



**Bedensel engelin engel olmadığı bir
spor dalı:**

Patika Oryantiringi

Patika Oryantiringi Nedir?

Ormanda, engebeli arazilerde koşmaya dayalı bir spor olan oryantiring, nasıl olur da bedensel engellilerin de katılıp engelsiz katılımcıları yenebilecekleri bir spor olabilir?



Eriřim faktörü yok

Hedeflerin tümü, bedensel engelli bir sporcunun da rahatlıkla erişebileceği patikalar üzerinden kolayca görünebilecek yerlere yerleştirilmiştir.



Zaman faktörü yok



Sporcu hedefin bulunduğu bölgeye geldiğinde 5 hedef bayrağı birden görecektir.

Haritasında işaretli hedef noktasının, bunlardan hangisi olduğuna karar verecektir.

Özetle...

Hızlı yol alan değil, iyi harita okuyan kazanıyor!
5'ten birini seçtiğin hedeflerden kaçısı doğru?



Peki ya eşitlik olursa?

İlk olarak her katılımcının toplamda kaç hedefi doğru olarak tespit ettiğine bakılır.

Birkaç sporcunun aynı sayıda hedefin yerini doğru saptamış olması mümkün.

Dolayısıyla ikinci bir faktör gerekiyor ki doğru hedef sayısı aynı olan sporcuları ayırabilelim.

Bunu da “sürelî hedefler” sayesinde yapıyoruz.

Hani zaman faktörü yoktu?

Sporcunun hedefin bulunduğu noktaya ulaşımında zaman tutulmuyor.

Biri o noktaya koşarak gelir, bir başkası akülü sandalye ile bir başkası da koltuk değnekleriyle ulaşır.

“Süreli hedef”e gelindiğinde sporcunun karşısındaki 5 bayraktan hangisinin verilen haritadaki hedef noktasıyla örtüştüğüne karar verip kararını çizelgesine işlemesi arasında geçen süre kaydediliyor.

Süreli hedeflerde **en hızlı karar veren** öne geçiyor.

Yaş gruplarına göre kategoriler var mı?

Koşarak oryantiringde kategoriler, motor ve zihinsel becerilerin gelişimine göre ayrılmıştır.



Patika oryantiringinde fiziksel kondisyon sınanmamaktadır.

Bu bağlamda kategoriler, harita okumada deneyime göre belirlenir.

Engelli olmayanlar, tekerlekli sandalyede oturmak zorunda olanlara göre avantajlı olmuyor mu?

Hayır. Patika Oryantiringinde temel kural, hiçbir sporcu, hedeflerin görüldüğü “karar noktası”ndan ayrılamaz, araziye giremez.

Hedef bayraklarının hepsi de, oturmakta olan biri ile ayakta duran arasında görünürlük açısından fark olmayacak şekilde yerleştirilir.



Ormanda tekerlekli sandalyenin gitmesine uygun patikaları nereden bulacağız?



Bedensel engellilerin beton yollardan ayrılıp kendilerini doğaya bırakmaları, onlar için en büyük motivasyon olacaktır.

Yeter ki patikanın çeşitli noktalarında, arazideki 5 bayraklı kümeyi görebilecekleri “seyir noktaları” seçebilelim.



Gerektiğinde, bir refakatçinin yardımı da mümkündür.

Nasıl öğretilir?

Patika oryantiringi, harita okuma becerisine dayandığına göre oryantiring haritasının özelliklerini öğretmek yeterli olacaktır.



Onlara bir fırsat verelim!



- Açık havaya çıksınlar!
- Bedensel engelin engel olmadığı bir spor dalı ile tanışsınlar, yarışsınlar.
- Zihinsel becerileri, kendine güvenleri gelişsin!



Türkiye Oryantiring Federasyonu

www.oryantiring.org

iletisim@oryantiring.org