

AVVIAMENTO ALL'ORIENTEERING

3

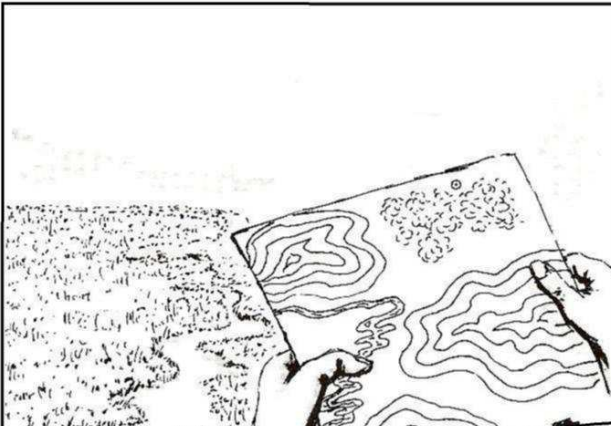
con ragazzi di **9 - 10** anni



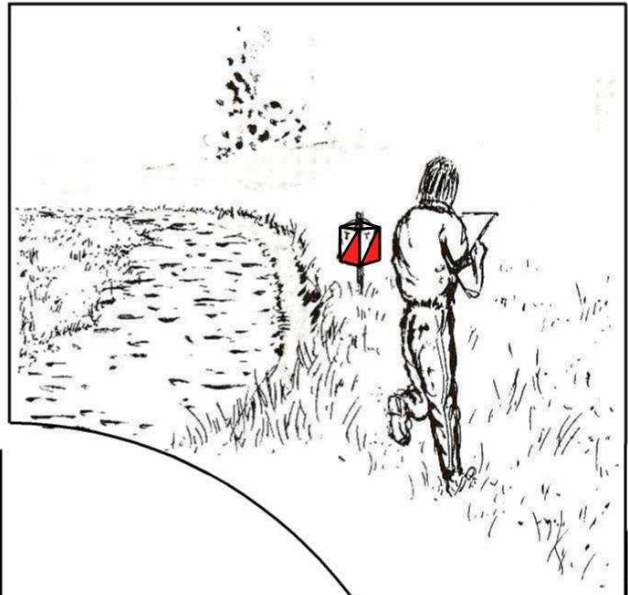
**Programma di lavoro per insegnanti
delle scuole primarie**

di Carol Mc Neill e Tom Renfrew
Illustrazioni di Ian Whalley
Traduzione di Anna Bazzaco

OBIETTIVI



Sviluppare nei ragazzi la capacità di leggere la simbologia delle mappe interpretando le immagini del territorio



Sviluppare nei ragazzi la fiducia in loro stessi attraverso l'effettuazione di scelte di successo nell'esecuzione degli esercizi di orienteering



Far acquisire ai ragazzi la capacità di leggere la mappa come aiuto per la navigazione sul terreno



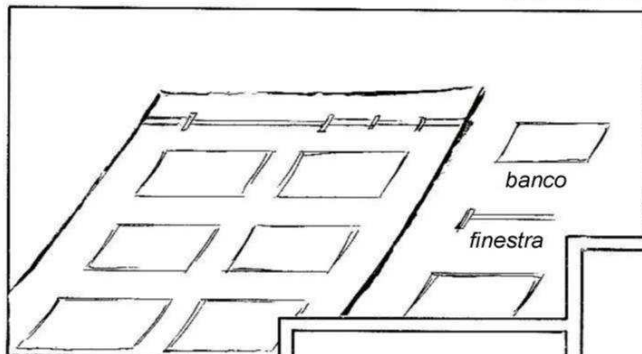
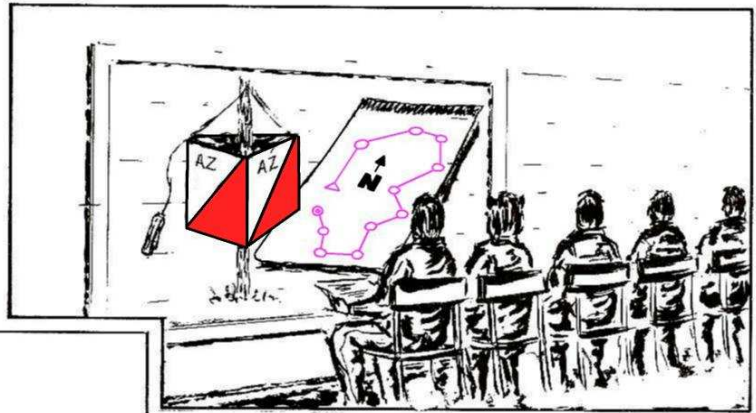
Introdurre il bosco come ambiente per la pratica dell'orienteering. Incoraggiare i ragazzi a praticare lo sport dell'orienteering.

1 – INTRODUZIONE ALL'ORIENTEERING

IN CLASSE

Introduzione generale

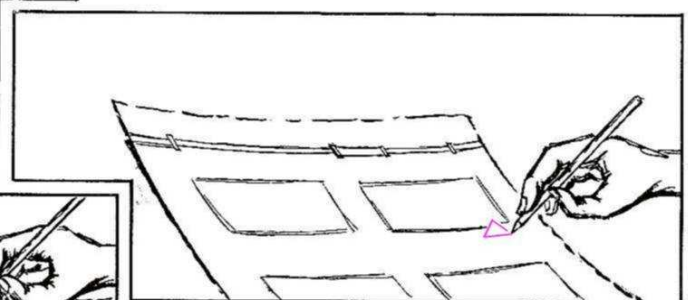
Spiegate brevemente in cosa consiste lo sport dell'orienteering. Mostrate come si pratica questo sport mediante filmati, diapositive, fotografie, proiezioni, mappe o altro materiale.



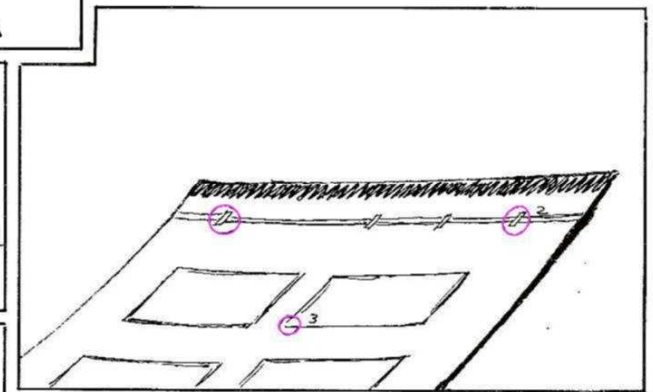
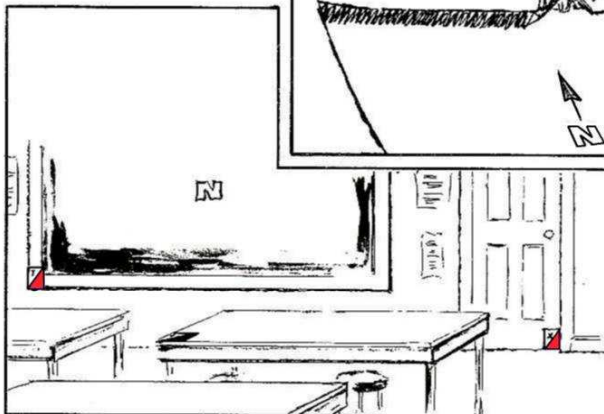
Introduzione alla mappa e al suo orientamento

Spiegate cos'è una mappa e identificate i particolari presenti in aula (banchi, sedie, porte, finestre, lavagna, scrivania, ecc.) utilizzando dei SIMBOLI

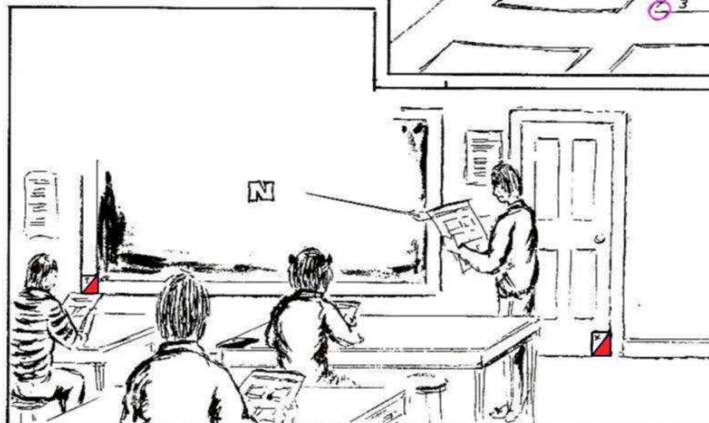
Piazzate 10 mini-lanterne con codice su altrettanti particolari distinti dell'aula - PUNTI DI CONTROLLO



Ciascun allievo identifica il proprio posto con un triangolo rosso (PARTENZA) e indica la direzione del Nord con una freccia



Spiegate agli allievi come si orienta la mappa. Il Nord della mappa deve sempre coincidere con il Nord dell'aula. In questo modo la direzione e la posizione degli oggetti nell'aula corrisponderà a quella indicata sulla mappa.



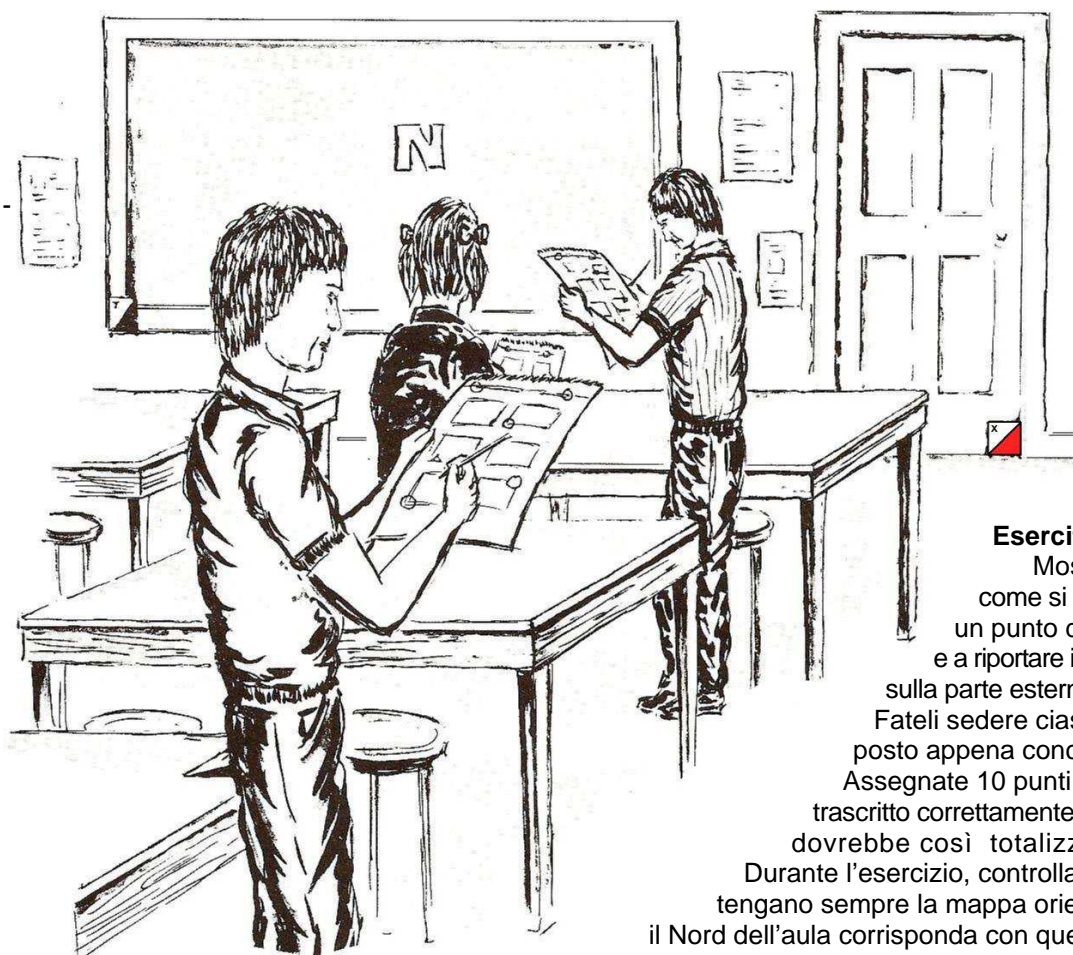
Indicate la posizione delle mini-lanterne disegnando dei cerchietti rossi sulla mappa. Numerate i cerchietti. Controllate che i cerchietti siano chiari e chiaramente identificati da un numero.

2 – PERCORSO DI ORIENTEERING

IN CLASSE

OBIETTIVI

- *Presentare la mappa dell'aula e il procedimento per orientarla*
- *Presentare un esercizio a sequenza libera*
- *Presentare un esercizio a sequenza obbligata*



Esercitazione pratica

Mostrate agli allievi come si fa a raggiungere un punto di CONTROLLO e a riportare il relativo codice sulla parte esterna del cerchietto. Fateli sedere ciascuno al proprio posto appena concluso l'esercizio. Assegnate 10 punti per ogni codice trascritto correttamente. Ciascun allievo dovrebbe così totalizzare 100 punti. Durante l'esercizio, controllate che gli allievi tengano sempre la mappa orientata, cioè che il Nord dell'aula corrisponda con quello della mappa

Spiegate agli allievi come si svolge un percorso di orienteering e come un esercizio di "score-orienteering" sia diverso da un percorso a sequenza libera e da un percorso a sequenza obbligata.

ORIENTAMENTO A SEQUENZA LIBERA

I punti di controllo possono essere visitati senza un ordine preciso. Vince chi visita tutti i punti nel minor tempo possibile.

"SCORE – ORIENTEERING"

I punti di controllo possono essere visitati senza un ordine preciso, entro però un determinato limite massimo di tempo.

Ogni punto di controllo visitato fa guadagnare dei punti all'atleta. Vince chi totalizza il punteggio più elevato. Si applica una penalità per ogni punto trovato in ritardo, ad esempio 10 punti per ogni minuto di ritardo rispetto al tempo massimo prestabilito.

ORIENTAMENTO A SEQUENZA OBBLIGATA

I punti di controllo devono essere visitati seguendo l'ordine progressivo indicato nel tracciato disegnato sulla mappa.

Vince chi impiega meno tempo a completare l'intero percorso nell'ordine prestabilito.

3 – PERCORSO A SEQUENZA OBBLIGATA

IN AULA

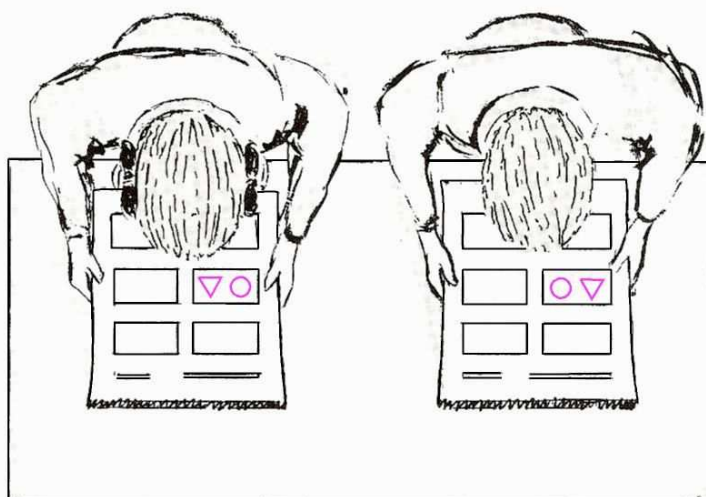
OBIETTIVI

- *Spiegare l'orienteeering a sequenza obbligata e insegnare a tenere orientata la mappa*
- *Abituare gli allievi a impugnare correttamente la mappa e a tenere il segno con il pollice per mantenere un maggiore contatto con la mappa*

Consegnate ad ogni allievo la mappa dell'aula.

Dividete gli allievi in coppie: uno sarà A, l'altro B.

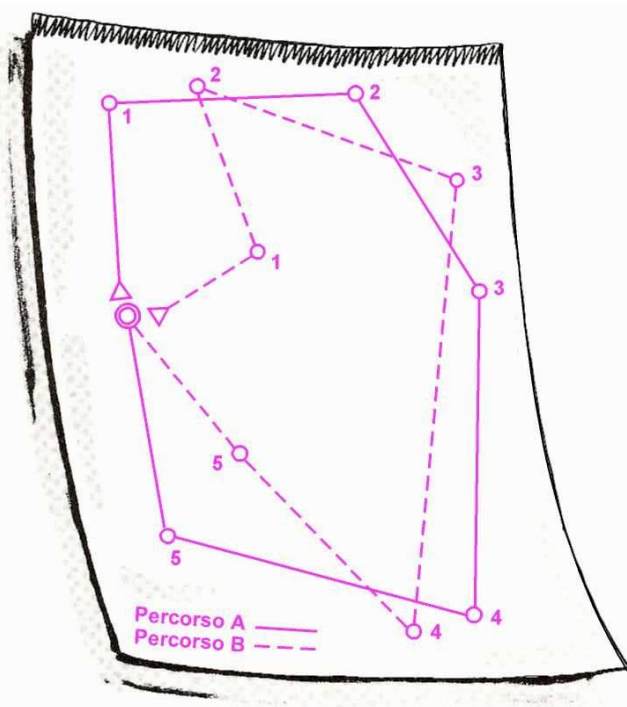
Ciascun allievo indicherà con un \triangle (Partenza) il posto in cui si trova e con \odot (Arrivo) il posto del proprio compagno.



DISEGNATE UN ESEMPIO DI PERCORSO SULLA LAVAGNA

“QUESTO È L'ORIENTEEERING A SEQUENZA OBBLIGATA”

I PUNTI DEVONO ESSERE VISITATI NEL CORRETTO ORDINE



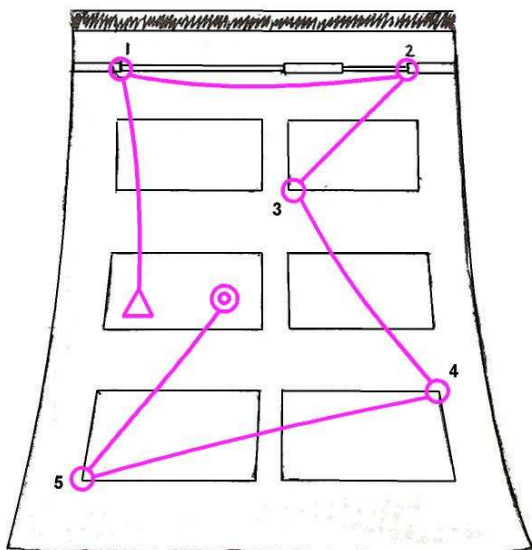
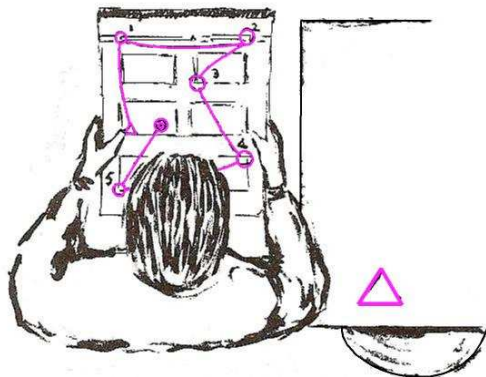
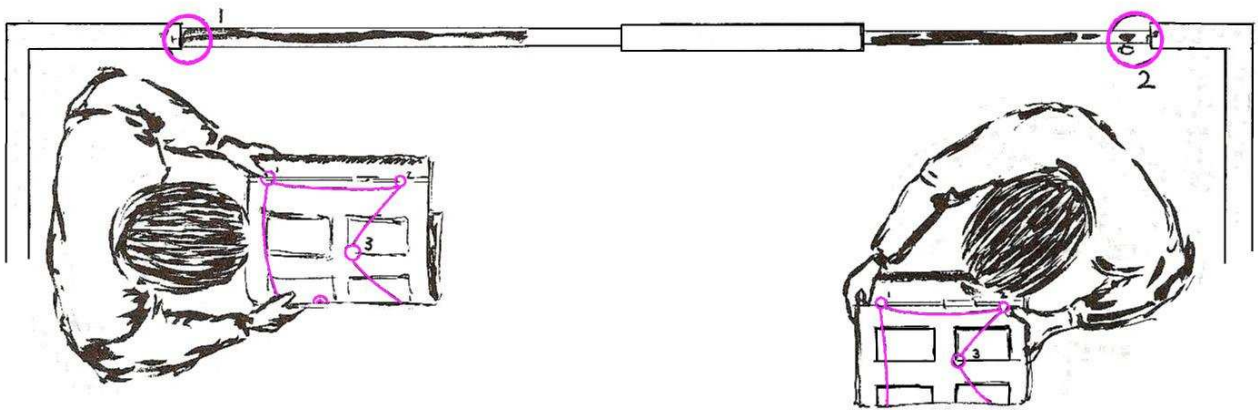
“A” SOLO. Posate 5 mini-lanterne nell'aula. Gli allievi ne indicano la posizione con dei cerchietti sulla propria mappa e li uniscono secondo un ordine logico dalla Partenza all'Arrivo. Ogni percorso sarà perciò numerato diversamente, in relazione alla Partenza ed all'Arrivo di ciascuno. Potete utilizzare gli stessi punti utilizzati nella prima lezione.

“B” SOLO. Posate altre 5 mini-lanterne. Sarà la volta degli allievi B di indicarne la posizione e di numerarli sulle loro mappe.

A e B si scambiano le mappe. La partenza del percorso sarà sul posto del compagno e l'arrivo nel proprio. Ricordate agli allievi di tenere orientata la mappa e di ricopiare il codice delle lanterne vicino a ciascun cerchietto.

IMPUGNARE LA MAPPA E TENERE IL SEGNO

- Usando la vostra mappa personale, alzatevi in piedi e ORIENTATELA, allineando il Nord della mappa con quello dell'aula. Mantenendo orientata la mappa, giratele attorno finché, dalla partenza, non vi trovate a guardare verso il primo punto sia sulla mappa che nell'aula. A questo punto, la linea che congiunge la partenza con il primo punto **sulla mappa** dovrebbe indicare la posizione della lanterna **in aula**. La vostra direzione di marcia dovrebbe essere la stessa indicata dalla linea sulla mappa.



- Impugnate la mappa indicando con il pollice la vostra posizione (piegando la mappa se questo semplifica le cose)
- Recatevi al primo punto
- **ORIENTATE LA MAPPA.** Girate attorno ad essa fino a fronteggiare il secondo punto. Impugnate la mappa indicando con il pollice la vostra nuova posizione, cioè il primo punto (ripiegate di nuovo la mappa se necessario).
- Recatevi al secondo punto. **ORIENTATE** e impugnate la mappa in modo da essere pronti per portarvi al terzo punto – e così via.

Una volta che gli allievi hanno compreso la procedura di orientamento della mappa e a spostarsi impugnandola in modo corretto, essi dovrebbero essere incoraggiati **prima** a cambiare la loro impugnatura della mappa e poi a spostarsi effettivamente (corpo e mappa assieme) finché la mappa non è orientata.

Ad ogni lanterna e ad ogni cambio di direzione per prima cosa dobbiamo orientare la mappa in modo tale da avere sempre di fronte il percorso (e l'oggetto di riferimento) che vogliamo seguire. Una volta fatto questo dobbiamo controllare che gli oggetti disegnati sulla mappa siano allineati con quelli che osserviamo attorno a noi. A questo punto dovremmo vedere davanti a noi il percorso da seguire verso il prossimo punto.

Introduzione alle mappe per l'orienteeing

Osservate una mappa per l'orienteeing con un semplice percorso a sequenza obbligatoria. Tutti i punti dovrebbero trovarsi su particolari chiari e distinti ed essere collegati da particolari lineari come sentieri, carrarecce, siepi, muretti, ruscelli, ecc.

Osservate la mappa ed i punti di controllo. Impugnate la mappa e indicate la vostra posizione con il pollice seguendo il percorso sulla mappa come se lo faceste nella realtà.

4 – ESERCIZIO A STELLA E SCELTE DI PERCORSO

IN AULA E IN CORTILE

OBIETTIVI

- Presentare la mappa del giardino della scuola con i suoi nuovi simboli
- Abituare gli allievi all'idea di effettuare delle scelte di percorso
- Incoraggiare gli allievi a muoversi individualmente

Preparazione

Utilizzando la mappa del giardino della scuola, posate 10 lanterne. Preparate una carta madre e una lista dei codici. Preparate delle mappe, ciascuna con UN SOLO punto.

Numerate le mappe in coppia. Dividete gli allievi a coppie e consegnate una mappa preparata a ciascuno.



Esecuzione

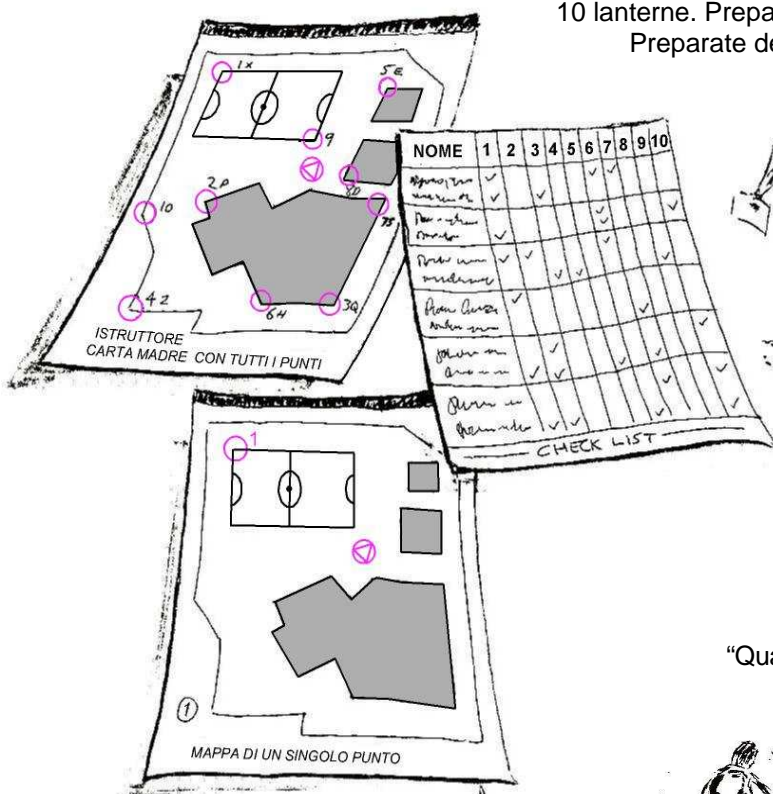
Spiegate l'esercizio. Mostrate come tenere la mappa allineata al Nord. Fate uscire gli allievi (da soli o in coppia).

Partenza e arrivo allo stesso posto. Usando la mappa, ogni allievo deve trovare la lanterna indicata, tornare alla base e riferire il codice del punto. Scambiate le mappe con quelle di un'altra coppia e ripetete l'esercizio.

Ponete delle domande agli allievi: "Che percorso hai scelto di fare?"

"Quali particolari hai usato per arrivare al punto?"

Dopo 5 minuti di lavoro fermate l'esercizio e mandate gli allievi a raccogliere un punto ciascuno.



OSSERVATE LA MAPPA UTILIZZATA NELLA 2^a LEZIONE

SCELTE DI PERCORSO

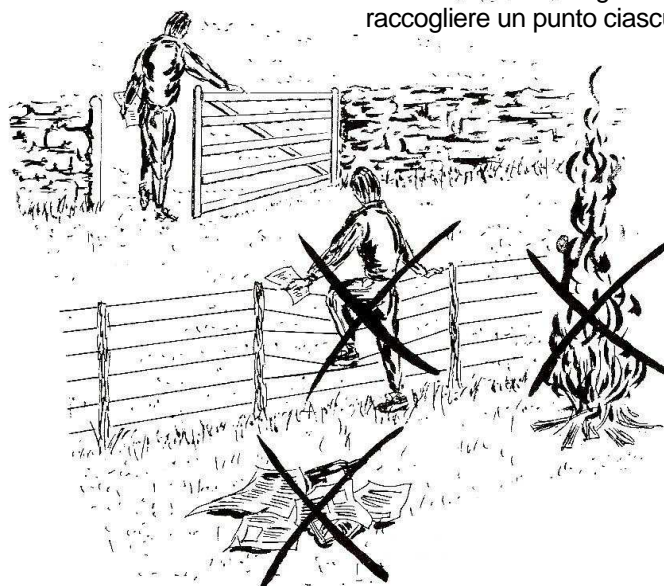
Chiedete agli allievi che percorso avrebbero fatto dalla partenza al primo punto (che **particolare lineare** avrebbero seguito)?

Disegnate il percorso che avrebbero seguito dall'1 al 2, dal 2 al 3, 3 - 4, ecc. (sottolineate il fatto che si tratta della **loro** scelta).

LEGENDA

Utilizzate un gioco per saggiare la loro conoscenza dei principali simboli, come ad esempio particolari lineari e colori.

Disegnate una mappa che comprenda tutti o solo alcuni dei simboli ripassati.



CODICE DI COMPORTAMENTO
 RICHIUDI I CANCELLI
 NON ABBANDONARE RIFIUTI
 NON DANNEGGIARE I RECINTI
 NON ACCENDERE FUOCHI

5 – SCORE-ORIENTEERING A PARTENZA IN MASSA

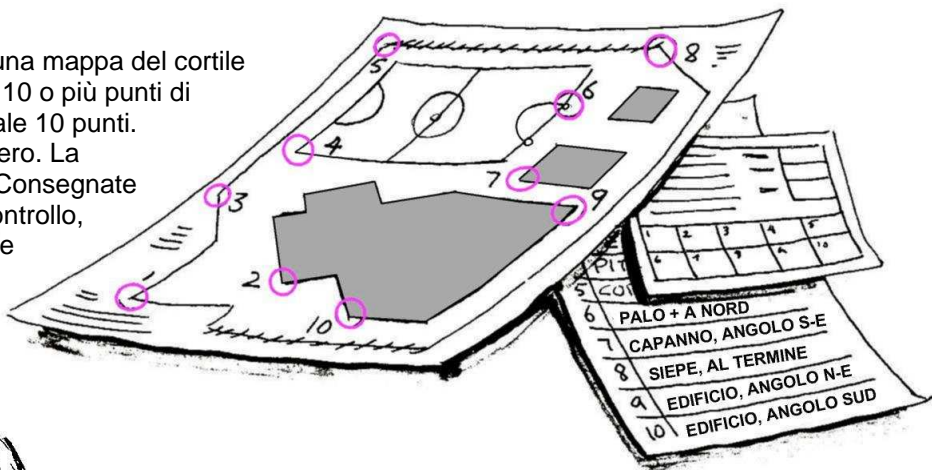
IN AULA E IN CORTILE

OBIETTIVI

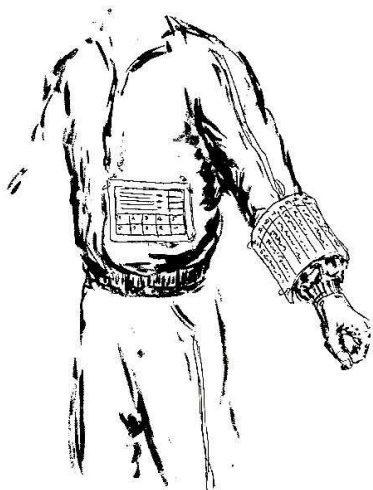
- **Sperimentare una gara di score-orienteering con partenza in massa**
- **Rinforzare i concetti di impugnatura e orientamento della mappa**
- **Abituare gli allievi a tenere il segno della propria posizione con il pollice**

Preparazione

Consegnate ad ogni allievo una mappa del cortile della scuola premarcata con 10 o più punti di controllo. Ciascuno di essi vale 10 punti. L'ordine di ritrovamento è libero. La partenza avviene in massa. Consegnate a ciascuno un cartellino di controllo, da legare al polso o da tenere in mano. La descrizione dei punti può essere copiata sul cartellino o appesa al petto.



o



Gli allievi posano le lanterne, un punto ciascuno, da soli o in coppia. Verificate che tutte le lanterne siano state posate al posto giusto. (Non criticate gli allievi se qualcuno ha commesso qualche errore di posatura). Mostrate agli allievi la procedura da seguire per arrivare ai punti in tutta sicurezza. Ricordate agli allievi il tempo massimo da rispettare per non incorrere in penalità.

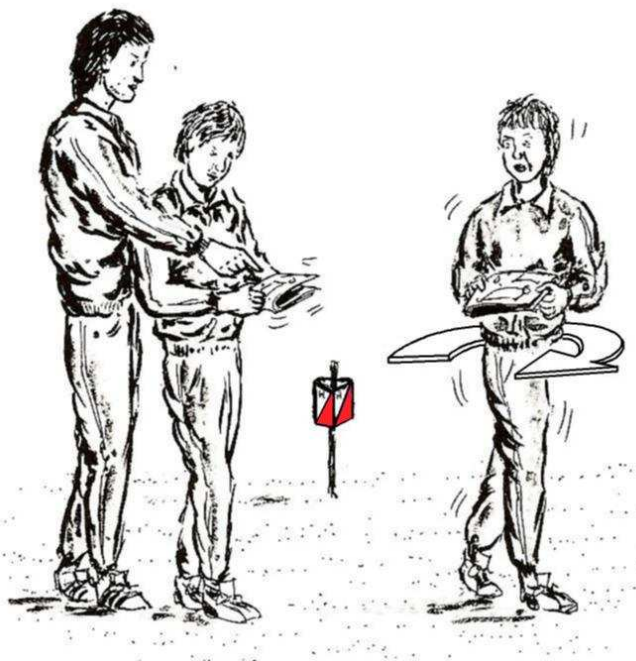
Ricordate agli allievi che l'ordine di ritrovamento dei punti è libero, tuttavia consigliate loro di cominciare con quello che hanno posato. Questo evita che comincino tutti con lo stesso punto. Consigliate loro di fare DA SOLI.

Esecuzione

Al fischio del VIA, gli allievi partono tutti assieme e scrivono sul cartellino i codici delle lanterne che trovano. In alternativa marcano il cartellino con pennarelli colorati. Dopo 10 minuti date il fischio di chiusura. Durante lo svolgimento dell'esercizio verificate come gli allievi orientano e impugnano la mappa e se usano il pollice per tenere il segno della loro posizione sulla mappa.

Al termine dell'esercizio, con tutto il gruppo:

- Raccogliete le lanterne
- Controllate i codici e assegnate 10 punti per ogni codice riportato correttamente
- Commentate le tecniche utilizzate dagli allievi
- Aiutate gli allievi in difficoltà a riconoscere i dettagli della mappa

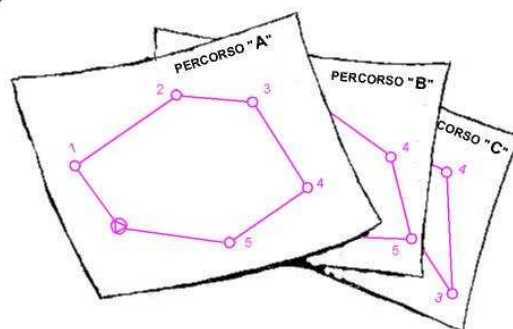
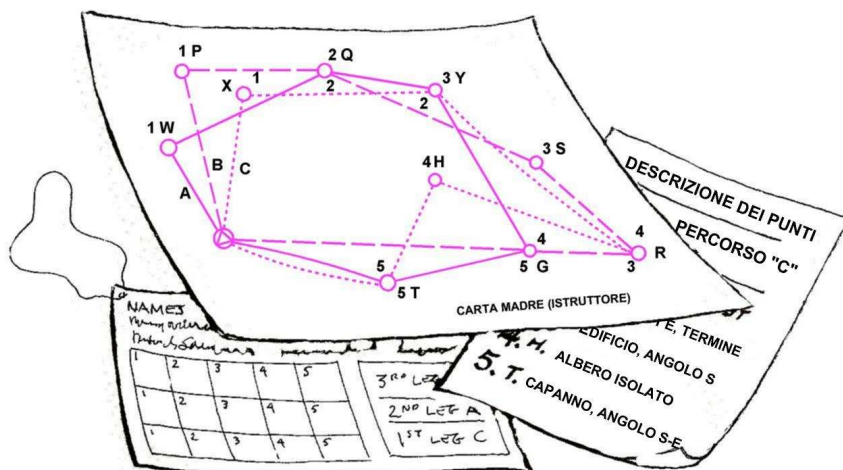


6 – ORIENTEERING A STAFFETTA

IN CORTILE

OBIETTIVI

- Presentare l'orienteeing a sequenza obbligata utilizzando i codici dei punti
- Sperimentare la formula dell'orienteeing a staffetta



Preparazione

Preparate tre percorsi sovrapposti, di lunghezza simile e con 4-5 punti ciascuno. Alcuni punti possono essere comuni a 2 o a 3 percorsi.

Preparate una descrizione dei punti e una sequenza dei codici per ciascun percorso. Preparate le mappe per squadre di tre. Ogni squadra avrà un percorso A, uno B e uno C (es. se il gruppo è formato da 27 allievi = 9 x percorso A, 9 x percorso B e 9 x percorso C).

Il cartellino di controllo funge anche da testimone. L'ordine di esecuzione dei percorsi deve essere mescolato il più possibile e specificato sul cartellino es. ABC, CAB, BCA, CBA, BAC, ACB.

Esecuzione

1 – Dividete gli allievi in gruppi di tre. Ciascun gruppo deciderà chi sarà il primo frazionista, chi il secondo e chi il terzo. Il primo dovrà essere un allievo sicuro di sé, indipendente, capace di ignorare gli altri, non troppo nervoso. Il secondo deve essere il punto di forza del gruppo (il meno sicuro). Il terzo l'atleta, cioè quello più veloce.

Il cartellino di controllo funge anche da testimone. L'ordine di esecuzione dei percorsi deve essere mescolato il più possibile e specificato sul cartellino es. ABC, CAB, BCA, ecc

2 – Consegnate i cartellini ai componenti di ciascuna squadra, in modo che possano vedere quale percorso ciascun frazionista dovrà completare (A, B o C).

3 – I primi frazionisti prendono ciascuno la propria mappa e la descrizione dei punti dalle mani dell'istruttore.

4 – I secondi frazionisti prendono a loro volta le corrispondenti mappe, indicate dalla lettera della seconda fila di caselle del cartellino, oltre alla descrizione dei punti.

5 – I terzi frazionisti prendono le mappe indicate dalla lettera presente sulla terza fila di caselle del cartellino, più la descrizione dei punti.

ASSICURATEVI CHE GLI ALLIEVI ABBIANO FISSATO AL BRACCIO O AL PETTO LA DESCRIZIONE DEI PUNTI E LEGATO AL POLSO IL CARTELLINO DI CONTROLLO.

GARA: i primi frazionisti partono in massa (alcuni sul percorso A, altri sul B, altri ancora sul C).

Ricordate loro che devono seguire l'ordine indicato dalla mappa, dall'1 al 5, e spuntare il codice alfabetico sul cartellino. Quando il primo frazionista termina il proprio percorso, il secondo frazionista della squadra può partire. Vince la squadra il cui terzo frazionista termina prima la gara.

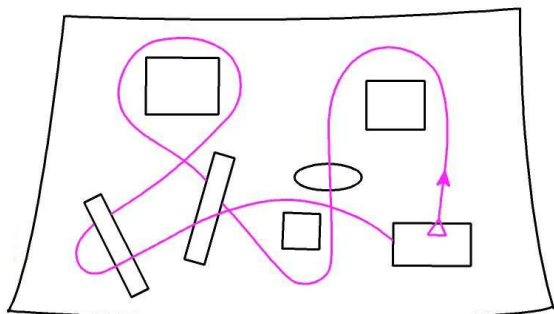
In attesa dei cambi, l'istruttore può approfittare dei tempi morti per parlare con gli allievi, assicurandoli ed aiutandoli se necessario. E' opportuno ribadire i concetti dell'impugnatura della mappa, del suo allineamento costante al Nord e del mantenimento del segno con il pollice.

7 – ORIENTEERING LUNGO LA LINEA

IN PALESTRA

OBIETTIVI

- *Migliorare la capacità di osservazione dell'ambiente*
- *Presentare il concetto di individuare e seguire una linea sulla mappa*



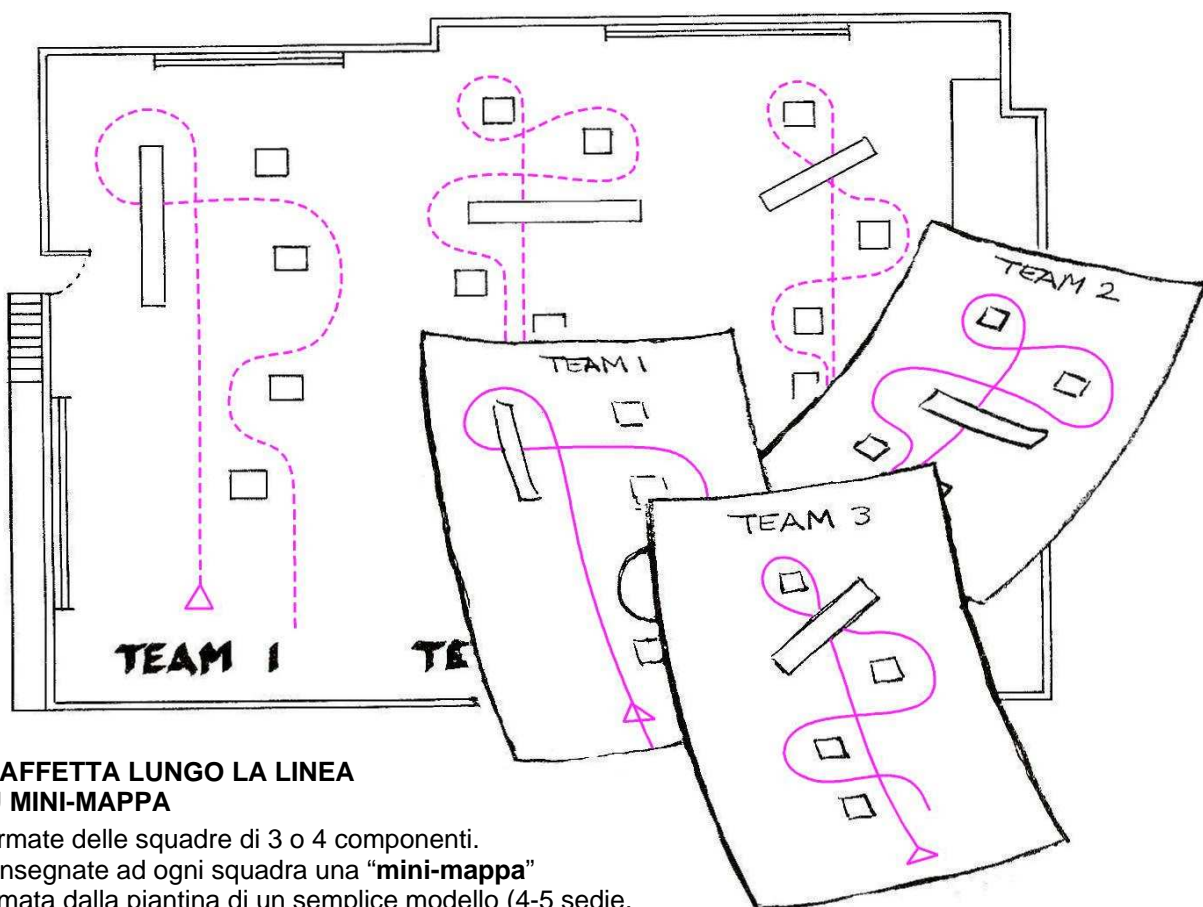
Preparazione

Disponete degli oggetti in palestra in modo da creare un modello. Disegnate la piantina del modello e preparate una copia della mappa per ciascun allievo oppure fate in modo che ciascuno se lo ricopi.

Esecuzione

Ogni allievo deve tracciare una linea personale che disegni un percorso interessante attorno (sopra e sotto) al modello predisposto. Dopodichè deve seguire la linea lungo tutto il percorso. Controllate che gli allievi impugnino la mappa con entrambe le mani e, tenendola sempre allineata al Nord, si spostino attorno ad essa seguendo il percorso.

Scambiate le mappe fra gli allievi e seguite qualcuno di loro lungo il percorso.



STAFFETTA LUNGO LA LINEA SU MINI-MAPPA

Formate delle squadre di 3 o 4 componenti.

Consegnate ad ogni squadra una "mini-mappa" formata dalla piantina di un semplice modello (4-5 sedie, un paio di panche, una stuoia, due sgabelli) predisposto in un angolo della palestra. Disegnate una linea da seguire per ogni squadra.

Ogni allievo deve seguire a turno la linea della propria squadra. Quando una squadra ha finito, si sposta nella postazione di un'altra squadra e ripete l'esercizio lungo la nuova linea.

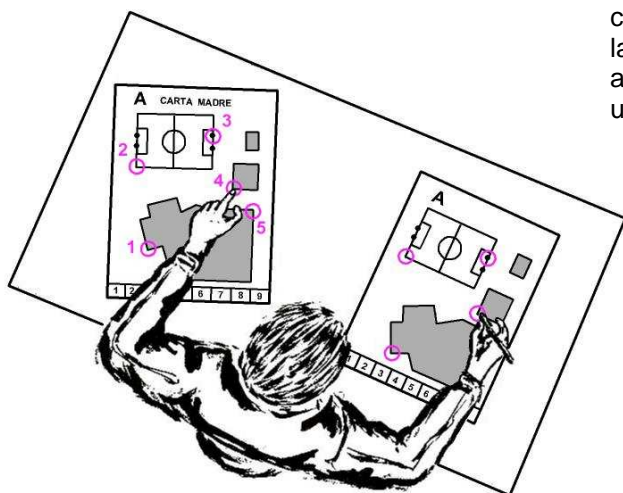
N.B. In questo esercizio non ci sono né vinti né vincitori.

8 – CARTA-MADRE E ORIENTEERING A SEQUENZA OBBLIGATA

IN CLASSE O IN GIARDINO

OBIETTIVI

- *Presentare il concetto e l'uso delle "carte-madri"*
- *Rinforzare i concetti di allineamento, impugnatura e piegatura della mappa*



Preparazione

Preparate due percorsi (A e B) utilizzando la mappa del cortile della scuola. Predisponete due carte madri di ciascun percorso. Posate le lanterne. Usate la stessa partenza e lo stesso arrivo per entrambi i percorsi, preferibilmente in una zona riparata.

Esecuzione

1 – Dividete gli allievi in coppie (A e B). "A" copierà dalla carta-madre A, "B" copierà dalla carta-madre B

2 – Per prima cosa mostrate agli allievi come si ricopiano i punti dalla carta-madre:

- *Puntate l'indice della mano sul cerchietto da copiare della carta-madre*
- *Localizzate lo stesso punto nell'altra mappa*
- *Copiate il cerchietto in modo che sia perfettamente centrato*
- *Numerate esternamente i cerchietti e verificate che siano grandi abbastanza da mostrare il particolare di riferimento situato al centro*

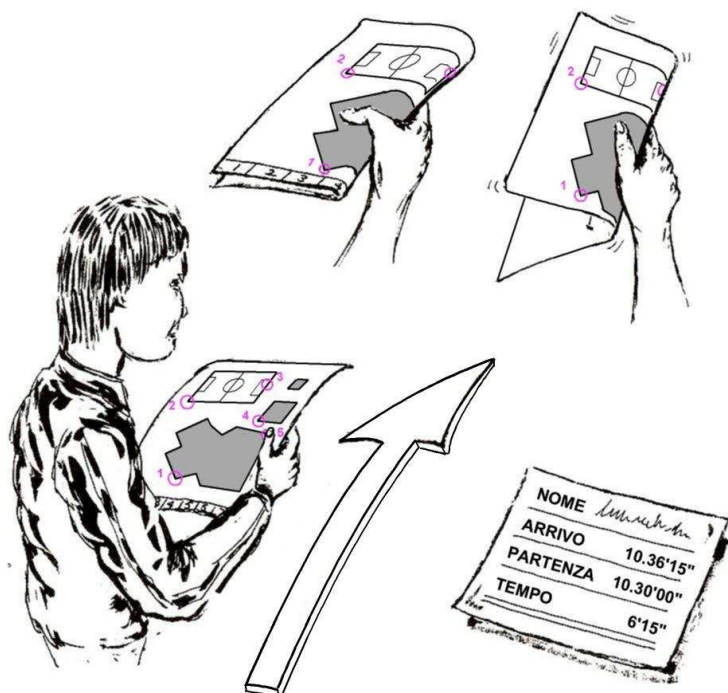
3 – Non appena i componenti di una coppia hanno copiato il loro percorso, possono recarsi alla partenza. Ciascuno di loro cronometra il tempo impiegato dal compagno a portare a termine il percorso.

Scrivete i tempi impiegati sul fronte della cartina

4 – Sottolineate l'importanza di riportare i codici correttamente e nel più breve tempo possibile. Verificate l'accuratezza della copiatura da parte degli allievi.

5 – Utilizzando i punti presenti sul terreno portate gli allievi a fare una passeggiata in cartina. Approfittatene per raccogliere le lanterne.

6 – Esponete su di un tabellone i risultati dei percorsi A e B



NOME	Musichini
ARRIVO	10.36'15"
PARTENZA	10.30'00"
TEMPO	6'15"

9 – PREPARAZIONE ALLA LEZIONE 10

OBIETTIVI

- **Familiarizzare gli allievi con un terreno nuovo**
- **Dare informazioni sull'attività locale di orienteering**

Preparazione

Procuratevi le mappe di un parco vicino alla scuola.

Preparate 1 o 2 percorsi per la lezione successiva: uno dei due può essere leggermente più lungo dell'altro, ma sempre relativamente semplice perché si tratta di un ambiente nuovo, es. 1,0-1,5 km con 8-10 punti. Tutti i punti dovrebbero essere collegati fra di loro da un particolare lineare (linea conduttrice).

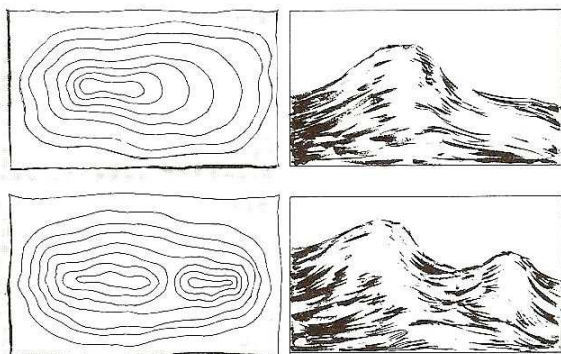
Idealmente, tutti i punti dovrebbero essere visibili l'uno dall'altro.

PERCORSI FISSI

Se esiste un percorso fisso su quel terreno, limitatevi ad indicare sulla mappa la posizione delle lanterne. Saranno gli allievi stessi ad unire con una linea rossa i cerchietti che vogliono visitare.

Esecuzione

- Consegnate una copia della mappa ad ogni allievo. Presentate agli allievi la nuova mappa e fate notare le sue caratteristiche: scala, equidistanza, anno di realizzazione, ecc.
- Mostrate agli allievi come ricopiare il percorso dalla Carta Madre. Utilizzate un cerchiografo e dei pennarelli rossi indelebili. Proteggete le mappe con un adesivo trasparente, così possono essere riutilizzate più volte. I percorsi possono poi essere facilmente cancellati con un batuffolo di cotone imbevuto di alcool.
- Ripassate la descrizione dei punti – scritta e verbale
- **CURVE DI LIVELLO** – Se ce ne sono nella nuova mappa, discutete con gli allievi sul loro significato. Le curve di livello non si vedono sul terreno! E non possono essere seguite come se fossero un sentiero!



- **Legenda** – Date uno sguardo ai diversi simboli presenti sulla mappa. Sottolineate i particolari lineari e il significato dei diversi colori. Utilizzate qualche gioco per familiarizzare con la legenda e la simbologia della mappa.

Discussione

Pianificate la lezione successiva

Spiegate che si uscirà su di un nuovo terreno.

Indicate l'equipaggiamento e l'abbigliamento necessario.

Ciascuno si deve portare cibo e acqua.

Regole

Tutti DEVONO PASSARE PER L'ARRIVO.

Niente urla o schiamazzi.

Non ci si chiama!

Non si lasciano rifiuti.

I punti vanno visitati nell'ordine prestabilito.

Attività di orienteering

E' molto comune trovare attività di orienteering con percorsi per principianti, così come percorsi fissi (palestre di orienteering) nei parchi cittadini e nelle zone collinari.

Calendario

E' importante prendere contatto con il club di orienteering più vicino, perché può dare tutte le informazioni necessarie sul calendario di attività promozionali legate all'orienteering.

Manifestazioni sportive

Molte regioni hanno un loro calendario di manifestazioni di orienteering organizzate in modo da incoraggiare la partecipazione di nuovi appassionati. In provincia di Vicenza esiste ad esempio l'Inverno Berico, in quattro o cinque prove, a partecipazione libera. Chi partecipa a tutte le prove vince la maglietta della manifestazione e viene incoraggiato a partecipare alla successiva attività. In provincia di Venezia esiste l'Inverno Veneziano - gestito dalle società locali - in quattro prove.

Al termine della lezione raccogliete le cartine, ma lasciate agli allievi delle fotocopie delle stesse, in modo che possano studiarle a casa.

10 – ORIENTEERING A SEQUENZA OBBLIGATA

IN UN ALTRO GIARDINO SCOLASTICO O IN UN NUOVO PARCO

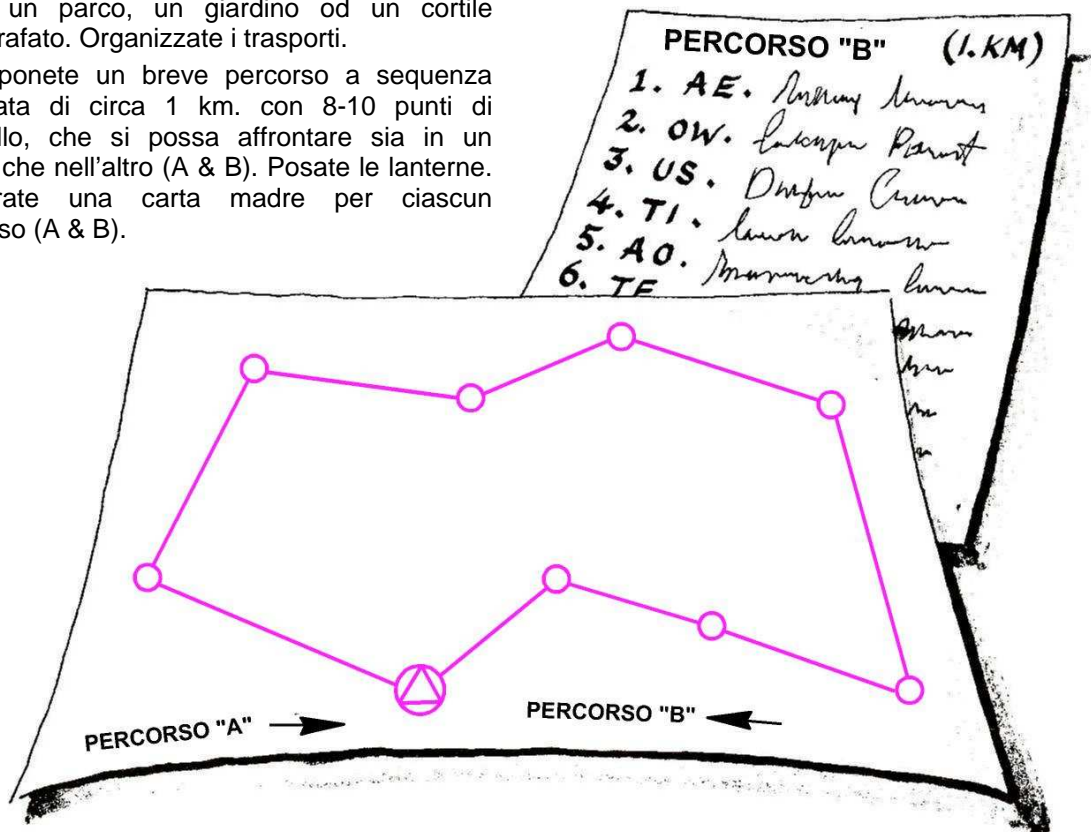
OBIETTIVI

- *Esercitare l'orienteeering in un ambiente nuovo*

Preparazione

Organizzate la visita di una scuola vicina che abbia un parco, un giardino od un cortile cartografato. Organizzate i trasporti.

Predisponete un breve percorso a sequenza obbligata di circa 1 km. con 8-10 punti di controllo, che si possa affrontare sia in un senso che nell'altro (A & B). Posate le lanterne. Preparate una carta madre per ciascun percorso (A & B).



In classe

Distribuite le mappe e disegnate i percorsi (utilizzate le carte madri). Copiate le descrizioni dei punti su di un pezzo di carta che possa essere legato al polso. Osservate la mappa assieme agli allievi e ripassate la legenda.

Nell'altra scuola

Fate familiarizzare gli allievi con la nuova zona. Identificate il punto di partenza.

Spiegate la procedura di partenza – utilizzate intervalli di partenza di 1 minuto, con due concorrenti alla volta, uno sul percorso "A" e uno sul percorso "B".

Incoraggiate gli allievi a correre, sempre però ricordando loro come sia più importante raggiungere i punti di controllo nell'ordine previsto che non correre troppo velocemente.

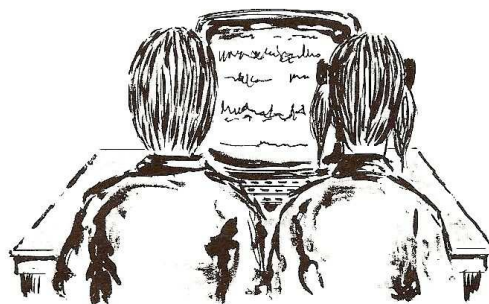
NON SPINGETE TROPPO SULL'AGONISMO!

Gli allievi che finiscono per primi l'esercizio possono provare ad utilizzare le lettere dei codici ritrovati per comporre il maggior numero di parole di senso compiuto possibile.

Di nuovo in classe

Gli allievi calcolano i tempi di percorrenza di ciascun concorrente, controllano i cartellini, elaborano la classifica finale. Potete far utilizzare un computer.

Rivedete il percorso assieme agli allievi, discutete le scelte di percorso, i dettagli utilizzati per orientarsi, i particolari lineari (linee conduttrici) che portavano verso i punti, ecc.



11 – GARA DI FINE CORSO

IN UN PARCO O IN UN BOSCO

OBIETTIVI

- **Completare il ciclo di lezioni con un assaggio del vero orienteering**
- **Mettere in pratica le tecniche apprese nelle lezioni precedenti**

1 – PASSEGGIATA CON LA MAPPA.

Prima di iniziare con la gara, è essenziale prendere confidenza con la mappa e con il terreno. Portate gli allievi a fare una passeggiata con la mappa seguendo un percorso pre-marcato sul terreno. Osservate le forme del terreno e le curve di livello, se ce ne sono. Evidenziate i cambi di vegetazione (variazioni dei verdi) ed i particolari lineari che saranno utili per portare a termine il percorso. Usate la posizione del sole per orientare la mappa. La passeggiata con la mappa dovrebbe terminare nella zona di PARTENZA della gara.

2 – Assegnate un ordine ed un tempo di partenza per ogni allievo. Incoraggiate gli allievi a partecipare singolarmente alla gara e con un atteggiamento positivo. Sottolineate il fatto che ciascuno deve dare il meglio di sé per trovare tutti i punti di controllo.

3 – Prima di partire, fissate con degli spilli il cartellino e la descrizione dei punti alla tuta degli allievi. Il tempo di partenza deve essere scritto sul cartellino.

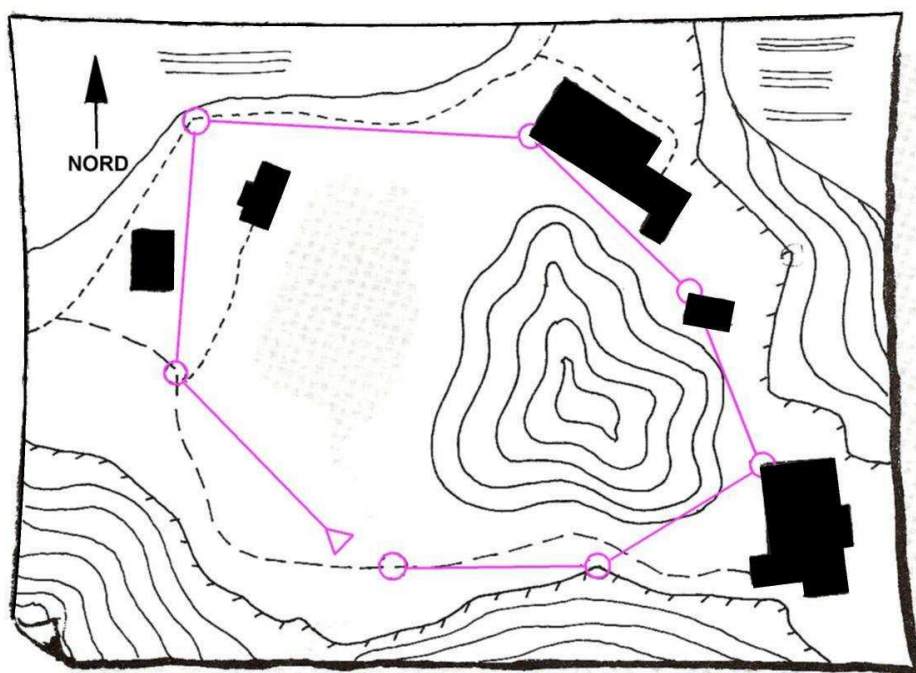
4 – Fate partire gli allievi a intervalli di un minuto l'uno dall'altro. Se ci sono due percorsi, gli allievi possono partire due a due.

PERCORSO A SEQUENZA OBBLIGATA.

Lunghezza circa 1,0 – 1,5 km. Tempo di percorrenza previsto: fra i 15 e i 30 minuti.

5 – ARRIVO. Organizzate il cronometraggio regolando il cronometro sull'orario di partenza. Mandate qualcuno del vostro staff lungo il percorso, nei pressi di qualche lanterna, per aiutare eventuali concorrenti in difficoltà, raccomandando di dare aiuto solo se richiesto.

6 – RISULTATI. Calcolate i risultati finali ed esponeteli su di un tabellone. Lodate tutti gli allievi che hanno trovato tutti i punti. Attribuite dei punti di penalizzazione per ogni lanterna non punzonata piuttosto che squalificare qualcuno. Gli allievi che terminano il percorso per primi possono dare una mano a calcolare i risultati. Panificate il da farsi nel caso qualcuno si dovesse perdere. Eventualmente date una direzione da seguire in caso di smarrimento.



12 - GIOCHI DI RICONOSCIMENTO DEI SIMBOLI

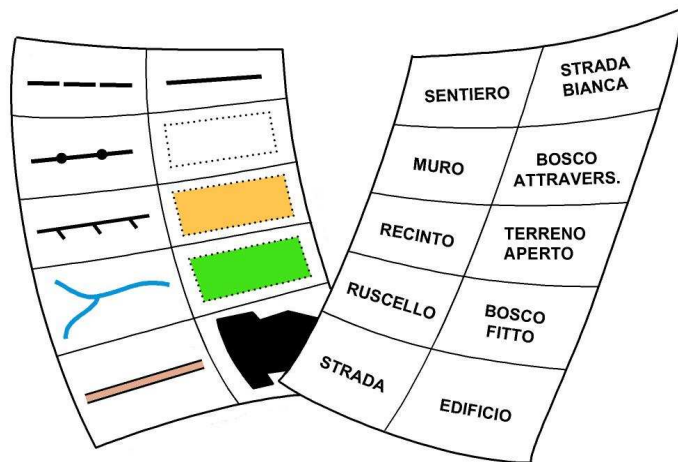
OBIETTIVI

- **Insegnare e valutare la capacità da parte degli allievi di identificare i simboli della mappa.**

GIOCO 1 – ACCOPPIAMENTO DEI SIMBOLI

- Prendete due fogli di carta e divideteli in 10 caselle, ciascuna di circa 6 x 8 cm.
- Disegnate su un foglio 10 simboli e sull'altro 10 descrizioni scritte
- Ritagliate le caselle.

Questo gioco può essere eseguito sia singolarmente che a coppie, seduti a tavolino e accoppiando i simboli con le descrizioni, oppure come un gioco di corsa, con i simboli a un capo e le descrizioni all'altro capo di una palestra o di un cortile. In questo ultimo caso, la partenza verrà data dal centro della palestra o del cortile.

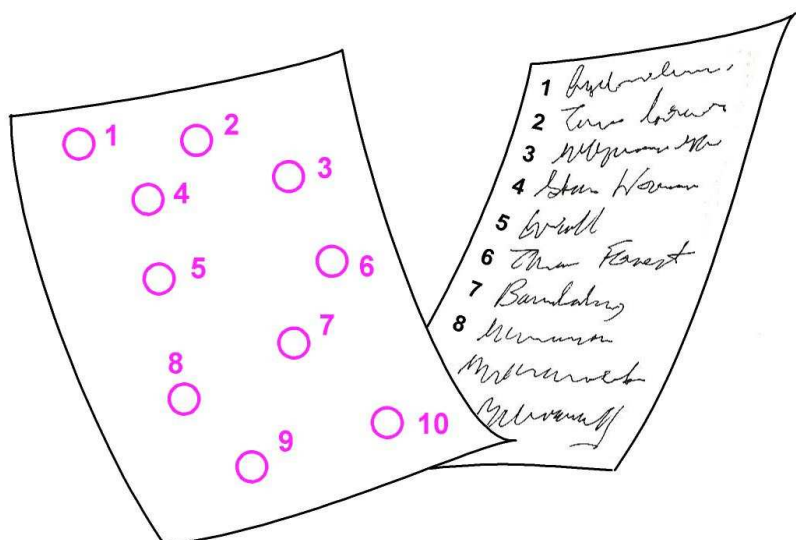


GIOCO 2 – IDENTIFICAZIONE DEL PARTICOLARE DI RIFERIMENTO

- Individuate 10 particolari differenti, es. particolari lineari, costruzioni o aree colorate.
- Disegnate dei cerchietti attorno a ciascun particolare. Numerate ciascun cerchietto da 1 a 10
- Preparate una descrizione di ciascun particolare

Gli allievi dovranno assegnare la corretta descrizione a ciascun particolare e quindi a ciascun cerchietto.

Questo gioco può essere eseguito sia a tavolino che di corsa, visitando tutti i cerchietti.



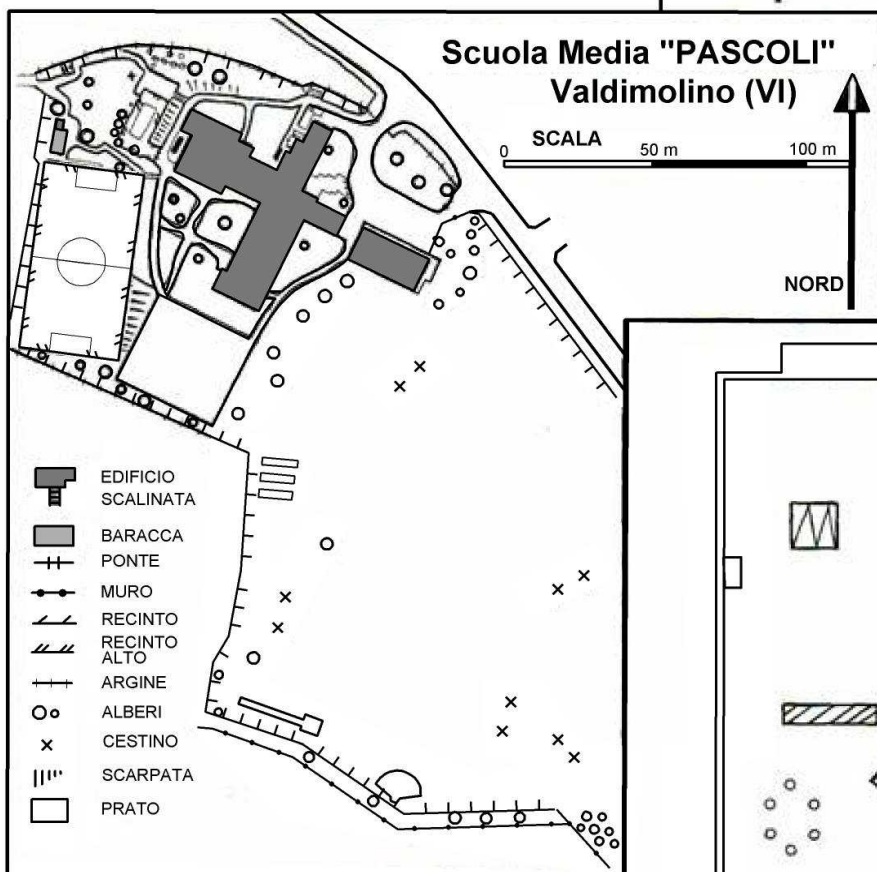
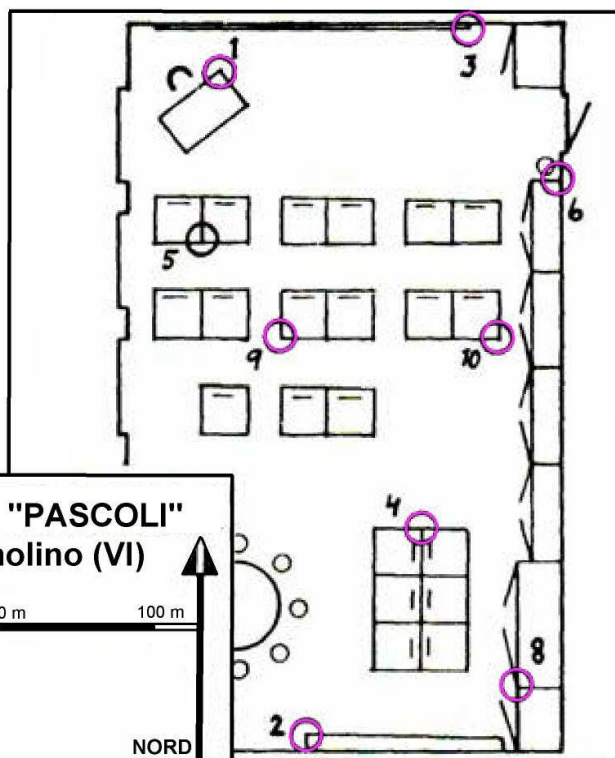
MAPPE

MAPPA DELL'AULA

Dev'essere una mappa a grande scala comprendente tutti gli oggetti principali ed i dettagli più importanti. Lasciate fuori le sedie perché vengono facilmente spostate e tendono a sovraccaricare la mappa di dettagli.

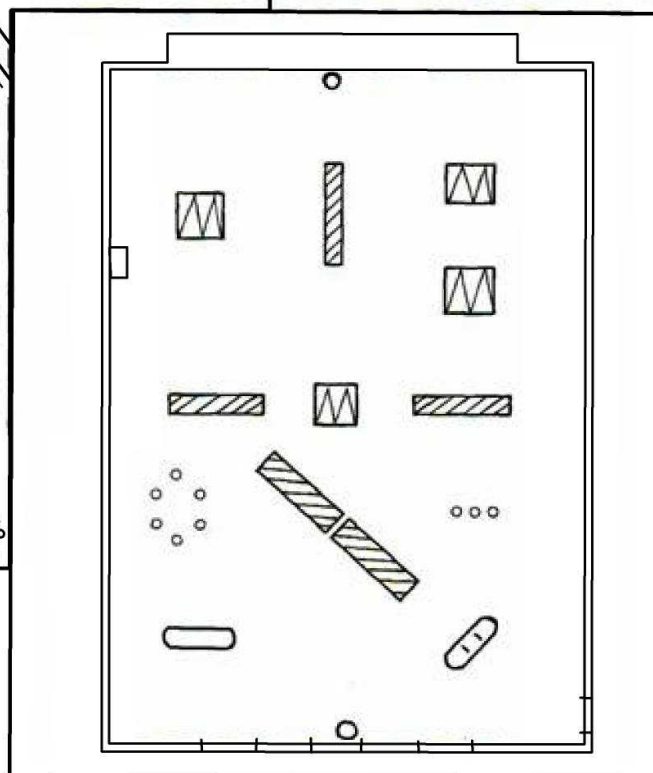
MAPPA DELLA SCUOLA

Potete facilmente realizzare una mappa della scuola in bianco e nero utilizzando la planimetria che potrete trovare negli Ufficio Tecnico Comunale. Utilizzate simboli diversi per i muri, i recinti e le siepi. Inserite particolari quali alberi isolati, lampioni, cestini per l'immondizia, panchine, ecc. Le zone a prato, bosco o le aiuole possono venire colorate al momento dagli allievi



MAPPA DELLA PALESTRA

Con un semplice perimetro disegnato in scala (es. 1 passo = 2 metri) potete realizzare una mappa della disposizione degli oggetti all'interno della palestra. Iniziate sempre dal centro.



VALUTAZIONE FINALE

OBIETTIVI

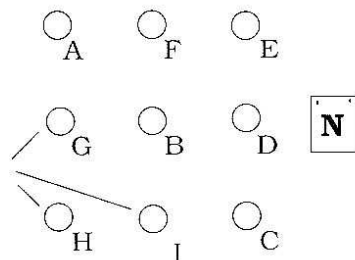
- **Valutare la capacità da parte degli allievi di mantenere orientata la mappa quando cambiano direzione.**

Preparazione

Preparate delle schede di percorso, una per ogni allievo. Utilizzando una palestra o un cortile, posate sul terreno 9 birilli su tre file parallele. Distanziatevi di almeno un metro l'uno dall'altro.

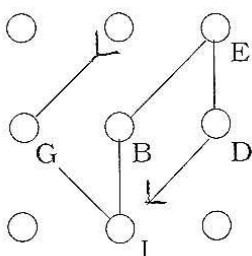
Individuate ciascun birillo con una lettera dell'alfabeto e posate sul terreno un foglio che indichi da che parte si trova il Nord

SCHEMA DEI BIRILLI



Esecuzione

- Ogni allievo è in possesso di una scheda dei percorsi, su cui sono indicati 10 percorsi, e di un pennarello per ricopiare i codici dei birilli.
- Mostrate agli allievi come portare a termine ciascun percorso:
 - "ORIENTATE" la scheda;
 - individuate il birillo di partenza e scrivetene il codice;
 - seguite la prima linea fino al birillo successivo e scrivetene il codice;
 - proseguite seguendo le linee del percorso e scrivendo i codici dei birilli via via che li raggiungete;
 - quando avete completato un percorso, iniziatene un altro.
- Assegnate a ciascun gruppo di allievi un numero da 1 a 10, in modo che partano su percorsi diversi. Se i birilli sono ben distanziati, anche una classe di 20-25 allievi può lavorare contemporaneamente.

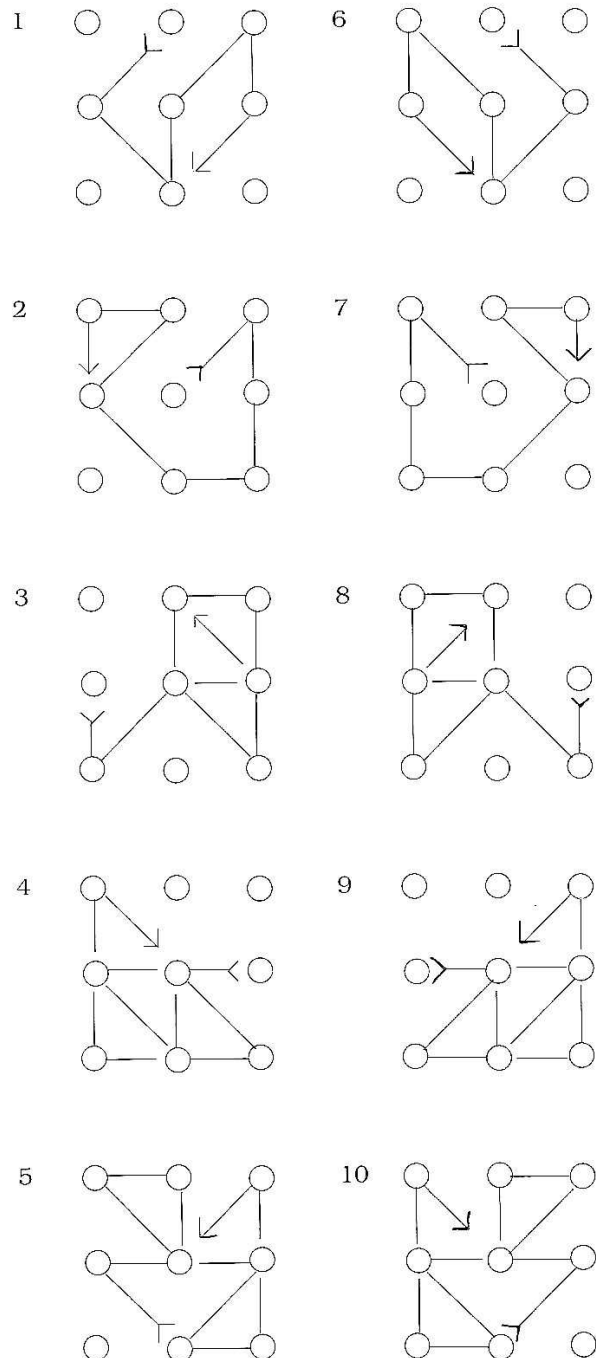


ESEMPIO DI PERCORSO COMPLETO

Se le vostre capacità di insegnamento sono state efficaci, la maggior parte degli allievi sarà in grado di completare almeno sei percorsi in modo corretto. Quelli con cinque o meno percorsi corretti avranno bisogno di ulteriore aiuto. E' opportuno allora incoraggiarli a riprovare, prima da soli e poi assieme all'istruttore.

Questo test può essere utilizzato sia come test di valutazione che come lezione vera e propria sulle direzioni.

SCHEMA DEI PERCORSI



BUSSOLE PER ORIENTEERING

La bussola è uno strumento che serve ad individuare la direzione ed è un aiuto prezioso per una navigazione precisa. Il suo corretto utilizzo permette all'orientista di mantenere la mappa orientata al fine di scegliere il giusto percorso e di seguirlo velocemente mantenendo allo stesso tempo il contatto con la mappa. Le mappe utilizzate per l'orienteeing hanno soltanto i meridiani (linee del Nord magnetico). Questo permette di utilizzare facilmente la bussola per orientare la mappa.

Gli orientisti in genere utilizzano tre tipi di bussola. La bussola a placca (fig.1), la bussola a dito (fig.2) e la bussola tradizionale (fig.3)

Bussola a placca

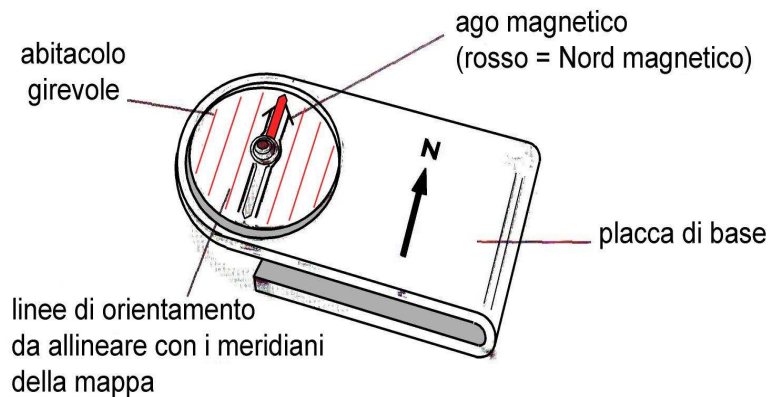
Viene utilizzata soprattutto con i bambini, per aiutarli a familiarizzare con la bussola e con l'orientamento della mappa. Rende anche più facile il successivo passaggio alla bussola tradizionale. Essa permette anche ai bambini di concentrarsi sull'osservazione e sul mantenimento della posizione con il pollice sulla MAPPA una volta che questa è orientata.

Bussola a dito

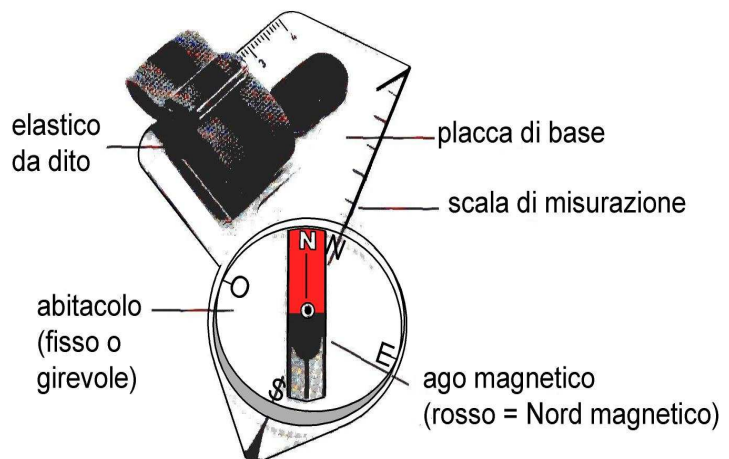
E' una bussola ideale per i principianti non più giovani, ma può essere un impiccio per i bambini. Le loro mani hanno bisogno innanzitutto di poter manipolare liberamente la mappa. Lavorare con la bussola sopra la mappa aiuta a focalizzare l'attenzione sulla mappa stessa.

Bussola tradizionale

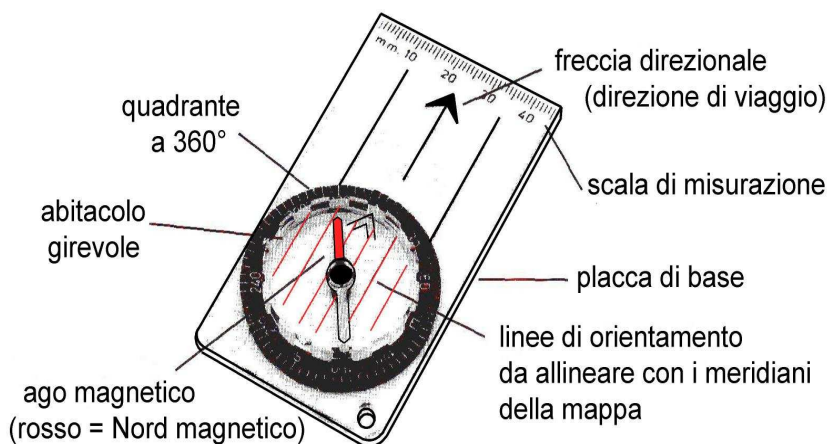
La bussola tradizionale può essere utilizzata indifferentemente sia per prendere una direzione che per orientare la mappa. Per dare buoni risultati è necessario un attento apprendimento delle sue modalità di utilizzo e una notevole quantità di esercizio.



BUSSOLA A PLACCA



BUSSOLA A DITO



BUSSOLA TRADIZIONALE