

13º OriJovem – Vieira de Leiria

- População alvo:** dos 8 aos 16 anos, com ou sem experiência na modalidade.
- Quando:** de 5 de Abril (2ª feira - noite) a 8 de Abril de 2009 (5ª feira - tarde)
- Onde:** Vieira de Leiria
- Objectivos:**
- Criação de amizades, espírito de grupo e auto-estima
 - Iniciação e formação de jovens na modalidade
 - Partilha de conhecimentos entre monitores e jovens
 - Iniciação, aprendizagem e aperfeiçoamento de técnicas de Orientação

Planificação do estágio: Helder Ferreira

Coordenação do estágio: António Aires

Organização: Federação Portuguesa de Orientação

Gestão de inscrições: Serviços FPO

Apoios: Clube de Orientação do Centro;
Agrupamento de Escolas da Vieira;
Câmara Municipal da Marinha Grande

Monitores: Acompanhamento dos jovens, montagem dos percursos, leccionação das aulas teóricas e coordenação das reuniões de análise dos treinos.

Alojamento: Será no pavilhão gimnodesportivo da Escola Loureiro Botas, sede do Agrupamento de Escolas da Vieira. Os jovens ficarão instalados em solo duro, tendo por isso que levar colchão, saco de cama e almofada.

Alimentação: Será feita no refeitório da mesma escola.

Grupos de Trabalho:

Dada a heterogeneidade de jovens presentes no estágio vão existir 3 grupos-base, que variam em nível de dificuldade técnica e física:

Laranjinhas (Iniciação) | Verdes (Formação) | Azulados (Formação mais avançada)

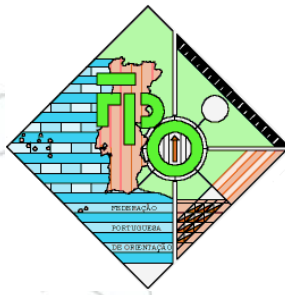
De salientar que para aqueles que não conhecem a Orientação, os estágios são uma ótima forma de começar a praticar a modalidade. Para os que já fazem Orientação e querem evoluir, podem encontrar também nos estágios as condições para atingir esses objectivos.

Mapas a utilizar:

- Praia da Vieira; Pedreanes; Coimbrão; Vieira Urbano; Parque Mártires do Colon. na Marinha Grande.

Participantes: É condição para participar no estágio, ser federado na Federação Portuguesa de Orientação. A filiação de jovens até aos 20 anos é gratuita.

Basta, para isso, preencher e enviar para a FPO, o documento de filiação (disponível no site FPO).



Valor de inscrição: 24,00 €

Inclui: estadia (3 noites), alimentação (5 refeições/dia), transporte, uma t-shirt, seguro desportivo e tudo o que se encontra descrito no programa

Data limite de inscrições: 30 Março (limite máximo de 80 participantes)

Se por algum motivo, um inscrito não puder comparecer no estágio, deve cancelar a sua inscrição até ao dia 2 de Abril sob pena de ter de pagar o valor do estágio.

Informações: www.fpo.pt ("OriJovem/OriJunior") ou 960236011 (António Aires)

Inscrições: orijovem@gmail.com

No acto da inscrição deverão ser fornecidos os seguintes dados:

- Nome
- Data de Nascimento
- Clube
- Contacto do encarregado de educação ou outro
- nº de federado (fazer a filiação, se ainda não for federado)

Autorização do Encarregado de Educação: Os jovens devem trazer para o estágio uma declaração (disponível no site FPO) a autorizar a sua participação no estágio, que tem de ser assinada pelo encarregado de educação.

Técnicos dos Clubes:

Pede-se a todos os clubes com jovens inscritos no 13º OriJovem, que enviem um técnico a participar no estágio, não apenas para acompanhar os jovens, mas também com objectivos auto-formativos de forma a conhecer metodologias de treino, formas de organização de actividades, etc. Este técnico não necessita de ter conhecimentos de Orientação muito desenvolvidos.

Durante o estágio estes técnicos acompanharão os monitores na preparação e enquadramento das actividades, podendo também participar em muitas delas. A sua alimentação e dormida (solo duro) é da responsabilidade da organização.

Material necessário para o estágio:

- Lanterna ou frontal
- Bússola
- Caneta dermatográfica (caneta de acetato)
- Equipamento desportivo confortável (fatos de treino, calçado desportivo, entre outros)
- Utensílios de higiene pessoal, toalha e chinelos de borracha
- SportIdent (se tiver)
- Garrafa de água 1,5L
- Prato, tigela, talheres e copo
- Relógio
- Caderno
- Caneta
- Saco-cama + Esteira ou colchão
- Protector solar