

# Le 2e pas en avant...

## **Ce que l'élève sait faire:**

- Il maîtrise la technique du POP
- Il réalise un itinéraire sur lignes directrices de N1
- Il se déplace en sécurité

## **Ce qu'il doit acquérir en terme de compétences:**

- Réalise un déplacement en utilisant des lignes directrices de N2

## **Ce qu'il doit apprendre:**

- Identifier les lignes directrices de N2
- Réaliser un saut de ligne sur 100m
- Identifier un point d'attaque et un point d'appui

## **Exemple de situations:**

- Visées sur carré magique
- Couloir ligne de N2 ou zone blanche
- Suivi d'itinéraire sur ligne de N2

Acquisition des techniques de bases	Règles de traçage nécessaires aux acquisitions
<p>5 - Connaissance et utilisation des lignes directrices et des symboles plus approfondies.</p> <p>6 - Connaître la symbolique du circuit de compétition sur la carte (départ - poste - arrivée)</p> <p>7 - Est capable de progresser sur le terrain en tenant la carte devant soi et être capable de percevoir avec anticipation les changements de lignes</p> <p>8 - Approfondissement de la connaissance des symboles et des différentes lignes T5</p> <p>9 - Est capable d'évaluer et résoudre un choix d'itinéraire simple par des lignes et d'estimer les différences de distances T4</p> <p>10 - Etre capable d'observer les éléments situés de part et d'autre des lignes. Découverte de la notion de point d'attaque et de ligne d'arrêt T4</p> <p>11 - Est capable de couper sur une distance inférieure à 100m. Contrôle de la direction de course à la boussole T6</p> <p>12 - Maîtrise partielle de l'utilisation de la boussole : orientation de la carte et visée sommaire sur une ligne sur une distance de moins de 200m. Contrôle systématique de la sortie de poste à la boussole</p>	<p><i>La difficulté du parcours reste identique au niveau précédent : éléments de planimétrie évidents et reliés entre eux par des chemins, des sentiers des espaces découverts, bâtiments,... Postes évidents faciles à identifier. Possibilités d'utiliser des rochers falaises, clôtures...</i></p> <p><b>T4 :</b> Les postes sont à proximité des lignes et du point d'attaque mais parfaitement visibles de celui-ci et facile à identifier, avec des lignes d'arrêt évidentes derrière le poste. Des choix d'itinéraires sur des lignes de nature et de « courabilité » identiques peuvent être proposés</p> <p><b>T5 :</b> orientation sur diverses lignes de nature et de difficultés différentes</p> <p><b>T6 :</b> possibilité de couper (saut) sur des terrains totalement ouverts avec des lignes d'arrêt évidentes. La visibilité des lignes doit être parfaite</p> <p><b>T7 :</b> Saut de lignes, orientation sommaire facile vers des lignes d'arrêt sûres. La visibilité est très bonne et les distances sont inférieures à 200m</p>

# Parcours BLEU



**Parcours départ – 1 :** Utiliser une main courante claire et précise en début de parcours (A) qui permet au jeune de prendre confiance. Poste 1 à la jonction du chemin et de la main courante. Positionner le premier poste de préférence au changement de direction et éviter l'exemple (B). Cet aspect permet d'arrêter le jeune sur une phase sensible (manque de netteté de la jonction), l'engager à réfléchir et à bien orienter sa carte (point de décision) afin de repartir dans la bonne direction

**Poste 1- 2 :** orientation sur une ligne directrice avec des éléments visibles de part et d'autre (C) de la main courante dont le poste 2.



# Parcours BLEU

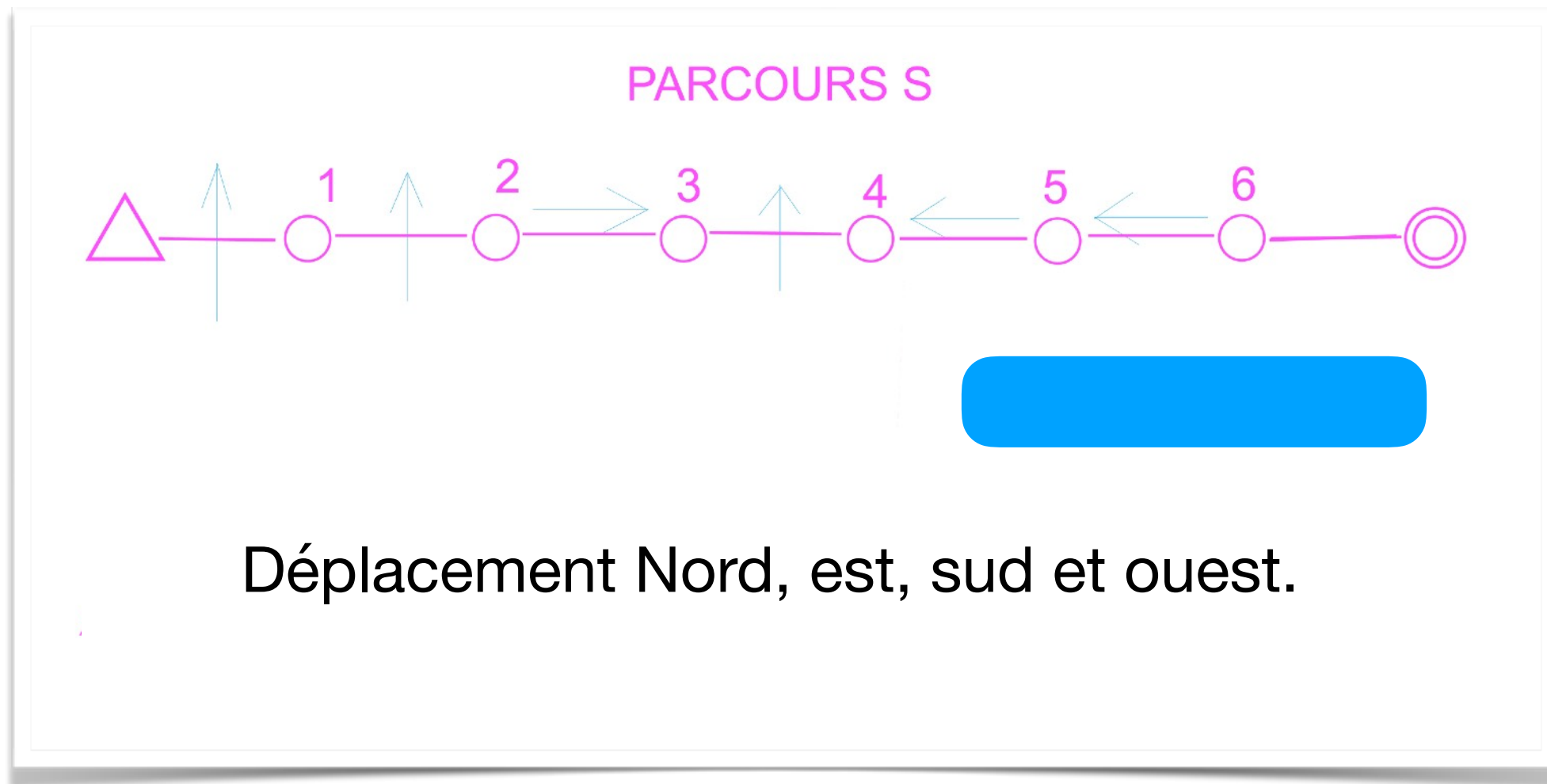


**Parcours 5-6 :** niveau traçage T6-T7. Utilisation de la notion **du point d'attaque**. Au début du parcours suivi de mains courantes : limite de végétation et sentier (A). La jonction de sentiers permet aux jeunes de bien prendre la dimension de la clairière (B), de la traverser jusqu'à **l'élément d'attaque (C)** l'extrémité de la clairière. **La balise (en contre bas) doit être visible du point d'attaque (C).**

**Parcours 6-7 :** choix entre la possibilité de ressortir par le point d'attaque ou **utilisation de la technique du saut**. La **visibilité excellente** seule condition indispensable à la réussite permet de sauter à la clairière (D) visible du poste 6 et sauter ensuite de la clairière au sentier (E) visible de la clairière. Eventuellement usage de la boussole en orientation sommaire. Ensuite plus de difficulté majeure car uniquement suivi de lignes.

## « Réaliser des visées simples »

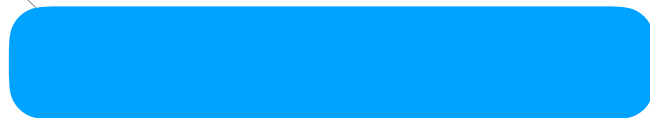
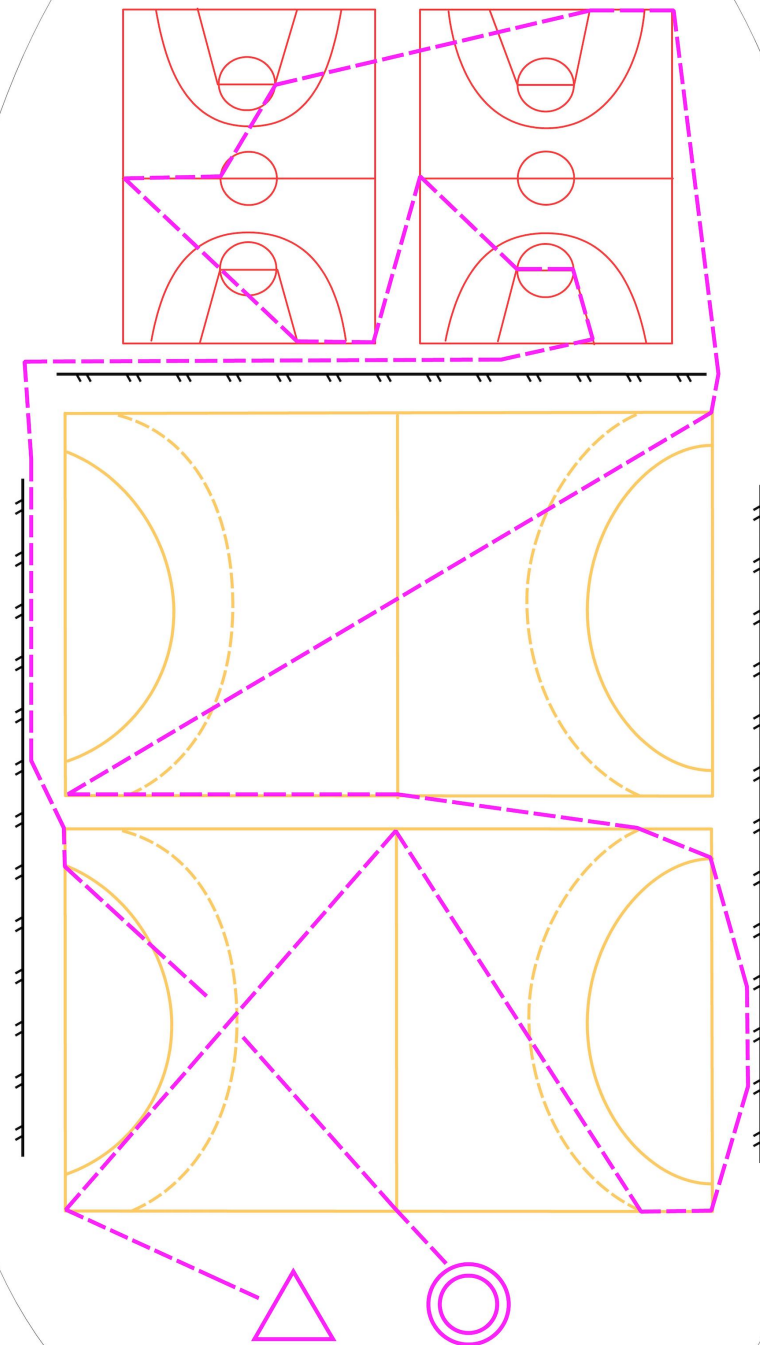
Réaliser des visées N, E, S et O à chaque balise



**Plateau Sportif**

## Suivi 4

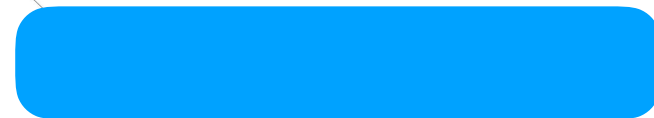
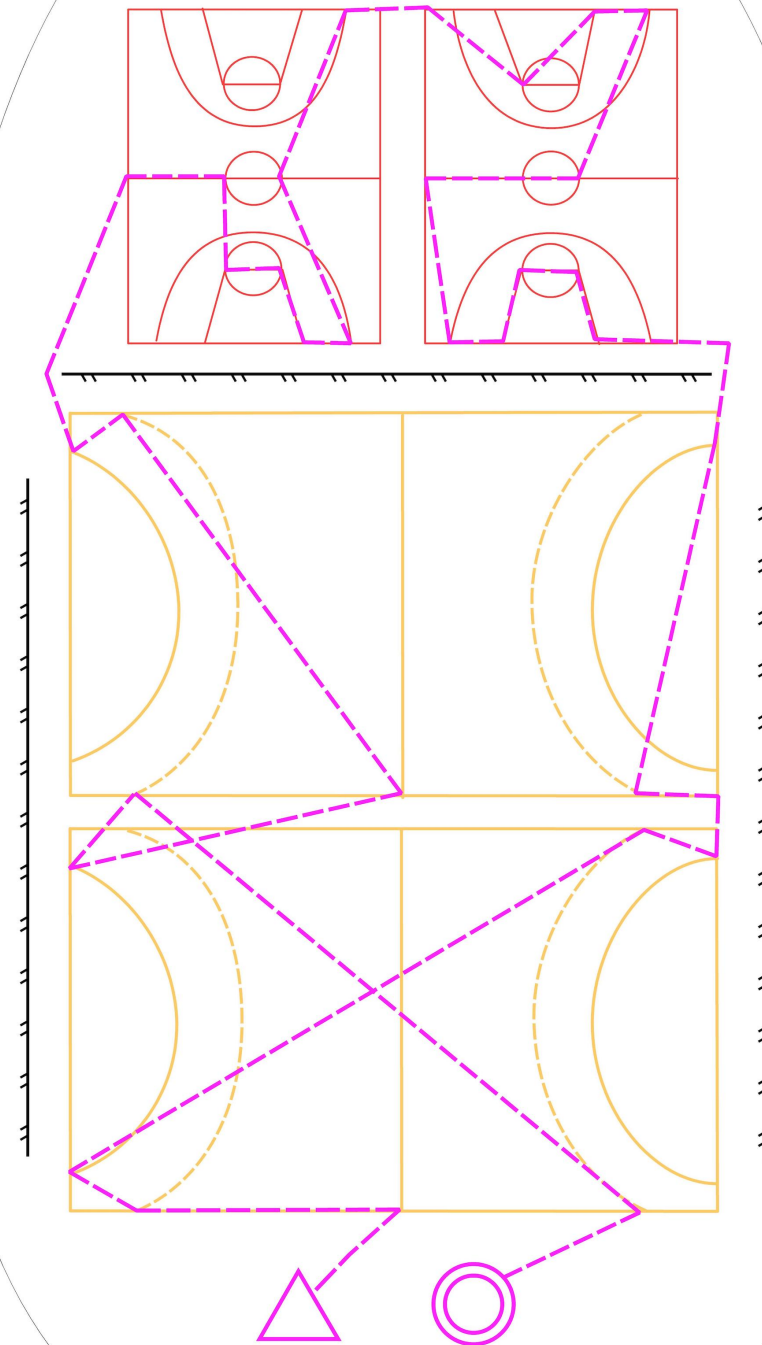
**NORD**



## Plateau Sportif

## Suivi 5

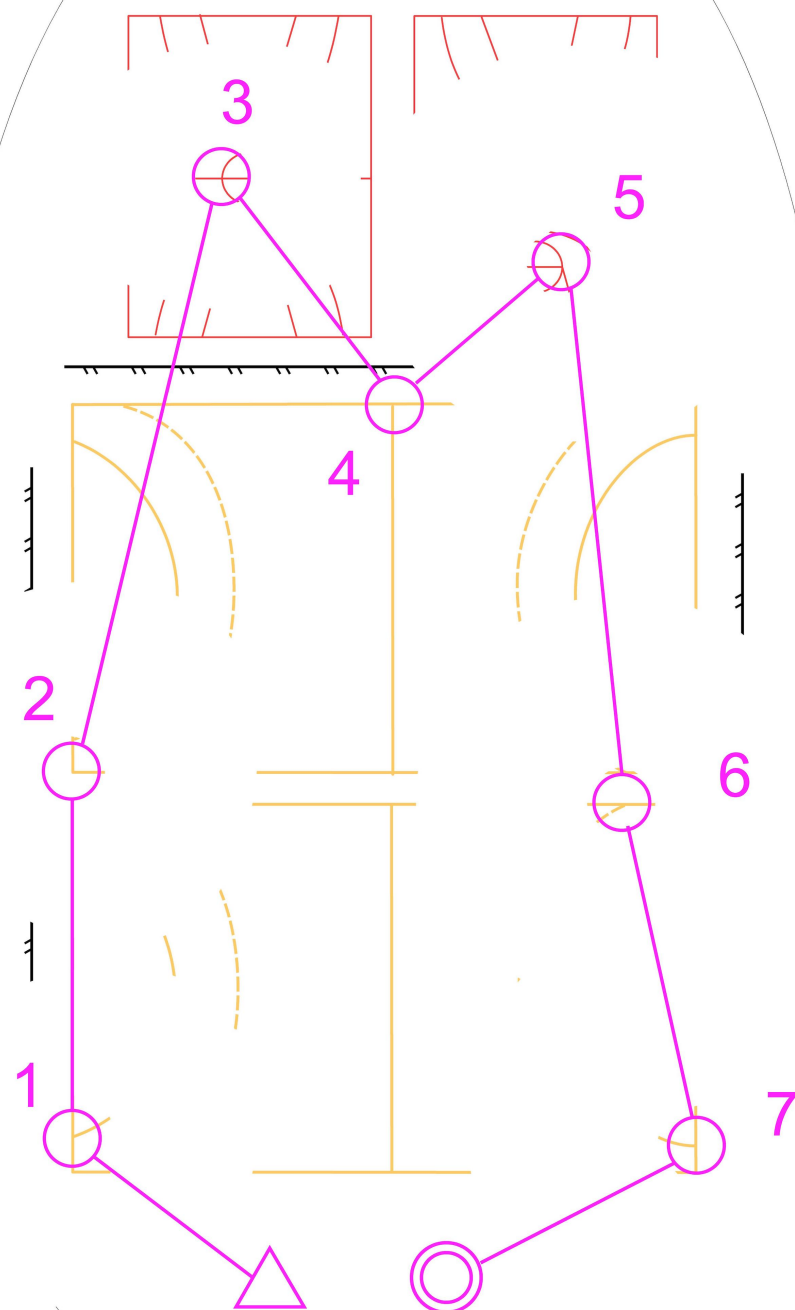
**NORD**



**Plateau  
Sportif**

**Plateau 5**

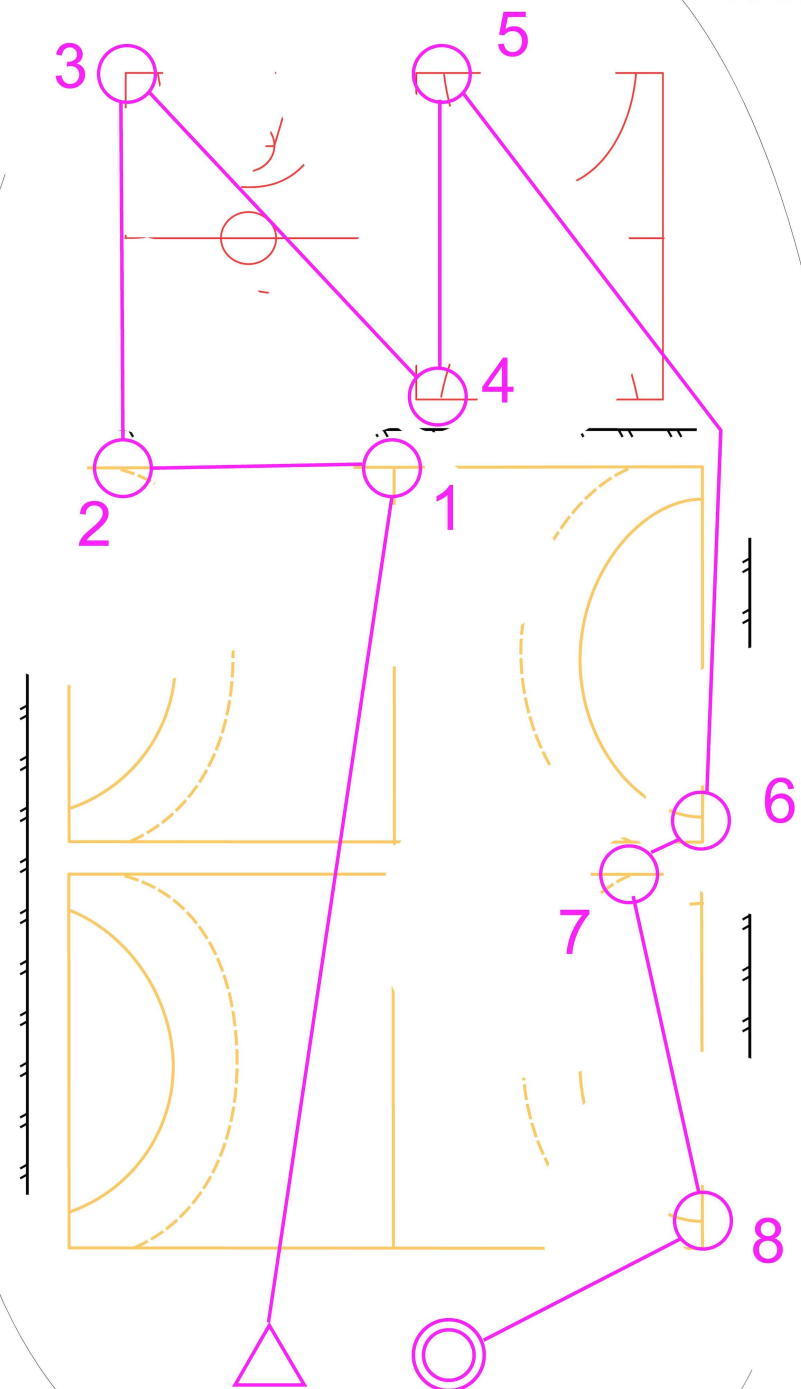
**NORD**



**Plateau  
Sportif**

**Plateau 6**

**NORD**





Suivre des lignes  
avec perte de  
contact avec la  
carte



FÉDÉRATION FRANÇAISE DE COURSE D'ORIENTATION

## Légende

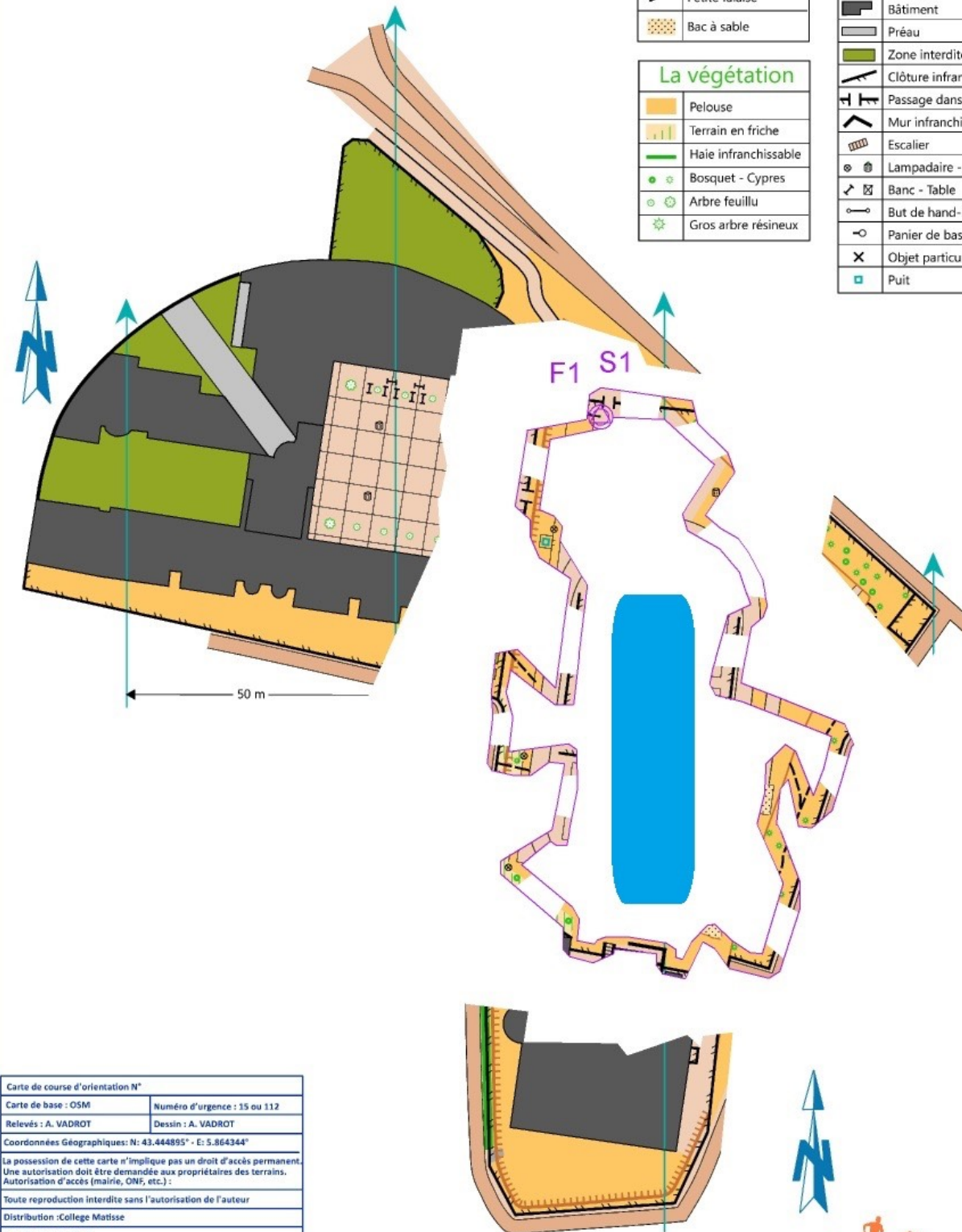
### COLLEGE MATISSE - ST MAXIMIN (83)

Echelle : 1/1500

Le relief	l'humain
Courbe de niveau	Sol dur piétonnier
Talus raide	Rue/route
Petite falaise	Sentier
Bac à sable	Bâtiment
	Préau
	Zone interdite d'accès
	Clôture infranchissable
	Passage dans clôture
	Mur infranchissable
	Escalier
	Lampadaire - poubelle
	Banc - Table
	But de hand-ball
	Panier de basket-ball
	Objet particulier
	Puit

### La végétation

Pelouse
Terrain en friche
Haie infranchissable
Bosquet - Cypres
Arbre feuillu
Gros arbre résineux



Carte de course d'orientation N°	
Carte de base : OSM	Numéro d'urgence : 15 ou 112
Relevés : A. VADROT	Dessin : A. VADROT
Coordonnées Géographiques: N: 43.444895° - E: 5.864344°	
La possession de cette carte n'implique pas un droit d'accès permanent. Une autorisation doit être demandée aux propriétaires des terrains. Autorisation d'accès (mairie, ONF, etc.):	
Toute reproduction interdite sans l'autorisation de l'auteur	
Distribution : Collège Matisse	
Coordonnées collège:	

01 47 97 11 91 - contact@ffcorientation.fr

www.ffcorientation.fr



## Domaine du Défends

Echelle : 1/1700 ème  
Equidistance: 5m



Carte de course d'orientation N°9009-000-000	
Carte de base :	Numéro d'urgence : 15 ou 112
Reliefs : A VADROT	Dessin : A VADROT
Coordonnées Géographiques : Latitude XX,xxx ; Longitude YY,yyy	
La possession de cette carte n'implique pas un droit d'accès permanent.	
Une autorisation doit être demandée aux propriétaires des terrains.	
Autorisation d'accès (maire, ONF, etc.) :	
Toute reproduction interdite sans l'autorisation de l'auteur.	
Distribution : Collège Matisee	
Coordonnées CDCO :	

## Légende

### COLLEGE MATISSE - ST MAXIMIN (83)

Echelle : 1/1500

Le relief	
	Courbe de niveau
	Talus raide
	Petite falaise
	Bac à sable

La végétation	
	Pelouse
	Terrain en friche
	Haie infranchissable
	Bosquet - Cypres
	Arbre feuillu
	Gros arbre résineux

l'humain	
	Sol dur piétonnier
	Rue/route
	Sentier
	Bâtiment
	Préau
	Zone interdite d'accès
	Clôture infranchissable
	Passage dans clôture
	Mur infranchissable
	Escalier
	Lampadaire - poubelle
	Banc - Table
	But de hand-ball
	Panier de basket-ball
	Objet particulier
	Puit



Carte de course d'orientation N°	
Carte de base : OSM	Nombre d'usages : 15 usages
Relevés : A. VADROT	Dessin : A. VADROT
Coordonnées Géographiques: N: 43.444895° - E: 5.864344°	
La possession de cette carte n'implique pas un droit d'accès permanent. Une autorisation doit être demandée aux propriétaires des terrains. Autorisation d'accès (mairie, ONF, etc.) :	
Toute reproduction interdite sans l'autorisation de l'auteur	
Distribution : Collège Matisse	
Coordonnées collège:	



Les balises sont à proximité des chemins et visibles de ces derniers.

Complexification:

- Plusieurs points de décisions
- Réduction des informations sur la carte
- Travail en mémorisation

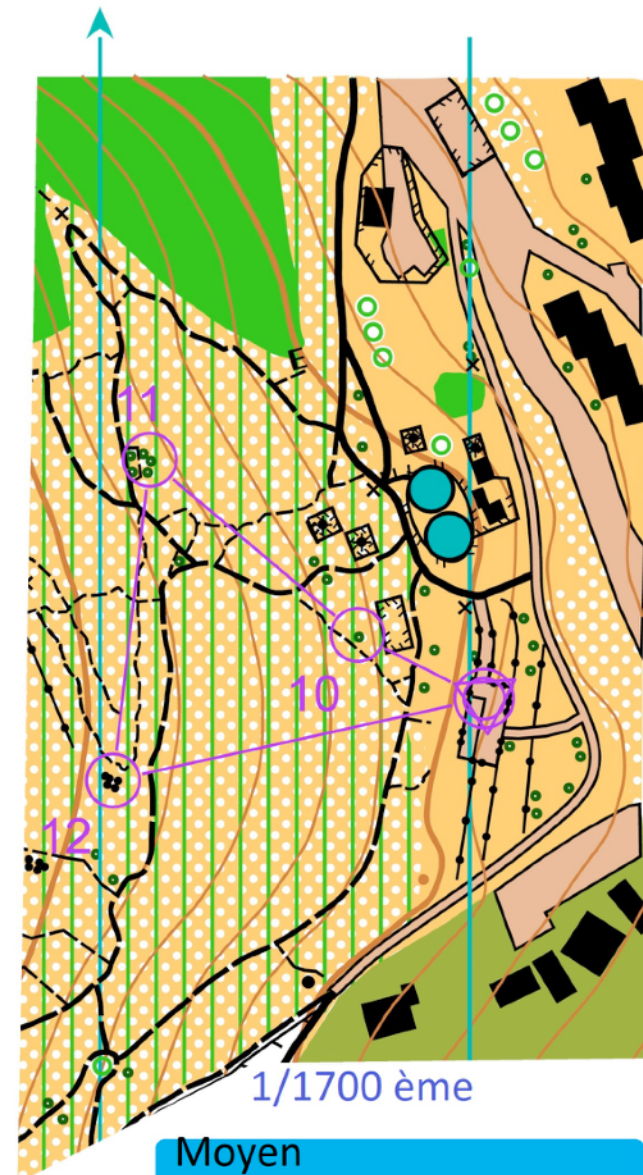


FÉDÉRATION FRANÇAISE DE COURSE D'ORIENTATION



*Domaine du Défends*

Echelle : 1/1700 ème  
Equidistance: 5m



10, 11 et 12

Moyen

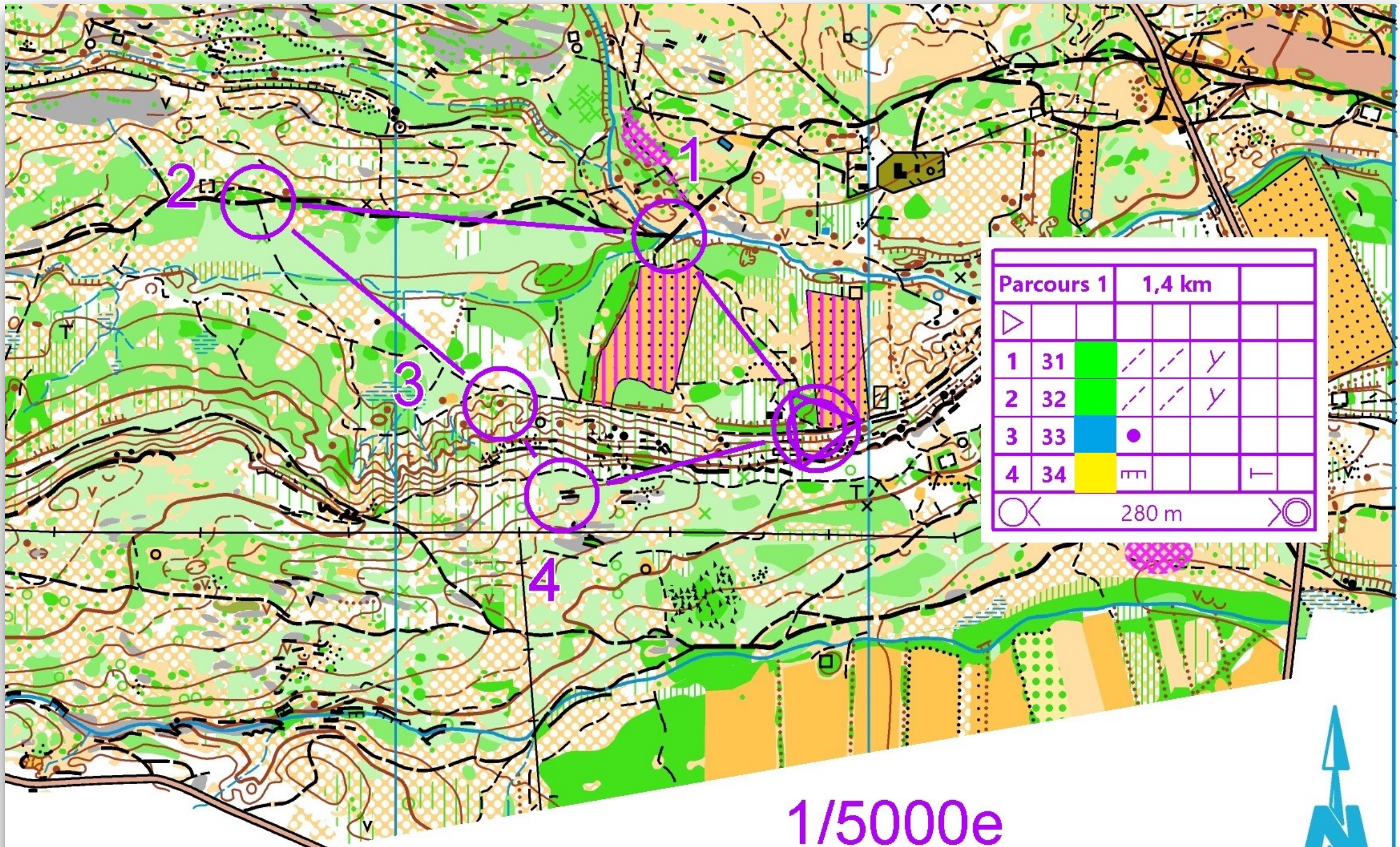
Nord

Carte de course d'orientation N°000-000-000	
Carte de base :	Numéro d'urgence : 15 ou 112
Rélevés : A VADROT	Dessin : A VADROT
Coordonnées Géographiques : Latitude XX,xxx ; Longitude YY,yyy	
La possession de cette carte n'implique pas un droit d'accès permanent. Une autorisation doit être demandée aux propriétaires des terrains. Autorisation d'accès (mairie, ONF, etc.) :	
Toute reproduction interdite sans l'autorisation de l'auteur.	
Distribution : Collège Matisse	
Coordonnées CDO :	

01 47 97 11 91 - contact@ffcorientation.fr

www.ffcorientation.fr





Parcours 1		1,4 km				
▷						
1	31		/	/	y	
2	32		/	/	y	
3	33		●			
4	34		mm			└
OK		280 m				OX

1/5000e

