



Carrera de orientación: encontrar las balizas con un mapa

DE UN VISTAZO



Lugar

Fuera, en una zona de bosque o parque abarcable y con límites claros



Idea central

Leer y orientar un mapa y encontrar balizas en equipo, sin perder de vista el buen camino



Esfuerzo

Material 15 min · Preparación 60 min



120 minutos



equipos de 2-3



12-16 años



mapa 1:10 000 o 1:25 000



Material

- ☐ copias del mapa de la zona con las balizas marcadas (una por equipo)
- ☐ 8-12 balizas con códigos de letras o números
- ☐ brújulas y tarjetas de control
- ☐ un silbato por equipo
- ☐ reloj y lista con las horas de salida



Desarrollo

0-20'

Entender el mapa – Explicar la leyenda, la escala y las curvas de nivel. Orientar el mapa: girarlo para que coincida con el terreno.

20-30'

Seguridad – Mostrar los límites de la zona, fijar la hora de regreso y acordar una señal de emergencia.

30-90'

Carrera – Los equipos salen escalonados y buscan las balizas en el orden que quieran. Anotar los códigos en la tarjeta.

90-105'

Evaluación – Comprobar los códigos y repasar las rutas en el mapa: ¿dónde os perdisteis y qué os ayudó?

105-120'

Devocional – Hebreos 12,1-2: «Corramos con perseverancia... con la mirada puesta en Jesús». Quien tiene la meta a la vista encuentra el camino.



Carrera de orientación: encontrar las balizas con un mapa



Cómo funciona – explicado de forma sencilla

- 1 Orientar el mapa con la brújula o con referencias claras como caminos y arroyos.
- 2 Situarse: ¿dónde estamos exactamente en el mapa?
- 3 Planificar la ruta: mejor un rodeo seguro por caminos que atajar por terreno desconocido.
- 4 Por el camino, ir moviendo el pulgar sobre el mapa («regla del pulgar»).
- 5 En la baliza, anotar el código y solo entonces apuntar a la siguiente.

Ejemplo: «Si no sabéis dónde estáis: parad, orientad el mapa, buscad referencias. El pánico nunca ayuda; detenerse, sí».



Seguridad

- Delimitar la zona con líneas claras (carreteras, arroyos, lindes del bosque); no se cruzan carreteras.
- Los equipos van juntos; hora de regreso fija; señal de emergencia: tres pitidos.
- Cada equipo tiene un número de emergencia; después de la carrera, revisar si hay garrapatas.



Variantes

- Orientación por puntos: cada baliza da puntos; conseguir el máximo en 45 minutos.
- Orientación nocturna con frontales para grupos con experiencia.



Para reflexionar

¿Hacia dónde corres en tu vida y en qué te orientas?