

12º OriJovem – Marinha Grande / Pinhal do Rei

População alvo: dos 8 aos 16 anos, com ou sem experiência na modalidade.

Quando: de **14 Julho (3ª feira)** a **17 Julho de 2009 (6ªfeira)**

Onde: **Marinha Grande / Pinhal do Rei**

Objectivos:

- Criação de amizades, espírito de grupo e auto-estima
- Iniciação e formação de jovens na modalidade
- Partilha de conhecimentos entre monitores e jovens
- Aprendizagem, aperfeiçoamento e consolidação de técnicas e estratégias

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 Guilherme Stephens;
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 do Agrupamento de Escolas Guilherme Stephens. 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 2 grupos-base, que variam em nível de dificuldade técnica e física:

Laranjinhas (Iniciação) | Verde (Formação)

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:

Pedreães, Vieira, Parque dos Mártir do Colonialismo, Parque da Cerca

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: 8 de Julho (limite máximo de 80 participantes)

Se por algum motivo, um inscrito não puder comparecer no estágio, deve cancelar a sua inscrição até ao dia 11 de Julho 2009 sob pena de ter de pagar o valor do estágio.

Informações: www.fpo.pt ("Formação") 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 12º 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 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