



**UNIVERSIDADE FEDERAL DO CEARÁ**  
**INSTITUTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA E ESPORTES**  
**CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

**EMANUELLE BEZERRA SOARES EVANGELISTA**

**METODOLOGIA DAS OFICINAS DO CLUBE DE ORIENTAÇÃO DESPORTO E LAZER - CODL MINISTRADAS AOS ALUNOS DE EDUCAÇÃO FÍSICA DA UFC**

**FORTALEZA**

**2016**

EMANUELLE BEZERRA SOARES EVANGELISTA

METODOLOGIA DAS OFICINAS DO CLUBE DE ORIENTAÇÃO DESPORTO E  
LAZER - CODL MINISTRADAS AOS ALUNOS DE EDUCAÇÃO FÍSICA DA UFC

Monografia apresentada ao Curso de Educação Física do Instituto de Educação Física e Esportes da Universidade Federal do Ceará, como requisito parcial para obtenção do Título de Licenciado em Educação Física.

Orientador: Prof. Dr. Leandro Masuda Cortonesi

**FORTALEZA**

**2016**

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação  
Universidade Federal do Ceará  
Biblioteca Universitária  
Gerada automaticamente pelo módulo Catalog, mediante os dados fornecidos pelo(a) autor(a)

---

E92m Evangelista, Emanuelle Bezerra Soares.

Metodologia das oficinas do clube de orientação desporto e lazer - codl ministradas aos alunos de educação física da UFC / Emanuelle Bezerra Soares Evangelista. – 2016.  
79 f. : il. color.

Trabalho de Conclusão de Curso (graduação) – Universidade Federal do Ceará, Instituto de Educação Física e Esportes, Curso de Educação Física, Fortaleza, 2016.

Orientação: Prof. Dr. Leandro Masuda Cortonesi.

1. Esporte Orientação - Metodologia. 2. Esporte Orientação - Ensino-Aprendizagem. 3. Educação Física. I. Título.

CDD 790

---

EMANUELLE BEZERRA SOARES EVANGELISTA

METODOLOGIA DAS OFICINAS DO CLUBE DE ORIENTAÇÃO DESPORTO E  
LAZER - CODL MINISTRADAS AOS ALUNOS DE EDUCAÇÃO FÍSICA DA UFC

Monografia apresentada ao Curso de Educação Física do Instituto de Educação Física e Esportes da Universidade Federal do Ceará, como requisito parcial para obtenção do Título de Licenciado em Educação Física.

Aprovada em \_\_\_\_ / \_\_\_\_ / \_\_\_\_.

COMISSÃO EXAMINADORA

---

Prof. Dr. Leandro Masuda Cortonesi (Orientador)  
Universidade Federal do Ceará (UFC)

---

Prof. Dr. Léo Barbosa Nepomuceno  
Universidade Federal do Ceará (UFC)

---

Prof.<sup>a</sup> Ms. Allana Joyce Soares Gomes Scopell  
Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Ceará (IFCE)

A Deus,

A minha mãe Vera Lúcia Simplício Bezerra.

## AGRADECIMENTOS

A minha mãe que sempre esteve ao meu lado e não mediu esforços para que eu chegasse à universidade, sempre me apoiando e incentivando a conquistar meus sonhos.

A minha família materna e família de coração que me ampararam e contribuíram em momentos importantes e significativos em minha vida representada por mulheres que tanto admiro: Vilani Campos, Francimar Feitosa, Débora Aldyana e Marcilia Macedo.

Ao meu companheiro Carlos Saboia, pelo carinho e dedicação, sempre me ajudando pacientemente e me socorrendo com o uso das tecnologias.

Ao amigo João Torres e professora Allana Joyce que me presentearam e apresentaram inicialmente o Esporte Orientação, fundamental a minha formação não só profissional como pessoal.

Aos professores do IEFES que fizeram parte desse processo formativo e em especial ao professor Leandro Masuda pela confiança e pelos ensinamentos que vão muito além dos conteúdos necessários à graduação e encorajamento na orientação durante o desenvolvimento desde trabalho.

Também ao professor Léo Nepomuceno, não tive a oportunidade de ser sua aluna em disciplinas durante o curso, mas compartilhamos do encanto dos esportes na natureza, sou grata pela orientação.

A Divisão do Desporto Universitário da UFC pelo incentivo a prática do Esporte Orientação, como primeira bolsista dessa modalidade na universidade, tive a oportunidade de representar a UFC em competições estaduais e nacionais, aprender muito mais sobre o esporte e conhecer pessoas e lugares incríveis.

Ao Colégio da Polícia Militar pelo acolhimento durante os estágios, em especial a professora Simone Castro, Eloana Damasceno e Elinaldo Gomes.

Aos amigos da turma, pelo compartilhamento de conhecimentos, cooperação e risadas. Tenho um carinho especial por cada um.

Aos amigos e atletas Orientistas que conheci durante essa jornada e que foram fundamentais a minha formação como pessoa, atleta, dirigente de clube e profissional de educação física. Agradeço ainda aqueles que também me forneceram material para o desenvolvimento do trabalho, Sérgio Brito e Wladimir Sant'anna, grandes incentivadores do esporte no nosso estado e em especial aos atletas do CODL pelas aventuras, companheirismo e contribuição direta ou indireta desse processo formativo, muito obrigada a todos.

## RESUMO

O presente trabalho apresenta a metodologia das oficinas do Clube de Orientação Desporto e Lazer - CODL, ministradas aos alunos de Educação Física da Universidade Federal do Ceará entre os anos de 2012 a 2015. Portanto, tem como objetivos específicos, descrever a oficina teórica e prática ministrada pelo CODL, relatar as vivências das turmas com o Esporte Orientação e apresentar ainda atividades extracurriculares, ou seja, que não foram apresentadas nas oficinas, mas em outras disciplinas durante esse período, referentes ao contexto escolar. Dessa forma, a descrição se traduz no relato de experiência, dividida em três etapas: na primeira aborda a oficina teórica, através da exposição e explanação dos *slides* apresentados em sala de aula; já na segunda etapa, é descrita a oficina prática e na terceira, atividades desenvolvidas para o contexto escolar, nas disciplinas de Pedagogia do Esporte e Estágio Supervisionado IV. Consequentemente esse estudo tem a finalidade de contribuir com a divulgação e inserção do Esporte Orientação (considerado uma ferramenta interdisciplinar, pode contribuir no processo de ensino-aprendizagem escolar) no contexto escolar e acadêmico, resultando em um material de apoio para a iniciação a Orientação, diante a procura e curiosidade dos acadêmicos de Educação Física por este esporte ainda pouco conhecido na universidade.

**Palavras-chave:** Esporte Orientação; Metodologia; Educação Física.

## ABSTRACT

This paper presents the methodology of Orienteering Club Sports and Leisure - CODL, taught students of Physical Education of Federal University of Ceará between the years 2012 to 2015. Therefore, aims to describe the theoretical and practical workshop given by CODL, report the experiences of the groups with the Orienteering and still present extracurricular activities, or that, were not presented in the workshops, but in other subjects during this time, referring to the school context. Thus, the description translates into the experience report, divided into three stages: the first deals with the theoretical workshop, through exposure and explanation of the slides presented in class; in the second stage, the practical workshop and the third is described activities to the school context, in the disciplines pedagogy of Sport and supervised internship IV. Consequently this study aims to contribute to the dissemination and insertion of Orienteering (considered an interdisciplinary tool, can contribute in school education-learning process) in school and academic context, resulting in a material support for initiation Orienteering, on demand and curiosity of the students of Physical Education for this sport still little known in college.

**Keywords:** Orienteering; Methodology; Physical Education.

## SUMÁRIO

<b>1. INTRODUÇÃO</b> .....	9
<b>2. OBJETIVOS</b> .....	11
2.1 OBJETIVO GERAL .....	11
2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS .....	11
<b>3. REVISÃO DE LITERATURA</b> .....	12
3.1 Histórico do Esporte Orientação.....	12
3.2 Conceito e Fundamentos .....	16
3.3 O Clube de Orientação Desporto e Lazer – CODL.....	17
3.4 O Esporte Orientação como ferramenta pedagógica de ensino e aprendizagem.....	19
<b>4. METODOLOGIA</b> .....	22
<b>5. OFICINA TEÓRICA DO CODL</b> .....	23
<b>6. OFICINA PRÁTICA DO CODL</b> .....	56
<b>7. VIVÊNCIAS DOS ALUNOS DE EDUCAÇÃO FÍSICA DA UFC</b> .....	59
<b>8. ATIVIDADES EXTRACURRICULARES</b> .....	61
<b>9. CONCLUSÃO</b> .....	68
<b>REFERÊNCIAS</b> .....	69
<b>ANEXO A</b> .....	71
<b>ANEXO B</b> .....	72
<b>ANEXO C</b> .....	78

## 1. INTRODUÇÃO

O Esporte Orientação é empolgante e desafiador. É considerado um esporte para toda a vida, por ser praticado desde a infância. Dessa forma também é apreciado como um esporte para a família, pois em dias de competição, todos participam em suas devidas categorias e também é entendido como um desporto para estudantes, devido ao seu caráter interdisciplinar podendo auxiliar no desenvolvimento do indivíduo em fase escolar.

“Cada ponto é um obstáculo a ser ultrapassado, uma dificuldade a ser vencida. A Orientação é um esporte que une o físico com a inteligência, tornando-o um desporto muito competitivo”. (PASINI, 2007, p.9).

Devido à abrangência do desporto, a Confederação Brasileira de Orientação (CBO), ao definir a política de desenvolvimento da modalidade, o dividiu em quatro vertentes: competitiva, turismo, ambiental e pedagógica. Na vertente competitiva o foco principal é a formação de atletas, à busca pela vitória e o trabalho dos clubes. Na vertente do turismo, o esporte é visto como uma atividade de lazer, através do deslocamento para diferentes regiões onde as provas acontecem. 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. Na vertente pedagógica o foco é na aprendizagem e no desenvolvimento de aspectos cognitivos, motores e sociais. (CARMONA *et. al.*, 2013, p. 20 *apud* MELLO, 2004).

Esse estudo evidenciará principalmente a vertente pedagógica da Orientação. Segundo a CBO (2001, p. 10), a vertente pedagógica coloca o esporte Orientação a serviço do aluno, procurando 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.

Conheci o Esporte Orientação em 2010 através do amigo João Torres, quando cursávamos Gestão Desportiva e de Lazer no IFCE. No ano seguinte, participei da 1ª etapa do XVII Campeonato Cearense de Orientação. Foi uma experiência única e a cada prova sentia que finalmente poderia praticar um esporte, diante de todas as frustrações que tive na Educação Física escolar. Nas provas de Orientação, era mágico ver a confraternização das pessoas, os professores que chegavam com seus alunos, as famílias, as crianças, os idosos, todos participavam. Diferente da maioria dos esportes em que a família fica como expectadora do evento.

Cada “etapa” percorrida era uma nova descoberta, novos ensinamentos, novos lugares e aumentava a vontade de falar para todo mundo o quando aprendi com essa brincadeira de “Caça ao Tesouro”.

Quando entrei na Universidade Federal do Ceará para cursar Educação Física no primeiro semestre de 2012, logo na disciplina de Introdução ao Curso, ministrada pelo professor Leandro Masuda, foram sugeridas algumas atividades e tive a oportunidade de organizar com o Clube de Orientação Desporto e Lazer (CODL) uma vivência do Esporte Orientação na UFC. Foi um desafio, muitos nem sabiam que a Orientação existia e fiquei muito feliz em poder compartilhar o esporte que pratico com os meus colegas de turma. Enquanto Clube de Orientação Desporto e Lazer, já organizávamos algumas oficinas para divulgar o esporte desde 2011 e a partir da primeira vivência, o professor nos convidou para fazer também com as turmas dos semestres seguintes.

Atualmente o Esporte Orientação já faz parte do currículo de algumas escolas e universidades. Principalmente nos estados do Rio Grande do Sul e Rio de Janeiro.

Na UFC, durante o meu percurso na graduação, além das oficinas de iniciação pelo CODL, apliquei ferramentas do Esporte Orientação em trabalhos de outras disciplinas e ajudei alguns alunos que sempre me perguntavam mais sobre o esporte e me pediam ajuda com o material de apoio, o que motivou o presente estudo.

A partir do exposto da metodologia de oficina do CODL e de propostas apresentadas em outras disciplinas, a relevância deste trabalho é contribuir para a divulgação e inserção do Esporte Orientação nas universidades e escolas, ressaltando que é um material de apoio e que, portanto não considero a única forma ou a mais correta de ensinar o referido esporte, mas que pode servir de suporte para futuras intervenções.

Esse trabalho justifica-se pelo fato de poder contribuir com a inserção do Esporte Orientação na UFC e com a formação de futuros professores que buscam trabalhar conteúdos de caráter interdisciplinar e novas possibilidades para mediar o processo de ensino-aprendizagem escolar.

## **2. OBJETIVOS**

### **2.1 Objetivo Geral**

Apresentar a metodologia de ensino do Clube de Orientação Desporto e Lazer – CODL acerca do Esporte Orientação ministradas aos alunos de Educação Física da UFC.

### **2.2 Objetivos Específicos**

- Descrever a oficina teórica e prática ministrada pelo CODL.
- Relatar as vivências das turmas com o Esporte Orientação.
- Apresentar atividades extracurriculares para a Educação Física escolar, desenvolvidas em outras disciplinas durante o curso.

### 3. REVISÃO DE LITERATURA

Nesse trabalho será apresentado um panorama do Esporte Orientação desde as primeiras práticas em que seus fundamentos já eram utilizados em atividades cotidianas, a institucionalização do esporte, sua chegada ao Brasil e primeiros campeonatos.

O conceito do Esporte Orientação, bem como suas modalidades, materiais e alguns fundamentos técnicos serão abordados no segundo capítulo.

Em seguida, será apresentado o Clube de Orientação Desporto e Lazer – CODL, fundado por alunos universitários com o auxílio de uma professora, com o intuito a princípio de praticar e difundir o esporte no meio acadêmico.

O último tópico tratará da inserção do Esporte Orientação no currículo escolar, e a importância de ser apresentado ainda na formação de professores, tornando uma possibilidade a ser inserida no contexto escolar, por ser uma ferramenta interdisciplinar, criando novas possibilidades a serem exploradas pela educação.

#### 3.1 Histórico do Esporte Orientação

Desde os tempos mais remotos noções de orientação auxiliaram o cotidiano do homem, para se deslocar e trilhar por terrenos desconhecidos para fins de sobrevivência, o nômade desenvolveu meios que lhe auxiliassem em seu retorno, como observar as formas terreno, a vegetação, os rios, o movimento do sol e das estrelas, etc. Segundo, Passini (2007), na história da expansão marítima em busca de novos territórios e comércio, as técnicas de orientação foram aprimoradas para navegar com mais precisão e assim são citados instrumentos como bússolas, astrolábios e cartas de navegação.

De acordo com Pasini e Dantas (2013, *apud* PAZ, 2003) a palavra “orientação” vem de “oriente”, onde o sol nasce que foi a primeira forma de se orientar em relação aos pontos cardeais. Em inglês existem dois termos “*orienteering*” e “*orientation*”, o primeiro se refere ao esporte e o segundo está relacionado a auxílio, ajuda, mas em português não há essa distinção.

A prática desse esporte foi inserida pelos militares escandinavos e era um meio de divertimento das tropas e por muito tempo permaneceu somente no âmbito militar (PASINI, 2007). Embora seja ainda um desporto pouco conhecido no Brasil, é muito difundido nos

países nórdicos europeus e possui mais de 100 anos. Há controvérsias quanto ao início da prática, alguns autores citam diferentes datas e eventos.

De acordo com Carmona *et. al.* (2013 *apud* SOARES, 2013), existe uma lenda sobre o surgimento do esporte, diz que um maratonista e matemático, estaria cansado de apenas correr e para ocupar a o corpo e a mente ao mesmo tempo, se propôs a resolver um problema de matemática durante seu percurso de 42km.

Silva (2011, p. 20) destaca que surgiu em meados do século XIX, por volta de 1850 onde os militares utilizavam como entretenimento das tropas, mais de um século depois houve o primeiro evento com oficiais da Academia Militar Sueca de Karlberg.

Aires *et al.*, (2011, p. 6), indicam registros que a primeira atividade desportiva de Orientação, teria sido em 31 de Outubro de 1897 em Bergen, na Noruega. Mas apenas em 1912 aconteceu de forma mais estruturada pelo Sueco, Major Killander. Dessa forma, o Major que também era líder escoteiro, conseguiu incentivar vários jovens que estavam se afastando do atletismo e é considerado, portanto o “pai da orientação”.

Em 25 de março de 1919, houve a primeira competição oficial, “Corrida de Estolcomo”, dirigida por Ernest Killander.

Porém, foi após o término da Segunda Guerra Mundial que a Orientação alcançou maior escala. Estendeu-se para outros países como: EUA, Canadá, Grã-Bretanha, Bélgica, Austrália, Espanha e França (PASINI, 2007, p. 29).

E em 1961 foi fundado o Órgão Mundial da Orientação, a *International Orienteerring Federation* (IOF) em Copenhague, Dinamarca e assim houve a padronização das competições, bem como as regras do esporte.

Segundo a CBO (2001, p. 3), o esporte no Brasil também se desenvolveu através dos militares que em 1970 foram a Europa observar as competições de Orientação do CISM (International Military Sports Council). Em 1971, o Coronel Tolentino Paz, organizou as primeiras competições militares no Brasil e em 1984 foi realizado em Curitiba - PR, o Campeonato Mundial Militar de Orientação.

Em 11 de janeiro de 1999 na cidade de Guarapuava, PR, com a presença de Higino Esteves, membro do conselho da IOF, foi fundada a Confederação Brasileira de Orientação – CBO em Assembleia Geral presidida pelo Sr. César Valmor Cordeiro, então presidente da FGO, sendo eleito como primeiro presidente o Sr. José Otavio Franco Dornelles, a qual passou a administrar o desporto Orientação no Brasil (CBO 2004).

De acordo com a CBO (2001, p. 3), em 02 de maio de 1992 na cidade de Santa Maria - RS foi realizada a primeira competição oficial, organizada pelo Clube de Orientação de Santa Maria (COSM), participaram duzentos e setenta e cinco atletas no “I Campeonato Gaúcho De Orientação”. Assim, o esporte cresceu muito no Estado do Rio Grande Sul, tendo grande relevância para o desenvolvimento em outros estados.

Já no Ceará, segundo relatos e registros do Coronel Sérgio Gonçalves Brito, que muito contribuiu com a Orientação no Brasil, o primeiro clube no estado foi fundado em 26 de março de 1999, com sede no Colégio Militar de Fortaleza, o Clube de Orientação Coqueiro, uma sociedade civil de caráter desportivo. Surgiu de reuniões de desportistas, que vinham organizando eventos, praticando e difundindo o Esporte Orientação e tinha por finalidade: Estimular e difundir a prática do Esporte Orientação, proporcionar o convívio fraterno de seus sócios através de reuniões, festas e outros meios de confraternização e promover o desenvolvimento cultural, moral, intelectual, técnico e cívico dos sócios.

Professores e alunos do colégio faziam parte da diretoria do clube, vale ressaltar também importância do professor de Educação Física do CMF, Marcos Antônio Ramos de Oliveira que faleceu em 2011, mas deixou um grande legado, foi um dos precursores e incentivadores da Orientação no Ceará.

Os irmãos Wladimir e Walter Sant’Anna, ambos oficiais da reserva do Exército Brasileiro, tiveram a ideia de levar o Esporte Orientação, bastante difundido nos meios militares, para além dos muros do quartel, fundando em 2004 a Federação Cearense de Orientação (FECORI, 2013). Assim, os civis também tiveram mais acesso, podendo praticá-lo de forma regulamentada pela Federação, associada também a Confederação Brasileira de Orientação.

Ainda segundo a FECORI (2013), as primeiras provas organizadas pela Federação foram realizadas nas praias cearenses, no 1º Beach Sprint de Orientação, em 2004. No ano seguinte aconteceu o I Campeonato Cearense de Orientação, composto por quatro etapas, sediadas em Sobral, Quixadá, Guaramiranga e Fortaleza. A primeira prova aconteceu no dia 27 de Abril de 2005 com a participação de 421 atletas.

Atualmente o Campeonato Cearense de Orientação é o principal evento dessa modalidade no estado, o XI CCO em 2015, contou com a participação de atletas dos clubes Coqueiro, Cofort, Trilha Norte, Rumba na Rota, Azimute, CODL, Baden Powell, Orientistas da Lagoa do Jirau e COP (Clube de Natal – RN). Na segunda etapa deste campeonato foi realizada uma cerimônia de entrega da 1ª Comenda FECORI: Medalha do Mérito Esportivo

“Professor Marcos Antônio Ramos de Oliveira”, a Sérgio Gonçalves Brito como forma de reconhecimento a sua contribuição, desenvolvimento técnico e teórico do Esporte Orientação.

Para comemorar o 10º aniversário de fundação da Federação Cearense de Orientação, que ocorreu no dia 23 de dezembro de 2014, foi instituída a Comenda no ano de 2015 em Assembleia Geral Extraordinária.

Art 2º. A comenda será representada por uma medalha a ser entregue anualmente a uma pessoa e/ou instituição que tenha se destacado a nível estadual ou nacional em ações para o desenvolvimento da modalidade orientação e/ou que tenham contribuído ou apoiado efetivamente à modalidade e/ou à Federação Cearense de Orientação nas suas diversas vertentes, quais sejam: esportiva, social, educacional, ambiental e turística (FECORI, 2015).

O trabalho do professor Marcos Oliveira e do Cel. Sérgio Brito foi o alicerce para que o esporte fosse praticado na escola e tomasse proporções para o crescimento da modalidade no Ceará, bem como a contribuição de Wladimir e Walter Sant’Anna estendendo essa prática desportiva ao público civil.

Com o constante crescimento do esporte, tanto em número de atletas filiados a Federação, como também a qualidade e quantidade de eventos por ano, surge mais colaboradores que levam o Esporte Orientação a empresas, escolas e universidades com o intuito de ampliar ainda mais prática esportiva junto à natureza. Sendo assim um trabalho que envolve a FECORI, os clubes de Orientação do estado (atualmente oito clubes: Aspen, Azimute, Baden Powell, COFORT, Coqueiro, Rumba na Rota, Trilha Norte e CODL) e os atletas.

Destaco ainda o importante trabalho desenvolvido por Jailton Padilha também do Colégio Militar de Fortaleza e Clube Coqueiro no período em que residiu em Fortaleza.

Além dos nomes já citados, vale ressaltar a contribuição de Joudarian Nobre e Antônio José Souto, respectivamente atuais Presidente e Vice Presidente da FECORI, Paulo Mazulo Junior, Marden Oliveira, Rômulo Júnior, Marcos Arsênio, Jocilene Chaves Rubens, Marcelo de Aquino, Suelen Sant’anna e Jayckson Amorim.

### 3.2 Conceito e Fundamentos

O Esporte Orientação é um desporto desafiador, podemos dizer também que é um dos mais imprevisíveis, o atleta nunca saberá o que poderá encontrar pelo caminho, pois somente na largada terá o conhecimento de sua rota e traçará as melhores estratégias para concluir seu percurso.

Pasini (2007, p. 9) diz que a Orientação é como uma caça ao tesouro. Os piratas utilizavam mapas para encontrar o baú escondido, já na Orientação, o mapa é utilizado para encontrar os pontos de controle que são de passagem obrigatória pelo atleta.

Exige dos praticantes algumas capacidades que auxiliam na navegação: boa leitura de mapa, escolha das melhores rotas para chegar ao ponto de controle, tomada de decisão rápida, concentração, utilização da bússola, corrida em terrenos acidentados, etc.

Em geral o campo de jogo é a natureza e para percorrer o terreno desconhecido, o atleta tem o auxílio de uma bússola, mapa da área e técnicas próprias do esporte. O objetivo é passar no menor tempo possível por todos os pontos de controle, materializado por um prisma laranja e branco de 30 x 30 cm. Para provar a passagem do atleta, o prisma possui um picotador com códigos diferentes ou base para chip eletrônico.

O mapa segue especificações próprias para o esporte, certificadas pela IOF, permitindo assim que atletas de qualquer nacionalidade possam praticar o esporte fora do seu país de origem.

Aires *et al.*, (2011, p. 20), destaca que o mapa de Orientação é um mapa topográfico detalhado, contém as características do terreno e tudo que possa influenciar sua leitura ou a escolha de rotas: relevo, formações rochosas, tipo de superfície, velocidade de progressão através da vegetação, áreas de cultivo, hidrografia, zonas privadas e demais características úteis à orientação do atleta.

A técnica que permite determinar direções como uso da bússola é chamada Azimute. Ainda de acordo com Aires *et al.*, (2011, p. 13), a bússola possui uma agulha magnética que é atraída para o polo magnético terrestre. É o único aparelho permitido para ajudar na navegação, mas não é obrigatório, em algumas fases da formação de jovens é importante não utilizar bússola. Os atletas utilizam-na para orientar o mapa para norte fazendo coincidir a agulha da bússola com as linhas de norte presentes no mapa.

Pasini (2007, p.10) considera que o Esporte Orientação é para todas as idades e, portanto é um dos esportes mais justos. Em categorias, os praticantes são divididos segundo o sexo, a idade e o nível técnico que possui, ou seja, proporciona equidade física e técnica.

Sant'anna (2013, p. 5) ressalta:

Na Orientação, encontram-se princípios conceituais como: traçar estratégias para se chegar aos objetivos, persistir quando há dificuldade, uma vez tendo errado, saber voltar atrás e corrigir o passo dado, acreditar em sua intuição e escolha, saber que existem vários outros objetivos para além de uma competição em que se almeja chegar ao primeiro lugar.

A modalidade mais tradicional é a Orientação Pedestre, mas também são reconhecidas pela IOF: a Orientação em Mountain Bike, a Orientação em Esqui, e ainda a Orientação de Precisão que proporciona igualdade de competição a cadeirantes. “Porém segundo as regras, qualquer modalidade pode ser inventada, desde que não utilize motor ou qualquer meio que polua ou cause prejuízo ao meio ambiente, salvo o caso da cadeira de rodas dos deficientes físicos” (PASINI e DANTAS, 2013, p. 6). Preservar o meio ambiente é o primeiro princípio que o orientista deve apreender, pois se não houver a conservação e cuidado com a natureza, considerada o “campo de jogo”, não haverá mais Esporte Orientação.

### **3.3 O Clube de Orientação Desporto e Lazer – CODL**

O clube surgiu no Instituto Federal de Educação Ciência e Tecnologia do Ceará, da vontade de alunos e professora do curso de Gestão Desportiva e de Lazer em praticar e estudar os esportes de aventura e natureza. De acordo com o Estatuto do Clube de Orientação Desporto e Lazer (2015), denominado CODL, é uma pessoa jurídica de direito privado, sob a forma de associação, com fins não econômicos.

A primeira oficina teórica do clube aconteceu no IFCE, Campus Fortaleza, em 19 de fevereiro de 2011, a prática foi realizada no Parque do Cocó para preparar os novos atletas para a 1ª etapa do VII Campeonato Cearense de Orientação em 27 de Fevereiro de 2011, que aconteceu na Fazenda Soledade, Caucaia.

O clube foi crescendo e a maioria dos associados eram estudantes universitários, além do objetivo de praticar o esporte, também se tornou latente a divulgação através de projetos, oficinas e treinos a partir do ano de 2012.

Foi realizado um projeto no CUCA Che Guevara, Gincana de Orientação – Estações do Conhecimento, coordenado pela atleta Dhébora Sales que tinha por objetivo promover uma aula inaugural com aos alunos do CUCA desenvolvendo as noções de orientação espacial, trabalho coletivo e de criação, ampliando o relacionamento crítico quanto as dependências do Instituto CUCA. Também foram organizadas algumas oficinas em parceria com algumas

universidades, como por exemplo, a Universidade Federal do Ceará, sob meu comando e do Diretor Técnico João Torres. O CODL também organizou o VIII Encontro de Orientistas do Ceará, cerimônia de premiação do Campeonato Cearense de Orientação de 2012 no auditório do IFCE - Campus Fortaleza em que estiveram presentes membros da FECORI, presidentes e diretores de clubes de Orientação de Fortaleza, bem como seus associados e convidados. Desde então, o clube organiza os Encontros de Orientistas ao final de cada campeonato e oficinas voltadas para iniciantes no Esporte Orientação.

Durante o ano de 2015, foram realizadas várias reuniões entre os dirigentes para constituir o Estatuto Social do clube para formalizar sua existência, no documento são apresentadas algumas finalidades. De acordo o Clube de Orientação Desporto e Lazer (2015), o CODL tem por finalidade: Difundir e fomentar a prática de Orientação e Corrida de Aventura em seus diversos formatos, mediante da realização de palestras, cursos e treinos; Incentivar a participação dos associados em eventos locais, estaduais, regionais e nacionais e internacionais; Organizar provas e campeonatos; Incentivar a preservação do meio ambiente, fomentando a consciência ecológica entre os atletas e a comunidade em geral; Incentivar e promover a prática esportiva como instrumento de integração e inclusão social; Promover a união entre seus associados e familiares, desenvolvendo os conceitos de amizade e fraternidade, e observando os preceitos éticos inerentes ao bom convívio social; Desenvolver ações em parceria com o Poder Público, especialmente instituições de caráter esportivo e/ou educacional, com o intuito de promover a difusão de valores universais como solidariedade, cidadania, direitos humanos, democracia e proteção ao meio ambiente.

No dia 27 de Setembro de 2015 em Penedo, Maranguape - CE o CODL realizou sua primeira etapa junto com o Clube Azimute de Orientação e Aventura. Foi a 5ª etapa do XI Campeonato Cearense de Orientação que encerrou o principal evento de Orientação do Estado do Ceará.

Como exposto, o CODL existe de fato desde o ano de 2011, participando ativamente das atividades da FECORI para o crescimento do Esporte Orientação no Estado do Ceará, e apenas no ano de 2015 foi fundado oficialmente, pois ainda não havia homologado a seus atos constitutivos para fins de direito e no dia 19 de Janeiro de 2016, recebeu a certificação da Confederação Brasileira de Orientação – CBO, sendo o 135º clube filiado no Brasil.

A primeira e atual diretoria para o mandato bienal 2015 -2017, assim ficou composta: Presidente, Emanuelle Bezerra Soares Evangelista; Vice-Presidente: Clara Freitas Nunes; Secretária: Dhébora Sales Rodrigues; Diretor Financeiro: Alberto Alexandre Moura de Albuquerque; Diretor Técnico: João Luiz Barros Torres. Foram eleitos ainda os membros do

Conselho Fiscal: Allana Joyce Soares Gomes Scopel, Maria Gerlânia Alves Lima e Wesley Araújo da Silva.

Atualmente o clube possui 45 integrantes em seus registros, sendo destes, 27 do gênero masculino e 18 do gênero feminino, com idade entre 4 e 55 anos. Com participações em Campeonatos Estaduais, Copa Nordeste de Orientação, Campeonato Brasileiro de Orientação, Campeonato Brasileiro Estudantil e Universitário de Orientação e Campeonato Sul-Americano de Orientação.

No XI Campeonato Cearense de Orientação em 2015 o CODL teve representação em onze categorias (D21E, D21A, D21B, D21N, H16B, H21E, H21A, H21B, H21N, H55N, HN1). Na V Copa Nordeste que aconteceu na Bahia, cinco atletas representaram o clube e tivemos um 2º lugar na categoria D médio do Sprint. No último Campeonato Brasileiro Estudantil e Universitário de Orientação compomos a delegação (João Torres, Wesley Araújo e Emanuelle Bezerra) que representou o Desporto Universitário da UFC em Belo Horizonte – MG e conquistamos o 3º lugar no resultado por universidade, atrás da Universidade Federal do Rio de Janeiro e Universidade Federal de Uberlândia.

### **3.4 O Esporte Orientação como ferramenta pedagógica de ensino e aprendizagem**

Devido o seu caráter interdisciplinar, o Esporte Orientação possibilita o aprendizado em várias áreas do conhecimento. Muitas escolas já aderiam à prática desse esporte, embora ainda em sua maioria, seja praticado em escolas militares.

Segundo a CBO (2005 p. 1), em 1974, a Orientação foi incluída através do MEC no currículo da Escola de Educação Física do Exército (EsEFEx), tornando-se uma disciplina obrigatória. Em Cachoeira do Sul – RS, no ano de 1998, ocorreu um evento: Simpósio do Esporte Orientação como Ferramenta Interdisciplinar, em que o Presidente da Confederação, José Otavio Franco Dornelles palestrou e posteriormente, foi organizado um curso de capacitação de professores, assim o desporto Orientação passou a ser incluído nos currículos de algumas escolas.

A CBO (1999 p. 7) dispõe de um projeto que visa inserir o desporto Orientação nos currículos escolares, intitulado Projeto Escola Natureza, que tem por objetivos: Consolidar a prática da Orientação no país, como instrumento de inclusão social e plena cidadania, através do desenvolvimento de sua vertente pedagógica.

O início do Esporte Orientação no Ceará teve grande contribuição do Colégio Militar de Fortaleza, uma vez que fundaram o primeiro clube da capital e, portanto a Orientação fazia parte do currículo da escola nas aulas de educação física.

Pasini e Dantas (2013, p. 12-13) ressaltam algumas disciplinas que são contempladas no Esporte Orientação como: História que pode-se abordar a origem da bússola, do astrolábio, das grandes navegações e a história dos locais onde ocorrem as provas. Em Geografia pode-se comentar sobre cartografia, topografia, pontos cardeais, latitude e longitude do globo terrestre. Os tipos de coordenadas, o ensino das convenções cartográficas que regem os mapas mundiais, o ensino da teoria dos nortes existentes (Norte de Quadrícula, Magnético e verdadeiro). Observar um riacho pode ensinar o que é jusante e montante. Pode-se também denominar e mostrar as formas do relevo, como por exemplo colina, depressão, mata ciliar, entre outros. Em relação à Matemática, na Orientação há muitos cálculos, o contato diário com os ângulos, o somatório do tempo de um percurso, dos pontos realizados em uma pista, com a régua de escalas da bússola, executa-se medidas no mapa para determinar a distância a ser percorrida. Em Educação Física é a própria atividade que o atleta realiza, exercícios aeróbios e anaeróbios de um percurso, a transposição de obstáculos, etc. Língua Portuguesa pode ser tratada de infinitas formas. Ainda a Ecologia e a preservação do meio ambiente. Enfim, muitas outras disciplinas podem ser contextualizadas com este desporto.

Carmona *et. al.* (2013, p.28), enfatiza os benefícios proporcionados através da prática do Esporte Orientação e, portanto, uma possibilidade a ser inserida no contexto escolar através da disciplina de Educação Física e destaca a importância do professor de Educação Física vivenciar este conhecimento ainda na graduação.

Em algumas universidades, a Orientação já faz parte do currículo acadêmico. Um exemplo é a UFRJ: “Ainda em 1991, [...], os professores José Maria Pereira da Silva e Paulo Roberto Capôs de Figueiredo, deram início ao processo de implantação do Desporto Orientação no currículo de Escola de Educação Física e Desportos da Universidade Federal do Rio de Janeiro.” (PASINI, 2007, p. 40). Além da disciplina no componente curricular, são desenvolvidos projetos e o clube COUFRJ é atuante em campeonatos no Brasil, o professor José Maria sempre acompanha sua caravana de alunos nas competições.

Oliveira *et. al.* (2008, p. 7) ressalta o Esporte Orientação como ferramenta motivadora, dado o seu potencial interdisciplinar, cada aluno entra em contato com o conhecimento vivo, num meio real e como atividade lúdico-desportiva contribui pedagogicamente para o processo de ensino-aprendizagem.

O Esporte Orientação beneficia ainda o desenvolvimento das inteligências múltiplas. Gardner (1994, *apud.* PASINI e DANTAS, 2013) apresenta oito inteligências, seriam elas: inteligência linguística ou verbal, lógico-matemática, espacial, musical, cinestésica corporal, naturalista e as inteligências pessoais, isto é: intrapessoal e interpessoal.

A inclusão da Orientação na universidade possibilita ao professor ainda em formação, o conhecimento de um esporte motivador e desafiante que foge a regra do que é geralmente oferecido aos alunos na escola, os esportes de quadra. Permite também um aprendizado significativo que vai de encontro ao cotidiano do aluno.

#### 4. METODOLOGIA

O presente estudo de levantamento transversal, relato de experiência, com objetivos descritivos, utiliza de metodologia qualitativa. Segundo Minayo (2006, p. 24) “o universo das investigações qualitativas é o cotidiano e as experiências do senso comum, interpretadas e reinterpretadas pelos sujeitos que as vivenciam”.

Para o delineamento da revisão de literatura foram utilizadas pesquisas, documentos oficiais e também foram analisados documentos pessoais de atletas, registros do CODL que tenho acesso desde a sua fundação, bem como registros pessoais das oficinas.

Sendo assim, a pesquisa se propõe a descrever a metodologia das oficinas do Clube de Orientação Desporto e Lazer (CODL) ministradas aos alunos de Educação Física da UFC no período compreendido entre os anos de 2012 a 2015. As oficinas foram realizadas nas disciplinas de Introdução ao Curso, Práticas Integrativas III e Pedagogia do Esporte de responsabilidade do professor Leandro Masuda. Tal descrição será dividida em três etapas: na primeira será abordada a oficina teórica, através da exposição e explanação dos *slides* apresentados em sala de aula; já na segunda etapa, será exposta a descrição da oficina prática e na terceira, atividades desenvolvidas para o contexto escolar, nas disciplinas de Pedagogia do Esporte e Estágio Supervisionado IV.

## 5. OFICINA TEÓRICA DO CODL

A primeira oficina teórico-prática do CODL foi elaborada pelo Diretor Técnico João Torres, geralmente a parte teórica é apresentada em torno de 60 a 90 minutos para os alunos universitários. No decorrer das oficinas, alterei algumas lâminas da apresentação para melhor visualização.

Antes da apresentação dos slides, exibimos alguns vídeos de eventos oficiais do esporte para dar uma breve noção do que trataremos a seguir.



Slide 1 – Apresentação do Clube de Orientação Desporto e Lazer. Falamos um pouco do clube, como surgiu e suas finalidades.

Por ter nascido numa instituição de ensino, o CODL promove regularmente oficinas de iniciação a Orientação e atualmente é o clube que mais divulga o esporte entre os universitários. Apresentamos também a Federação Cearense de Orientação (FECORI), apesar do Esporte Orientação não ter ainda tanta visibilidade, a FECORI existe desde 2004 e está entre as dez maiores Federações do país.




## Conceito

- O Esporte Orientação consiste em:  
 “uma corrida na natureza, onde o atleta tem de encontrar os pontos escondidos na mata, para isso, ele contará com o auxílio de um mapa, uma bússola e as técnicas próprias do esporte.”

Slide 2 – Questionamos quantas pessoas do grupo já ouviram falar do Esporte Orientação antes da oficina. Pedimos para nos definir de acordo com o que viram ou o que acham e após os comentários, apresentamos um conceito geral.

A maioria das pessoas que comentavam ter visto em algum vídeo, divulgação em algum lugar, um amigo convidou para participar... geralmente falavam “Corrida de Orientação” e aproveitamos para comentar que para uma pessoa que não conhece, a Orientação muitas vezes é associada à ajuda, orientação acadêmica ou vocacional. Na língua inglesa existe uma palavra para cada finalidade: o desporto é chamado de *Orienteering* e a orientação de “auxílio”, “ajuda” é *Orientation*. Quando o esporte chegou aos países latinos, passaram a chamar "Corrida de Orientação" ou "*La Carrera de Orientación*". Mas a entidade internacional (IOF), recomendou-se que se retirasse do nome do esporte as palavras "corrida" e "*carrera*". Porém, muitos atletas ainda falam Corrida de Orientação. Salientamos que a corrida para nós é apenas mais um auxílio, pois nem todos correm o tempo todo devido à variedade do solo e muitos atletas fazem o percurso andando de acordo com sua capacidade física.

Percebi ao longo das oficinas durante a graduação, que no começo quase ninguém conhecia e também não faziam ideia do que se tratava. Nos semestres seguintes quando a atividade era proposta a outros alunos, já não se tratava de um esporte tão desconhecido. Acredito que se deve aos comentários dos alunos veteranos, muitas vezes compartilham com

os novatos a visão que tem dos professores, a metodologia utilizada nas disciplinas, trabalhos, bem como as vivências realizadas nos semestres anteriores.

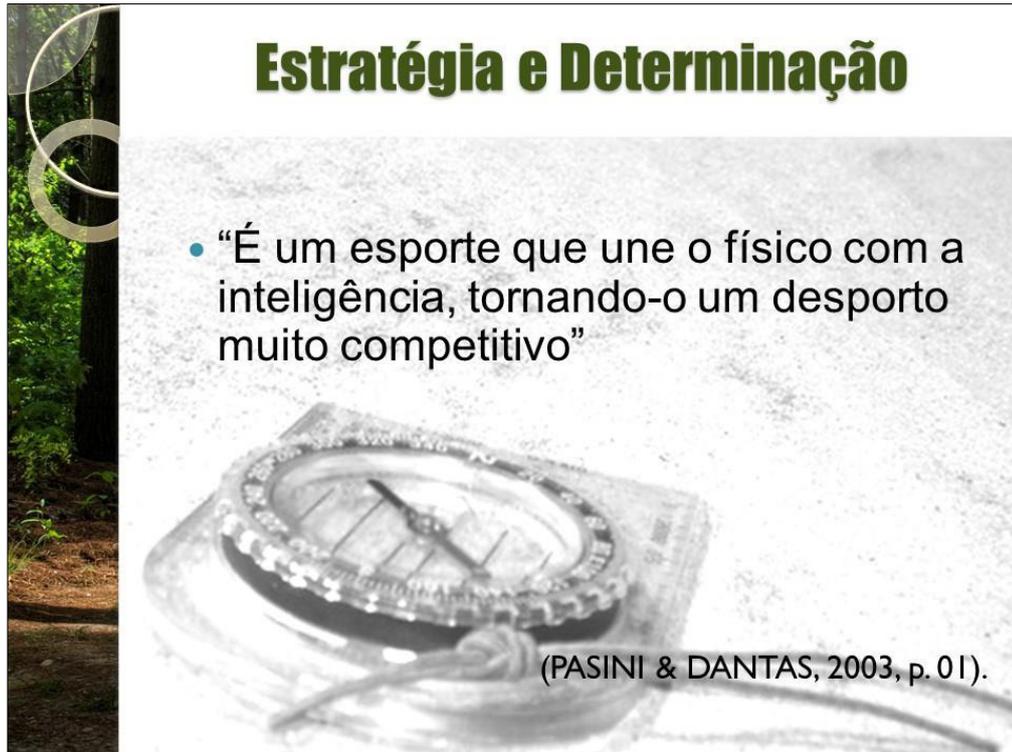


## Objetivo

- Para alguns o OBJETIVO é fazer o percurso no MENOR TEMPO possível.
- Para outros :

Encontrar o MELHOR CAMINHO;  
 Vencer DESAFIOS;  
 NÃO DESISTIR diante das dificuldades;  
 Melhorar a sua TÉCNICA;  
 Fazer AMIGOS;  
 Conhecer a NATUREZA...

Slide 3 – O objetivo do esporte em si é fazer o percurso no menor tempo possível, marcando todos os pontos de controle na ordem pré-estabelecida, principalmente para as pessoas mais competitivas, mesmo assim, estas ainda compartilham desses outros objetivos: encontrar o melhor caminho (traçar as melhores rotas para chegar ao seu objetivo), vencer os desafios (às vezes o atleta fica muito tempo procurando um ponto e quando o encontra, significa um desafio vencido), não desistir diante das dificuldades (o percurso pode ficar cansativo, o sol quente, tem sempre aquele ponto que você passa mais tempo procurando, da vontade de desistir, mas nada é mais gratificante que cruzar a linha de chegada com todos os pontos devidamente marcados), melhorar a sua técnica (a cada percurso a técnica vai ficando mais apurada e você vai aprendendo com os próprios erros), fazer amigos (os amigos Orientistas tornam-se uma verdadeira família), conhecer a natureza (essa é a mágica do esporte, você se depara com cenários incríveis, sempre recordo a primeira vez que corri em Quixadá e quando sai de uma trilha, vi o Açude do Cedro e ao fundo a Pedra da Galinha Choca). Cada “Orientista” estabelece a prioridade de seus objetivos na prática desse esporte que o torna tão fascinante.

The slide has a title 'Estratégia e Determinação' in bold green font at the top. Below the title is a quote in black text: '“É um esporte que une o físico com a inteligência, tornando-o um desporto muito competitivo”'. Underneath the quote is a photograph of a silver compass. At the bottom right of the slide, there is a citation: '(PASINI & DANTAS, 2003, p. 01)'. On the left side of the slide, there is a vertical decorative element consisting of two overlapping circles and a photograph of a forest path.

## Estratégia e Determinação

- “É um esporte que une o físico com a inteligência, tornando-o um desporto muito competitivo”

(PASINI & DANTAS, 2003, p. 01).

Slide 4 – O atleta apreende a equilibrar a sua capacidade física e intelectual. Na Orientação é complicado determinar um ritmo de corrida, pois há vários tipos de terreno (terreno arenoso, terra batida, charcos, vegetação rasteira, etc). Muitas vezes na euforia, o atleta corre muito e se desconcentra facilmente.

Mencionamos uma das primeiras provas de dois atletas do CODL: um já participava de Corridas de Rua e outro era sedentário e também preferia fazer o percurso todo caminhando. A pessoa que já participava de corridas, se desgastou muito fisicamente e na euforia de chegar rápido não se concentrou no percurso e nas informações do mapa, dando várias voltas desnecessárias, já a pessoa que fez o percurso andando, teve uma maior concentração, evitando erros e ainda fez um menor tempo de percurso que outra. O segundo atleta obteve um melhor resultado em relação ao outro, mas também não foi o melhor da colocação geral, pois o bom Orientista é o que consegue fazer um equilíbrio entre o desempenho físico e o raciocínio rápido e dessa forma evita erros de percurso.



## **EDUCAÇÃO AMBIENTAL**

- A Orientação é desenvolvida no meio ambiente.
- Promove a integração do homem com a natureza.
- Desenvolve a consciência ecológica, ao utilizar, de forma lúdica, a natureza como campo de jogo.

Slide 5 – O nosso “campo de jogo” é o meio ambiente, a natureza. Portanto, consideramos a Educação Ambiental um dos pontos fundamentais, a integração dos indivíduos com a natureza através da Orientação, desenvolve uma consciência ecológica, pois todo Orientista deve compreender que se não tivermos respeito e cuidado com o nosso campo de jogo, ele deixará de existir.

As modalidades realizadas no meio natural costumam gerar algum impacto ao meio ambiente também, mas os praticantes devem garantir que os impactos causados a natureza pela sua prática esportiva ou de lazer sejam mínimos. E essa relação de respeito com a natureza nos faz pensar e buscar formas simples no dia-a-dia para o desenvolvimento sustentável.

A Educação Ambiental na escola muitas vezes é apenas teorizada, como acontece com a maioria dos conteúdos, portanto, se tornaria muito mais fundamentada se aliada a vivências na natureza como as que o Esporte Orientação proporciona.



Slide 6 – Foto de uma das primeiras práticas na UFC, para ilustrar o “campo de jogo” do Esporte Orientação na nossa universidade.



Slide 7 – Essa foto mostra o Ponto de água de um percurso.

Perguntamos a turma como acontece a hidratação em Corridas de Rua, por exemplo, algumas respostas: “Os atletas pegam o copo, bebem a água e jogam na rua e no final fica aquele ‘mar de lixo’ no asfalto”, “mas tem as pessoas contratadas para recolher depois”, etc.

Na Orientação, se o atleta for pegar o copo d’água, ele deve beber e deixar o copo vazio no próprio ponto de água, não pode sair correndo e jogar em qualquer lugar. Em várias provas, o organizador ressalta no *briefing* (momento das informações antes da largada) a importância de não jogar os copos pelo caminho. Mas os instrutores de cada clube devem deixar isso claro para os atletas desde os primeiros fundamentos nesse esporte.

Outro fator importante do ponto de água é pensar que mais atletas estão no percurso, eles também precisam de água para beber, então não é interessante “tomar um banho” com a água dos copinhos (Na última etapa do XI Campeonato Cearense de Orientação em 2015 e primeira prova que o CODL participou da organização, foi utilizado esponjas e baldes no ponto de água, visto que muitos atletas ao pararem para a hidratação jogavam a água de um ou dois copos na cabeça para refrescar, além de desperdiçar a água potável, alguns atletas no final da prova corriam o risco de ficar sem água para beber, com isso também diminuimos o custo com a compra de copinhos de água e ainda sobrou para o próximo evento).

Por isso destacamos a importância de vivências na natureza, se as crianças convivessem mais no meio ambiente, teriam mais chances de crescer sensíveis ao respeito com os recursos que ainda temos através de ideias e gestos simples.



## HISTÓRICO

- • 1850: surgimento como desporto
- (militares escandinavos usavam como
- entretenimento)
- • 1920: Primeiros campeonatos.
- • 1928: Primeiro Clube de Orientação
- • 1961: é fundada a IOF
- • No Brasil, na década de 70, são organizadas as primeiras competições nas Forças Armadas
- • 1999: fundação da CBO

Slide 8 – Referente ao histórico, listamos alguns acontecimentos importantes e, portanto frisamos que não é um esporte tão novo como parece. No início a prática com utilização de bússola e mapa não tinha caráter competitivo e sim para entretenimento e profissionalização dos militares para navegar em terrenos de floresta e montanhosos.

Até hoje o número de atletas militares é bastante significativo, mas o esporte cresceu muito no âmbito civil, principalmente porque a cada dia vem sendo difundido dentro de universidades e escolas.

Em 1961 é fundada a IOF, em Copenhague, Dinamarca. A partir de 1963 a IOF começou a regulamentar as regras para padronizar as competições.

No Brasil os primeiros passos para trazer o esporte começaram na década de 70, quando alguns militares foram observar um importante campeonato na Dinamarca. E em 1999 foi fundada a CBO, órgão máximo da orientação no Brasil.



## MODALIDADES

- Orientação pedestre
- Orientação com bicicleta
- Orientação com esqui
- Orientação de precisão









Slide 9 – Essas são as principais modalidades reconhecidas pela IOF, mas segundo as regras, qualquer modalidade pode ser criada, mas não é permitido utilizar motor ou meios que poluam o meio ambiente.

A modalidade mais praticada no Brasil é a Orientação pedestre, a FECORI já organizou provas de *Mountain Bike* Orientação (MTB-O) e recentemente foi realizada no Rio

de Janeiro uma prova de Orientação de Precisão, que proporciona igualdade de competição entre de pessoas que utilizam cadeiras de rodas e os atletas que não utilizam.



## CATEGORIAS

- **Sexo:**
  - D: feminino
  - H: masculino
- **Faixa etária:**
  - 10, 12, 14, 16, 18, 20, 21, 35, 40, 45, 50,
  - 55, 60, 65, 70, 75, 80, 85, 90.
- **Grau de dificuldade**
  - E (elite), A (muito difícil), B (difícil), N
  - (fácil), N1 e N2 (acompanhados )

***Identifique sua categoria!***

Slide 10 – Os atletas são divididos em categorias, de acordo com o sexo, faixa etária e grau de dificuldade. Dessa forma é considerado um dos esportes mais justos, pois proporciona equidade física e técnica. Nas competições você pode observar de crianças até idosos participando.

Damos o exemplo de nossas categorias e perguntamos a idade de algumas pessoas do grupo para identificar sua devida categoria. Por exemplo: H21N, D20N, H21A...

As categorias N1, N2 e N3 são de crianças, jovens e adultos acompanhados, respectivamente. Quando alguém inicia no esporte individualmente, começa na categoria N (novato), após passar uma temporada ou campeonato, passa a dificuldade B (bravo), geralmente nessa categoria se o atleta ficar entre os três no pódio, passa para a dificuldade técnica seguinte e assim sucessivamente.

A dificuldade E (elite) só vai até a faixa etária 21 (pessoas de 21 a 34anos), as categoria D21E e H21E, portanto, são as mais difíceis, o percurso é mais extenso e envolve maior dificuldade técnica. Mas se o atleta tiver mais de 35 anos e se sentir apto a competir nessa categoria também é permitido, destacamos excelentes atletas cearenses Cristine Antunes e Jocilene Chaves Rubens.



Slide 11 - Os pais que participam de competições levam seus filhos para as provas, se tiverem menos de dez anos podem participar da categoria N1. Na foto, atleta da categoria DN1. Um esporte para a família!



Slide 12 – Na mesma competição, podemos observar atletas de várias categorias, cada categoria possui um mapa com traçado diferente, respeitando a dificuldade física e técnica.



Slide 13 – Nessa foto gostamos de ressaltar o respeito e cooperação entre os atletas durante o percurso.



Slide 14 – Atleta da categoria D21E do Ceará. A categoria 21 é considerada o ápice da condição física.

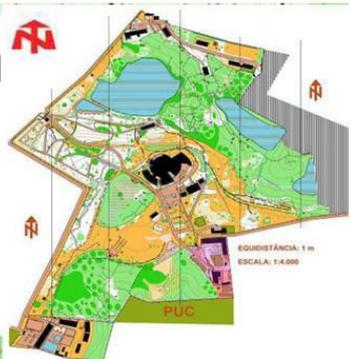


Slide 15 – O Atleta Valentim Antunes da categoria H65B participa de todas as competições no estado e também de campeonatos brasileiros. Sua esposa e filha também participam.



## O Mapa

- O MAPA descreve o TERRENO em detalhes
- O ORIENTISTA recebe um mapa com pontos assinalados pelos quais deve passar
- Referência
  - – Norte magnético
  - Convenções
    - – Cores
    - – Símbolos
    - Escala

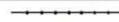


Slide 16 – O mapa de orientação representa o espaço geográfico de forma bidimensional e reduzida. Segue especificações da IOF, ou seja, o atleta pode participar de qualquer evento no mundo, pois os símbolos serão os mesmos.

Nas provas, o atleta recebe o mapa poucos minutos antes da largada, mas só pode consultá-lo após o sinal de partida. São traçados vários percursos e cada categoria tem o seu mapa específico, o atleta deve ter atenção na hora de pegar o seu.

## Cores e Símbolos

**\*Símbolos pretos: definem todas as vias e acidentes artificiais construídos pelo homem, como: caminhos, casas, vedações, linhas de alta tensão, limites laterais de estradas, etc. Também pedras ou orlas das matas, entre outros;**

	Auto estrada
	Estrada principal / secundária
	Estrada de terra
	Caminho <3m
	Trilha
	Trilha Indistinta
	Junções de Trilhas
	Passagem estreita < 5m
	Passagem larga > 5m
	Linha Férrea
	Linha de Alta Tensão
	Linha Elétrica
	Túneis
	Muro de Pedras transponível
	Muro de Pedras em Ruína
	Cerca Intransponível
	Cerca Transponível
	Vedação em Ruínas
	Passagem / Porteira

Slide 17 - Os slides que representam Cores e Símbolos são autoexplicativos, lemos as denominações de cada símbolo ou cor e apontamos os mais frequentes em mapas para novatos, para que os alunos não se preocupem em decorar tudo numa primeira vivência, pois esses símbolos aprendemos aos poucos, mediante cada prova e durante o percurso dá para fazer associações comparando o que tem no mapa e no terreno conforme o deslocamento. Mostrando esses símbolos na aula teórica pode parecer difícil, pedimos para que não se assustem com a quantidade de informações porque na prática irão perceber que é mais fácil do que imaginavam.

**\*Símbolos azuis: representam todos os acidentes de terreno que contêm água, como lagos, diques, nascentes, poços, tanques, linhas de água, áreas pantanosas, etc.;**

	Lago
	Charco
	Rio Intransponível
	Curso D'água Transponível
	Pequeno Curso D'água
	Linha D'água
	Área alagadiça intransponível
	Área alagadiça transponível
	Área alagadiça indistinta
	Pequena área alagadiça
	Buraco com água
	Poço
	Nascente

Slide 18

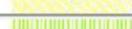
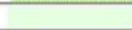
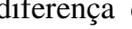
**\*Símbolos castanhos/marrom: representam o relevo - curvas de nível (representam no mapa uma linha imaginária sobre o terreno, ao longo da qual todos os pontos têm a mesma cota), pontos de cota, depressões, fossos secos, elevações, vales, barrancos, etc.;**

	Muro de terra
	Pequeno muro de terra
	Colina
	Pequena colina / montículo
	Depressão
	Pequena depressão
	Buraco
	Terreno acidentado
	Forma de relevo especial

Slide 19

**\*Vegetação amarela:** representa basicamente áreas abertas de terreno (áreas cultivadas ou de pastagem), onde a progressão em termos de corrida, é fácil;

**\*Vegetação verde/branco:** representa a densidade dos diversos tipos de vegetação de um terreno (em diversas tonalidades). De acordo com a tonalidade do verde, será a dificuldade de progressão (quanto mais escuro, mais difícil a passagem pela área).

	Floresta/ corrida fácil
	Limite de vegetação distinto
	Limite de vegetação indistinto
	Área aberta (sem árvores)
	Área aberta (com algumas árvores)
	Área semi-aberta
	Área semi-aberta (com algumas árvores)
	Vegetação rasteira / Corrida lenta
	Vegetação rasteira / Corrida difícil
	Floresta/Corrida lenta
	Floresta/Corrida difícil
	Vegetação muito densa / Impenetrável
	Floresta penetrável numa direção
	Pomar/Vinha
	Árvore especial/ isolada
	Elemento especial de vegetação

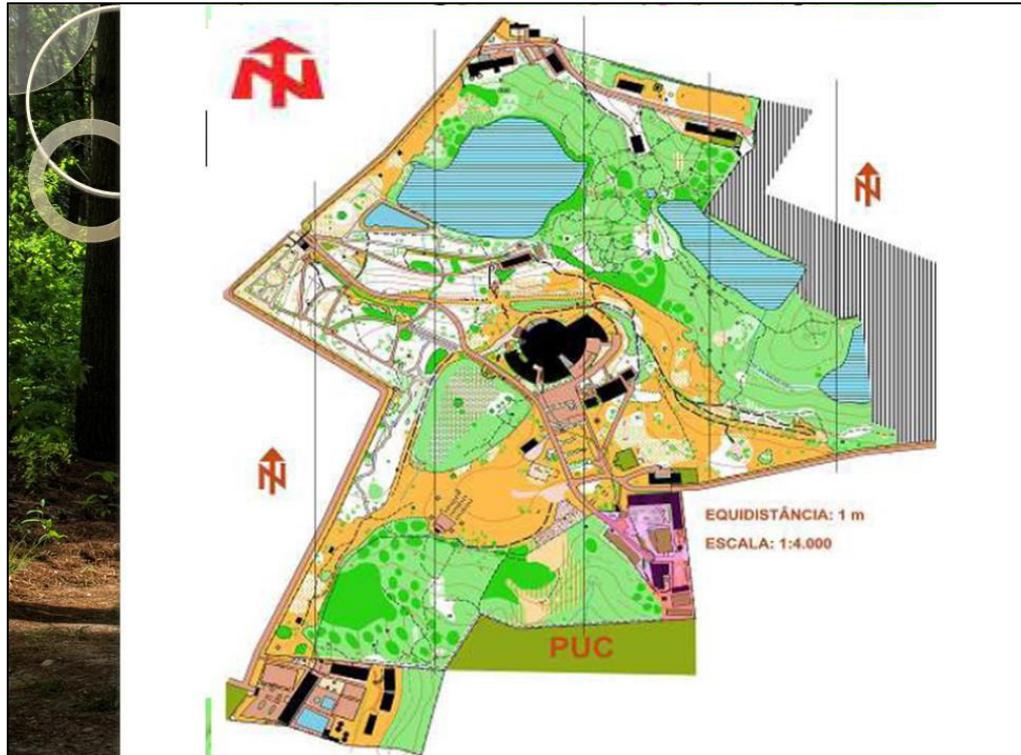
Slide 20 – Mostramos a diferença de outro verde que não tem nesse slide, o de propriedade privada que não permite a passagem do atleta. Exemplificamos no slide 22.

**\*Branco** – representa a floresta com excelentes condições de corrida. Floresta limpa (árvores mas sem vegetação rasteira); eucalipto, pinus, etc.

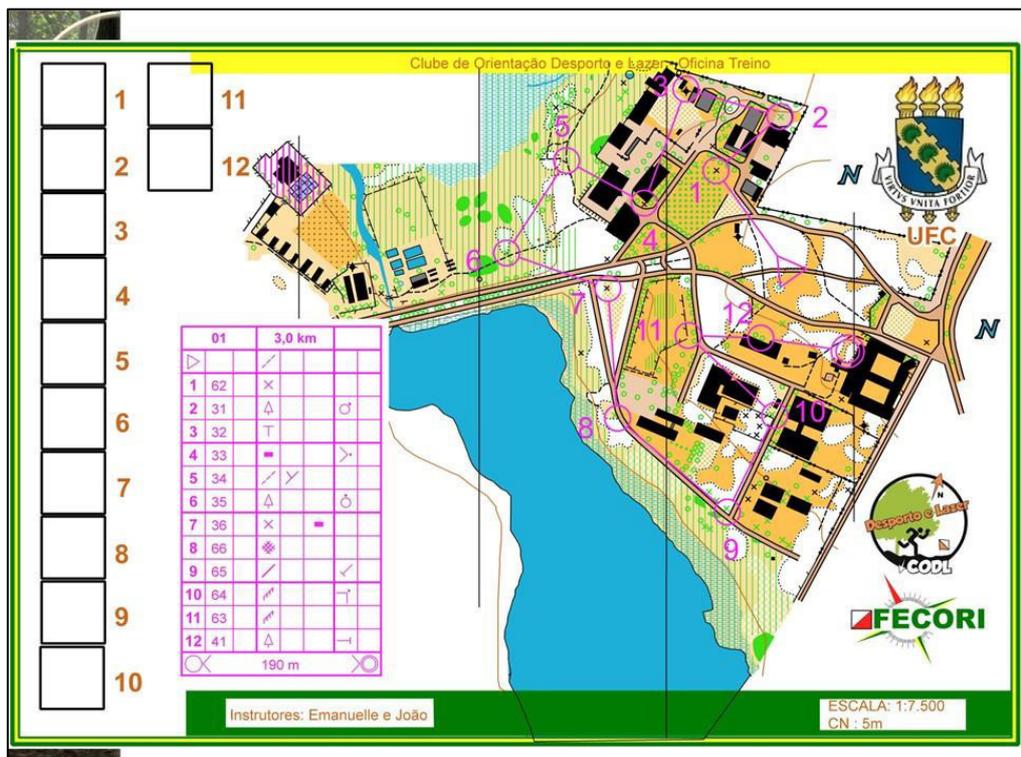
**\*O magenta/púrpura ou vermelho:** representa no mapa o percurso que o orientista se propõe a percorrer. Usado, também, para designar condições especiais do terreno como zona proibida, passagem obrigatória.

	Partida
	Ponto de controle
	Chegada
	Percurso balizado
	Área interdita
	Área Perigosa
	Posto primeiros socorros
	Reabastecimento
	Passagem interdita
	Passagem obrigatória
	Trajeto proibido

Slide 21 – Aqui ressaltamos os símbolos de partida, ponto de controle e chegada que determinam o trajeto do percurso no mapa. Desenhamos um exemplo na lousa.



Slide 22 – Nessa imagem, apontamos alguns símbolos apresentados anteriormente nos slides de Cores e Símbolos como as cercas, muros, estradas, edificações, lagos, trilhas, diferença entre as vegetações, áreas privadas, etc.



Slide 23 - Pedimos para que os alunos nos mostrem alguns símbolos. E que mostrem alguns que não lembram e queiram saber.

### ISOM RESUMIDA PARA MAPEAMENTO

#### Objetos construídos pelo homem

- 501 - Rodovia(2 vias)
- 502 - Estrada principal(>5m)
- 503 - Estrada secundária(3 a 5m)
- 504 - Estrada(<3m boas condições)
- 505 - Caminho de veículos(<3m más condições)
- 506 - Trilha
- 507 - Trilha pequena
- 508 - Trilha indistinta
- 509 - Picada
- 512 - Ponte para pedestres(passagem, pingela)
- 515 - Linha férrea
- 516 - Rede elétrica
- 517 - Linha de alta tensão
- 518, 518.1 - Túnel / Bueiro
- 519 - Muro de pedra
- 520 - Muro de pedra em ruínas
- 521 - Muro de pedra alto >1,5m
- 522 - Cerca
- 523 - Cerca em ruínas
- 524 - Cerca alta >1,5m
- 525 - Ponto de passagem(cerca ou muro)
- 526 - Edificação

#### Vegetação

- 401 - Área aberta
- 402 - Área aberta com árvores esparsas
- 403 - Área semi-aberta
- 404 - Área semi-aberta com árvores esparsas
- 405 - Floresta: corrida fácil(copa fechada)
- 406 - Floresta: corrida lenta
- 407 - Vegetação rasteira corrida lenta
- 408 - Floresta: difícil correr
- 409 - Vegetação rasteira difícil correr
- 410 - Vegetação: muito difícil correr; intransponível
- 411 - Floresta corrida em uma direção
- 412 - Pomar
- 413 - Vinhedo
- 415 - Área de cultivo
- 416 - Limite distinto de vegetação
- 418, 419, 420 - Objeto especial de vegetação

#### Terreno rochoso e pedras

- 201 - Penhasco intransponível
- 202 - Rochedo
- 203 - Penhasco transponível
- 204 - Buraco de pedra
- 205 - Caverna
- 206 - Pedra
- 207 - Pedra grande
- 208 - Zona de pedras
- 209 - Monte de pedras
- 210 - Terreno rochoso
- 211 - Zona arenosa
- 212 - Afloramento rochoso

#### Relevo

- 101 - Curva de nível
- 102 - Curva de nível mestra
- 103 - Curva de nível intermediária
- 106 - Barranco de terra
- 107 - Muro de terra
- 108 - Muro de terra pequeno
- 109 - Fosso/Ravina
- 110 - Vala seca
- 111 - Colina
- 112 - Montículo
- 113 - Colina alongada
- 114 - Depressão
- 115 - Pequena depressão
- 116 - Buraco
- 117 - Terreno irregular
- 118 - Objeto especial de terreno

#### Água e pântanos

- 301 - Lago
- 302 - Pequeno lago
- 303 - Buraco com água
- 304 - Rio intransponível
- 305 - Rio transponível
- 306 - Pequena linha de água transponível
- 307 - Pequeno canal de água
- 308 - Pântano estreito
- 309 - Pântano intransponível
- 310 - Pântano
- 311 - Área alagadiça
- 312 - Poço
- 313 - Nascente
- 314 - Objeto especial de água

#### Símbolos técnicos e de percurso

- 601 - Linhas de norte magnético
- 321 - 603 - Ponto cotado
- 701 - Partida
- 702 - Ponto de controle
- 703 - Número do ponto de controle
- 704 - Linha entre pontos de controle
- 705 - Rota balizada
- 706 - Chegada
- 707 - Limite intransponível
- 708 - Ponto de passagem
- 709 - Área fora da prova
- 710 - Área perigosa
- 711 - Rota proibida
- 712 - Posto de primeiros socorros
- 713 - Ponto de distribuição de água

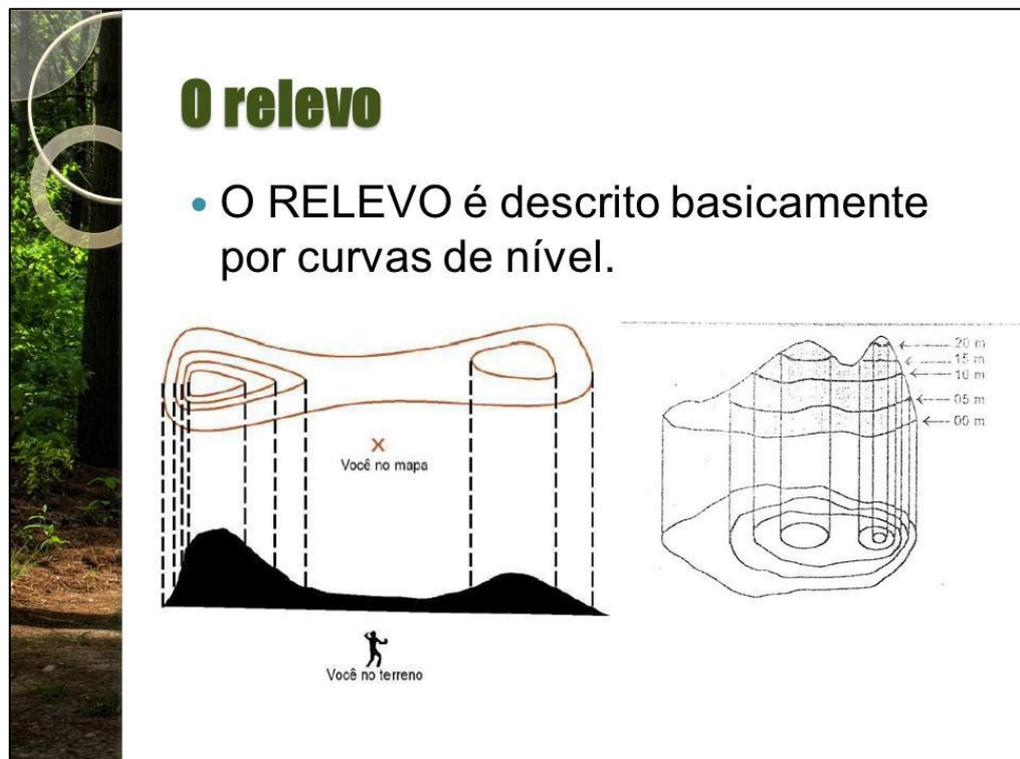
Jayckson Saraiva de Amorim - www.rumbanarota.com.br

Slide 24 – Esse slide é um resumo dos anteriores. A ISOM estabelece especificações internacionais para mapas de Orientação.

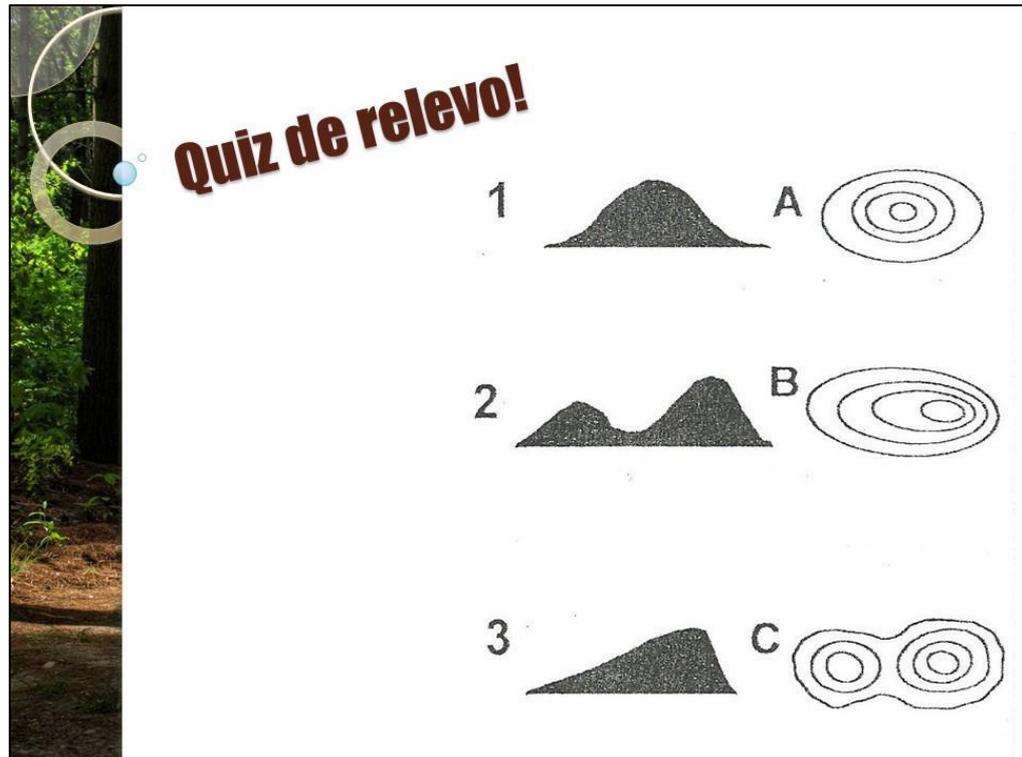
### SIMBOLOGIA DO CARTÃO DE DESCRIÇÃO


Slide 25 – Outra informação importante no mapa é a Sinalética (cartão de descrição), ela mostra onde o ponto de controle se encontra, ou seja, dá uma maior precisão à imagem dada pelo mapa. Retornamos ao mapa do slide 23 para exemplificar: O ponto 1 está em um objeto especial, representado pelo símbolo “X”, o ponto 3 está numa torre, que é o símbolo “T”.

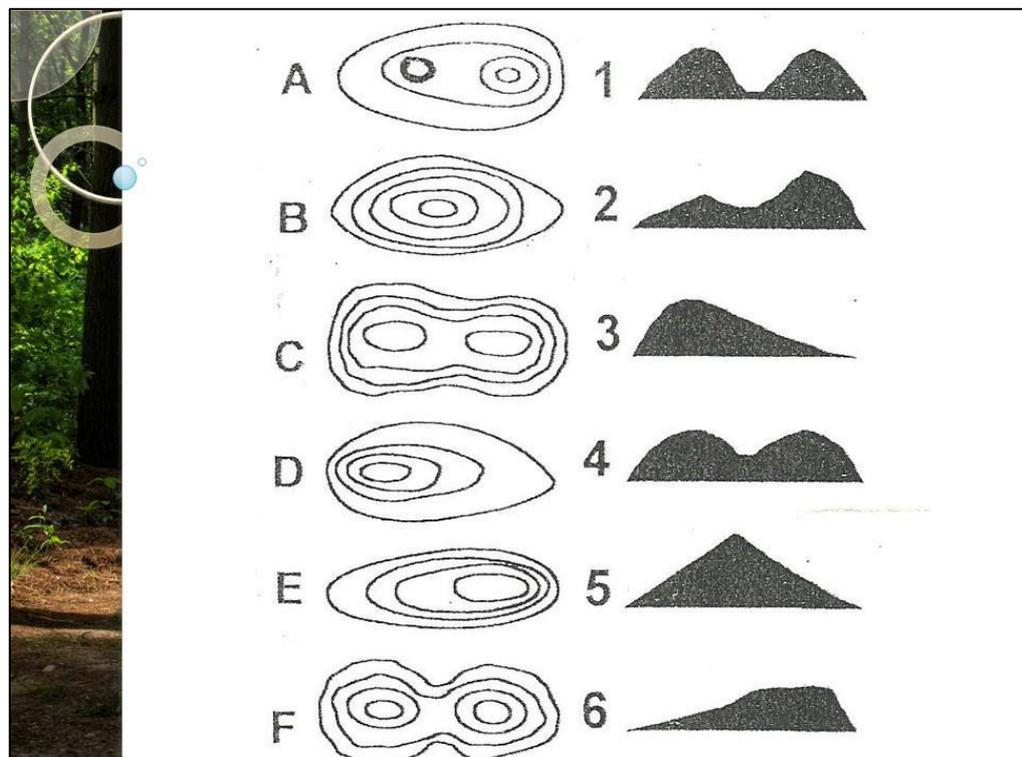
Durante o percurso o atleta pode dobrar o mapa para facilitar o manuseio e ter a visualização apenas do ponto a seguir no momento. Então na maioria das provas, a organização também disponibiliza a Sinalética avulsa e alguns atletas a colocam num bracelete (porta sinalética), dessa forma, não precisam ficar desdobrando o mapa para conferir a Sinalética. Mostramos esse material na aula.



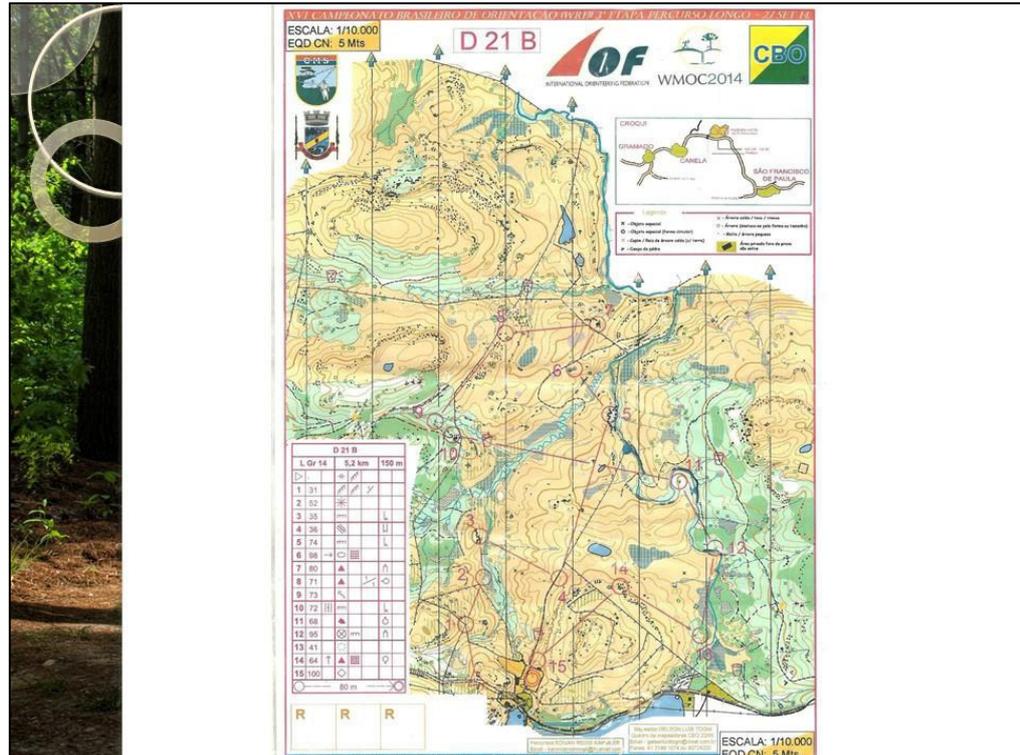
Slide 26 – Falamos um pouco sobre as curvas de nível, mas destacamos aos alunos que não se preocupem muito com essa informação inicialmente. As curvas de nível são linhas imaginárias, tendo como base o nível do mar, a equidistância entre as linhas são de 5 metros, representado na imagem do slide. A figura mostra como você vê no terreno e como vê no mapa.



Slide 27 – A coluna numérica representa o que você vê no terreno e a coluna de letras representa o que você vê no mapa. Pedimos aos alunos que façam as associações.



Slide 28 – Esse é um pouco mais complicado, sempre a turma se empolga para descobrir.



Slide 29 – Mostramos alguns mapas que apresentam muitas curvas de nível e nesse relembro algumas curiosidades e acontecimentos desse percurso. Pois todo Orientista também é um contador de histórias, cada percurso tem um aprendizado, um acontecimento engraçado ou de dificuldade.

## Navegação

- Faz parte da navegação.
- Comparação com o terreno
- – Você deve se imaginar dentro do mapa
  - – O que você vê no terreno, na sua frente, deve estar localizado na parte superior do mapa.

Slide 30 – A concentração é muito importante para a navegação, o atleta tem que se imaginar dentro do mapa, observando o que vê no mapa e no terreno durante o percurso.



## Navegação

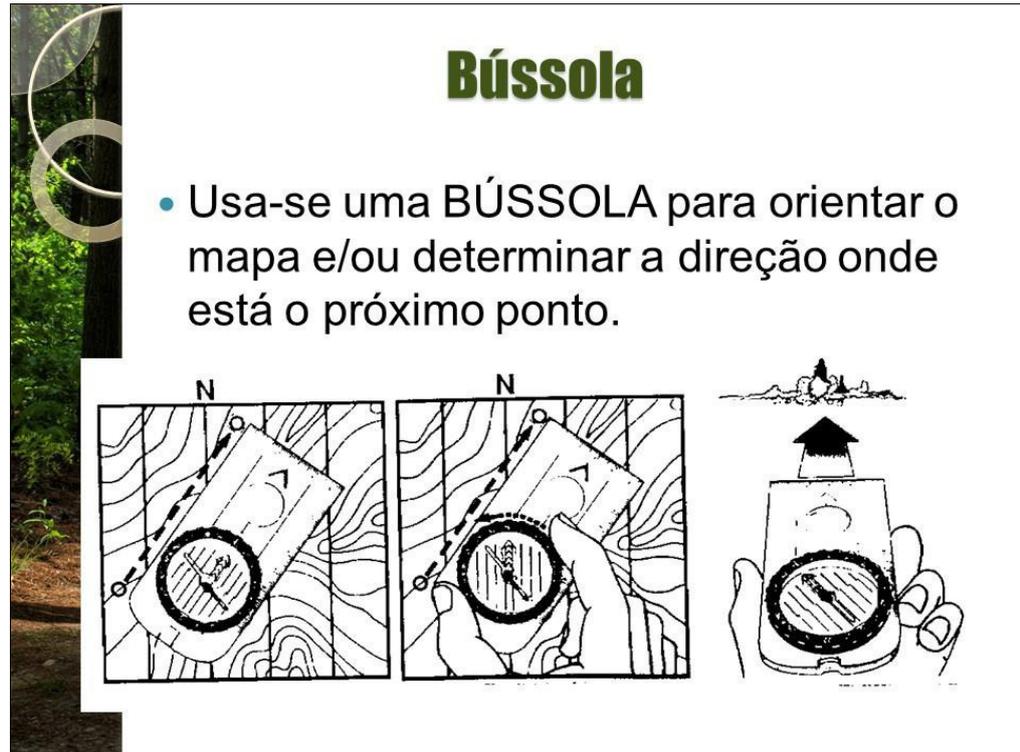
- Avaliar as distâncias
- Ferramentas:  
escala + passo duplo
- O passo duplo do atleta deve ser aferido.

Slide 31 – A escala e o passo duplo auxiliam na navegação para avaliar as distâncias.

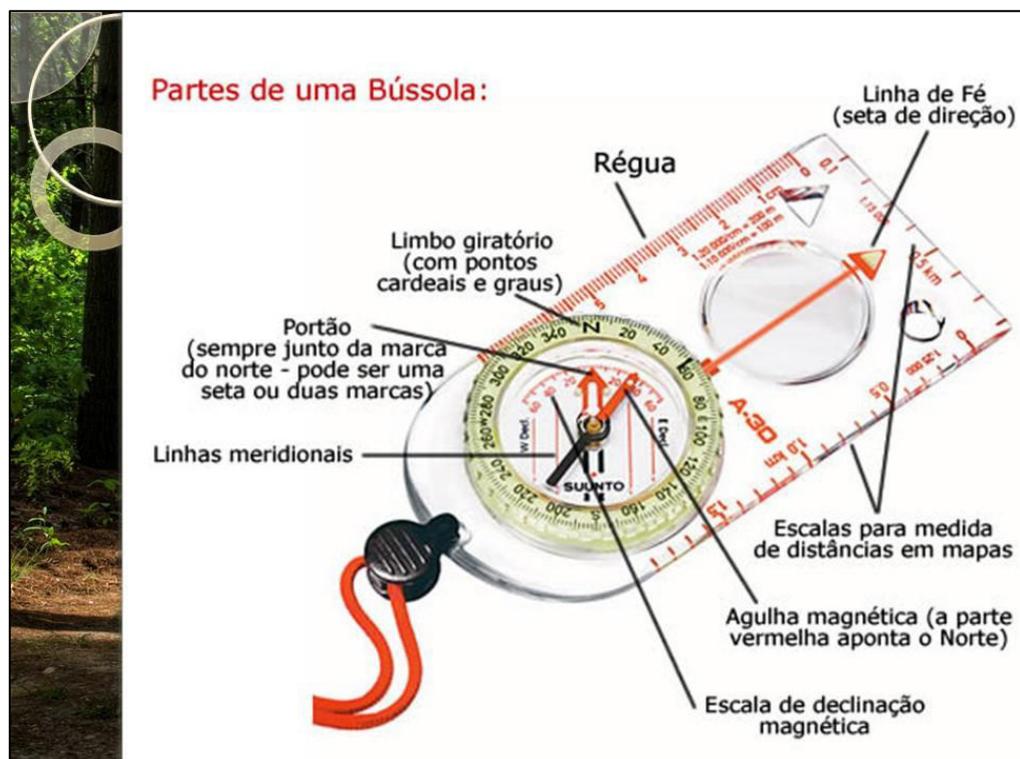
A escala é a relação entre a dimensão real e a dimensão representada no mapa (voltamos ao slide 23 e 28 para mostrar onde fica a escala e como fazer a conversão).

No mapa do slide 23 a escala é 1: 7.500, 1 centímetro no mapa é igual a 75 metros no terreno. No mapa do slide 28 a escala é 1: 10.000, 1 centímetro no mapa é igual a 100 metros no terreno. A forma mais simples para converter é olhar a escala do mapa e retirar os dois últimos zeros e assim, sabe-se que um centímetro no mapa é igual a “x” metros no terreno. As escalas mais utilizadas são 1: 2.500, 1: 5.000, 1: 7.500, 1:10.000.

Com o passo duplo aferido, temos a noção de distância. Pode auxiliar, por exemplo: quando preciso saber que percorri 100m para chegar a um determinado local que não tem muita referencia. Explicaremos um pouco mais sobre o passo duplo na oficina prática.



Slide 32 – A bússola é um material individual do atleta. Durante a navegação, o atleta tem o auxílio da bússola para orientar o mapa e saber a direção a seguir.



Slide 33 – Partes de uma bússola. Distribuímos algumas bússolas e pedimos para os alunos identificarem as partes conforme vamos falando. Mostramos outros tipos de bússola,

inclusive a bússola de dedo (é mais precisa, geralmente é utilizada pelos atletas mais experientes).



## Azimute

- **Azimute** - esta é a técnica que permite determinar direções.
- Consiste na Orientação do mapa pela bússola: através da direção do norte magnético, o orientista calcula a direção que pretende seguir. Deste cálculo, obtém a indicação do ângulo onde se encontra a baliza.
- O cálculo do azimute, é feito através do "método 1-2-3":

Slide 34 – Além das bússolas distribuimos alguns mapas para que os alunos realizem a técnica do azimute. Pedimos para que todos levantem e prestem bastante atenção.



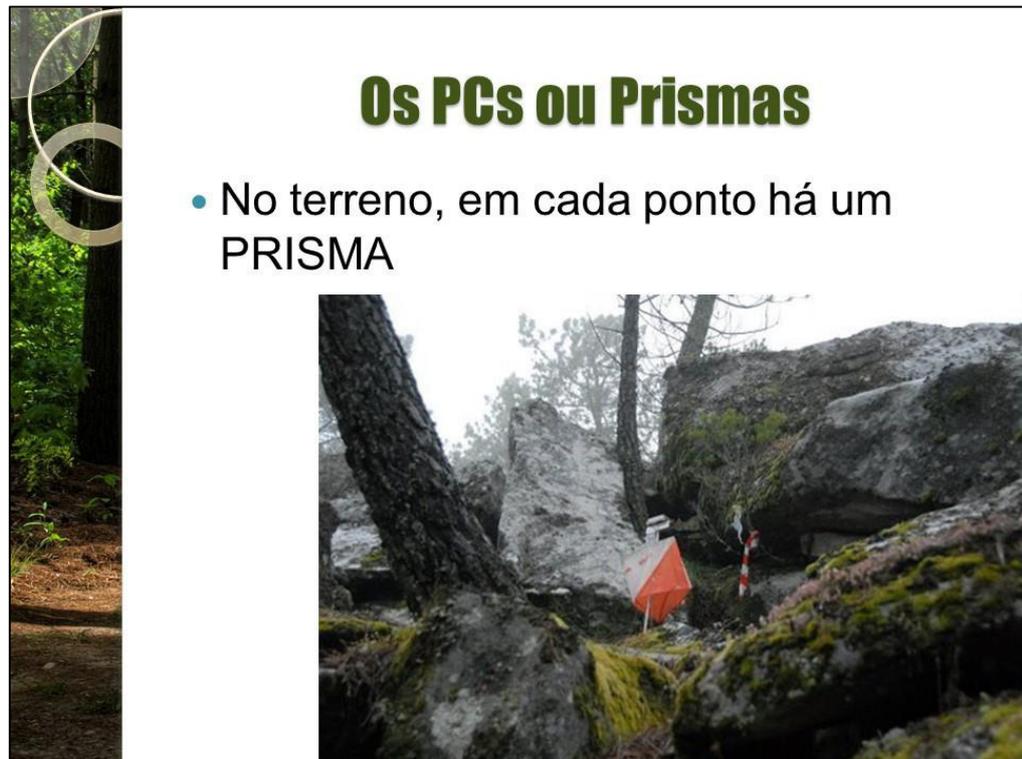
## Azimute

- 1- Coloca-se a bússola sobre o mapa de forma a fazer a ligação em linha reta do ponto de partida ao ponto de chegada (por ex. ponto 1 ao 2).  
Durante as próximas etapas, a bússola deve ser mantida nesta posição.
- 2- Roda-se o limbo da bússola de forma a que o norte magnético fique paralelo aos meridianos indicadores do norte magnético no mapa.
- 3-Roda-se o mapa e a bússola ao mesmo tempo de modo a que a agulha magnética se enquadre corretamente na direção norte-sul.

A direção do ponto de chegada, é a indicada pela seta (linha de fé) que se encontra na base da bússola.

Slide 35 – Falamos o primeiro passo desse slide e observamos se todos fizeram corretamente. Quando cessam as dúvidas, seguimos para o segundo passo, novamente auxiliamos cada pessoa para ver se está correto ou se há alguma dificuldade e por último prosseguimos para o terceiro passo, pedimos que auxiliem os colegas que tiveram mais dúvidas.

Repetimos o processo pedindo para que façam novamente com outros pontos do mapa, por exemplo: do ponto 3 ao 4.



## Os PCs ou Prismas

- No terreno, em cada ponto há um PRISMA

Slide 36 – Esse é o objeto tão procurado pelos Orientistas, o “prisma”. Em cada ponto marcado no mapa, há um prisma no terreno. Tem o tamanho 30 x 30 centímetros nas cores laranja e branco. Mostramos um prisma na demonstração.

Geralmente algum aluno pergunta se pode ter prisma em cima de árvores. Salientamos que há regras também para a montagem do percurso e os prismas não podem ficar tão escondidos dessa forma, fica a 1 metro do solo aproximadamente.

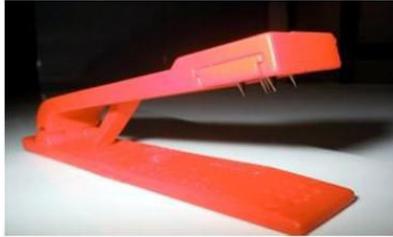
O atleta deve ficar atento, tem prismas no terreno que não tem no seu mapa, pois são de outras categorias. Na empolgação de avistar um prisma achando que é o seu, pode ocorrer de marcar errado e por isso é importante visualizar o código do prisma quando o encontrar. Veremos a seguir.



Slide 37 – Então sempre que se aproximar do prisma, deve-se observar sua numeração e conferir na sinalética do mapa para verificar se encontrou o ponto correto (No mapa do slide 23, por exemplo: O ponto/prisma 1 tem o código 62 e está no objeto especial).

## Picotadores

- O atleta usa um **CARTÃO DE CONTROLE** para comprovar que passou pelo ponto.



										NOME		⊙		
										CLUBE		▶		
										TEMPO				
21	22	23	24	25	26	27	28	29	30					
11	12	13	14	15	16	17	18	R1	R2	R3				
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10					

Slide 38 – Na oficina prática, utilizaremos picotadores e o cartão de controle estará no próprio mapa (conforme o mapa do slide 23).

Em cada prisma haverá um picotador que é semelhante a um grampeador e possui marcações diferentes (semelhante às letras em Braille), para provar que o atleta passou por todos os pontos.

Em provas oficiais não se utiliza mais esse cartão de controle, pois os pontos seguem uma ordem preestabelecida, do triângulo para o ponto 1, 2, 3 e assim sucessivamente até a chegada. Se ainda fosse marcado no cartão poderia acontecer de algumas pessoas burlarem a regra, por exemplo: Um atleta marca o ponto 1 e depois segue para o 3 que estava mais próximo do que o ponto 2.

No Circuito Fases da Lua de Orientação Noturna ainda é utilizado, pois o percurso é “estilo fazenda”, ou seja, o atleta tem que marcar todos os pontos, mas não importa a ordem.



Slide 39 – Em provas oficiais é utilizado o sistema do Sport-Ident. Há uma base eletrônica no prisma devidamente numerada e cada atleta possui um Si-card (alugado ou próprio). Quando o atleta encontra o prisma, após conferir sua numeração, ele insere o Si-card na base (que emite um som). Ao final, o atleta recebe um extrato com o tempo de todos os pontos e o tempo final do percurso. Se por acaso o atleta esquece de marcar um ponto ou marca fora da ordem, o erro é facilmente detectado e o atleta é desclassificado.



Slide 40 – Atleta chegando ao ponto de controle, prisma.



## Navegação

- Durante a prova:
  - Orientar o mapa
  - Navegar na ordem preestabelecida
  - Utilizar estratégias para encontrar o ponto
  - Marcar o cartão de controle
  - Seguir para o próximo ponto

Slide 41 – Revisamos alguns pontos importantes de navegação: Orientar o mapa de acordo com o terreno, navegar na ordem preestabelecida (após o triângulo que é o início da

prova, seguir a numeração na ordem crescente até a chegada), utilizar estratégias para encontrar o ponto (apesar de se fazer o azimute em linha reta de um ponto para o outro para encontrar a direção, geralmente não dá para percorrer o terreno em linha reta seguindo o azimute, ou seja, o Orientista traça rotas em seu percurso, pensa na melhor forma para encontrar o prisma), marca o cartão de controle (no caso do nosso treino) e utiliza a técnicas de orientação para seguir para o próximo ponto.



## UNIFORME UTILIZADO NA ORIENTAÇÃO

- Calça e camiseta de manga longa;
- Tênis com boa aderência ao solo;
- Podem ser usadas caneleiras.



Slide 42 – A regra não permite a utilização de camisa regata e shorts, salvo quando autorizado pelo árbitro, dependendo do tipo de prova. É permitido camiseta de manga curta, mas todos os uniformes dos clubes do Ceará são de manga longa. Tênis com boa aderência ao solo, mas não é permitido chuteiras de cravos, como as do atletismo. Recomenda-se o uso de caneleiras e o organizador de prova às vezes faz a recomendação nos boletins informativos, principalmente para as categorias mais difíceis.

Não podemos esquecer também o número de peito que deve ter uns 10 cm e cor visível (pode ser fixado com broches ou pintado na camiseta). O número é o de registro da CBO ou provisório se o atleta não tiver realizado ainda sua filiação. O árbitro de largada não permite a partida de um atleta sem o número de peito, pois é imprescindível para a identificação do atleta.



## **Alguns campeonatos**

- Campeonato Sul-americano de Orientação.
- CamBor: Campeonato Brasileiro de Orientação
- CBEUO: Campeonato Brasileiro Estudantil e Universitário de Orientação
- COPANE: Copa Nordeste de Orientação
- CCO: Campeonato Cearense de Orientação
- Circuito Sprint Park Tour de Orientação
- Circuito Fases da Lua de Orientação Noturna.

Slide 43 – Listamos aqui alguns campeonatos. Aos que se interessarem pelo esporte, no Ceará temos os eventos oficiais da FECORI: o CCO tem em média cinco etapas por ano e o Circuito Sprint (CCOS) com três etapas. Em cada etapa, o atleta vai somando pontos e ao final desses campeonatos são anunciados os campeões.

Ainda temos o Circuito Fases da Lua, são quatro etapas de Orientação Noturna (Lua Cheia, Minguante, Nova e Crescente) e recentemente foi criado o Circuito da Lagoa do Jirau com três etapas.

Nos eventos nacionais destacamos o CAMBOR, são três etapas durante o ano em estados diferentes, cada etapa são três dias de evento (percurso treino, revezamento em trios, percurso longo e percurso médio).

O CBEUO tem dois de prova (percurso médio e percurso longo) e a UFC esteve representada a partir de 2013, ano em que entrei no Desporto Universitário.

A COPANE é uma grande confraternização no Nordeste, o evento atrai os Orientistas no país todo, a primeira edição foi realizada no Ceará e em 2016 volta para o nosso estado, após ter passado pela Paraíba, Rio Grande de Norte, Alagoas e Bahia.

## Institucionalização

- **IOF:** Federação internacional de orientação.
- **CBO:** Confederação Brasileira de Orientação.
- **FECORI:** Federação Cearense de Orientação.
- **Clubes de Orientação – CODL**

Slide 44 – A institucionalização da Orientação como já mencionamos no histórico, a IOF que é o órgão mundial, a CBO órgão máximo no Brasil, a FECORI, Federação do nosso estado e em seguida os clubes de Orientação, que atualmente são oito no Ceará e o mais novo é o CODL.

## Esporte Orientação na Escola



Slide 45 – Essa foto é de um Campeonato Estudantil e Universitário de Orientação. Os alunos e a professora de uma escola municipal participaram em suas devidas categorias, a professora foi muito aplaudida pelos seus alunos quando subiu ao pódio para receber a medalha de premiação.

Os atletas que participam dessa competição devem ser filiados a CBO, mas há um incentivo dos organizadores para que mais escolas e universidades participem e conheçam o esporte.



Slide 46 – Nesse slide podemos perceber a Orientação como ferramenta interdisciplinar na escola. Visualizamos a quantidade de conteúdos que podem ser ensinados de forma lúdica através desse esporte. Salientamos o quão seria interessante se o professor de Educação Física desenvolvesse um trabalho junto com professores de outras áreas na escola e em vivência em outros ambientes.



Slide 47 – Wladimir Sant’anna acompanhando as crianças da categoria N1 no percurso de Orientação.



## CARÁTER PEDAGÓGICO

- O que representa a conclusão de um percurso de Orientação?
- Que valores um orientista internaliza ao localizar cada prisma no terreno?
- Enfrentar dificuldades e encontrar formas de contorná-las, atingindo os objetivos.
- Cometer pequenos erros de percurso, mas encontrar formas de corrigi-los.
- “O sofrimento é passageiro, desistir é para sempre” (Lance Armstrong)

Slide 48 – Com o Esporte Orientação sempre aprendemos algo novo a cada percurso. As atividades na natureza em geral, proporcionam ensinamentos valiosos e por isso

consideramos uma oportunidade única poder vivenciar essas atividades na universidade para entendermos melhor e pensar formas de levar esse aprendizado aos nossos alunos na escola.



Slide 49 – Alunos do Curso de Educação Física da UFC realizando o percurso de orientação na universidade.



Slide 50 – Agradecemos a participação de todos e damos as orientações para a realização da oficina prática com um percurso de orientação e também disponibilizamos os contatos do CODL para eventuais dúvidas.

## **6. OFICINA PRÁTICA DO CODL**

Em alguns momentos a oficina prática foi realizada no mesmo dia da oficina teórica. Mas devido à disponibilidade de alguns locais, algumas vezes tivemos que realizar em dias distintos. Os mapas foram cedidos por Wladimir Sant’anna e estão em anexo.

No início da prática perguntamos o que mais chamou atenção e o que os alunos acharam mais complicado.

Revisamos alguns pontos importantes para a navegação como, por exemplo, a técnica do Azimute e o passo duplo.

1. Pedimos para que os alunos formem duplas, sempre tem algum aluno que faltou e colega vai comentando um pouco do que viu na oficina teórica; também tem aqueles que não se sentem seguros para fazer o percurso sozinho, geralmente as pessoas costumam achar que é um esporte muito difícil; a dupla também favorece um maior aprendizado porque durante o percurso há uma troca de ideias e se torna uma atividade cooperativa.
2. Distribuímos os mapas que vamos utilizar na prática e as bússolas.

Colocamos dois tipos de mapas com identificação percurso 1 e percurso 2. Os dois mapas tem os mesmos pontos, mas tem a ordem invertida, ou seja, “o 1 começa por um lado e 2 para o outro lado”. Dessa forma podemos largar duas duplas ao mesmo tempo no percurso.

3. Revisamos o Azimute (técnica de utilização da bússola). Repetimos o que fizemos na oficina teórica, o método 1-2-3. Cada um imagina que está em um determinado ponto e quer ir ao próximo ponto, por exemplo: do ponto 1 ao 2.
  - 3.1 Coloca-se a bússola sobre o mapa de forma a fazer a ligação em linha reta do ponto de partida (onde você está) ao ponto de chegada (aonde quer ir). Durante as

próximas etapas, a bússola deve ser mantida nesta posição horizontal sobre o mapa (algumas vezes os alunos inclinam um pouco na vertical o que dificulta a localização, pois a agulha não funciona principalmente as bússolas de treino que não são tão precisas).

3.2 Roda-se o limbo da bússola de forma a que o norte magnético fique paralelo aos meridianos indicadores do norte magnético no mapa. “Norte da bússola com o norte do mapa” costumamos dizer.

3.3 Gira-se o corpo com o mapa e a bússola, de modo a que a agulha magnética se enquadre corretamente na direção norte-sul. A parte vermelha da agulha indica o norte. A direção do ponto de chegada é a indicada pela seta (linha de fé) que se encontra na base da bússola.

Todos mostram a direção indicada pela linha de fé e vemos se alguém está com dificuldade para ajudarmos no processo novamente.

4. Pedimos para testar mais uns dois pontos: do 3 ao 4, do 7 ao 8, etc.
5. Depois de revisar o Azimute, falamos um pouco mais do passo duplo e lembramos que não se preocupem muito em contar passo a todo o momento, pois geralmente só é necessário quando não se tem muita referencia o que não é o caso de mapas para novatos. Mas que é importante ter essa informação, pois você vai tendo uma noção de distância até mesmo visualmente no decorrer dos percursos.  
O passo duplo é uma forma de aferir a distância utilizando o próprio corpo.
6. Traçamos anteriormente uma reta de 50 metros com o auxílio de uma trena, marcamos um ponto inicial e final.  
Mostramos aos alunos o espaço... Desse cone até o outro tem 50 metros de distância ou de uma árvore a outra, etc.
7. Para realizar o passo duplo é bem simples. Se você sai do ponto inicial com o pé direito, toda vez que o pé esquerdo tocar no solo, deve contar um passo ou o contrário, se sair com o pé esquerdo, toda vez que o pé direito tocar o solo, conta um passo.  
7.1 Primeiro pedimos para contarem os passos caminhando. No ponto de chegada, os alunos devem decorar esse número e voltam andando novamente para conferir

se deu a mesma quantidade. Se for aproximado é só fazer uma média dos dois valores.

7.2 Depois realizam a mesma contagem de passos, dessa vez trotando ou correndo.

Dessa forma, terão uma noção de quantos passos é referente a 50 metros correndo ou trotando/correndo.

8. À medida que os alunos vão terminando a aferição do passo duplo. Pedimos para que fiquem com a sua dupla para darmos inicio a partida do percurso. Pedimos para que se concentrem para entender o mapa, não precisa ter pressa. Explicamos como é a largada de um percurso de orientação: Os atletas da mesma categoria não podem largar juntos para evitar que sigam um ao outro, se você é da categoria H21N, o seu adversário sai uns 2 a 3 minutos após sua largada.
9. No ponto que representa o triangulo (início do percurso), ficam as duas duplas que irão partir primeiro (uma dupla que está com o mapa 1 e a outra com a mapa 2), esclarecemos mais algumas dúvidas e largam ao mesmo tempo, pois os percursos são diferentes.
10. Esperamos uns dois a três minutos para dar a partida das próximas duplas. Evitando assim a aglomeração no percurso e realizando a largada da forma como acontece no esporte. Enquanto esperam, os alunos tiram algumas dúvidas e traçam algumas estratégias.
11. Depois da largada de todos, ficamos esperando no ponto de chegada. Em pouco tempo de espera as primeiras duplas começam a chegar.  
  
Os alunos chegam empolgados comentando como foi o percurso, o ponto mais difícil, as estratégias que traçaram para encontrar o prisma, até os pontos mais fáceis que nem precisaram de bússola, etc. E da mesma forma acontece no final de uma prova, todo Orientista tem uma história para contar.
12. Pedimos ao final que cada dupla recolha um prisma do terreno, quando todos retornam, fazemos as considerações finais sobre a atividade.

## 7. VIVÊNCIAS DOS ALUNOS DE EDUCAÇÃO FÍSICA DA UFC

As aulas de campo e vivências na natureza se constituíram no período de 2012 a 2015 momentos significativos e de grande aprendizado para os alunos de Educação Física da UFC. Com a proposta do professor Leandro Masuda nas disciplinas de Introdução ao Curso, Práticas Integrativas e Pedagogia do Esporte, no início do semestre, os alunos escolhiam atividades que poderiam apresentar a turma ou que tivessem interesse em vivenciar e que fosse de provável realização com custo acessível, respeitando sempre a finalidade de cada disciplina.

Para que as atividades pudessem ocorrer, era imprescindível a parceria com alunos das disciplinas, ex-alunos, associações e às vezes contato com empresas. Entre algumas vivências propostas: Visita ao Campus do Benfica, *Stand up Paddle*, Trilhas, Surfe, Mergulho, passeio de barco e Esporte Orientação.

A maioria das atividades ocorreu em contato com a natureza, permitindo assim um aprendizado cooperativo entre os indivíduos. Foi perceptível o envolvimento em cada vivência, os alunos tiveram atitudes de solidariedade e responsabilidade, aumentando dessa forma o vínculo afetivo no decorrer do semestre. Sobre o caráter educativo, Cardoso (2006, p. 83) afirma que o indivíduo, após uma visita à natureza, volta com algum aprendizado a mais. Mesmo que não haja uma atividade explícita, com métodos de ensino e aprendizagem, o simples fato de relacionar-se com a natureza, amplia o campo de visão dos visitantes.

Nesse tipo de abordagem que foi utilizada nas disciplinas, o professor respeita a bagagem do aluno e apreende também com o conhecimento de seus educandos. Ademais, Coimbra (2006 *apud* PEREIRA, 2011), observa que as atividades físicas na natureza oportunizam ricas experiências, sensações e valores, despertando sentimentos de redescobrimto de si mesmo e respeito ao outro.

A seguir será exposto um histórico das vivências do Esporte Orientação que foram sugeridas a partir do semestre 2012.1, em que fizemos parceria com o CODL.

A primeira oficina aconteceu no Bloco de Economia Doméstica da UFC, devido à proximidade com a área que já havia sido mapeada, no dia 12 de maio de 2012, com a turma de licenciatura, da qual faço parte. A oficina teórica foi apresentada em sala de aula e a prática, próximo ao bloco com o mapa do local. No mesmo semestre, dia 01 de junho, conseguimos o apoio do Apoena Ecopark localizado em Pacatuba a 30 km de Fortaleza, próximo a Serra de Aratanha. Alunos do IFCE fizeram o percurso de Orientação no parque pela manhã, enquanto pudemos fazer a trilha da Serra de Aratanha até o Mirante e após o

almoço, foram revisadas algumas técnicas do esporte, principalmente o “Azimute”, técnica de utilização da bússola. Para em seguida realizar o percurso de Orientação montado dentro do Apoena, 30 alunos participaram. Foi uma das vivências que a turma sempre recorda.

No semestre seguinte na turma de bacharelado, o professor Leandro Masuda relatou a experiência e mais uma vez o Esporte Orientação foi sugerido. Realizamos a oficina teórica no IEFES no dia 07 de dezembro pela manhã. A prática aconteceu novamente no Apoena Ecopark (dessa vez com um custo simbólico para a entrada no parque) dia 14 de dezembro com a participação de 32 alunos.

Em 2013 não foi possível realizar a vivência da Orientação por conta do choque de datas entre as turmas e o calendário do CODL. Mas em 2014, as oficinas voltaram nos dois semestres (2014.1 nos dias 26 e 31 de maio e 2014.2 nos dias 31 de outubro e 15 de novembro), nas turmas de Práticas Integrativas. Da mesma forma, a parte teórica foi realizada no IEFES e a prática em Pacatuba, no Apoena Ecopark.

Dentre os vários aprendizados de práticas como essas, podemos citar Uvinha (2004, CARDOSO *et. al.*, 2006, p. 78), as visitas na natureza permitem o desenvolvimento de processos educativos relacionadas também às questões ambientais, uma vez que, contribuem para uma mudança na visão do homem sobre o ambiente natural, fazendo com que este perceba a importância e o significado da natureza.

Na disciplina de Pedagogia do Esporte ainda em 2014 ocorreu de forma diferente diante a proposta da disciplina. Em dupla ou trio, os alunos deveriam planejar e ministrar uma aula sobre algum esporte. Junto com as alunas Jéssica Almeida e Stephanie Araújo, foram planejados dois dias de aula sobre o Esporte Orientação, a proposta do primeiro dia seria capacitar os “futuros professores” através de uma aula teórico-prática para que todos pudessem conhecer o esporte e vivenciar, já no segundo dia, foram propostas algumas atividades que podem ser aplicadas na escola com alunos do ensino fundamental ou médio, utilizando fundamentos do Esporte Orientação com materiais alternativos. Ao final dos dois dias de aula o *feedback* da turma e do professor foi muito positivo, todos gostaram da aula e afirmaram ser possível a realização na escola.

Já em 2015.1, atendendo a um pedido da professora Maria Eleni, organizamos uma oficina para os alunos do PIBID (Programa Institucional de Bolsas de Iniciação a Docência) do IEFES, o atleta do CODL e também aluno de Educação Física da UFC, Wesley Araújo, colaborou nessa atividade que aconteceu no dia 25 de abril, na Casa de José de Alencar pela manhã. A oficina teórica foi realizada numa sala com equipamento de data show e prática

pela área da Casa. A proposta seria também fazer em dois dias, para que na segunda data fossem apresentadas atividades propostas para a escola.

Difundir o Esporte Orientação no período de 2012 a 2015 entre os alunos de Educação Física da UFC contribuiu não só para a divulgação de um esporte que muitos ainda desconhecem, mas para que esses futuros profissionais também possam utilizar esse conteúdo como opção para planejar aulas mais significativas para o desenvolvimento de seus educandos. Organizar as oficinas de Orientação expostas acima com o Professor Leandro Masuda e o CODL foi um desafio que resultou também em um grande aprendizado pessoal durante esse percurso acadêmico.

## **8. ATIVIDADES EXTRACURRICULARES**

Em outras disciplinas durante a graduação, tivemos a oportunidade de apresentar o Esporte Orientação como ferramenta de ensino nas aulas de educação física.

### **Disciplina Pedagogia do Esporte**

Na disciplina de Pedagogia do Esporte lecionada pelo professor Leandro Masuda, foi proposto um trabalho em equipe para apresentar alguns esportes propostos em sala de aula que os alunos se identificassem ou tivessem curiosidade, foi sugerido: Futsal, Handebol, Vôlei, Basquete, Atletismo, Ginástica geral e artística, Lutas, Esporte Orientação.

Integraram a minha equipe as alunas Jéssica Almeida e Stephanie Araújo, como elas ainda não tinham participado de nenhuma oficina anteriormente, as levei para fazer um percurso na UFC para entender melhor o esporte e assim contribuir no planejamento da aula.

Propomos dois dias de intervenção.

No primeiro dia foi apresentação teórica em sala de aula no IEFES, utilizando o formato da oficina do CODL, pois alguns ainda não conheciam o esporte. Depois nos deslocamos para a área do bloco de Economia Doméstica no próprio Campus do Pici para realizar a parte prática.

No segundo dia, propomos uma atividade que pode ser desenvolvida com alunos do Ensino Médio e não necessita de materiais específicos do esporte como bússolas, prismas, etc:

Dividimos a turma em duas equipes, cada professora acompanhou uma equipe.

Em cada grupo estabeleceram um cargo e responsabilidade para cada aluno:

<b>Mapeador</b>	Escolher dois alunos que gostam de desenhar para serem os “mapeadores” e cada um formará um grupo.
<b>Presidente de clube</b>	Definirá a cor de seu clube e distribuirá as faixas para colocar na cabeça.
<b>Secretário</b>	Deverá pegar o material necessário e devolver como lhe foi entregue.

**Material**

- Faixas de tnt de duas cores para colocar na cabeça
- 2 cartolinas
- 2 mapas de exemplo
- 2 pranchetas com folhas A3 (para rascunho)
- Cestinho com lápis de cor, lápis de cera, pincel, canetinhas.

**1ª etapa da atividade – Desenhar o mapa do terreno.**

Desenvolver a orientação espacial.

Lembramos a importância do trabalho em grupo, os outros alunos auxiliaram o “mapeador” para enriquecer o mapa com a maior quantidade de elementos e objetos possíveis.

- Todos deverão definir o nome do evento (Ex: I Circuito de Orientação da Ed. Física.
- Cada grupo deverá definir o nome do seu clube e criar um brasão com as suas cores.
- Desenhar o mapa

Informações importantes que devem conter no mapa: brasão do clube organizador, nome do evento, data, símbolos (podem colocar os que lembram ou criar os símbolos).

**2ª etapa da atividade – Montar o percurso**

Com o mapa feito, as equipes posicionaram os dez balões (com os envelopes das peças do quebra cabeça) em pontos específicos do mapa.

<b>Tracador de percurso</b>	Estabelecer dez pontos que deverão ser distribuídos no mapa e no terreno.
<b>Montador de percurso</b>	Cada grupo deverá escolher um montador de percurso, os demais deverão auxiliá-lo para colocar nos locais escolhidos. Os prismas serão balões nas cores do clube.

**Material**

- Balões, duas cores diferentes.
- Envelopes com as peças de um quebra-cabeça (Fizemos um quebra-cabeça para cada equipe e distribuimos as peças em envelopes).
- Fita
- Barbante

### **3ª etapa da atividade – Percorrendo o percurso**

Depois de montados os dois percursos, as equipes trocaram os mapas e percorreram o percurso montado pela outra equipe.

- Cada equipe deverá coletar os balões do outro grupo e chegar ao final com todos os balões.
- Abrir os envelopes, retirar as peças do quebra cabeça e montar.

Foi muito divertido, o quebra cabeça era uma foto de uma das primeiras vivências do curso, alguns se viram e também lembraram os colegas que não estavam mais no curso.

### **Disciplina Estágio Supervisionado IV**

O Colégio da Polícia Militar que desenvolvi o estágio foi convidado para participar dos Jogos da Pátria dos Colégios Militares (Colégio Militar de Fortaleza, Colégio dos Bombeiros e Colégio da Polícia Militar) e um dos esportes seria a Orientação. Os professores de Educação Física do CPM não tinham ainda o conhecimento do esporte e me disponibilizei para ajudá-los no que precisassem, inclusive com apoio de material do CODL (bússolas, prismas, picotadores, mapas, etc).

Antes do evento só pudemos fazer um dia de aula, dei algumas informações técnicas sobre o mapa e navegação e depois fomos ao Parque Rio Branco fazer uma vivência.

No dia dos Jogos da Pátria, tivemos uma boa representação e conseguimos levar mais alunos do que as outras escolas que por sua vez já desenvolvem o Esporte Orientação há mais tempo nas aulas de educação física. O evento aconteceu no 10º Depósito de Suprimentos do Exército, no bairro Dias Macedo, no dia 25 de Setembro de 2015.

Os alunos gostaram muito do esporte, perguntavam se teriam mais aulas de Orientação na escola sempre que eu chegava para as aulas do estágio.

Fizemos um projeto no período de recuperação/férias para os alunos do ensino médio no CPM, pois não podemos alterar o cronograma anual. O Diretor Técnico do CODL, João Torres, fez o mapa oficial da escola e tive o auxílio do Maurício de Jesus que também estava cumprido o estágio IV na mesma escola.

Para as aulas teóricas, utilizamos como base, a apresentação de slides que expomos nesse trabalho, mas já fragmentada durante as aulas, para maior aproveitamento na escola. Também adicionamos mais alguns slides e imagens no tópico de Educação Ambiental e levamos mais vídeos de demonstração de alguns assuntos para maior aprendizado.

## **Aula 1 – Esporte Orientação e Educação Ambiental.**

Revisamos alguns fundamentos com a apresentação de slides e os alunos falaram o que lembravam da vivência que tiveram do Esporte Orientação no Parque Rio Branco e nos Jogos da Pátria.

Falamos mais sobre Educação Ambiental e a importância em preservar a natureza, listando ainda, ações no dia-a-dia que podem contribuir com o meio ambiente.

Fizemos uma atividade na sala:

Não desperdice água!

Com os mapas que utilizamos na aula, formamos uma “calha” (conforme a imagem ao lado), o objetivo é não desperdiçar a “água”.

Colocamos uma bala que representa a gota de água que deve cair somente no local que representa o balde por exemplo.

É uma atividade de cooperação, no começo é difícil, a “gota de água” vai caindo pelo caminho até que todos consigam ajustar a calha para que chegue ao destino correto. São

feitas algumas tentativas. Quando conseguem acertar o alvo, aumentamos a dificuldade, colocando o balde um pouco mais a frente, então, os primeiros devem completar o final da calha rapidamente, antes que a bala chegue no balde.



## **Aula 2 – Orientação Espacial, Caça ao Tesouro**

Aula prática pelo espaço da escola (semelhante à atividade descrita na disciplina de Pedagogia do Esporte, mas dessa vez utilizamos materiais específicos do esporte e mudamos o quebra-cabeça utilizado, colocando uma frase).

Os alunos foram divididos em dois grupos, um ficou sob minha orientação e o outro com o Maurício. Eles desenharam o espaço que delimitamos, traçaram um percurso no desenho e colocaram os prismas. Quando terminaram a montagem do percurso, pedimos para que esperassem, enquanto escondíamos o “tesouro” (um saquinho para cada equipe com pirulitos), depois eles trocaram os mapas para percorrer o percurso traçado pelos colegas.

Fizemos um quebra-cabeça, distribuimos em quatro envelopes para cada grupo e colocamos nos prismas.

Depois de ter picotado todos os pontos, os alunos chegavam com os envelopes e tinham que montar o quebra-cabeça para ler a charada e decifrar para encontrar o “tesouro” escondido por nós.



### **Aula 3 – Vivência na UFC**

É sempre um desafio levar os alunos para atividades que ultrapassam os muros da escola, pois a segurança é a principal preocupação. Mas esses momentos são de extrema importância, pois envolvem facilmente os alunos e desenvolvem não só habilidades motoras.

Antes de sairmos da escola falamos sobre respeito, confiança, cooperação e cuidado.

Dividimos os alunos em duplas. Pedimos para que cada dupla colocasse um prisma no local que indicamos no mapa sem utilização da bússola. Após a montagem do percurso, pedimos para que fizessem o percurso completo, apenas seguindo as referências do mapa, prestando bastante atenção nas vias de transporte. Ao final, pedimos para que cada dupla recolhesse o prisma que colocou no início da aula e comentamos algumas observações relevantes numa roda de conversa.

### **Aula 4 - Bússola, Distância, Escala, Passo duplo.**

Na aula teórica, falamos sobre a história da bússola, curiosidades e apresentamos alguns tipos de bússola, bem como a mais utilizada no Esporte Orientação. Destacamos os slides que tratam de navegação, bússola e azimute.

Com mapas e bússolas, fizemos o azimute na sala de aula, imaginando estar em um ponto e indo a outro.

Na aula prática no pátio da escola aferimos o passo duplo, traçamos anteriormente uma reta de 50 metros (exemplificado no capítulo que trata da oficina prática), entregamos uma tabela para anotarem a contagem de passos, cada aluno fez três vezes caminhando e três vezes trotando/correndo. De volta à sala de aula, pedimos para que fizessem o cálculo da média dos passos correndo e andando.

Novamente fizemos o azimute, pedimos para observarem a escala do mapa para realizarmos a conversão em metros e em seguida multiplicamos pela quantidade de centímetros (Por exemplo: A escala do mapa é 1:5000, dividimos por 100 ou simplesmente “cortamos” os dois últimos zero, fica 50, ou seja, cada centímetro no mapa tem 50 metros. Do ponto 1 ao 2 do mapa tem 4 centímetros, observamos com a régua da bússola. Então multiplicamos  $4 \times 50$ , dessa forma, a distância do ponto 1 ao 2, será 200 metros).

Pedimos para que cada um observe em sua tabela de anotações, quanto deu o passo duplo caminhado e questionamos então, a quantidade de passos necessários para percorrer os 200 metros do ponto 1 ao 2. Lembrando que o passo duplo auxilia para ter a noção de distância, mas não é necessário ficar contando passo durante todo o percurso.

### **Aula 5 – Sinalética e memorização através de jogos.**

Aula em sala. Mostramos alguns vídeos para falar sobre a sinalética do mapa e apresentado o slide 24 que tratam sobre este assunto.

Confeccionei um jogo da memória com os principais símbolos da sinalética que aparecem na coluna D que representam: formas no terreno, hidrografia, rochas e pedra, vegetação, feitos pelo homem, objetos especiais. Pedimos para formarem duplas ou trios para o jogo.

Também mostramos o jogo Mestre dos mapas no site do Clube Rumba na Rota (<http://www.rumbanarota.com.br/#top>). Quando o jogo inicia, aparece a descrição e quatro opções de símbolos para escolher, após marcar a opção correta, passa para a próxima descrição e no caso de erro, o jogo é encerrado.

No final brincamos de adivinhação, cada um desenha um símbolo na lousa e os outros devem adivinhar o significado.

### **Aula 6 - Esporte Orientação com o mapa oficial da escola.**

Aula prática utilizando todo o espaço da escola.

Montamos o percurso enquanto os alunos ficaram em sala brincando como jogo da memória para não verem onde iríamos colocar os prismas.

Eles utilizaram a bússola e o mapa da escola para fazer o percurso. Fizemos a largada de 3 em 3 minutos para não aglomerarem durante a atividade. Alguns alunos ficaram curiosos vendo os outros correndo pela escola, perguntavam o que era e as vezes pediam para participar também.

### **Aula 7 – Esporte Orientação com o mapa oficial da escola.**

Fizemos a mesma atividade do dia anterior utilizando o mapa da escola, mas com outro percurso que utilizava também a área dos fundos da escola e espaço do Tiradentes (time de futebol). Os alunos ficaram empolgados por utilizar esse espaço que geralmente não frequentam. No final analisando as escolhas de rotas, os alunos falaram o que fizeram e como poderia ter sido melhor.

Ao final dessas aulas, os alunos participaram da 3ª etapa do II Circuito de Orientação da Lagoa do Jirau – Beberibe, no dia 14 de Dezembro de 2015 com a colaboração do Clube Coqueiro e Orientistas da Lagoa do Jirau. O transporte da escola não foi liberado dessa vez, então nem todos participaram e alguns foram com os pais ou responsáveis. A prova foi em duplas e eles puderam vivenciar o Esporte Orientação como realmente acontece no estado. Depois os alunos almoçaram, tomaram banho de piscina e jogaram no campo confraternizando com atletas de outra escola.

No dia seguinte nos encontramos para comentar como foram as aulas e a última vivência na Lagoa do Jirau, levei o último mapa e coloquei no data show para eles comentarem as rotas que fizeram, cada um tinha uma história pra contar do que aconteceu no percurso, foi muito interessante.

Fizemos um momento de confraternização. Entreguei uns certificados de participação, levei pipoca e refrigerante para vermos as fotos e fiz um sorteio de uma camisa do CODL e uma bússola.

A disciplina de Estágio Supervisionado IV realizada no Colégio da Polícia Militar foi um grande aprendizado, já no final do semestre, pude levar pela primeira vez o Esporte Orientação para a escola e apesar de pouco tempo, o resultado foi gratificante. Tive uma proximidade maior com a escola, com os professores, os alunos e também com os pais. Era prazeroso ser recebida pelos alunos e ver o quanto se empenhavam nas atividades durante as aulas, ouvir suas histórias de percurso e forma como descreviam o Esporte Orientação para os amigos nos corredores da escola, mesmo alunos que não tiveram aula comigo, me chamavam de “professora da Orientação” e muitas vezes chegavam pedindo para participar da aula. A minha turma foi excelente, os alunos sempre me trataram com muito respeito e carinho, espero ter contribuído na formação deles.

## 9. CONCLUSÃO

As vivências em contato com a natureza tiveram um importante significado para os discentes durante a formação acadêmica, dentre essas, esteve presente o Esporte Orientação, uma experiência que possibilita vários saberes, considerada como uma ferramenta interdisciplinar. O referido esporte está em constante crescimento no país e cada vez mais presente em escolas e universidades através da divulgação pelas entidades (federações e clubes) e atletas. Atualmente, no Ceará, o CODL é o clube que mais divulga o esporte no âmbito acadêmico.

Através deste estudo, foi apresentada a metodologia das oficinas do Clube de Orientação Desporto e Lazer, ministradas aos alunos de Educação Física da Universidade Federal do Ceará entre os anos de 2012 a 2015. Portanto, foram descritas a oficina teórica e prática ministrada pelo CODL, nas vivências das turmas com o Esporte Orientação e apresentado ainda, atividades com propostas para a escola, desenvolvidas em outras disciplinas durante esse período.

Por isso, esse trabalho teve como propósito, contribuir para a divulgação e inserção do Esporte Orientação nas universidades e escolas, levando principalmente aos discentes de Educação Física e professores que buscam trabalhar conteúdos de caráter interdisciplinar, a apresentação de novas possibilidades para mediar o processo de ensino-aprendizagem escolar. Assim, cabe ressaltar que é um material de apoio para a iniciação na Orientação, diante da procura e curiosidade dos acadêmicos de Educação Física por este esporte, ainda pouco conhecido por eles, podendo servir de suporte para futuras intervenções.

## REFERÊNCIAS

AIRES, Antônio; QUINTA-NOVA, Luis; SANTOS, Luis; PIRES, Natália; COSTA, Raquel; FERREIRA, Rui. **Orientação Desporto com Pés e Cabeça**. Mafra: Federação Portuguesa de Orientação, 2011. 163p. Disponível em: < <http://hdl.handle.net/10400.11/1371>>. Acesso em: 01 mai. 2015.

ANTUNES, Celso. **As inteligências múltiplas e seus estímulos**. 2ª ed. São Paulo: Papirus, 1998. 141 p.

CARDOSO, Aercio Rossi; SILVA, Andreia; FELIPE, Gisele R. A Educação pela Aventura: Desmistificando Sensações e Emoções. **Motriz. Rio Claro**, v. 12, n. 1, p. 77-87, 2006. Disponível em: < <http://files.lucianoaventura.webnode.com.br/200000077-24b2625ac4/A%20educa%C3%A7%C3%A3o%20pela%20aventura-%20desmistificando%20sensa%C3%A7%C3%B5es%20e%20emo%C3%A7%C3%B5es.pdf>>. Acesso em: 19 mai. 2015.

CARMONA, Eduardo Klein; BEGOSSI, Tuany Defaveri; SOARES, Suelen Silva; MAZO, Janice Zarpellon. O Esporte de Orientação. Possibilidades e Perspectivas. **Educação Física em Revista**. Porto Alegre, v. 7, n. 3, p. 19 – 27, 2013. Disponível em: <<http://portalrevistas.ucb.br/index.php/efr/article/viewArticle/4366>>. Acesso em: 07 abr. 2015.

CLUBE DE ORIENTAÇÃO DESPORTO E LAZER. **Estatuto social do Clube de Orientação Desporto e Lazer**. Fortaleza, 2015.

CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE ORIENTAÇÃO. **Histórico do Esporte Orientação nos Currículos Escolares no Brasil**. Santa Maria, 2005. Disponível em: < [http://www.cbo.org.br/site/comissao\\_cientifica/ESCOLAS/HISTORICO%20NA%20ESCOLA.pdf](http://www.cbo.org.br/site/comissao_cientifica/ESCOLAS/HISTORICO%20NA%20ESCOLA.pdf)>. Acesso em 21 mai. de 2015.

CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE ORIENTAÇÃO. **Institucional**. Santa Maria, 2004. Disponível em: <<http://www.cbo.org.br/site/institucional/index.php>>. Acesso em: 27 abr. 2015.

CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE ORIENTAÇÃO. **Política Nacional de Desenvolvimento do Desporto Orientação**. Santa Maria, 2001. Disponível em: < <http://www.cbo.org.br/site/projetos/index.php>>. Acesso em: 31 abr. 2015.

CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE ORIENTAÇÃO. **Projeto Escola Natureza**. Santa Maria, 1999. Disponível em: <<http://www.cbo.org.br/site/projetos/index.php>>. Acesso em: 31 abr. 2015.

FEDERAÇÃO CEARENSE DE ORIENTAÇÃO. **Regulamento Especial da Medalha do Mérito Desportivo Professor Marcos Antônio Ramos de Oliveira**. Fortaleza, 2015.

FEDERAÇÃO CEARENSE DE ORIENTAÇÃO. **Sobre a FECORI**. Fortaleza, 2013. Disponível em: <<http://fecori.org.br/sobre>>. Acesso em: 15 mai. 2015.

OLIVEIRA, Fábio Souza de; BARROSO Johelio Santana; COSTA, Osvaldo Moura. **A Corrida de Orientação enquanto conteúdo da Educação Física escolar. Revista Digital-Buenos Aires**, v. 13, n. 119, p. 1-8, 2008. Disponível em: <<http://www.efdeportes.com/efd119/corridadeorientacionconteudodaeducacaofisicaescolar.Htm>> . Acesso em 21 abr. 2015.

PASINI, Carlos Giovanni Delevati. **Corrida de Orientação. Esporte e Ferramenta Pedagógica para a Educação**. 2. ed. Santiago: Ponto Cópias, 2007. 223 p.

PASINI, Carlos Giovanni Delevati; DANTAS, Mário. **Disciplina de Orientação e o Currículo de Educação Física do Ensino Superior. Uma Inclusão Necessária**. 2013. 14 p. Resumo (Dissertação de Mestrado em Educação) - Universidade Vale do Rio Verde, Três Corações, 2013. Disponível em: <[http://www.cbo.org.br/site/comissao\\_cientifica/Mestrado/artigo%20cientifico.pdf](http://www.cbo.org.br/site/comissao_cientifica/Mestrado/artigo%20cientifico.pdf)> . Acesso em: 07 abr. 2015.

PASINI, Carlos Giovanni Delevati. **Pedagogia, Técnica e Tática de Corrida de Orientação**. Santiago: Ponto Cópias, 2007. 176 p.

PEREIRA, Enio Araujo. **Memórias, Olhares e Aventuras: O Exercursionismo na formação em Educação Física**. Pelotas: Ed. da Universidade Federal de Pelotas, 2011. 126 p.

SANT'ANNA, Wladimir Chagas de. **Consciência ambiental pelo Esporte Orientação: Por um prisma de observação comportamental dos orientistas de Fortaleza**. 2013. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Gestão Desportiva e de Lazer) – Departamento de turismo, Hospitalidade e Lazer, Instituto Federal de Educação Ciência e Tecnologia do Ceará, Fortaleza, 2013.

SILVA, Kênia Ribeiro da. **Concepções Educacionais e sua Interferência nas Práticas Educativas. Revista Eletrônica de Educação da Faculdade Araguaia. Goiânia**, v. 5, n. 5, p. 14-22, 2014. Disponível em: <<http://www.fara.edu.br/sipe/index.php/renefara/article/view/185>>. Acesso em: 20 mai. 2015.

SILVA, Marco Antonio Ferreira da. **Esporte Orientação: Conceituação, Resumo Histórico e Proposta Pedagógica Interdisciplinar para o Currículo Escolar**. 2011. 47 p. Monografia (Graduação em Educação Física Licenciatura) – Escola de Educação Física, Universidade Federal do Rio Grande de Sul, Porto alegre, 2011. Disponível em: <<http://www.lume.ufrgs.br/handle/10183/32293>>. Acesso em: 07 abr. 2015.

## **ANEXO A - LISTA DE LINKS PARA APROFUNDAMENTO E DIVULGAÇÃO DO ESPORTE ORIENTAÇÃO**

### **Confederação Brasileira de Orientação**

<<http://www.cbo.org.br/site/index/index.php>>

### **Federação Cearense de Orientação**

<<http://fecori.org.br/>>

### **Clube de Orientação Desporto e Lazer**

<<https://www.facebook.com/Codl.orientacao/?ref=bookmarks>>

### **Clube Rumba na Rota – Jogo Mestre dos Mapas**

<<http://www.rumbanarota.com.br/>>

**Revista Prisma Magazine** (A primeira edição foi lançada em Setembro de 2015 e já possui cinco edições, foi idealizada para proporcionar mais informações sobre a Orientação, a fim de contar mais um pouco da história da orientação no Brasil, como também as novidades que acontecem).

<<http://www.youblisher.com/p/1221005-Revista-Prisma-Magazine/>>

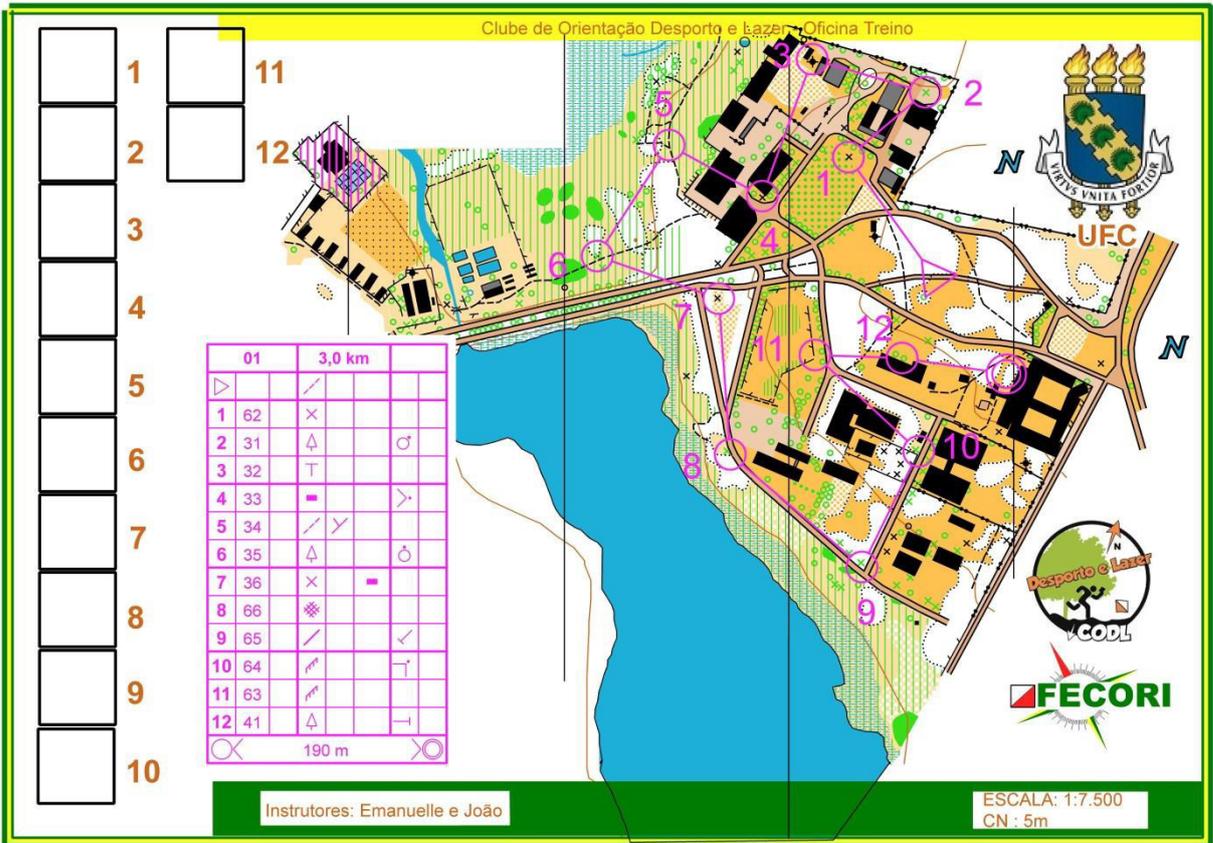
As edições são divulgadas na rede social da revista:

<<https://www.facebook.com/revistaprismamagazine/?fref=ts>>

**Canal Orientista em Foco** (Vídeos de curiosidades, informações, dicas sobre o esporte e acompanhamento das etapas estaduais e nacional publicados pelo Orientista Júnior Dias) .

<[https://www.youtube.com/channel/UCe9mibejJoVPD0\\_WqQW7fMQ](https://www.youtube.com/channel/UCe9mibejJoVPD0_WqQW7fMQ)>

**ANEXO B – MAPAS UTILIZADOS NAS OFICINAS DE INICIAÇÃO DO CODL**



1 – Percurso 1 da UFC, área do Bloco de Economia Doméstica.



2 – Percurso 2 da UFC, área do Bloco de Economia Doméstica.

**PACATUBA - CE "Parque Apoena"**

03		0,9 km	
1	44	x	
2	45	/	\
3	37	/	x
4	42	▲	●
5	34	▲	
6	46	▲	p
7	35	▲	●
8	31	x	
9	40	/	\
90 m			

**Instrutores:**  
João Torres e Emanuelle Bezerra

**Treino de Orientação**  
**UFC - IFCE**

**Mapa de Orientação - Escala : 1:2.500 - Equidistância : 5m**

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

3 – Percurso 1 do Apoena Ecopark.

**PACATUBA - CE "Parque Apoena"**

04		0,9 km	
1	40	/	\
2	44	x	
3	31	x	
4	35	▲	●
5	46	▲	p
6	34	▲	
7	42	▲	●
8	32	/	x
9	45	/	\
130 m			

**Instrutores:**  
João Torres e Emanuelle Bezerra

**Treino de Orientação**  
**UFC - IFCE**

**Mapa de Orientação - Escala : 1:2.500 - Equidistância : 5m**

1

2

3

4

5

6

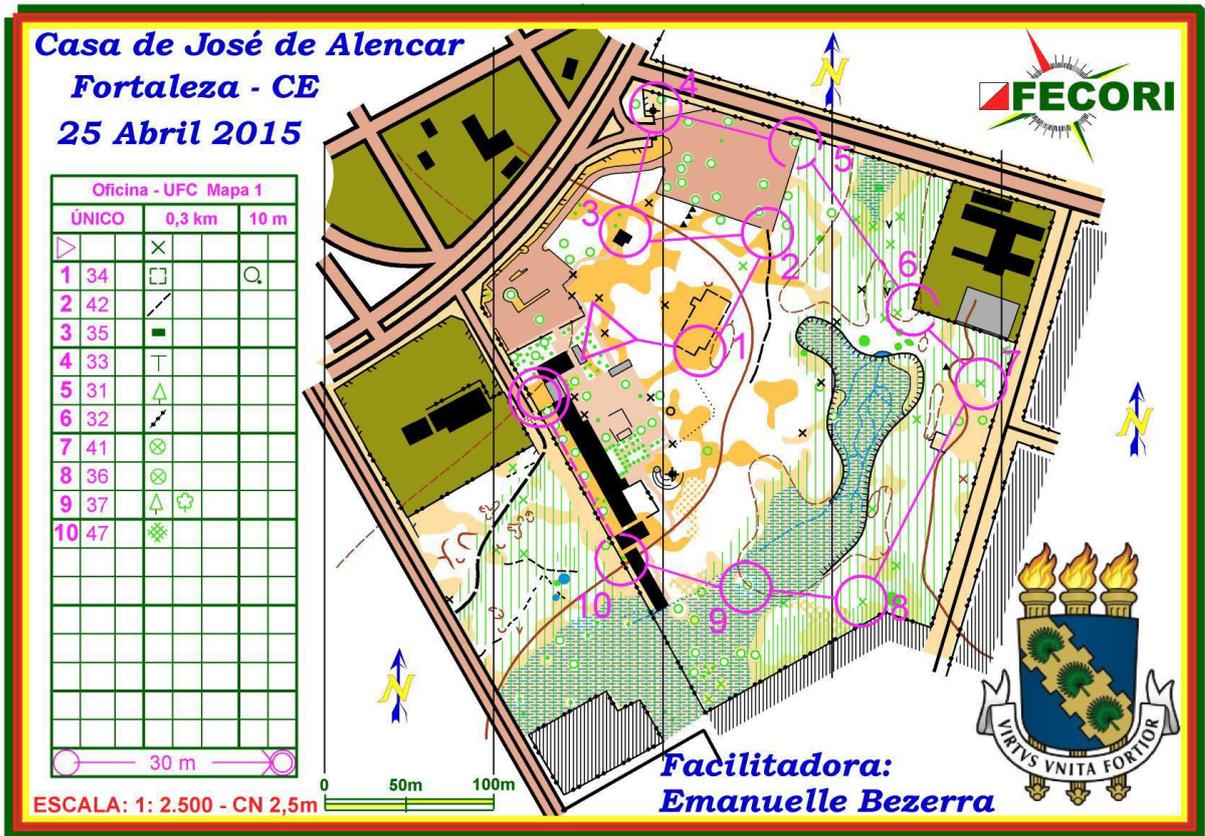
7

8

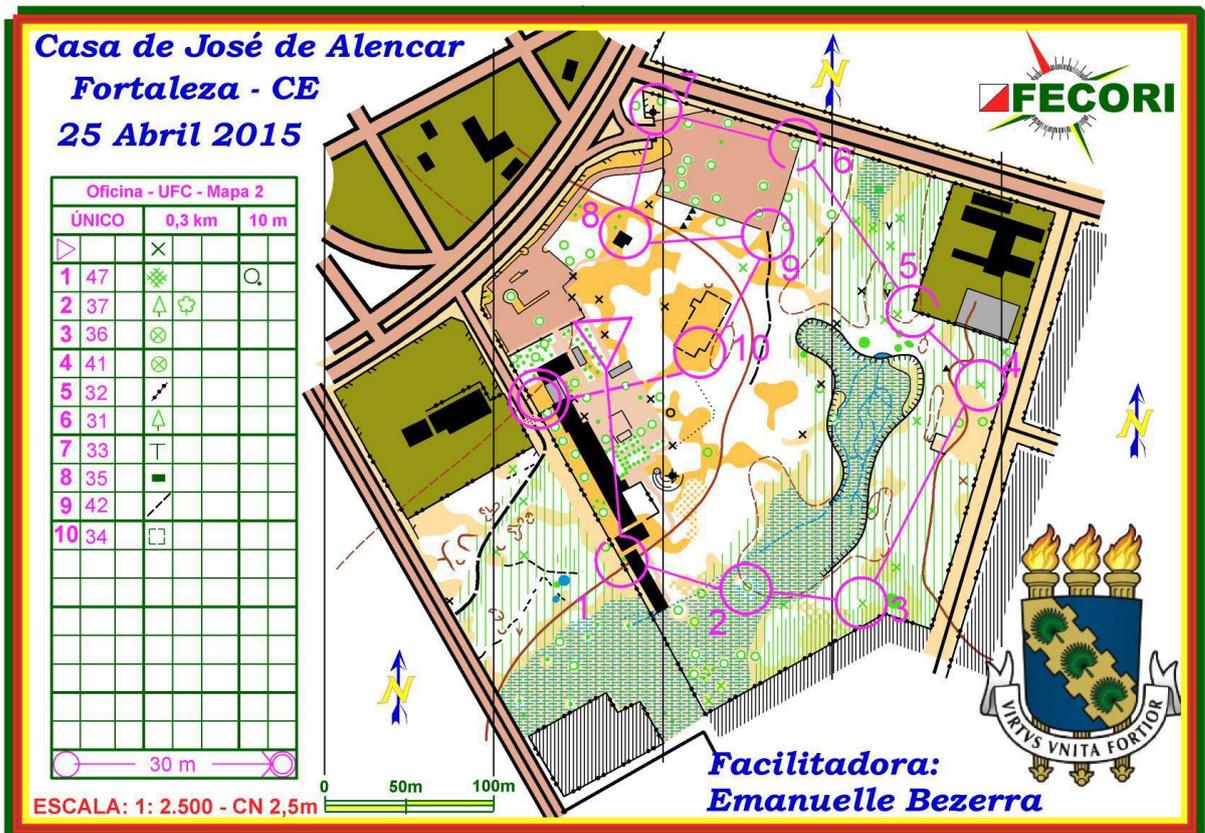
9

10

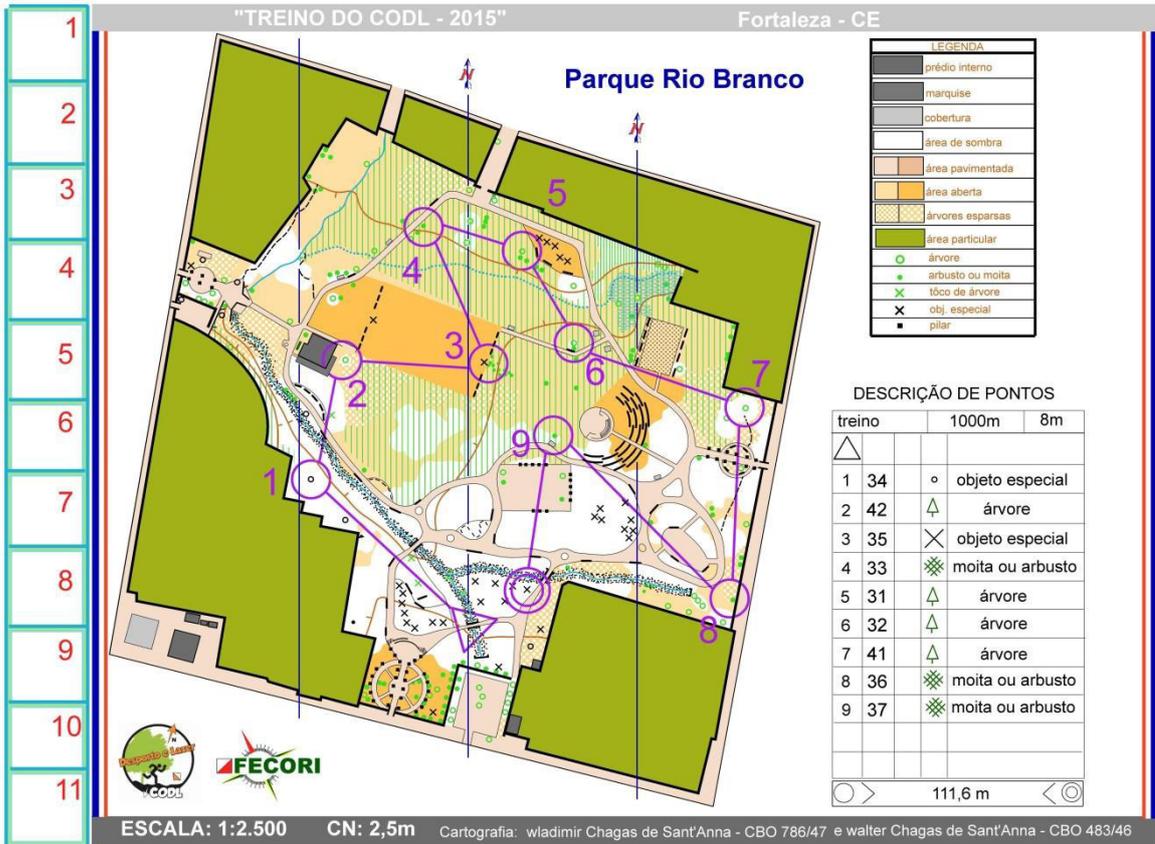
4 – Percurso 2 do Apoena Ecopark.



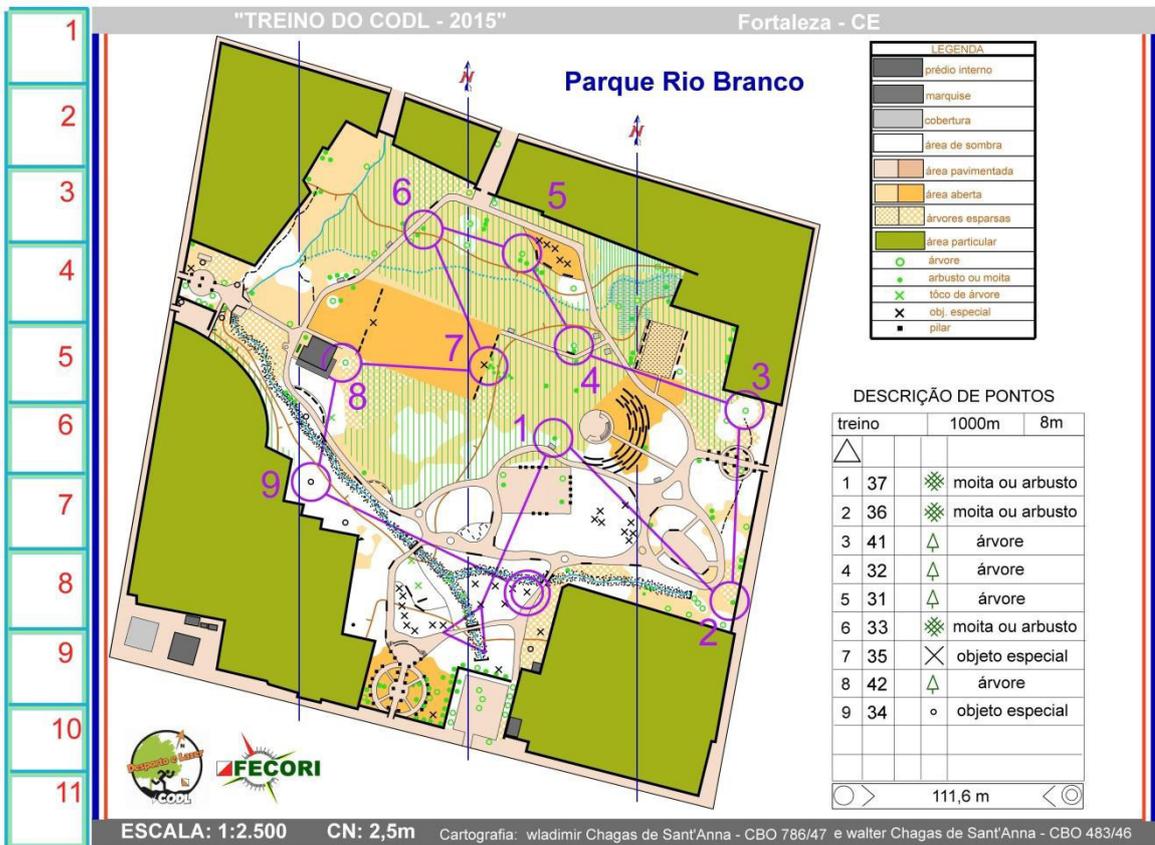
5 – Percurso 1 da Casa de José de Alencar.



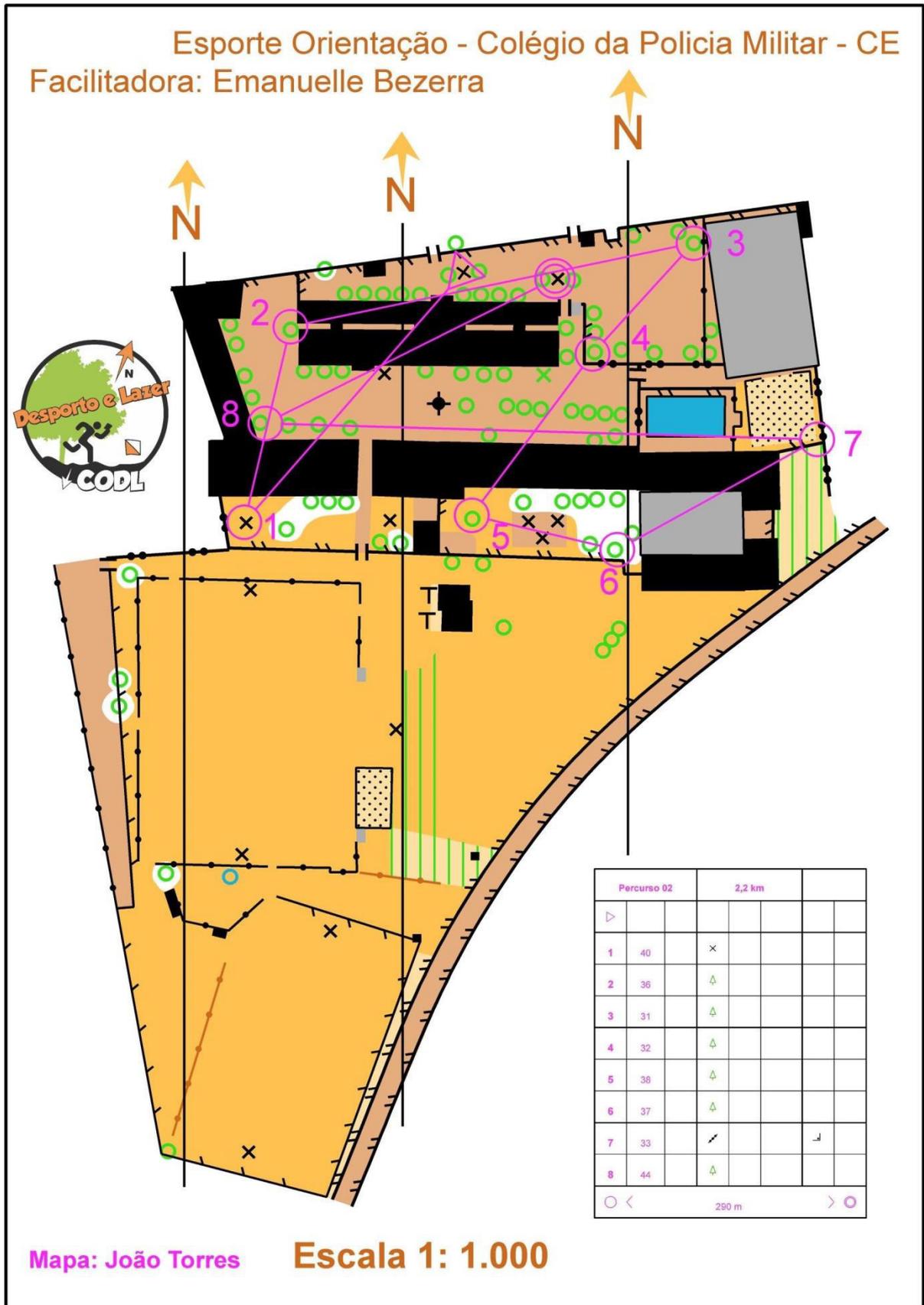
6 - Percurso 2 da Casa de José de Alencar.



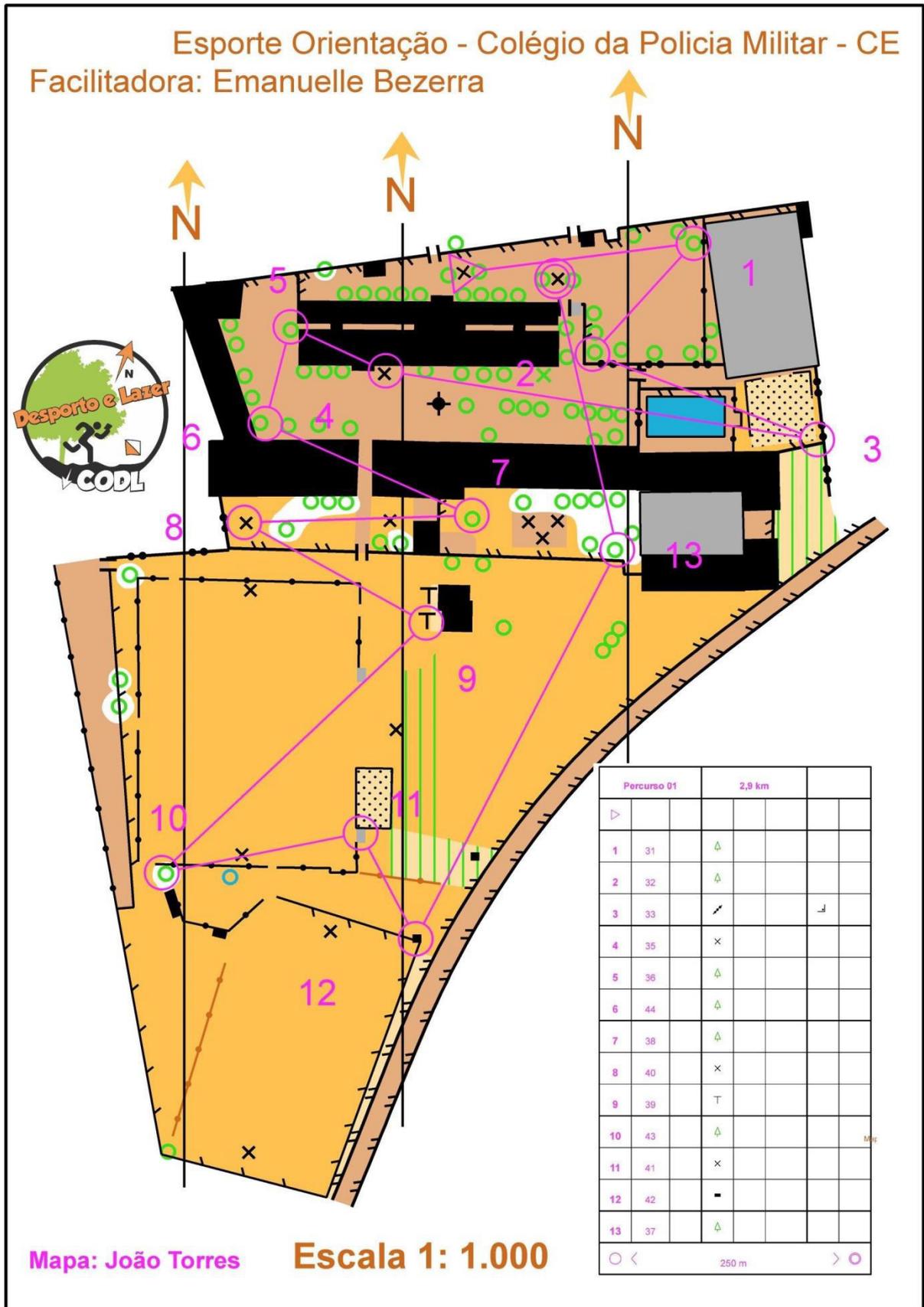
7 – Percurso 1 do Parque Rio Branco.



8 – Percurso 2 do Parque Rio Branco.



9 – Percurso 1 do Colégio da Polícia Militar, utilizado no Estágio Supervisionado IV.



10 – Percurso 2 do Colégio da Polícia Militar, utilizado no Estágio Supervisionado IV.

## ANEXO C – FOTOS



Oficina teórica na UFC - 12/05/2015



Primeira vivência do Esporte Orientação



Campus do Pici – 12/05/2012



Turma de Introdução ao Curso



Vivência no Apoena Ecopark - 14/12/2012



Turma de Práticas Integrativas



Mapeando o Centro de Humanidades II

02/10/2014



Turma de Pedagogia do Esporte



Equipe Laranja



Equipe Azul



Apoena Ecopark – 15/11/2014



Turma de Práticas Integrativas III



Oficina com os bolsistas do PIBID  
25/04/2015



Turma do CPM no Parque Rio Branco  
11/09/2015



Jogos da Pátria no 10º DSup 25/09/2015



Estágio IV - Aula Educação Ambiental  
30/11/2015



Jogo da memória da Sinalética 09/12/2015



Percurso com o mapa da escola 11/12/2015