



LA RIVISTA DI
EDUCAZIONE FISICA
SCIENZE MOTORIE E SPORT



Gli sport dell'orienteering

Insero n. 2

Allegato al n. 3 - Settembre 2011 - Anno I

SPAGGIARI
CASA EDITRICE



EUPEA
European Physical Education Association



FISO
FEDERAZIONE ITALIANA SPORT ORIENTAMENTO

Insero n. 2
Allegato al n. 3
Settembre 2011

Direttore
Flavio Cucco
newscapdi@libero.it

Caporedattore
Matteo Merati
matteo.merati@tin.it

Redazione
Laura Bartoli
laurinabartoli@tin.it
Nicola Bignasca
nicola.bignasca@baspo.admin.ch

Luca Eid
eid@irre.lombardia.it

Lucia Innocente
Linnocente@fastwebnet.it

Nicola Lovecchio
nicolalovecchio@hotmail.com

Antonella Sbragi
info@sbragiantonella.it

Hanno collaborato
Roberto Biella, Lorenzo Gecele, Fulvio Lenarduzzi, Teresa Lucignani, Anna Riva

Si ringrazia la F.I.S.O. per aver contribuito alla realizzazione di questa pubblicazione

Direttore responsabile
Ruggero Cornini

Direzione creativa
Stefano Monteverdi

Ufficio grafico
Anna Oliva

Segretaria di Redazione
Barbara Cacciani

Fotografie
Fotolia e archivi privati

Editore:

SPAGGIARI
CASA EDITRICE

Casa Editrice Spaggiari® S.p.A.
Via Bernini 22A - 43126 Parma
Tel. 0521949011 - Fax 0521291657
e-mail info@spaggiari.eu
www.spaggiari.eu

Autorizzazione n. 19 del 16 novembre 2010
registrato presso il Tribunale di Parma

Composizione stampa
Spaggiari® S.p.A. - Parma
Numero chiuso in Redazione il 9/09/2011

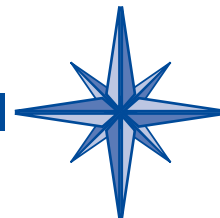
Sommario

LA CORSA D'ORIENTAMENTO	3
Di cosa si tratta	3
A scuola	3
La didattica	3
Esempi di giochi	5
Tappa 1	7
Tappa 2	8
Tappa 3	10
Tappa 4	11
Tappa 5	16
Tappa 6	16
IL TRAIL ORIENTEERING	16
(orientamento di precisione)	

Gli sport dell'orientering

In Italia la Federazione Italiana Sport Orientamento (Fiso) riunisce 7000 tesserati e 170 associazioni sportive, riconosce al suo interno quattro discipline che si differenziano per il mezzo di locomozione usato dai concorrenti:

- ◆ nella corsa d'orientamento (CO) il concorrente corre
- ◆ nello sci-orientamento (ski-o) il concorrente usa gli sci da fondo
- ◆ nel mountain-bike orientering (mtb-o) il concorrente usa biciclette mtb
- ◆ il TrailO (letteralmente orientering lungo i sentieri) o pre-o (orientamento di precisione) si differenzia dalle altre per l'assenza della componente fisico-atletica ma chiede al concorrente - anche disabile su carrozzina - di dimostrare una capacità di lettura estremamente fine della carta.



La corsa d'orientamento

La sfida che ogni docente oggi è chiamato a raccogliere è quella di far comprendere ai giovani che la conoscenza e la padronanza dei diversi saperi e dei diversi linguaggi disciplinari conducono l'uomo verso la capacità di effettuare scelte libere e consapevoli nel rispetto della propria e dell'altrui diversità, come scrive E. Morin ne "La testa ben fatta". Per gli insegnanti questo si traduce nella ricerca delle migliori forme di insegnamento atte a valorizzare una didattica interdisciplinare attraverso saperi e competenze specifiche di ogni disciplina, mirando alla valorizzazione delle abilità possedute dai ragazzi e avendo come finalità il loro potenziamento, per far sì che siano in grado di accedere all'apprendimento in modo consapevole, creativo e organizzato. Questo breve inserto vuole essere un suggerimento sulle possibilità che ogni docente ha di essere l'artefice di un processo di educazione e di istruzione vivo e creativo attraverso pratiche che conducono alunni e insegnanti fuori dalle aule a costruire esperienze di apprendimento e di crescita all'interno di un laboratorio naturale. Non c'è niente di più gratificante per un insegnante che osservare un alunno andare alla scoperta di un sistema complesso con curiosità e senza timori, offrendogli la possibilità di sperimentare e valutare scelte operate con criticità. Questo è ciò che la pratica dell'orientamento nella scuola dà modo di sviluppare e nelle pagine che seguono si cercherà di rendervi partecipi dell'entusiasmo, unito a un alto valore formativo, che questo sport trasmette.



Di cosa si tratta

È nell'ambiente naturale che gli appassionati di questa disciplina trovano gratificazione e benessere. Affrontano, con spirito di intraprendenza e avventura, un ambiente grazie a due preziosi strumenti: carta e bussola. La corsa d'orientamento (co) è una disciplina sportiva che nasce nei paesi scandinavi e trae la sua origine probabilmente dalle esigenze di operare in terreni sconosciuti e proprio per questo gli immensi boschi di quelle regioni poco popolate sono stati la culla di questa attività. Nella sua essenza la co consiste nel raggiungere diversi punti di controllo lungo un percorso avendo a disposizione una mappa molto dettagliata della zona e una bussola. Il neofita avrà l'intento di mettersi alla prova e di scegliere con la propria intraprendenza la via migliore per giungere al traguardo leggendo correttamente la carta. L'atleta evoluto avrà l'intento di migliorare la propria prestazione e superare gli avversari.

A scuola

La co e il TrailO sono state introdotte nella scuola da alcuni insegnanti che conosciuto l'orientamento vi hanno scorto potenzialità e valenze educative. Da molti anni, in tutte le regioni d'Italia, si svolgono con regolarità le varie fasi dei GSS che si concludono con la finale nazionale grazie alla collaborazione di Miur, Coni e Fiso. Il percorso che gli alunni devono compiere per raggiungere l'obiettivo prettamente

sportivo della partecipazione ai GSS è particolarmente ricco e stimolante. I prerequisiti vengono man mano appresi attraverso una metodica attiva che tiene sempre alto il livello di motivazione e gli argomenti da affrontare hanno spesso obiettivi comuni a diverse materie. L'utilizzo di strumenti adeguati all'età, un problema concreto da risolvere, il confronto con se stessi, il mettersi in gioco, la verifica immediata delle scelte adottate e del percorso compiuto rappresentano occasioni di apprendimento significative a disposizione degli insegnanti che se ne vogliono appropriare. Lo scopo di questo inserto pratico è proprio quello di invogliare gli insegnanti a utilizzare la progressione didattica proposta per far apprendere ai propri alunni una disciplina sportiva che stimola in modo equilibrato la componente motoria e quella cognitiva senza trascurare il potenziale emotivo e l'interazione che si instaura fra docente e allievi.

La didattica

Stabilito l'obiettivo finale che chiede agli alunni di saper compiere in autonomia un percorso di un paio di chilometri in ambiente sconosciuto nel minor tempo possibile e con il solo ausilio di cartina e bussola, ne consegue che la progressione didattica deve fornire con gradualità gli strumenti necessari per superare le difficoltà e le problematiche che il percorso riserva. Proprio per queste peculiarità non sono pochi gli insegnanti - anche di sostegno - che utilizzano volentieri tale progressione ottenendo spesso risultati più che lusinghieri.

La selezione degli esercizi qui proposti deriva dall'esperienza di quegli insegnanti che hanno applicato con soddisfazione e buoni risultati la metodologia. Tali esercizi possono essere svolti a iniziare dalle classi terza, quarta e quinta della scuola primaria (8-10 anni) e trovare il loro completamento nelle tre classi della scuola secondaria di primo grado. L'aspetto prettamente sportivo trova il suo compimento nella scuola secondaria di secondo grado. Le linee guida della progressione vedranno proporre attività e giochi stimolanti che, seguendo un percorso dalle difficoltà gradualità, utilizzino dapprima spazi limitati e familiari per poi passare a spazi sempre più ampi e sconosciuti. Gli esercizi proposti nella struttura scolastica partiranno dall'aula, per passare poi all'atrio e alla palestra e confluire infine nel cortile, nel quartiere o nel parco pubblico. Il successo nella CO non è ristretto al solo vincitore poiché il solo partecipare è fonte di soddisfazione per tutti i concorrenti che concludono il percorso e che hanno saputo rispondere in modo appropriato ai problemi e alle difficoltà che la prova ha loro riservato:

- ◆ dove sono? Individuo il mio punto di partenza sulla carta
- ◆ dove devo andare? Individuo sulla carta il punto da raggiungere
- ◆ come faccio? Scelgo in autonomia e liberamente il percorso che intendo fare sulla carta e cerco di applicarlo concretamente alla realtà
- ◆ ogni punto raggiunto sostiene e conferma all'alunno la correttezza dell'analisi fatta e la validità delle scelte adottate: rinforzo positivo
- ◆ ogni punto non raggiunto obbliga l'alunno a una verifica e un'analisi delle scelte fatte, lo costringe a rivederle utilizzando altre informazioni e conoscenze.
- ◆ l'aver male interpretato la carta, l'aver riconosciuto un proprio errore di valutazione e l'averne posto rimedio è di per sé un importante vissuto.

Alla fine del percorso quante sono le esperienze vissute, le capacità messe in pratica, le competenze raggiunte?

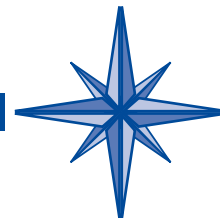
Certamente molteplici, tra cui:

- 1) capacità condizionali: resistenza, velocità, forza
- 2) mobilità articolare, nella sua forma dinamica
- 3) capacità coordinative generali: apprendimento e controllo motorio, capacità di adattamento e trasformazione motoria
- 4) capacità coordinative speciali: destrezza, orientamento, equilibrio, ritmo, strutturazione spazio-temporale, oculo-segmentaria
- 5) capacità psicologiche: concentrazione, tenacia, capacità decisionale, controllo emozionale, motivazione
- 6) capacità tecniche della CO: capacità di lettura e interpretazione della carta, capacità di progettazione e memorizzazione, capacità di eseguire il progetto.



Reperire cartine

- ◆ La mappa del piano di evacuazione della scuola potrebbe essere un primo strumento: una fotocopia e alcune sapienti cancellature permetteranno la realizzazione dei primi esercizi/gioco.
- ◆ La pianta del cortile della scuola - che potrà essere prodotta dagli stessi alunni assieme ai docenti di tecnologia e/o immagine - costituisce decisamente un utile esercizio.
- ◆ Presso gli uffici comunali si reperisce con facilità - anche se con scale diverse - la cartografia della scuola così come quella del quartiere circostante o del parco adiacente all'istituto.
- ◆ Il sito della Fiso - www.fiso.it - permette di conoscere le cartine presenti in zona e le società a cui rivolgersi per ricevere informazioni.
- ◆ In commercio esiste uno specifico programma - Ocad (Orienteering CAD) - scaricabile in versione dimostrativa dal sito omonimo che permette la realizzazione di semplici mappe scolastiche.



Esempi di giochi

L'ISOLA DEL TESORO

Buona parte del successo in un gara di CO dipende dalla capacità di leggere e interpretare la carta che è una riduzione in scala della realtà vista dall'alto. La vista dall'alto implica la scomparsa della terza dimensione che, al contrario, caratterizza la visione prospettica della realtà che ci circonda. L'obiettivo è quindi quello di verificare la capacità di disegnare gli oggetti visti dall'alto, saperli disporre correttamente nello spazio e realizzare una prima mappa. Il continuo passaggio dalla realtà tridimensionale alla sua rappresentazione simbolica e bidimensionale è il nocciolo del problema che qui si affronta attraverso il gioco senza inutili e faticose nozioni topografico/matematiche. Nel rispetto della progressione didattica lo spazio è dapprima limitato, dominabile e facilmente rappresentabile e solo successivamente aumenta nelle dimensioni e nella complessità pur restando sempre facilmente reperibile.

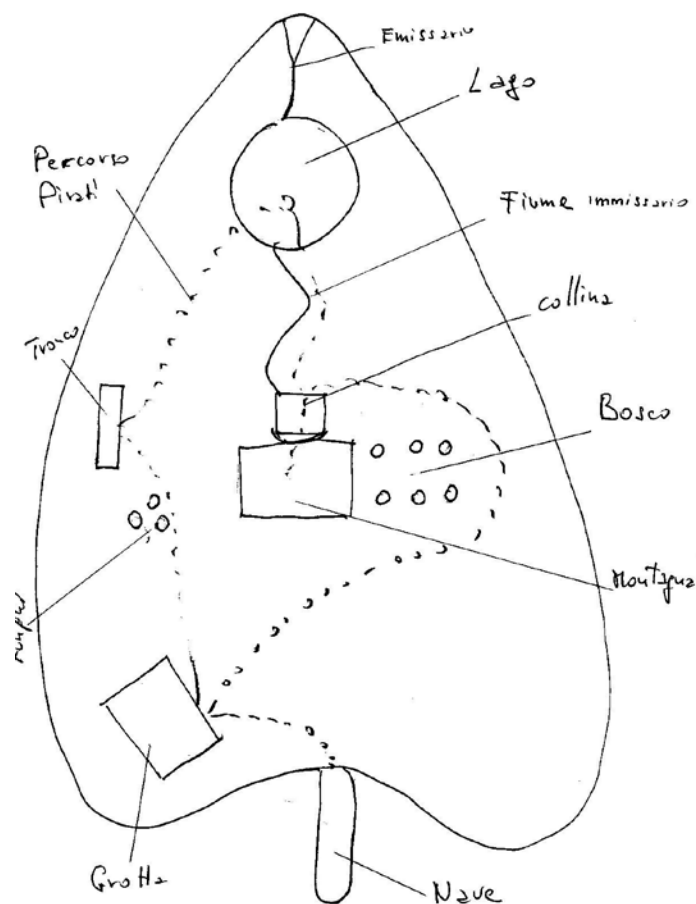
Obiettivi specifici di apprendimento

- ◆ saper disegnare una mappa utilizzando simboli e forme per identificare elementi del paesaggio
- ◆ realizzare la rappresentazione grafica di un luogo immaginario
- ◆ riprodurre in carta un percorso osservato
- ◆ saper seguire una rotta, una linea e localizzare o collocare un elemento nello spazio
- ◆ sviluppare capacità decisionali
- ◆ comprendere e utilizzare la visione nadirale
- ◆ orientare il proprio corpo secondo la direzione del percorso da seguire.

Materiale occorrente

- ◆ una corda o un cordino di lunghezza adeguata + funicelle annodate
- ◆ uno scatolone, una borsa, un banco, una sedia, un cerchio, delle funicelle, clavette o coni
- ◆ un foglio bianco, un supporto rigido per disegnare in piedi, matita e gomma

ISOLA DEL TESORO



Preparazione

L'insegnante racconterà agli alunni la storia dell'Isola del Tesoro con i pirati che devono esplorare l'isola, nascondere il tesoro e ripartire, questo per dare la dimensione dell'avventura. Con la corda si delimiterà uno spazio a forma di foglia o di cuore, con una punta allungata e, dal lato opposto, una rientranza (la futura insenatura).





Esecuzione dell'esercizio

L'insegnante richiederà di riprodurre a mano libera, su foglio bianco, la forma della corda - cuore o foglia - occupando tutto lo spazio a disposizione e, nel contempo, verificherà l'esecuzione dando alcuni consigli su come gestire forma e proporzioni del disegno confrontandolo con la realtà. Insieme agli alunni si stabilirà che quella è un'isola, all'interno della corda c'è la terra ferma e all'esterno c'è il mare. Sull'isola sbarcano i pirati con una nave e per questo si disporrà un qualsiasi oggetto di forma allungata nell'insenatura con la punta che tocca la corda. Gli alunni verranno invitati a disegnare l'imbarcazione dei pirati vista dall'alto e nel punto preciso dell'isola (visione delle cose dall'alto, proporzioni, capacità di osservazione) dove si trova. I pirati sbarcheranno sulla terra ferma (l'insegnante mimerà nella realtà lo sbarco) ed essendo vicino il calare del sole, cercheranno un riparo per la notte. Uno scatolone posto a sinistra, con l'apertura verso l'interno dell'isola, simulerà una grotta. Gli alunni disegneranno lo scatolone visto dall'alto nel punto preciso in cui è stato posizionato. I pirati dopo aver riposato nella grotta decidono di esplorare l'isola e così facendo scorgono nel suo centro un'alta montagna con i pendii così ripidi che non possono essere superati. Un banco sarà posto al centro dell'isola e disegnato dai bambini. Durante il disegno l'insegnante porrà delle domande: "Le gambe del tavolo si vedono dall'alto? Qual è la forma della montagna? La montagna dove è posta? È più grande della nave? Della grotta? Il lato lungo della montagna dove o come è disposto?" I pirati per superare l'ostacolo della montagna, decideranno di aggirarla in senso antiorario, (l'insegnante mimerà il percorso) e, appena svoltato l'angolo del banco, si imbattono in un bosco fitto (disporre sei clavette alla base della montagna che devono essere rappresentate viste dall'alto). I pirati intan-

to proseguiranno il cammino evitando il bosco e scovando un passaggio sulla spiaggia tenendo il bosco a sinistra e il mare a destra. I pirati scopriranno che di fronte alla montagna, sul lato opposto al luogo dello sbarco, si trova una collina che permette un'agevole salita sulla montagna stessa attraverso un pendio più dolce. L'insegnante porrà uno sgabello (o una panca o una sedia) alla base della montagna e inviterà gli alunni a riprodurre gli oggetti sulla propria mappa. La compagnia salirà in cima alla montagna (banco) attraverso la collina appena posizionata e osserverà dall'alto il panorama, riconoscendo gli oggetti e il percorso fatto. Girandosi verso la punta dell'isola il gruppo individuerà un laghetto, preziosa riserva d'acqua, identificato da un cerchio blu. L'insegnante posizionerà il cerchio (lago) e chiederà agli alunni di salire sul banco per verificare il disegno degli oggetti sin qui incontrati. Questa posizione – che richiama la visuale delle foto aeree utilizzate per realizzare le carte geografiche – permette ai ragazzi di avere un punto di vista ottimale per il confronto carta-realtà. Continuando nella drammatizzazione l'insegnante arricchirà l'isola con un fiume immissario che discende al lago e da un fiume emissario che si immette nel mare con foce a delta o estuario: due funicelle assolvono egregiamente alla funzione di fiume con cascate, anse e rapide. L'insegnante potrà inoltre arricchire la narrazione basandosi sulle peculiarità del gruppo ma mantenendo la tipologia avventurosa della proposta. L'avventura terminerà quando i pirati saliranno sulla nave e se ne andranno: l'isola è stata esplorata e potrà essere di nuovo base per una successiva esperienza.

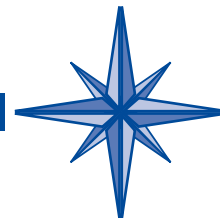
L'insegnante ripercorrerà tutte le fasi, dallo sbarco alla partenza, mimando il percorso fatto e inviterà gli alunni a trasferire il percorso sulla loro mappa, con tanti puntini a pennarello. Terminato il percorso si farà un controllo dell'elaborato e si richiederanno le modifiche più grossolane (disposizione errata degli oggetti, non proporzione nella grandezza, percorso errato).

CERCA IL TESORO

L'elaborato prodotto precedentemente da ogni alunno potrà essere utilizzato per altri giochi in coppia. Mentre un compagno (o più alunni) posizionerà un tesoro sull'isola (temperamatite, gomma, monetina ecc.) il resto della classe uscirà dalla palestra. Il compagno che ha posizionato il tesoro nella realtà, tratterà una X sulla mappa e la consegnerà a un compagno che dovrà trovare il forziere. Il gioco può essere ripetuto invertendo i ruoli. Questa attività, stimolante e ludica, coinvolge positivamente gli alunni e dà le prime soddisfazioni legate alla ricerca e al ritrovamento.

GIOCO A COPPIE

Metà della classe si dispone sul perimetro dell'isola con i talloni in acqua e la punta dei piedi all'asciutto, l'altra metà disegna con un triangolo la posizione dei piedi del compagno. Al via i bambini in piedi cammineranno attorno alla montagna, vicino al lago, sopra alla collina... terminando il loro gironzolare da un'altra parte del perimetro. I compagni, seduti e con la mappa in mano, dovranno trasferire sulla carta il percorso compiuto dall'amico (come per il

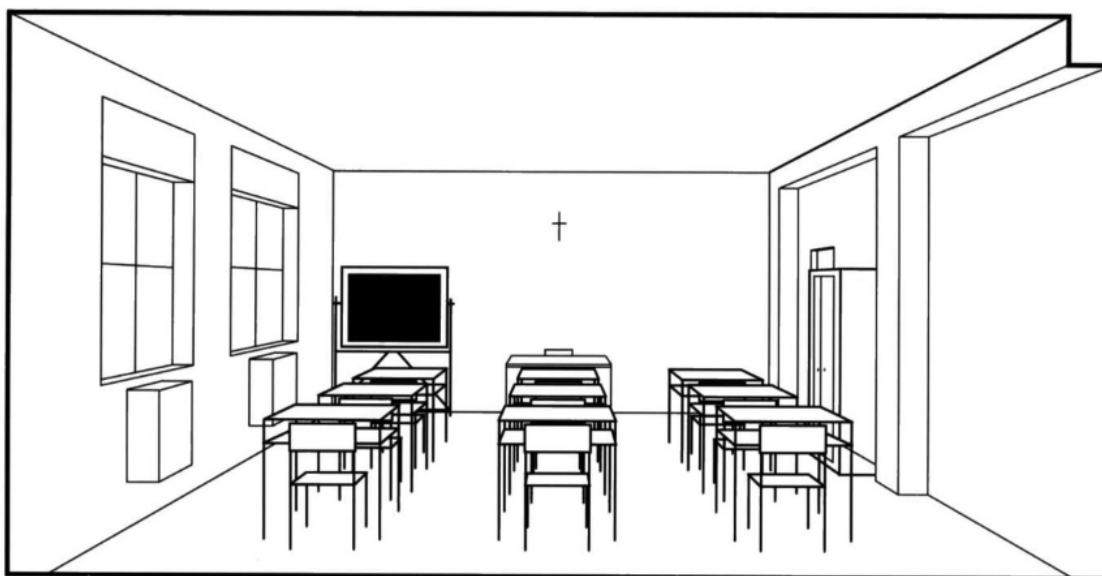


percorso dei pirati). Al termine i ruoli saranno invertiti. Coloro che avevano disegnato/riportato il percorso in mappa proveranno a ripeterlo a memoria controllati dal compagno

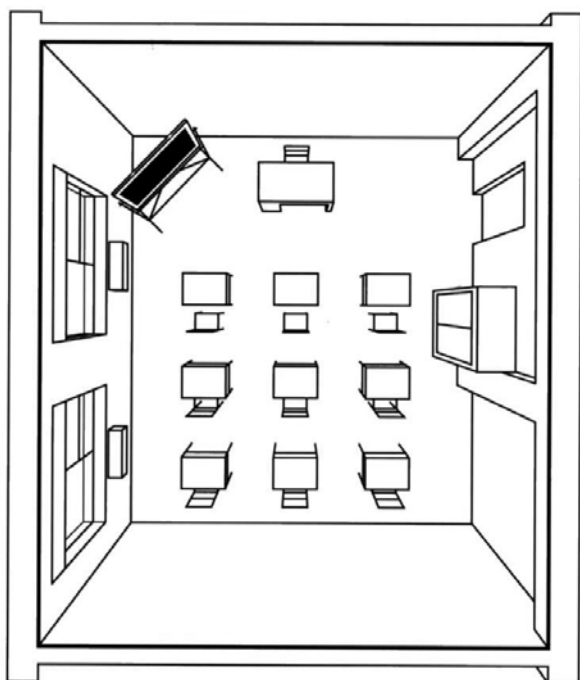
che, carta in mano, verificherà sia la rispondenza fra il percorso riportato in mappa dal compagno sia la corretta esecuzione nella realtà.

TAPPA 1 - ATTIVITÀ IN AULA

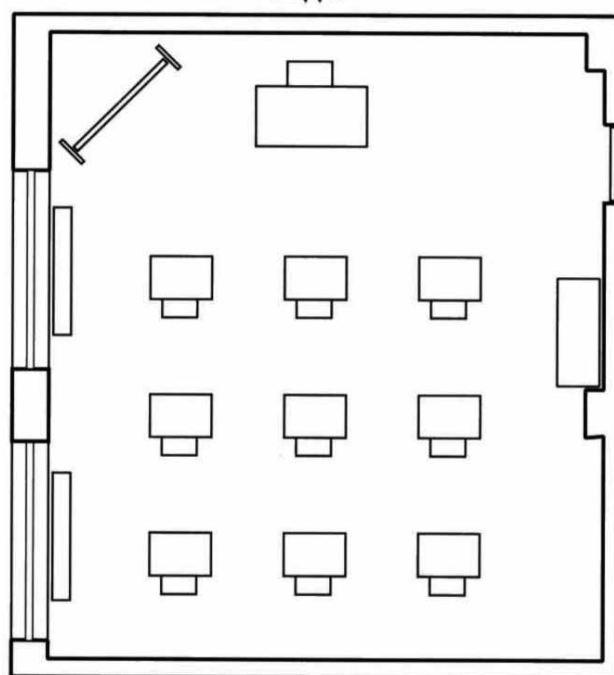
Noi e la mappa abbiamo punti di vista diversi. Osserviamo queste tre immagini.



La figura 1 riproduce un'aula scolastica in prospettiva frontale, non come la vede l'insegnante dalla cattedra, ma come la vedono gli alunni.



La figura 2 ne dà una visione assolutamente inconsueta, così come apparirebbe ad un osservatore posto sul soffitto. Si può notare come, rispetto alla precedente, gli spazi orizzontali siano predominanti ed appaiano più chiaramente i rapporti degli oggetti fra loro. Sono ancora visibili le pareti verticali.



Nella figura 3, che è la mappa dell'aula, scompare la dimensione verticale. La superficie delle pareti non è più visibile mentre è chiarissimo lo spazio orizzontale (pavimento), che è poi quello sul quale avvengono gli spostamenti. La rappresentazione degli oggetti è simbolica

Obiettivi specifici di apprendimento

- ◆ comprensione della rappresentazione nadirale degli spazi rappresentati in pianta
- ◆ apprendimento della simbologia del percorso (partenza, arrivo posti di controllo)
- ◆ apprendimento dei segnaposto (lanterne), della loro identificazione (codice) e funzione del testimone-cartellino.

Materiali

- ◆ mappa della classe, una copia per alunno
- ◆ etichette adesive di forma quadrata colorate metà in rosso e metà in bianco secondo la diagonale. Sulla parte bianca si scrivono due lettere dell'alfabeto (codice)
- ◆ penna.



lanterna per i punti di controllo



simbolo che indica PARTENZA



simbolo che indica PUNTO DI CONTROLLO



simbolo che indica ARRIVO

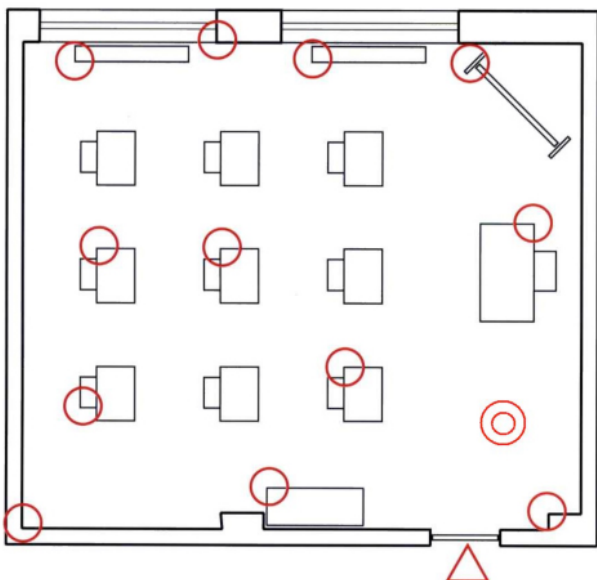
cartellino di controllo

1	2	3	4	5	6
7	8	9	R	R	R

Esecuzione

PERCORSO A SEQUENZA LIBERA

Si posizionano delle piccole lanterne (etichette autoadesive bianco/rosse), contraddistinte da una diversa coppia di lettere, su alcuni punti dell'aula. Sulla carta è segnata con dei cerchietti la loro posizione. Vince chi, entro un tempo determinato, dimostra di aver trovato più punti, avendone trascritte correttamente le sigle sulla mappa, lateralmente al relativo cerchietto.



PERCORSO A SEQUENZA OBBLIGATA

Si realizza un percorso vero e proprio, con un punto di partenza e un certo numero di punti da raggiungere in successione. La prova migliore è di coloro che, nel tempo più breve, riescono a visitare in ordine tutti i punti, registrandone le sigle nelle caselle numerate del cartellino di controllo.

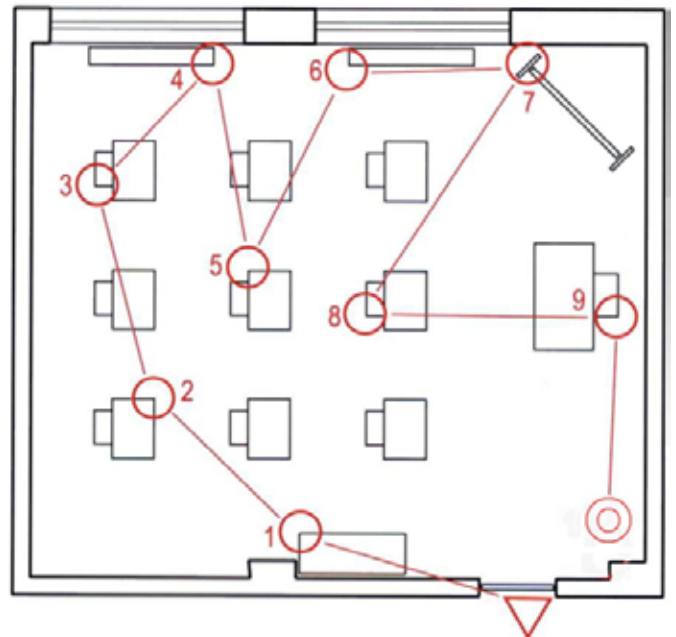
TAPPA 2 - ATTIVITÀ IN CORRIDOIO

Obiettivo

Prendere contatto con uno spazio più ampio dell'aula attraverso una carta tecnica ricavata dal piano di evacuazione, con zone comunque sempre conosciute e familiari agli alunni.

Materiale

Piano di evacuazione della scuola al quale verranno apportate alcune modifiche: rimarranno inalterati gli elementi essenziali e saranno aggiunti particolari e oggetti non presenti in carta (macchinetta del caffè, termosifoni ecc). Una fotocopia della mappa rivista e corretta per ciascun alunno che dovrà fornirsi di righello, astuccio e supporto rigido.

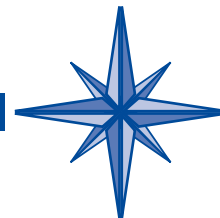


Esecuzione dell'esercizio

I ragazzi si riuniranno in punto della scuola - rappresentato nella mappa - e saranno invitati a individuare la propria posizione sulla carta, disegnando un triangolo con la punta rivolta verso un punto di riferimento ampio e chiaro (ad es. la parete della porta d'ingresso). Sarà richiesto loro di riconoscere altri particolari nella realtà e di individuarli sulla carta e viceversa.

FASE OPZIONALE

Ha lo scopo di mettere in situazione gli alunni e, attraverso il gioco, far prendere confidenza con la nuova carta. Gli alunni lavoreranno a coppie e ripeteranno il gioco fatto con l'Isola del Tesoro (un bambino posizionerà un tesoro in

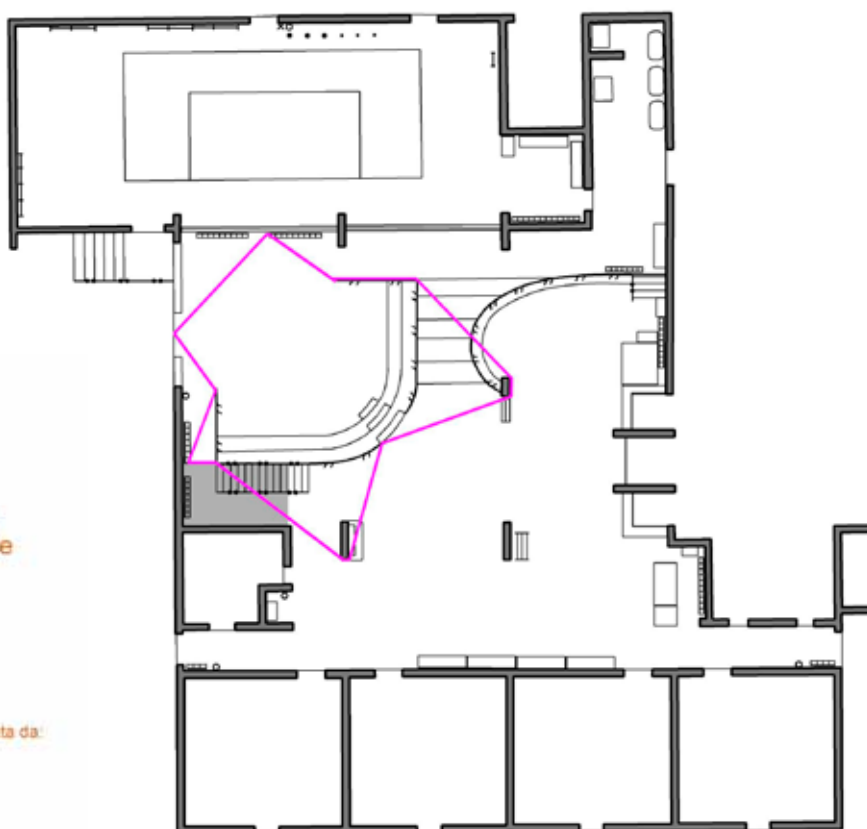


Scuola Elementare Maniago Libero

Legenda

	Parete
	porta
	finestra
	muro non attraversabile
	recinto non attraversabile
	scale
	panche/armadi
	termosifoni

Carta Didattica per la corsa orientamento realizzata da:
ASD Semperdo Orienteering Maniago
Rilevi e disegno OCAD novembre 2006
Fulvio Lenarduzzi e Antonio Perazzolo
Aggiornamento 2011 Fulvio Lenarduzzi



un punto qualsiasi dell'atrio, ne segnerà la posizione sulla carta e inviterà il compagno a ritrovarlo). L'insegnante sottolineerà la necessità di lavorare con la carta orientata correttamente (cioè con la punta del triangolo rivolta sempre verso la parete di riferimento).

FILO DI ARIANNA

L'insegnante fisserà il capo del nastro segnaletico su un elemento nei pressi del triangolo disegnato dai ragazzi sulla carta e svolgendo il nastro collegherà punti, ben evidenti, presenti nell'atrio: ringhiera, porta, termosifone, colonna ecc., cambiando spesso direzione. Sarà prodotta una retta spezzata con inizio e fine coincidente. Via via che l'insegnante realizzerà la linea spezzata inviterà gli alunni a seguirlo e a individuare sulla carta i diversi punti in cui il



nastro è stato precedentemente fissato. Il docente inviterà quindi gli alunni a collegare questi punti col righello sulla carta. La spezzata riprodotta sulla carta sarà materializzata nella realtà dal nastro.

L'insegnante, a lavoro terminato, verificherà la correttezza degli elaborati e inviterà alla correzione gli alunni più incerti. Terminata questa prima verifica l'insegnante posizionerà un post-it colorato nei pressi dell'inizio del percorso realizzato con il nastro e chiederà agli alunni di disegnarlo con un trattino o un cerchietto sulla mappa, assegnandogli il numero uno. Successivamente il docente solleciterà gli alunni a seguirlo lungo la spezzata e a prestare attenzione ai punti dove posizionerà altri post-it. Ogni post-it posizionato sul nastro dovrà essere riportato in carta, con un cerchietto, e numerato progressivamente dagli alunni. Al termine del percorso sarà necessario verificare immediatamente la corretta esecuzione del lavoro da parte degli alunni.



TAPPA 3 - ESERCIZI E GIOCHI IN PALESTRA: IMPARARE A ORIENTARE E RIORIENTARE LA CARTA

Obiettivi Specifici di Apprendimento

- ◆ imparare a piegare la carta e a tenere il segno col pollice
- ◆ orientare e riorientare la carta in base alla direzione di marcia
- ◆ valutare angolazioni di orientamento e direzione delle linee di conduzione

Questi obiettivi possono sembrare non importanti a chi non conosce le reali difficoltà nel seguire un percorso di orientamento nel bosco. Sono invece così importanti da essere considerati requisiti di sicurezza per non perdersi. La tenuta del segno serve a non confondere sulla carta un bivio/incrocio di sentieri con un altro. La tenuta del segno col pollice (e conseguente piegatura della carta) dà libertà infatti di tenere la carta con una mano sola permettendo la corsa, mentre usando l'indice si usano due mani e si perde facilmente il segno. L'orientamento della carta secondo la direzione da seguire, ottenuto ruotandola (e non con il nord in alto come solitamente viene insegnato in geografia), permette di avere una corrispondenza destra-destra e sinistra-sinistra nel confronto carta-territorio tra gli oggetti rappresentati graficamente e le cose osservate nella realtà.

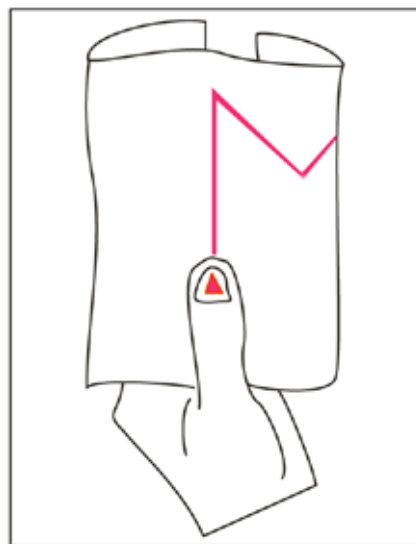


Fig. B - come piegare e impugnare la carta. Ciò permette di poter correre e non perdere il segno durante l'esecuzione degli esercizi successivi (da R. Biella, Orienteering nella scuola, Edi Ermes – Milano, modificata)

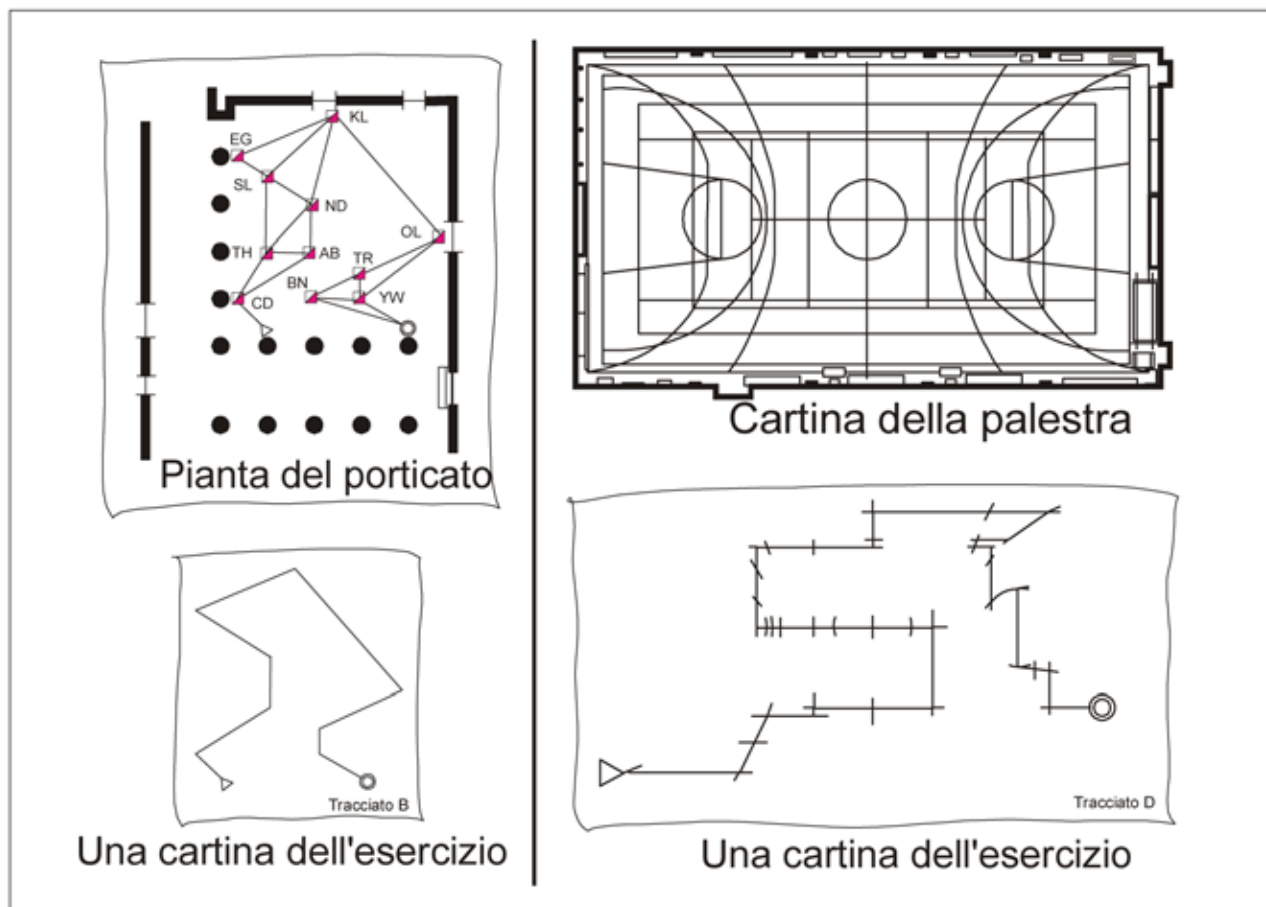
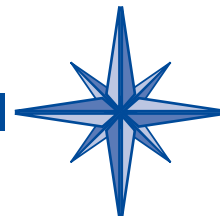


Fig. A - varianti all'esercizio La spezzata (da R. Biella, Orienteering nella scuola, Edi Ermes – Milano)



SEGUI LA TUA SPEZZATA

Materiale occorrente

- ◆ nastro adesivo largo quattro o cinque cm di carta gommatata o gessetto o nastro bianco rosso da segnalazione o righe dei campi della palestra
- ◆ palestra, ampio atrio, zona asfaltata o prato/sterrato
- ◆ cartina master con tutto il tracciato e la posizione delle lanterne con codice come in figura A in alto
- ◆ cartine riprodotte le varie possibilità di spezzate tracciate a terra come figura A in basso
- ◆ elenco delle sequenze dei codici (soluzioni) a seconda della cartina
- ◆ lanterne 10x10 cm adesive con codice (in alternativa post-it con codice)
- ◆ una matita per alunno

Esecuzione dell'esercizio

Preparazione: tracciare a terra un insieme di linee spezzate (con gesso, nastro adesivo o nastro bianco e rosso da segnalazione, solchi sulla terra o altro) oppure sovrapporre alla traccia dell'esercizio precedente altre tracce. A ogni angolo/bivio/incrocio porre una lanterna siglata. Riprodurre tale insieme di linee su un foglio di carta (o viceversa fare prima le linee sul foglio e poi riprodurle a terra come in figura A in alto che costituirà la cartina master. È possibile sfruttare anche le righe già tracciate nella palestra (campi da gioco di pallavolo, pallacanestro, pallamano, tennis ecc). Copiate più spezzate diverse, ciascuna su un singolo foglio in modo che ciascun alunno abbia la propria cartina. Su ciascun foglio vi deve essere almeno una scritta (es. esercizio della spezzata oppure nome e classe).

Consegne: seguire il tracciato segnato a terra controllandolo anche sulla carta. Piegare la carta e tenere il segno con la punta del pollice (fig. B). Porre particolare attenzione a bivi e incroci. Man mano che si procede lungo la linea tracciata a terra si dovrà spostare il pollice, proporzionalmente allo spostamento. Trascrivere posizione e codice delle lanterne che si incontrano. Ricordare agli alunni che a ogni angolo occorre ruotare il corpo e la carta in modo che il segmento che si sta percorrendo sia sulla carta sempre dritto davanti a sé. Consegnare la carta o il cartellino con la sequenza di codici delle lanterne incontrate all'insegnante che in base alla cartina consegnata (es. tracciato B sequenza CD-AB-SL-EG-KL...) controlla che la sequenza sia corretta. Questo esercizio risulterà molto utile per imparare a riconoscere bivi e incroci e indirizzarsi correttamente lungo i sentieri nel bosco. Questo esercizio può essere ripetuto più volte complicando sempre più le tracce (ad es. costruendo un labirinto costituito da un reticolo sovrapposto a linee oblique) in modo che gli allievi si esercitino molto nella pratica dell'automatismo piegatura-impugnatura-orientamento-rotazione-riorientamento della carta.

TAPPA 4 – GIOCHI ED ESERCIZI NEL CORTILE DELLA SCUOLA

La maggior parte degli istituti scolastici si presta a essere cartografato secondo le norme della IOF ed è idoneo per la prosecuzione della progressione didattica. A questo punto lo spazio in cui si opera è più ampio, non tutto è visibile e domi-

nabile con un unico colpo d'occhio, molti spazi sono nascosti alla vista ma grazie alla carta sono ugualmente riconoscibili e interpretabili. Altro aspetto facilitatore è dato dal fatto che l'ambiente, per quanto ampio, è ancora conosciuto e familiare agli alunni. La carta può essere realizzata anche dagli stessi ragazzi (vedi bibliografia). Su queste mappe sono possibili tutti gli esercizi/gioco proposti in precedenza, molto utili e stimolanti quelli che richiedono di nascondere e poi ritrovare il tesoro. Ma con l'ausilio di fotografie si possono proporre altre esercitazioni divertenti con elementi di difficoltà crescente.

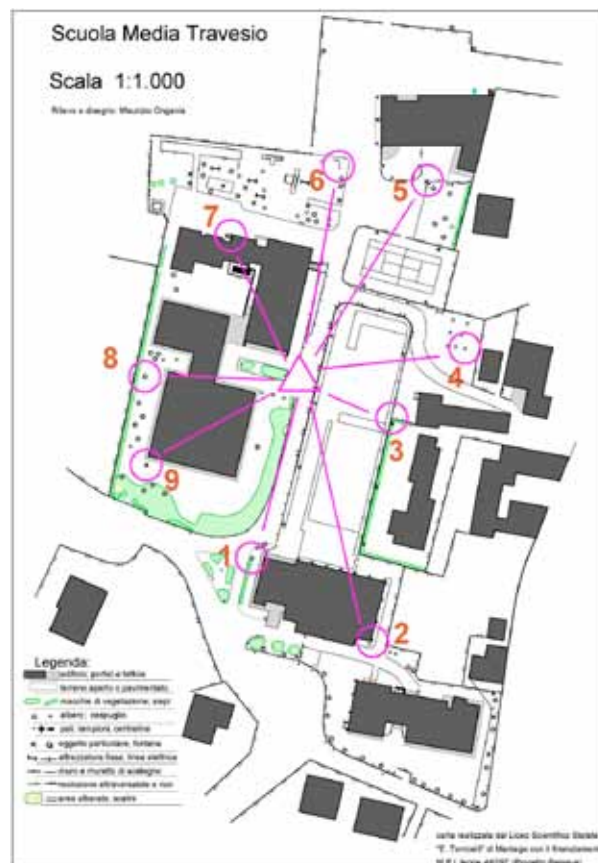
LA STELLA

Preparazione

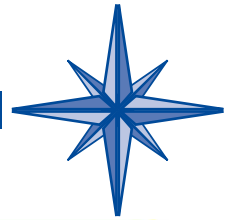
L'insegnante porrà sopra a oggetti e punti ben identificabili nel cortile (e altrettanto individuabili in carta) una dozzina di piccole etichette adesive (o cartoncini) contrassegnate da una sigla (AB-CD-EF ecc.).

Esecuzione dell'esercizio

La classe si disporrà in fila in una zona centrale del cortile in modo che gli alunni possano essere fatti partire in tutte le direzioni. A ogni alunno verrà consegnata una mappa vergine. Verrà richiesto agli alunni di contrassegnare con un triangolo, sulla propria mappa, il punto di partenza dell'esercizio e di orientare correttamente la mappa. L'insegnante cercherà un punto che l'alunno dovrà raggiungere e del quale dovrà memorizzare la sigla e ricorderà agli alunni di rientrare subito se il punto non verrà trovato. Le stesse richieste verranno fatte, via via, a tutti i componenti della classe. Se al ritorno l'alunno riporterà la sigla corretta potrà ripartire per un punto successivo, altrimenti ri-proverà con l'aiuto dell'insegnante (orientamento corretto della cartina, lettura precisa della simbologia ecc.).







Cartografia Didattica per orienteering (corsa d'orientamento)

Istituto Superiore "A. Greppi"

Monticello Brianza -LECCO

SCALA 1: 800
EQUIDISTANZA 2 metri
REALIZZAZIONE 1997
REVISIONE 2006
Rilievo e Disegno: Anna Angela Sedran
Revisione 2006 F. Giandomenico

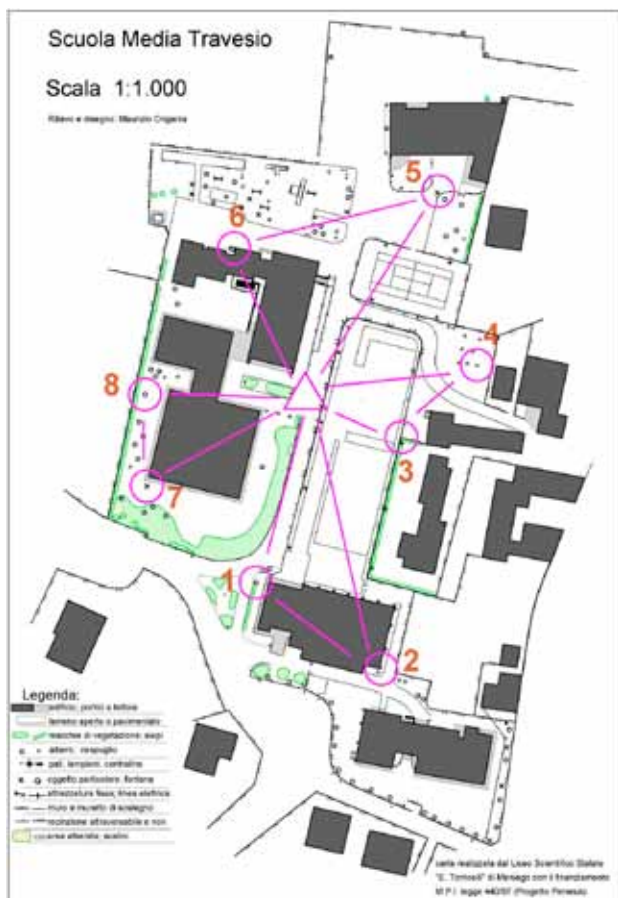


Cartina-Matrice utilizzata dall'insegnante per verificare la correttezza dell'esercizio

LA FARFALLA

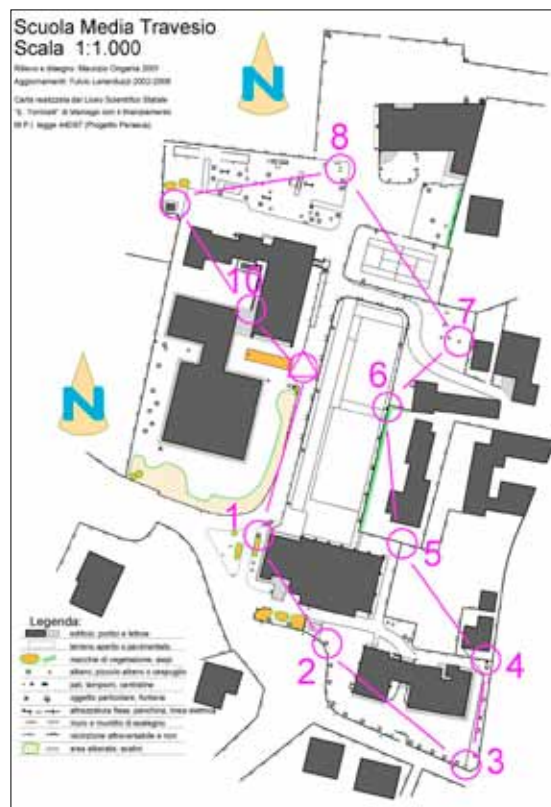
Esercizio da svolgere successivamente alla stella, con le stesse modalità di preparazione.

In questo secondo momento sarà richiesta la ricerca e la memorizzazione dei codici di due punti alla volta. Ai fini della progressione didattica è un esercizio che implica l'individuazione di un primo punto (come per la stella) partendo dal triangolo (punto dove si trova l'insegnante) e la ricerca di un secondo punto partendo dal primo, per rientrare poi al punto di partenza. All'alunno verrà chiesta una maggiore autonomia, maggiore capacità di decisione e abilità nell'orientare la carta.



PERCORSO A SEQUENZA OBBLIGATA

Esercizio da proporre in stretta relazione e successione alla farfalla con le stesse modalità di preparazione. L'insegnante consegnerà una carta con un percorso di una decina di punti da trovare in successione con partenza e arrivo coincidenti. Non potendo più pretendere la memorizzazione delle sigle farà utilizzare agli alunni il cartellino testimone sul quale inviterà a trascrivere, nell'ordine indicato dal percorso, i codici dei punti di controllo. A livello di scuola primaria è possibile con la concatenazione delle sigle comporre una parola o una frase come ad esempio: 1-(BR) 2-(AV) 3-(OI) 4-(LP) 5-(ER) 6-(CO) 7-(RS) 8-(OE') 9-(ES) 10-(AT) 11-(TO). Dal punto di vista didattico il percorso dovrà avere uno svolgimento circolare senza presentare angoli acuti, bruschi cambi di direzione, zig zag.



IL DETECTIVE

Prerequisiti

Conoscenza della simbologia dell'International Orienteering Federation (IOF).

Obiettivi specifici di apprendimento

- ◆ sviluppare la capacità di osservare, memorizzare e individuare punti di riferimento
- ◆ riconoscere sulla carta l'esatta posizione degli oggetti fotografati, consolidare la conoscenza della simbologia
- ◆ progettare il lavoro in gruppo, collaborare con i compagni

Materiale

- ◆ fotografie di dieciododici primi piani di particolari del cortile scolastico che offrano sullo sfondo pochi ma sufficienti indizi per l'individuazione dell'oggetto da ricercare
- ◆ stampa e numerazione delle foto su dieci singoli fogli
- ◆ cartina scolastica
- ◆ pennarelli

Materiale

- ◆ suddividere la classe in piccoli gruppi da 4-5 studenti
- ◆ predisporre a terra le foto numerate e distanziate tra loro lasciandole solo in visione e a disposizione di tutti
- ◆ consegnare a ciascun gruppo una o più cartine e dei pennarelli
- ◆ si richiede al gruppo di organizzarsi al fine di individuare attraverso sopralluoghi dove si trovino nella realtà gli oggetti riprodotti nelle foto
- ◆ ciascun gruppo deve, nel minor tempo possibile, riconsegnare una cartina sulla quale andrà riportato (attraverso un cerchietto a pennarello) il luogo dove è collocato l'oggetto da ricercare e il numero della relativa fotografia.



Dopo questo primi fondamentali approcci ludici sarà possibile introdurre i pilastri della progressione tecnica dell'orientering: stella, farfalla e percorso a sequenza obbligatoria. Questi esercizi sono rivolti al raggiungimento di specifici obiettivi propri dell'orientering che si avvalgono tuttavia di competenze e conoscenze acquisite in altri ambiti disciplinari. Nella tabella che segue è possibile valutarne la valenza educativo-didattica.

OBIETTIVI SPECIFICI DELL'ORIENTERING	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO IN GEOGRAFIA	CONTENUTI COMUNI ALLE DUE DISCIPLINE	ATTIVITÀ DIDATTICHE DI GIOCO ORIENTERING	ATTIVITÀ DIDATTICHE DI GEOGRAFIA	OBIETTIVI TRASVERSALI
<p>L'orientamento lungo linee conduttrici.</p> <p>L'orientamento lungo linee conduttrici di natura diversa.</p> <p>Comprendere i rapporti spaziali fra elementi diversi.</p> <p>Comprendere la scala come rapporto: dalla distanza grafica a quella reale e viceversa con diverse scale e diverse unità di misura.</p> <p>Stima delle distanze a vista.</p> <p>Disegnare in scala mappe.</p> <p>Riconoscere la specificità del codice grafico nelle rappresentazioni cartografiche.</p> <p>Conoscere la differenza tra segno e simbolo.</p> <p>Saper scegliere un percorso secondo criteri di lunghezza e complessità.</p>	<p>Individuare e classificare gli elementi caratteristici di un paesaggio.</p> <p>Ricavare informazioni geografiche da elementi iconici.</p> <p>Descrivere un paesaggio individuandone gli elementi caratteristici.</p> <p>Riconoscere e usare diverse fonti per rilevare informazioni geografiche. Classificare e confrontare diversi tipi di fonte geografica.</p> <p>Analizzare paesaggi interpretando immagini.</p> <p>Orientarsi nello spazio utilizzando la bussola e i punti cardinali.</p> <p>Usare la scala grafica o numerica per stabilire distanze reali di elementi rappresentati su carte.</p> <p>Leggere le rappresentazioni cartografiche, interpretandone la simbologia.</p> <p>Conoscere i principali elementi fisici e antropici di un territorio e descriverli con un linguaggio specifico.</p>	<p>L'orientamento nello spazio.</p> <p>I riferimenti corporei di posizione e vicinanza.</p> <p>Linee e forme del paesaggio.</p> <p>Elementi naturali e antropici del paesaggio.</p> <p>Il punto di vista.</p> <p>La visione dall'alto. La visione satellitare e le mappe virtuali.</p> <p>La carta topografica e il planisfero.</p> <p>La bussola.</p> <p>Gli elementi costitutivi di una carta: la simbologia, la scala, la riduzione.</p> <p>L'uso delle varie tipologie cartografiche.</p> <p>Bene naturale, paesaggistico, artistico, storico, tutela e valorizzazione del patrimonio.</p>	<p>Non andare a naso: individuare sulla carta strade, sentieri, recinti e margini che costituiscono punti di riferimento certi e dopo aver operato il riconoscimento su terreno seguirli.</p> <p>Impariamo a gestire l'impulsività e riflettere per arrivare al punto. Eseguiamo percorsi a stella. Impariamo a progettare e a pianificare i nostri movimenti per orientarci e muoverci nello spazio. Eseguiamo percorsi a farfalla. Progettiamo semplici tracciati.</p> <p>Impariamo a spostarci e orientarci nello spazio avendo come punti di riferimento elementi molto evidenti dell'ambiente.</p> <p>Creare una cartina tenendo conto degli elementi più evidenti di un luogo.</p> <p>Quanto dista?: giochi in aula e all'aperto per sviluppare la capacità di stimare ad occhio le distanze e le riduzioni.</p> <p>Riconoscere e utilizzare la simbologia internazionale delle carte da orientering attraverso giochi di memorizzazione e riscontro simbolo / realtà.</p> <p>Approfondiamo e consolidiamo la capacità di tenere il segno sulla cartina.</p> <p>Orientiamo la carta con la bussola.</p>	<p>Impariamo a orientarci nello spazio intorno a noi, nell'incontro tra natura e intervento umano. Mettiamo in evidenza gli elementi che compongono il paesaggio lavorando sulle immagini.</p> <p>Dall'analisi delle immagini individuiamo linee, forme distanze e distribuzione tra gli elementi costitutivi del paesaggio.</p> <p>Esercitazioni su carte topografiche per individuare zone conosciute.</p> <p>Usiamo il lessico geografico per descrivere le zone.</p> <p>Orientiamoci nello spazio con l'uso della bussola.</p> <p>Cogliere i processi di codifica e la peculiarità delle carte geografiche partendo dall'analisi delle ipotesi e delle mappe mentali prodotte dagli alunni.</p> <p>Analisi e riproduzione di carte.</p> <p>Progettare un itinerario per mettere in rilievo l'importanza di elementi storici o naturalistici di particolare rilevanza per il nostro territorio</p>	<p><u>MATEMATICA</u> Classificare elementi in base ad attributi e funzioni. Usare il sistema metrico decimale nella fruizione di carte geografiche. Rappresentare relazione e dati con diagrammi, schede e tabelle. Rappresentare relazioni o dati e utilizzarli per ricavare informazioni, formulare giudizi e prendere decisioni.</p> <p><u>ITALIANO</u> Usare il lessico specifico di una disciplina. Ricavare informazioni da testi divulgativi. Leggere e confrontare informazioni provenienti da fonti diverse.</p> <p><u>ARTE E IMMAGINE</u> Analizzare e leggere immagini. Leggere e analizzare elementi iconici diversi. Guardare e osservare un'immagine e gli oggetti presenti nell'ambiente descrivendo gli elementi formali e utilizzando le regole della percezione visiva e dell'orientamento nello spazio. Ricostruire carte e mappe.</p> <p><u>SCIENZE</u> Definizione di punti cardinali. Elementi naturali ed antropici e loro relazioni in un sistema ecologico. Osservare, descrivere e correlare elementi della realtà circostante. Indagare le strutture del suolo.</p> <p><u>CITTADINANZA E COSTITUZIONE</u> Imparare a confrontarsi con gli altri comprendendo le ragioni del loro comportamento. Riconoscere e apprezzare beni culturali e naturali. Conoscere e mettere in atto forme di tutela del paesaggio e del patrimonio culturale.</p> <p><u>EDUCAZIONE MOTORIA</u> Correre per almeno dieci minuti ininterrottamente. Saper correre in salita, in discesa, in costa, su terreno sconnesso e molle, correre superando ostacoli, saltare, arrestarsi, arrampicarsi, cadere e rotolarsi, scavalcare, mantenere l'equilibrio, coordinare occhio e piede.</p>

TAPPA 5 – ESERCIZI E GIOCHI UTILIZZANDO IL QUARTIERE/PARCO NEI PRESSI DELLA SCUOLA

Con questi esercizi si chiuderà la progressione didattica facendo lavorare la classe al di fuori dall'ambiente conosciuto per affrontare, grazie alle capacità e alle conoscenze precedentemente acquisite, uno spazio molto più ampio e sconosciuto. Metodologicamente, si inizia con il confronto carta-realtà, l'insegnante distribuirà una cartina a ciascun alunno e seguirà un percorso lungo una via o un sentiero chiaramente individuabile in mappa, invitando gli alunni a leggere e interpretare la carta confrontandola con la realtà che li circonda. Verranno, in questo modo, rinforzate e ampliate le conoscenze sulla simbologia utilizzata, il significato dei colori, la scala, l'orientamento della carta ed effettuata una prima presa di contatto con l'ambiente.

Raggiunto un punto centrale della cartina si ripeteranno, con le stesse modalità, gli esercizi effettuati nel cortile.

STELLA FUORI DELLA SCUOLA

FARFALLA FUORI DELLA SCUOLA

PERCORSO A SEQUENZA OBBLIGATA FUORI DELLA SCUOLA

TAPPA 6 - PARTECIPAZIONE ALLE FASI DI ISTITUTO DEI GSS

Seguendo questa progressione didattica, che gli insegnanti adatteranno al contesto e al livello di preparazione della classe, sarà possibile portare gli alunni a compiere una prima esperienza su un vero e proprio percorso di gara. Gli alunni potranno mettere in pratica capacità e conoscenze acquisite dimostrando la propria abilità. La gara e il confronto, la classifica, la vittoria o la sconfitta, il potersi misurare con se stessi e con gli altri arricchiranno gli alunni di tutte quelle esperienze significative che l'attività sportiva può apportare. La partecipazione alla fase d'istituto risulterà, per il docente, un importante momento di verifica del lavoro svolto.

Il Trail Orienteering (orientamento di precisione)

Il Trail Orienteering è una disciplina Paralimpica che abbatte le differenze. Nel programma dei GSS non poteva mancare questa disciplina sportiva dove la prestazione fisica non ha alcuna valenza ai fini del risultato e gli atleti diversamente abili hanno le stesse possibilità di successo degli altri partecipanti alla gara. Se nella gara vince chi copre il percorso indicato in carta nel minor tempo possibile - facendo valere sia le doti fisiche sia quelle tecniche basate sulla lettura e interpretazione della mappa - nel TrailO prevalgono le seconde. La partecipazione, ammessa per squadra (istituto scolastico), e composta per il 50% da alunni normodotati (categoria open) e per il 50% da alunni con disabilità certificata (categoria paralimpici) rende il TrailO uno sport integrato e senza forzature. La gara si svolge lungo percorsi privi di barriere architettoniche che il concorrente percorre a piedi o in carrozzina e da dove osserva in punti stabiliti (piazzole di osservazione) le tre lanterne posizionate in precedenza dagli organizzatori. Il concorrente deve, con l'aiuto della mappa, essere in grado di individuare quale delle tre opzioni è quella corretta. La classifica viene stilata in base al numero di risposte esatte fornite. In apparenza può sembrare un gioco facile ma la scelta diventa via via più impegnativa in relazione alla mappa utilizzata (di facile o difficile interpretazione) e al livello di preparazione dell'alunno. Durante tutto il percorso di gara l'alunno deve sempre mantenere alta la concentrazione con uno sforzo mentale intenso.

Come è facile intuire altrettanto significative sono le valenze educative che si accompagnano alla lunga progressione didattica per giungere gradualmente a possedere basi sufficienti per affrontare l'impegno agonistico.

Bibliografia

- ◆ **Ho AA. VV. - Guida tecnica all'orienteeing. Avviamento all'agonismo, Coni e Fiso 2006**
- ◆ **AA.VV. - It'sCOOL, un manuale per tutti coloro che si vogliono orientare, Federazione Svizzera di Corsa di Orientamento (www.swiss-orienteeing.ch)**
- ◆ **AA.VV. - Natura e sport chiamano scuola, Coni e Fiso**
- ◆ **Biella R. - Orienteering nella scuola, Edi-Ermes**
- ◆ **Gecele L. - Orienteering nella scuola - Cassa rurale e artigiana**
- ◆ **Maddalena E. - Orienteering nella scuola di base, Collana Orisport (www.orisport.it)**
- ◆ **Approfondimenti reperibili sul sito Fiso scuola http://www.fiso.it/06_scuola/04_didattica/**
- ◆ **La Vita Scolastica, ed. Giunti N.1 settembre 2009**

**Per informazioni
consultare:
www.fiso.it**

