



FORMATION COURSE D'ORIENTATION

Stage académique PAF

11 ET 12 Octobre 2021

Gaëtan Poirson & François Verain-Bruot





ASPECT THEORIQUE n°1

Vocabulaire et terminologie propres à l'activité Course d'orientation.

Objectif → Partager un vocabulaire commun pour aborder les versants sécuritaires et pédagogiques au cours des deux journées de formation.





Les éléments de cartographie :

La carte est la représentation du terrain sur un plan. Projection en deux dimensions, vue de dessus. Les éléments de cartographie utilisent des symboles, des couleurs, une échelle pour représenter le plus fidèlement possible le terrain. La légende synthétise les différentes informations et renseigne l'utilisateur de la carte.

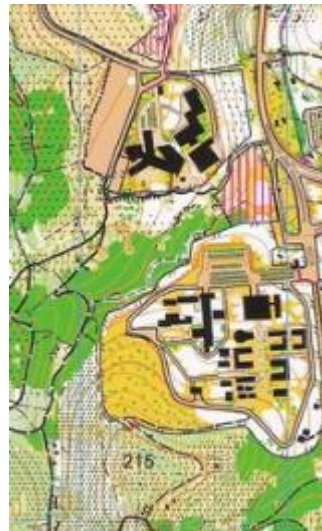




Les éléments de cartographie :

En noir la PLANIMETRIE C'est la représentation de tout ce qui est aménagé par l'homme. (chemins, bâtiment, clôtures, mur, bornes...)

Par exemple : chemins, bâtiment, clôtures, mur, bornes....





Les éléments de cartographie :

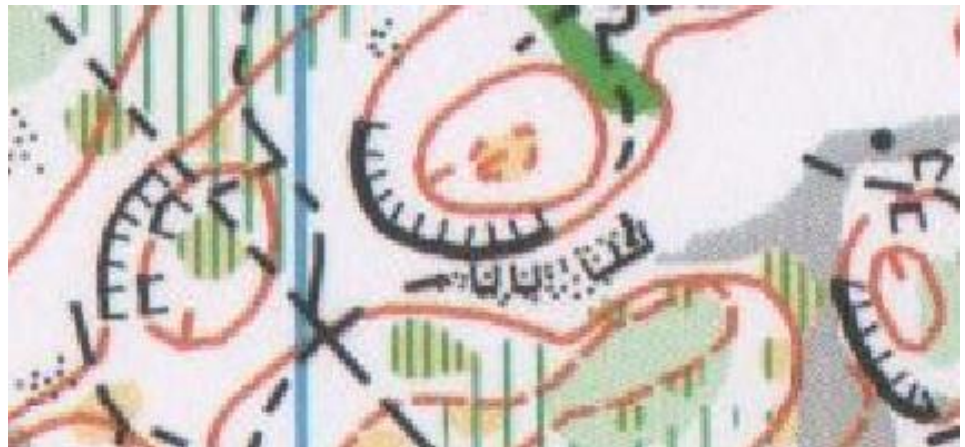
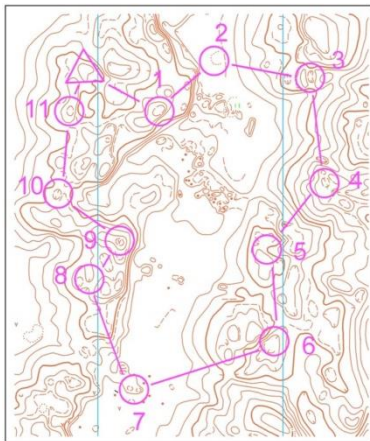
En bleu l'HYDROGRAPHIE. (Lac, cours d'eau, source, trou d'eau, marais)





Les éléments de cartographie :

En brun et noir l'orographie : Le relief est représenté par de fines lignes brunes (« bistre ») que l'on appelle les courbes de niveau (ligne imaginaire reliant les points de même altitude). (exemple brun ou bistre : fossé sec, col, trou, butte)(en noir, ce qui attire au côté rocheux : falaise, rocher, terrain rocailleux.)





Les éléments de cartographie :

En jaune, blanc et vert la VEGETATION. La carte de course d'orientation donne des renseignements quant à la pénétrabilité ou « courrabilité » de la végétation face à la progression. Du jaune, terrain découvert (champs, prairie, clairière) au blanc (forêt ouverte), et du vert clair au vert foncé pour caractériser le côté impénétrable de la végétation.





Les éléments de cartographie :

En « violine », le circuit et les symboles de surimpression.





L'échelle :

C'est le rapport existant entre la distance qui sépare 2 points sur le terrain et sa représentation sur une carte. (Exple : $1/10000^{\text{ème}}$: 1 cm sur la carte = 100 mètres sur le terrain)



Balise et poste : Le poste est le lieu où l'on place la balise. La balise peut être une Balise traditionnelle, balisettes ou mini balises (15cm / 15cm), juste des pinces, jalons (rubalise), plaques avec des dessins... La balise et le poste se trouvent sur un élément remarquable. Ils ne sont pas « cachés ».





Les éléments remarquables principaux des forêts franc-comtoises :

« Élément particulier isolé, naturel ou artificiel, qui se détache de son environnement et lui confère son caractère « remarquable » ».

- ✓ La butte : monticule de terre
- ✓ Le fossé sec
- ✓ La levée de terre : mur de terre, couramment confondus avec la butte,
- ✓ Le rentrant : petit creux dans une pente
- ✓ La dépression est un grand trou. Elle est évasée, large et de grande dimension.
- ✓ La cuvette est évasée, moyenne dans ses dimensions
- ✓ Le trou présente des flancs nets et abrupts.
- ✓ La charbonnière : replat dans une pente.
- ✓ Route, chemin, sentier, layon, sente : classé ici du plus visible ou moins visible. Ils ne deviennent des éléments remarquables qu'à l'occasion d'un croisement, d'une jonction, voire d'une extrémité.



Les lignes directrices ou mains courantes :

« Éléments du terrain facilement observables que l'on peut suivre aisément en courant. »

Les niveaux de **lignes directrices** :

- *Lignes de niveau 1* : Routes, chemins d'exploitation, chemin, sentier, pare feu, clôture, mur, ligne électrique, voie ferrée, bâtiments.
- *Lignes de niveau 2* : Lignes pointillées et/ou surfaces traits continus : sentier peu visible, talus bien marqués, fossés peu visible, ruisseau, muret, lisière de forêt, haie, levée de terre, tour de lac, de marais
- *Lignes de niveau 3* : Zones différenciées par la couleur : limite de végétation, fossé discontinu, talus intermittents.
- *Lignes de niveau 4* : Relief ou végétation : avancée, rentrant, rupture de pente, zones de végétation non bordées de limites précises (= absence de pointillés noirs).
- *Lignes de niveau 5* : ligne fictive de prolongement de relief (axe de rentrant par exemple).



Les points de décision :

« Endroits précis sur une ligne ou l'élève va choisir de changer ou de quitter la ligne = changement de direction. »

Les Niveaux de **points de décisions** :

- *Niveau 1* : Croisement de ligne de niveau 1.
- *Niveau 2* : Croisement de ligne 2 de différentes natures (= couleurs différentes)
- *Niveau 3* : Élément ponctuel sur une ligne (permet de quitter la ligne pour faire un saut ou pour attaquer un poste).
- *Niveau 4* : Élément de relief.





Les points d'appui : « éléments de repères choisis à l'avance et qui permettent de se repérer. Soit, ils sont visibles de loin, soit on les traverse. »




Les points d'attaques : « Dernier point d'appui facilement identifiable proche de la balise. »



Les lignes d'arrêts : « Élément remarquable continu du terrain remarquable continu du terrain à ne pas dépasser (ruisseau, route, clôture, chemin, etc.) »



Le matériel utilisé : la **boussole** selon le niveau de pratique. Le **carton de définition** indiquant les numéros de postes ainsi que leurs définitions (Symbole, texte ou les deux). Il est associé au **carton de contrôle** permettant de poinçonner les balises, et au **carton de correction**.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27	A	B	C
						• •			
						• •			
						• •			
						• •			
COURSE D'ORIENTATION									

1	102	2	103	3	104	4	105

	D	4,8 km	270 m
1	49		
2	50		
3	37		
4	36		
5	35		
6	34		
7	101		
8	103		
9	45		
10	40		
11	39		
12	47		
13	44		
14	46		
15	255		
			100 m



Quelques éléments généraux sur l'élaboration d'un circuit.

Le départ :

Il est représenté sur la carte par un triangle et théoriquement par une balise (en générale plus grosse) sur le terrain.

Il doit être situé à un endroit précis et facilement identifiable permettant de s'orienter et de se repérer facilement.





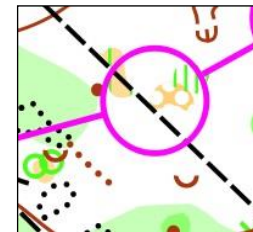
Quelques éléments généraux sur l'élaboration d'un circuit.

Le Poste de contrôle (emplacement de la balise).

Il est représenté sur la carte par un cercle. L'emplacement de la balise correspond au centre du cercle. Dans la mesure du possible, il faut s'arranger pour que le cercle ne cache pas des éléments situés à proximité du poste. Le poste doit être placé sur un élément distinct et défini.



Poste Aléatoire :
*On ne peut pas savoir exactement
où il se situe sur le chemin.*



Poste OK :
*La tâche de végétation permet de placer
précisément le poste sur le chemin.*



Quelques éléments généraux sur l'élaboration d'un circuit.

L'arrivée :

On la représente par deux cercles concentriques.





Les formes de pratiques :

Le nombre d'élève par groupe peut varier : À deux, seul, par équipe (en relais ou ensemble).
Les forme d'exercices peuvent changer : circuit chronométré, non chrono, sous forme de défis, en confrontation directe, en contre la montre...



Les formats pédagogiques utilisés et utilisables :

- **Parcours Jalonné** (*le parcours est jalonné sur le terrain au moyen de rubalise*)
- **Parcours Etoile** (*l'élève revient au point de départ entre chaque balise*),
- **Le parcours Papillon** (*Les élèves enchainent 1, 2 ou 3 postes avant de revenir au départ*),
- **Circuit Classique** (*parcours type pouvant aller de 10 à 30 postes ou plus*),
- **Course au score** (*une zone, de nombreux postes mais pas d'itinéraire imposé : chacun doit trouver le maximum de poste dans le temps imparti. Possibilité également d'attribuer des points aux balises ou de mettre en place un système de point en fonction de son numéro de passage au poste*).





En conclusion :

Vocabulaire spécifique = gage d'une culture commune propre à l'APSA + approche culturelle des pratiques sociales de référence.

Point d'appui pour les apports théoriques sécuritaires.

*« Ce que l'on conçoit bien s'énonce clairement,
Et les mots pour le dire arrivent aisément. »*

Boileau, [Art poétique](#), Chant I, v. 147-207

