma CAÇA AO TESOURO. Os piratinhas tinham mapas que indicavam onde se encontrava o baú do tesouro. Na corrida de orientação utilizamos o mapa para encontrar os pontos de controle definidos. Passar por estes pontos é obrigatório.

Junto com o prisma terá um picotador. O picotador funciona como se fosse um grampeador, só que ele fura o cartão de controle, deixando nele uma espécie de “código”. Este “código” é montado com zero a nove furos através de alfinetes de metal que são removíveis e modificáveis no picotador. [10]



Então, em cada ponto que o aluno passar, terá um prisma definindo o local exato do ponto. Ao encontrar o prisma, o aluno deverá perfurar o cartão de controle, utilizando o picotador. Ao final da pista o aluno terá um cartão de controle perfurado com uma quantidade de “códigos” semelhante à quantidade de pontos de controle que ele passou.

A corrida de orientação permite que se alie o físico ao intelectual. Escolher um melhor caminho influenciará no resultado. Então, imagine você ou sua equipe vencendo o trajeto antes do outros competidores? (10)

> [...] “lidar com sentimentos para que sejam apropriados é uma aptidão que se desenvolve na autoconsciência.” Quando

> a criança consegue desenvolver a capacidade da autoconsciência passa a temer menos o mundo desconhecido. A própria irritação com qualquer coisa diminui bastante. [6]

Na corrida de orientação vencer as dificuldades parece favorecer o desenvolvimento da autoconsciência.

A corrida de orientação pode proporcionar um avanço imensurável da inteligência intrapessoal em quem pratica o esporte. [9] Ela pode prepara o aluno emocionalmente, tornando-o mais resistente às dificuldades da vida. Pois pode desenvolver o domínio de suas emoções. O aluno passaria a ser conhecer melhor, e com isso, poderia direcionar melhor sua vida. Orientar-se estimula o reflexo imediato no sentido de tomar decisões, pelas situações impostas por cada obstáculo encontrado.

Cada vez mais entraria em vigor o intuito de acertar, pela vontade de se obter um bom resultado na prova. A busca pelo acerto é um avanço no caráter do educando.

2.2 Como Praticar a Corrida de Orientação?

Você pode estar se perguntando, como praticar este esporte?

Para praticar este esporte não é necessário possuir uma grande forma física, nem conhecimento prévio sobre regras. Basta saber "ler" um mapa de orientação (em meia hora ou menos pode se aprender o básico) e, dependendo do terreno e do grau de dificuldade do percurso escolhido, a utiliza uma bússola. [5]

2.3 O Mapa de Orientação

Um mapa de orientação é a representação gráfica, em escala e detalhada, de todo o terreno pelo qual será percorrido um determinado trajeto. Nele encontramos informações sobre o relevo, edificações, tipos de vegetação, trilhas e outros aspectos relevantes que auxiliam a orientação em uma área, além dos pontos de controle pelos quais, deve-se passar. [5]

2.4 O Cartão de Controle

O cartão de controle é um impresso onde consta a identificação do atleta. É através dele que a organização de uma prova verifica o término correto do percurso, uma vez que, encontrado o ponto indicado no cartão de designação, o aluno "picota" o cartão de controle comprovando sua passagem por ele. [5]

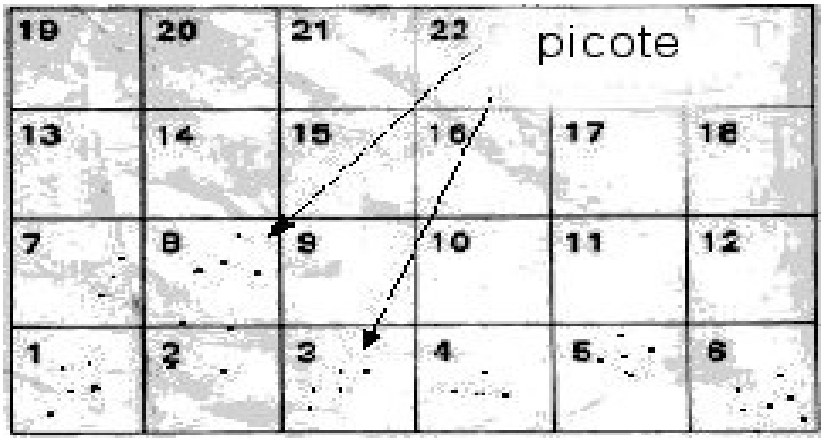


Figura 4 – cartão de controle

3 FORMA DE ORGANIZAÇÃO

3.1 Percurso Permanente

A existência de percursos permanentes nas escolas e nos espaços verdes circundantes (pátios, parques, pequenos bosques, etc.) é de particular interesse para a abordagem da orientação a nível curricular ou mesmo extracurricular. [7]

3.1.1 Vantagens

- A organização das aulas é facilitada.
- Menor tempo de Gestão da atividade.
- Possibilita a abordagem da orientação por todos os professores, mesmo os menos habilitados tecnicamente.
- Permite ter em atividade um número elevado de alunos. [7]

3.1.2 Desvantagens

- As ações de confirmação da passagem pelo ponto de controle são diferentes das utilizadas num percurso formal.
- Pela razão anterior é possível confirmar a passagem pelo ponto de controle sem ir ao local, se alguém que foi ao local disser qual é o código de letras (números ou objetos) inscrito no local. [7]

3.2 Como Montar o Percurso Permanente

Na escola pode-se pintar nos edifício e muros prismas com 10 a 15 cm de lado, no qual são inscritas letras que os alunos devem transcrever para o cartão de controle. Pode ser pintado um elevado número de pontos de controle, de forma a possibilitar a marcação de vários percursos.

No exterior pode-se utilizar como material para fazer os pontos de controle estacas em madeira, que podem ser enterradas. Também pode se

utilizar outros materiais como por exemplo marcos de pedra, fitas ou pedaços de plástico rígido. [7]

CONSIDERAÇÕES

Este trabalho tem a pretensão de apresentar o esporte de corrida de orientação como mais um instrumento no processo de construção do conhecimento e de conteúdo escolar na disciplina de educação física. Este esporte como ferramenta pedagógica tem um forte potencial motivacional já que utiliza os conhecimentos de forma interdisciplinar e lúdica no contexto do esporte e do jogo.

Desta forma, fica clara a importância deste esporte como atividade que pode contribuir pedagogicamente para o processo de ensino-aprendizagem.

REFERÊNCIAS

1. COLETIVO DE AUTORES. Metodologia do ensino da Educação Física. São Paulo. Cortez. 1992.
2. CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE ORIENTAÇÃO. Política Nacional de Desenvolvimento do Desporto Orientação. Disponível em <http://www.cbo.org.br>. .
   _____. Projeto Escola Natureza. Disponível em <http://www.cbo.org.br/site/projetos/20040517_ESCOLA%20NATUREZA.doc>.
3. Escola de Educação Física do Exército. Apostila de Orientação. EsEFEx, 2000.
4. Fábio Souza de Oliveira | Johelio Santana Barroso Osvaldo Moura Costa Junior fabio@performbahia.com.br **A Corrida de Orientação enquanto conteúdo da Educação Física escolar**.
5. **<<< FPO - Federação Paranaense de Orientação >>>** http://www.orientaparana.com.br/
6. GOLEMAN, Daniel. Inteligência Emocional. 43ª edição. Rio de Janeiro: Objetiva, 1995. 370 p.
7. JORGE BALTAZAR Documento de apoio para Ações de Formação de praticantes de Orientação, Janeiro 1999. Federação portuguesa de orientação.
8. Juarez Luiz Abrão. ***Orientação: Ferramenta para a Educação.*** Três Corações – MG. 18/06/2003. julabrao@yahoo.com.br
9. Luciano de Almeida Feitosa. **SUSCITANDO PERCEPÇÃO E MÚLTIPLAS INTELIGÊNCIAS NA CORRIDA DE ORIENTAÇÃO.** feitosaluciano@yahoo.com.br

10. PASINI, Carlos Giovani Delevati, DANTAS, Mario. **DISCIPLINA DE ORIENTAÇÃO E O CURRÍCULO DE EDUCAÇÃO FÍSICA DO ENSINO SUPERIOR. UMA INCLUSÃO NECESSÁRIA**. *Resumo da dissertação de Mestrado em Educação pela* Universidade Vale do Rio Verde de Três Corações datado de 09/12/2003.
11. SOARES, Carmem Lúcia. Educação Física Escolar: Conhecimento e Especificidade. Disponível em < http://www.usp.br/eef/rpef/supl2/supl2.htm>. Acesso em: 10 de dez. 2007.