

CARRERA DE ORIENTACIÓN



Lee con detenimiento los apuntes. Según lo que has leído y tu experiencia en las clases de Educación Física, contesta si las siguientes cuestiones son verdaderas (V) o falsas (F).

AFIRMACIONES	V	F
1. El mapa se facilita al corredor medio minuto antes de la salida	V	F
2. Colgando de la baliza están las pinzas para perforar el mapa en su lugar correspondiente	V	F
3. La leyenda comprende los signos y símbolos que representan a los objetos y formas que existen en la realidad.	V	F
4. En los mapas de orientación las escalas que suelen utilizarse son 1:10.000 y 1:15.000	V	F
5. En los mapas el color azul se utiliza para el agua	V	F
6. La escala de un mapa de orientación siempre es numérica	V	F
7. Las curvas de nivel auxiliares están entre dos curvas de nivel convencionales.	V	F
8. El "código de control" de cada baliza debe ser superior a 20	V	F
9. Con una pinza electrónica podremos saber los controles por los que ha pasado el corredor, los tiempos que ha realizado en ir de un control a otro y el tiempo total de carrera.	V	F
10. En los mapas de orientación suelen utilizarse seis colores: amarillo, azul, verde, marrón y blanco	V	F
11. En los mapas el color marrón se utiliza para curvas de nivel y movimientos de tierra	V	F
12. Cada pinza tiene un número variable de "pinchos" dispuestos de diferente forma, formando diferentes figuras con los agujeros.	V	F
13. En los mapas el color verde se utiliza para vegetación (a más oscuridad, carrera más lenta)	V	F
14. La orientación es un deporte, en el que cada participante realiza una carrera individual cronometrada.	V	F
15. Las curvas de nivel convencionales se representan en color negro	V	F
16. En los mapas el color amarillo se utiliza para claros y cortafuegos	V	F
17. El lema de la carrera de orientación es "correr y pensar", por ese orden	V	F
18. En los mapas el color negro se utiliza para elementos hechos por el hombre, piedras, rocas, elementos lineales como caminos, veredas, vallas, ...	V	F
19. La curva de nivel auxiliar es continua y equidistante de las curvas de nivel convencionales y se usa cuando queremos dar más información	V	F
20. La orientación es un deporte originario de Escocia	V	F
21. El funcionamiento de la pinza electrónica consiste en introducir el dispositivo, cuando llega a un control, en un aparato, llamado base, colocado sobre la baliza.	V	F
22. En los mapas de orientación la toponimia suele eliminarse	V	F
23. Los corredores no pueden intercambiar información de ningún tipo durante la prueba.	V	F

24. Las hojas de control se entregan junto con el mapa y sirven para perforar en el lugar correspondiente con la pinza	V	F
25. Las curvas de nivel maestras o directoras tienen un trazo más grueso y sustituyen a una convencional cada cinco de estas.	V	F
26. En las hojas de control, en caso de error, se deben utilizar las casillas "R"	V	F
27. En los mapas de orientación el color blanco se utiliza para el bosque ("carrera lenta")	V	F
28. Existen otros tipos de hojas de control donde, mediante símbolos, se dan pistas del lugar donde se encuentra la baliza	V	F
29. En el mapa se encuentran unos ciertos controles marcados (balizas) que son desconocidos por el corredor al principio de la carrera	V	F
30. En algunas carreras de orientación no existe hoja de control y va incluida en el propio mapa.	V	F
31. Una baliza es un prisma triangular de tela formado por tres cuadrados de 40 cm de lado	V	F
32. Está prohibido realizar parte o el total de un recorrido en colaboración con uno o más corredores	V	F
33. El recorrido se debe hacer en el orden oficial de los controles.	V	F
34. Las salidas se organizan escalonadas en el tiempo, en lo que se conoce como la modalidad "en línea" (si no es tipo "score")	V	F
35. En los mapas de orientación la equidistancia entre las curvas de nivel suele ser de 5 o 10 cm	V	F
36. Es obligatorio atender a un corredor que haya sufrido un accidente.	V	F
37. Una baliza está formada por tres triángulos, divididos cada uno diagonalmente en dos partes, una de color naranja y otra blanca.	V	F
38. La orientación es un deporte en el que cada participante realiza una carrera con ayuda de un mapa y una brújula.	V	F
39. Está permitido seguir a otro corredor para aprovecharse de su mejor nivel técnico	V	F
40. Cada baliza contiene un número.	V	F
41. Está prohibido el uso de elementos de navegación que no sea la brújula	V	F
42. El corredor que no finalice la competición debe comunicarlo en el control de llegada	V	F
43. La organización tiene derecho a verificar la tarjeta de control en cualquier momento.	V	F
44. La baliza y el dispositivo de marcado deben estar siempre colocados en el centro del elemento característico.	V	F
45. La salida viene marcada con un triángulo negro de 7mm. de lado.	V	F
46. Los controles vienen marcados con un círculo rojo de 5 a 6 mm. de diámetro.	V	F
47. La meta viene marcada con dos círculos concéntricos de 5 y 7 metros de diámetro.	V	F
48. El recorrido deberá ser unido con líneas rectas sin que lleguen a tocar los círculos o triángulos	V	F
49. En el centro del círculo o triángulo se mostrará la posición exacta del elemento donde está colocada la baliza	V	F
50. Todos los controles deberán estar numerados correlativamente y los números deberán estar orientados hacia el sur.	V	F