

Cursos formatius per a curses d'orientació de la Federació de Curses d'orientació de Catalunya 2020.

Introducció

Per a les pròximes temporades s'ha cregut convenient fer una petita remodelació de l'actual sistema de formació específica. Des de la FCOC es creu profundament en la gran necessitat d'oferir cursos als afiliats a causa de l'evident necessitat de tècnica a l'hora d'organitzar curses, formar als més joves i promocionar l'esport.

Per això la idea és dividir els cursos formatius que teníem actualment i estandarditzar els horaris i els preus, per a poder-ho fer tot molt més àgil tant per als participants com per als organitzadors i formadors.

Índex:

Introducció	1
Cursos específics d'iniciació	2
Temari dels cursos específics d'iniciació	3
Curs d'iniciació de Traçadors.....	3
Curs d'iniciació de Cartografia	3
Curs d'iniciació de Sportident	3
Curs d'iniciació de Direcció de Curses Populars.....	3
Cursos específics de nivell mitjà.....	4
Temari dels cursos específics de nivell mitjà	5
Traçats	5
Cartografia.....	5
Sportident.....	5
Mapes Base	5
Controladors.....	5
Cursos específics de nivell alt (Clínic):	6
Temari dels cursos específics de nivell alt (Clínic)	6
Traçats (nivell 2)	6
Cartografia (nivell 2).....	6
Sportident Air	7
Cursos oficials: Tècnic de Nivell 1 en Curses d'Orientació.....	8

Cursos específics d'iniciació

Objectius:

- Formació de curta durada, grup reduït i moltes oportunitats durant l'any de realitzar-lo, per augmentar el nombre d'orientadors amb formació a Catalunya.
- Primer contacte amb la formació i en l'especialitat concreta, obert a tots els públics.
- Formació orientada a poder organitzar curses populars en la seva totalitat.
- Temari tancat i molt bàsic per a poder treballar amb profunditat els temes essencials.
- Al final de la formació, informació de la resta de cursos i petit tast per incentivar als alumnes.

Durada: 3h30' de formació continuada, amb petit descans al mig.

Màxim de participants: 6 participants, mínim 5.

Preu: 10€ per participant. (3€/h)

Espai: Habitualment en el despatx de la FCOC (Rambla Guipúscoa 23-25, Barcelona).

Horaris de realització: tardes de dies laborables d'entre les 16.30h i les 20h.

Especialitats i dates (Primera part de l'any):

- **Traçats**
 - Dilluns 9 de març
 - Dimarts 21 d'abril
 - Dimecres 27 de maig
- **Cartografia**
 - Dimarts 10 de març
 - Dilluns 20 d'abril
 - Dijous 28 de maig
- **Sportident**
 - Dimecres 11 de març
 - Dijous 23 d'abril
 - Dilluns 25 de maig
- **Direcció de curses populars**
 - Dijous 12 de març
 - Dimecres 22 d'abril
 - Dimarts 26 de maig

Descentralització: Qualsevol club de la FCOC pot demanar un curs d'iniciació extra en qualsevol localitat sempre i quan pugui aportar un espai i el cost del desplaçament del formador. Per a demanar-ho cal enviar un correu a direcciotecnica@orientacio.cat indicant les dates possibles, l'espai i el nombre de persones que farien el curs.

Formador: el director tècnic (actualment Pau Llorens) s'encarrega de la realització d'aquests cursos, reduint així el cost de les hores de formació i de l'espai on es realitza, aportant els diners dels participants directament per pagar el sou de Direcció Tècnica.

Inscripcions: <https://forms.gle/a56qCkaeUR3ATL89A> Les inscripcions estaran obertes fins el dijous de la setmana anterior a la realització del curs o fins a que s'acabin les places, que s'enviarà un correu per confirmar de la realització als participants i informar de la forma de pagament, que serà mitjançant l'apartat d'inscripcions de la FCOC.

Temari dels cursos específics d'iniciació

El temari és reduït en tots els cursos, per fer evident que és necessari completar aquestes formacions amb altres formacions de més durada i hores de pràctica.

Curs d'iniciació de Traçadors

- Coneixement inicial de la Normativa oficial (IOF i Catalana).
- Coneixement dels diferents nivells de traçats per a Curses Populars.
- Utilització Purple Pen (programa de recorreguts).

Curs d'iniciació de Cartografia

- Coneixement inicial de la Normativa oficial (IOF i Catalana).
- Utilització del programa OCad.

Curs d'iniciació de Sportident

- Utilització del "kid escolar".
- Utilització del SI Config+
- Utilització APP per a mòbils.

Curs d'iniciació de Direcció de Curses Populars

- Punts bàsics de l'organització.
 - Part tècnica.
 - Logística.
 - Organigrama i organitzadors.
 - Centre de competició, sortides i arribades.

Cursos específics de nivell mitjà

Objectius:

- Formació de durada mitjana, grup mitjà i obert a aquelles persones que ja hagin cursat un curs d'iniciació en aquesta especialitat.
- Formació orientada a poder estar dins de l'equip organitzatiu d'una cursa de Copa.
- Temari tancat però ampli, tocant la totalitat dels apartats per conèixer l'especialitat en profunditat.
- Al final de la formació, es demanarà als participants una "pràctica" de suport en un equip organitzador d'una de les competicions de Copa Catalana.
- Unificar totes les formacions en un mateix dia i un mateix espai, per aprofitar logística, desplaçaments i poder organitzar activitats extres (cursa popular al vespre) per a tots els participants dels cursos.

Durada: 8h de formació continuada, amb petits descansos i dinar al mig.

Màxim de participants: 13-14 participants, mínim 10 (pot variar en funció de la participació en els altres cursos).

Preu: 40€ per participant. (5€/h)

Espai: Espai llogat en qualsevol localitat, amb diferents sales i projectors/pantalles per a poder realitzar els diferents cursos.

Data i horari: Dissabte 16 de maig de 2020, des de 9.00h a 13.30h i de 15.30h a 19h.

Especialitats: únicament aquelles especialitats més bàsiques.

- Traçats
- Cartografia
- Sportident
- Mapes Base
- Controladors

Formadors: cada formació serà impartida per un expert en cada especialitzat que pugui transmetre els coneixements necessaris. El formador serà pagat amb el preu que paguin els participants.

Requisits per participar: haver participat en algun dels cursos d'iniciació de la mateixa modalitat o tenir experiència prèvia en l'organització d'una cursa Popular FCOC o de la Copa Catalana.

*En cas de no haver-hi curs d'iniciació de la modalitat es pot cursar el de nivell mitjà directament.

Inscripcions: mitjançant el sistema d'inscripcions FCOC des del 1 de març de 2020 i amb data límit al 10 de maig de 2020 a les 23.59h. <http://inscripcions.orientacio.cat:8000/#/form/races>

Cursa Popular: al finalitzar els cursos hi haurà una cursa popular GRATUÏTA per a tots els participants dels cursos.

Sopar popular: s'organitzarà un sopar popular a preus reduïts per a tots els que ho necessitin un cop acabada la cursa popular.

Temari dels cursos específics de nivell mitjà

En aquest cas els temaris ja són més complets i desenvolupen en profunditat cada un dels temes que en el següent apartat s'estipulen.

Traçats

- Coneixement de les normatives de Copa Catalana.
- Coneixement de les normatives ISOM 2017 i ISSOM 2007 referent als recorreguts.
- Conèixer les possibilitats bàsiques del programa OCAD 10 i Purple Pen.

Cartografia

- Dominar la normativa ISOM 2017.
- Conèixer les possibilitats bàsiques del programa OCad 10.
- Conèixer i adequar l'estil de dibuix al terreny.
- Conèixer les eines per al treball de camp.
- Aconseguir feedback especialitzat del primer treball cartogràfic.
- Maquetació bàsica per a mapes.

Sportident

- Domini de la programació de bases Sportident (Sportident CONfig+).
- Domini del programa (OE2010).
- Capacitat de controlar els diferents tipus de curses (lineals, score i relleus).

Mapes Base

- Conèixer les diferents bases de dades cartogràfiques.
- Importació i adaptació de dades a programes d'edició de mapes d'orientació amb símbols específics corresponents.
- Creació d'arxius de conversió automàtica (.crt).
- Utilització de dades lidar.
- Adaptació per a Rogaine i BTT-O.

Controladors

- Assoliment dels coneixements necessaris per al control i supervisió de curses d'orientació que pertanyen a la copa catalana.
- Conèixer el reglament de competició FCOC en profunditat.
- Coneixement d'errors habituals per poder assessorar prèviament els clubs organitzadors per prevenir possibles problemàtiques.

Cursos específics de nivell alt (Clínic):

Objectius:

- Formació de curta durada, grup gran i obert a aquelles persones que ja hagin cursat un curs de nivell mitjà en aquesta especialitat o amb experiència.
- Formació orientada a ser el responsable d'una secció en una cursa de Copa Catalana.
- Temari obert i en constant evolució, adaptant-se a les necessitats dels participants i del moment en el qual es troba cada especialitat.

Durada: 4h de formació continuada, amb petits descansos i dinar al mig.

Màxim de participants: sense límit de participants, únicament en funció de l'espai.

Preu: 20€ per participant. (5€/h)

Espai: Espai llogat en qualsevol localitat.

Horaris de realització: caps de setmana o dies festius, podent-se adaptar a les competicions de Copa Catalana utilitzant les tardes d'aquestes.

Especialitats: únicament aquelles especialitats més bàsiques.

- Traçats (nivell 2)
- Cartografia (nivell 2)
- Sportident Air

Descentralització: Els clubs poden mostrar interessos de cursos i es poden repartir per tota la geografia de la manera més adequada.

Formadors: cada formació serà impartida per un expert en cada especialitat que pugui transmetre els coneixements necessaris. El formador serà pagat amb el preu que paguin els participants.

Requisits per participar: haver participat en algun dels cursos específics de nivell mitjà de la mateixa modalitat o haver participat activament (cap de secció) en l'organització d'una cursa de Copa Catalana.

Temari dels cursos específics de nivell alt (Clínic)

En aquest cas els temaris són menys extensos però molt més específics, per a tractar temes molt concrets únicament per a persones que ja dominen de l'especialitat de la qual es tracta però volen actualitzar-se en l'apartat concret que es tracta el curs.

Traçats (nivell 2)

- Domini de la normativa referent a traçats dins de la ISOM 2017 i ISSOM 2007.
- Coneixement amb profunditat de les normatives de Copa Catalana.
- Capacitat d'adaptar els recorreguts per a qualsevol categoria.
- Conèixer totes les possibilitats del programa OCad 10 i Purple Pen.

Cartografia (nivell 2)

- Identificar els principals problemes i buscar solucions en el treball de camp.
- Noves tecnologies (GPS, lidar, tablet...).
- Altres programes de cartografia.
- Georeferenciació i escales.
- Edició de símbols.

Sportident Air

- Control de competicions amb sistema AIR.
- Presentació de diferents casos i la resolució.
- Noves aplicacions (SI per mòbil o tablet).
- Resolució conjunta de dubtes i problemàtiques.

Cursos oficials: Tècnic de Nivell 1 en Curses d'Orientació.

Dates:

16 de maig (Prova d'accés) a Casserres (Compatible amb altres cursos)

20-21 de juny a Tarragona

23-28 de juny a Girona

Objectius:

- Impartir coneixements bàsics de les tècniques d'orientació per a implementar-les en la iniciació de joves esportistes i nous practicants.
- Adquirir una base d'entrenament, primers auxilis, activitats adaptades i organització esportiva.
- Coneixements bàsics del reglament i la normativa competitiva, alhora com de l'organització d'esdeveniments.
- Aconseguir una titulació esportiva reconeguda per la Llei de l'esport amb possibilitat d'entrar al Registre Oficial de Professionals de l'Esport de Catalunya (ROPEC).

Possibles participants:

Afiliats amb graduat en Educació secundària (com a mínim), més de 16 anys i que hagin superat una prova d'accés pràctica. Amb motivació per aprendre més de les curses d'orientació i aconseguir una formació global i molt específica, per a poder desenvolupar amb garanties de qualitat elevada les activitats de promoció de curses d'orientació de clubs i federacions.

Durada aproximada:

80 hores del Bloc Comú i 70 hores del Bloc Específic. Després d'aquestes 150 hores, l'alumne/a ha de realitzar 150 hores de pràctica en un club afiliat a la FCOC o en la mateixa federació.

Organització del curs:

- Bloc comú (80 hores). Escola Catalana de l'Esport
 - Bases del comportament esportiu: 30 h
 - Primers auxilis: 20 h
 - Activitat física adaptada i discapacitat: 10 h
 - Organització esportiva: 20 h
- Bloc específic (70 hores). Federació de Curses d'Orientació de Catalunya.
 - Ensenyament de l'orientació.
 - Perfeccionament tècnic.
 - Organització d'esdeveniments.
 - Reglament i material.
- Bloc de pràctiques (150 hores).
 - 150 hores en un club de la FCOC o en la mateixa federació.

Preus (inscripcions en la informació a part):

Prova d'accés: 49,25 euros

Bloc Comú: 136 euros

Bloc Específic + Bloc Pràctiques: 265 euros.

Col·laboracions

El curs de Tècnic d'Esport Nivell I en Curses d'Orientació es realitza en col·laboració i amb la supervisió de l'Escola Catalana de l'Esport seguint la legislació vigent. Aquesta titulació és reconeguda per la Llei de Regulació de les professions de l'esport a Catalunya (Llei 3/2008) i permet el registre directe al Registre Oficial de Professionals de l'Esport de Catalunya (ROPEC).