

Cos'è l'orienteeing⁽¹⁾

AUGUSTO SALTARELLI

Docente di scuola media attualmente in pensione. Si è occupato in particolare di progetti interdisciplinari. Ha collaborato sull'argomento ad articoli in pubblicazioni I.R.R.S.A.E. Valle d'Aosta.

E' una pratica sportiva educativa che richiede analisi, comprensione e rapida soluzione di problemi posti dall'ambiente naturale. Un ottimo esercizio per il raggiungimento di competenze trasversali e specifiche dei nostri studenti.



E' una pratica sportiva educativa per eccellenza. Può essere praticato a tutte le età, in tutte le stagioni e da tutte le classi sociali. E' nato in Scandinavia alla fine del secolo scorso e qui è chiamato "lo sport dei boschi" infatti il campo di gara privilegiato è il bosco.

Negli anni alla corsa sono stati affiancati lo Sci orientamento e il Mountain bike orientamento.

E' una corsa individuale contro il tempo, su di un terreno vario, ma generalmente boschivo, lungo un percorso su cui sono disseminati dei punti di controllo. Il corridore, servendosi di una carta topografica ed eventualmente di una bussola, deve raggiungere, scegliendo il proprio cammino (il più veloce e vantaggioso) e seguendo un ordine imposto, i punti di controllo.

Il terreno

Il terreno ideale per la corsa d'orientamento è un'ampia zona boschiva, ma possono essere usati anche grandi parchi cittadini, centri sportivi, storici e scolastici, zone di quartiere con verde.

La carta

La carta in scala riporta nei minimi particolari il terreno di gara che è rappresentato da un'adeguata simbologia e da una specifica colorazione che indica:

- le curve di livello (marrone);
- il bosco (bianco);
- il grado di copertura vegetazionale (verde);
- le opere dell'uomo, i sassi e le rocce (nero);
- le acque (blu);
- il terreno aperto (giallo).

La bussola

E' uno strumento di orientamento ausiliario di facile uso e di semplice lettura che risulta essere molto utile durante l'avanzamento sul terreno.

La gara

Come ho già detto è una corsa a cronometro. Al via ogni concorrente riceve:

- un cartellino su cui "punzonare" ai punti di controllo;
- una cartina su cui è stampato il tracciato di gara (colore rosso).

Ogni tracciato di gara è formato da:

- un triangolo equilatero che indica la partenza;
- una serie di cerchi che indicano il posto e l'elemento da ricercare (punti di controllo);
- due cerchi concentrici che indicano l'arrivo.

I punti di controllo sono numerati progressivamente e uniti con tratti di linea retta.

Sul terreno il percorso non è segnato, ognuno fa la strada che ritiene più opportuna.

Nei punti di controllo si trovano:

- la cosiddetta "lanterna" (segnale bianco/arancio a 3 facce);
- la punzonatrice (strumento a forma di pinza munito di puntine che serve a forare il proprio cartellino nell'apposita casella);
- il codice (serve per capire se la lanterna trovata è quella giusta).

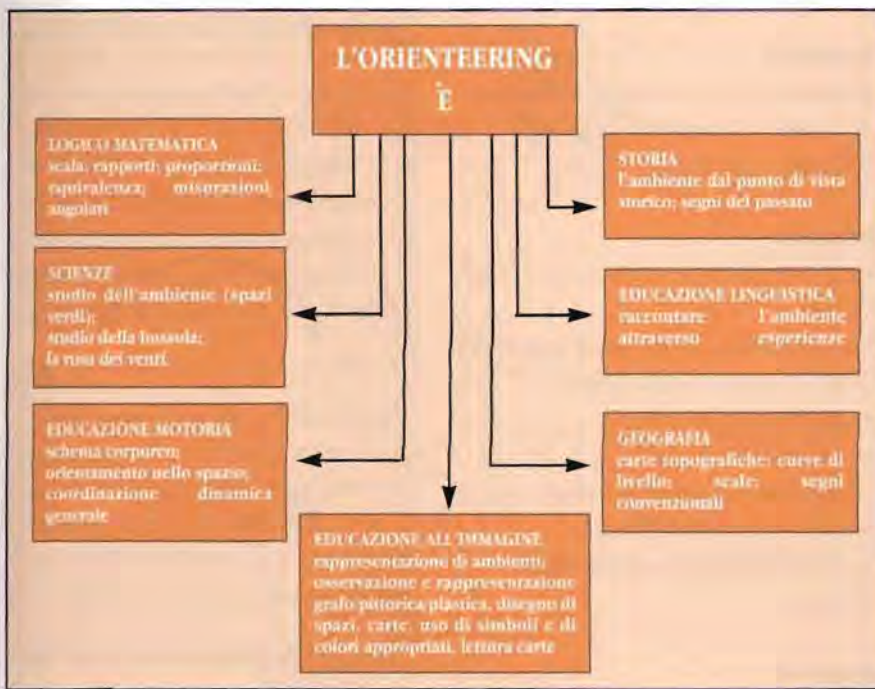


Fig. 1

Le gare sono individuali, ma a livello amatoriale è possibile svolgere il percorso in coppia o in gruppo (es. una famiglia) e anche la motivazione può essere differente: c'è chi affronta la gara unicamente con spirito agonistico e c'è invece chi apprezza maggiormente l'aspetto rilassante e di divertimento suggerito dalla natura.

Orienteering come proposta didattica nella scuola

Lo studio dell'ambiente è il contesto in cui inserire l'orienteering tenendo conto che la sua completezza permette il raggiungimento di competenze trasversali e specifiche che potremmo così sintetizzare:

Questa proposta, esempio di progressione didattica, prevede la suddivisione in tre momenti distinti:

- all'interno dell'edificio scolastico;
- nel cortile della scuola o parco cittadino;
- nel bosco.

In questo primo numero vengono sviluppate quelle attività che interessano l'ambiente più conosciuto e rassicurante per gli alunni: l'**edificio scolastico**.

La vista dall'alto (rappresentazione in pianta)

Obiettivi

Prerequisiti:

- conoscere le regole della staffetta;
- conoscere il significato del termine vista dall'alto (pianta).

Formativi:

- saper raffrontare il proprio elaborato con quello dei compagni;
- rispettare le regole di gioco.

Conoscitivi:

- concetto di uguaglianza, similitudine e differenza;
- introduzione al concetto di vista dall'alto (pianta).

Materiali:

- schede corrispondenza prospettiva/pianta;
- schede a completamento prospettiva/pianta;
- n° 4/5 serie di cartine con la rappresentazione di oggetti in pianta sul cui retro è raffigurato un oggetto diverso in prospettiva o fotografato che richiama un disegno in pianta e che è rappresentato su di un'altra cartina e così di seguito per una ventina di immagini (fig. 1).



Esecuzione: 1a Fase

Si passa ai ragazzi la scheda (fig. 2) nella cui colonna di sinistra vi sono oggetti visti in prospettiva e nella colonna di destra gli stessi oggetti visti dall'alto in una sequenza diversa. Si chiede loro di metterli in corrispondenza tracciando delle linee.

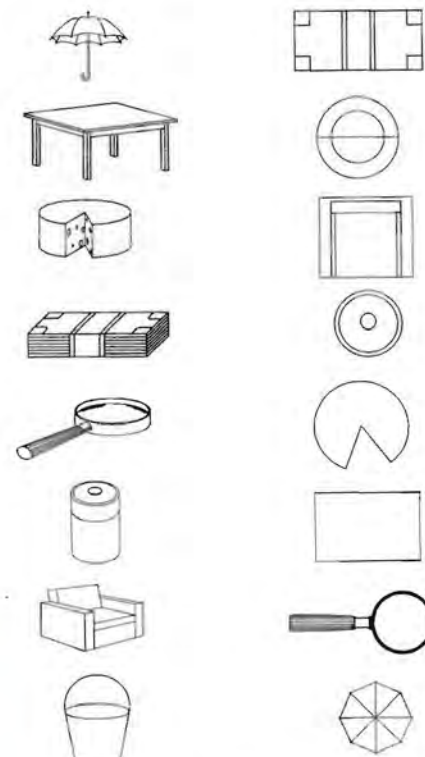


Fig. 2

2a Fase

Consegnare ai ragazzi un'ulteriore scheda con alcuni semplici oggetti visti in prospettiva e chiedere loro di disegnarli a mano libera visti dall'alto. Terminato

l'esercizio l'insegnante chiama un alunno invitandolo a riprodurre alla lavagna il primo oggetto in pianta.

Il resto degli alunni dovrà indicare se la propria rappresentazione è uguale, simile o diversa da quella campione. Dalla discussione si effettueranno eventuali correzioni delle rappresentazioni in pianta e si punterà il concetto di uguale, diverso, simile.

3a Fase - Staffetta

I ragazzi vengono divisi in gruppi di 4/5 elementi e disposti in riga in fila. Le cartine si trovano ad una distanza di 8/10 metri posizionate con la rappresentazione della vista in pianta verso l'alto.

All'inizio del gioco l'insegnante indicherà il nome di un oggetto che i primi frazionisti dovranno ritrovare tra le cartine. Quando il concorrente avrà trovato l'oggetto, farà verificare l'esattezza della scelta all'insegnante ed in seguito la consegnerà al secondo frazionista, che partirà a sua volta e dovrà cercare la cartina corrispondente alla vista in prospettiva (dietro). Il gioco termina quando un concorrente della squadra ritroverà l'oggetto che è stato indicato inizialmente dall'insegnante.

Varianti:

- L'alunno memorizza il nome dell'oggetto rappresentato che deve comunicare al secondo frazionista. Le cartine devono sempre rimanere nella posizione iniziale.
- L'alunno deve far capire il nome dell'oggetto descrivendolo senza nominarlo. Le cartine devono sempre rimanere nella posizione iniziale.
- Preparando delle cartine con rappresentati 4 o più oggetti in pianta si può eseguire l'esercizio usando le regole della rubabandiera.

L'aula polivalente o palestra

Obiettivi

Prerequisiti:

- derivano dalle attività precedenti.

Formativi:

- individuare su di un disegno in pianta di un ambiente conosciuto, la propria posizione e/o quella di un oggetto.

Cognitivi:

- rafforzamento del concetto uguale, diverso e simile;
- introduzione al concetto di più grande, più piccolo o uguale all'oggetto reale;
- introduzione al concetto di rappresentazione in scala;
- introduzione al concetto di pianta orientata e punto di riferimento;
- rafforzamento del concetto di destra, sinistra.

Materiali:

- pianta di un ambiente della scuola (senza banchi) con indicate finestre, porte ed arredamento fisso (una per ogni alunno);
- etichette adesive;
- cartoncini colorati;
- matite colorate.

Esecuzione: 1a Fase

Consegnata la pianta ai ragazzi chiedere loro se riconoscono cosa vi è rappresentato ed in seguito se la rappresentazione è uguale, diversa, simile alla realtà ed inoltre più grande o più piccola di essa. Discussione.

2a Fase

Far sedere gli alunni sul pavimento. Dall'osservazione del locale individuare dei particolari ben visibili (punti di riferimento) ed in seguito ritrovarli sul disegno. Chiedere loro di posare il disegno sul pavimento facendo in modo che gli elementi osservati nel locale siano in corrispondenza biunivoca con il disegno (pianta orientata).

Fissare alle quattro pareti un cartoncino di colore diverso (punti di riferimento). Invitare i ragazzi a colorare la parete del loro disegno con il colore corrispondente al cartoncino.

3a Fase

Far sedere gli alunni in cerchio sul pavimento e posizionare davanti a loro il disegno, utilizzato in precedenza, capovolto (rappresentazione verso il basso). L'insegnante al centro dicendo destra o

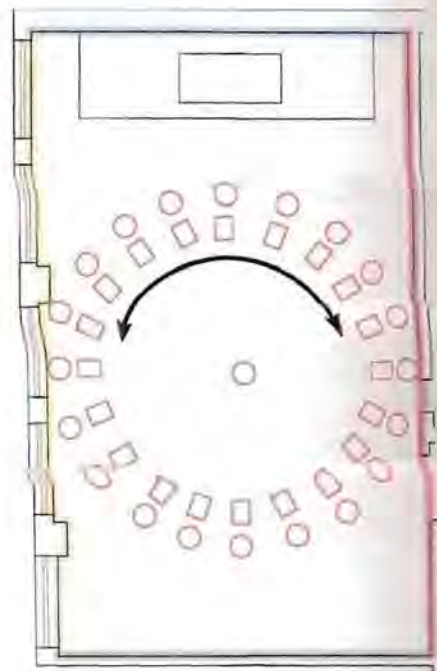


Fig. 4

sinistra (fig. 4) ordina loro di passare, al compagno che sta nella direzione indicata, il proprio foglio. Questi passaggi possono essere effettuati più volte in una direzione e/o nella direzione opposta, a discrezione di chi conduce l'esercizio. Allo "Stop" gli alunni rivoltano il foglio e più velocemente possibile orientano la pianta. L'alunno che per primo avrà correttamente posizionato la pianta condurrà l'esercizio. Ripetere più volte la prova.

4a Fase

Far sedere gli alunni in ordine sparso sul pavimento ed utilizzando una matita colorata (di colore identico per tutti), far indicare sulla pianta, con un cerchietto, il punto dove ognuno di loro è seduto in quel momento. Controllo ed eventuali correzioni.

5a Fase

Ritirare le carte e disporre gli alunni in riga, sistemare le carte a caso capovolte davanti ad ognuno. Al via i ragazzi prenderanno la carta ed individuato il punto indicato dal cerchietto nell'ambiente dovranno sedersi sul posto. Controllo ed eventuali correzioni. Ripetere l'esercizio più volte.

Varianti:

- Dopo aver consegnato un'etichetta adesiva ad ogni alunno con indicato un codice,

l'insegnante segna, con un trattino, la posizione dove ognuno dovrà collocare l'etichetta. Ispezione collettiva segnando ciascuno sulla propria carta le posizioni delle lanterne collocate dai compagni.

- Far muovere liberamente (camminando, correndo, muovendosi supini o proni) i ragazzi nell'aula avendo la consegna di mantenere costantemente la pianta orientata.

6a Fase

Fornire ai ragazzi una scheda con immagini di oggetti più grandi, più piccoli o uguali alle dimensioni reali dell'oggetto. Si richiederà loro di raggrupparli in insieme utilizzando i criteri esposti in precedenza (fig. 5). Verifica con il gruppo classe dei risultati e discussione.



Fig. 5

Utilizzando la rappresentazione dell'aula, che è più piccola della realtà, far verificare che la differenza delle dimensioni non è casuale, ma è proporzionale. A questo scopo far scoprire quante volte una dimensione del disegno sta nel corrispondente reale (a gruppi di due far ritagliare una striscia di carta della lunghezza della parte in scala da verificare ed in seguito farla riportare sulla misura reale corrispondente). Da questo lavoro si potrà affermare che tutte le dimensioni sono più piccole un numero di volte uguale. (Scala di riduzione).

Attività di rinforzo: esecuzione di figure simili come illustrato nella scheda (fig.6). (Scala di ingrandimento).

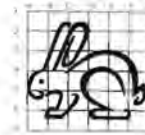


Fig. 6

	A	B	C	D	E	F	G
1							
2							
3							
4							
5							
6							
7							

L'edificio scolastico

Obiettivi

Prerequisiti:

essi derivano dalle attività precedenti.

Formativi:

- migliorare l'intraprendenza e l'indipendenza degli alunni;
- individuare la posizione di un ambiente o di elementi dello stesso in un edificio complesso.

Conoscitivi:

- introduzione del concetto di *simbolo* e di *legenda*;
- rafforzamento del concetto di pianta orientata e punto di riferimento.

Materiali:

- pianta dell'edificio scolastico;
- matite colorate;
- cartoncino, nastro biadesivo.

Esecuzione: 1a Fase

Distribuite le piante dell'edificio scolastico, far localizzare la classe ove ci si trova.

L'insegnante dopo aver stimolato delle soluzioni da parte degli alunni li aiuta ad individuare la risposta corretta fornendo punti di riferimento interni ed esterni all'aula. Precisare che l'obiettivo del compito che stanno svolgendo è quello di rendere il disegno il più comprensibile possibile. Indirizzare la soluzione scegliendo di colorare con diversi colori i vari spazi (Simbolo - Ex. Aula 1A = rosso; Corridoi = giallo;).

Questi per essere interpretati verranno spiegati utilizzando una legenda. Dalla discussione con la classe si individueranno tutti gli spazi. Può essere eseguita una ricognizione nell'edificio per facilitare il lavoro.

2a Fase

Terminata l'individuazione degli spazi si dà ai ragazzi il compito di tracciare sul loro disegno il percorso che devono effettuare per raggiungere l'aula. (Scelta di un simbolo per il tracciato: colore o segno).

3a Fase

Accompagnati dall'insegnante gli alunni, a piccoli gruppi o individualmente, posizioneranno nella scuola dei segnali (lanterne adesive con codice). La posizione dovrà essere individuata anche sulla pianta e annotate dall'insegnante sul disegno per avere un quadro complessivo dei segnali. Le lanterne (fig. 7) possono essere costruite dai ragazzi fornendo loro un quadratino di cartoncino bianco sul quale tracciare la diagonale, colorare in rosso la metà inferiore e in quella superiore segnare un codice che potrebbe essere dato dalle iniziali dell'alunno. Un nastro biadesivo servirà per fissare le lanterne.

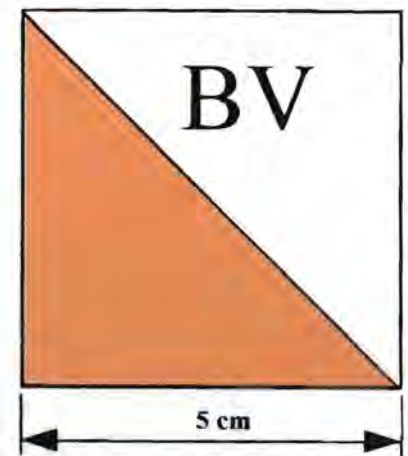


Fig. 7

4a Fase

Formare dei gruppi e consegnare ad ogni componente la pianta della scuola con delle lanterne segnate (il numero delle lanterne può variare da ragazzo a ragazzo a seconda delle capacità; il numero complessivo deve essere uguale per ogni gruppo). Al via partono simultaneamente un componente per gruppo, i quali dovranno

1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
Gruppo				Punti		
				Tempo		

Fig. 8

visitare le lanterne loro assegnate trascrivendo i codici corrispondenti su un apposito testimone (fig. 8). Le partenze si susseguono con le modalità della staffetta passando il testimone. Vince il gruppo che ottiene il maggior punteggio (Ex. 1 punto per ogni codice esatto) in minor tempo.

lanterne.

5a Fase

In seguito l'insegnante segnerà sulla cartina (con un cerchietto) il punto in cui l'alunno, singolarmente dovrà andare a recuperare la lanterna (ottimo sistema per raccoglierte!!!)

Percorsi di orientamento

Obiettivi

Prerequisiti:

- derivano dalle attività precedenti;
- conoscenza punti cardinali.

Formativi:

- Muoversi in ambiente conosciuto seguendo un percorso prestabilito ottenendo le informazioni da una rappresentazione in pianta.

Conoscitivi:

- rafforzamento della conoscenza della posizione relativa dei punti cardinali;
- rafforzamento del concetto di pianta orientata;
- introduzione del concetto di nord come punto di riferimento per orientare un disegno in pianta.

Materiali:

- pianta dell'aula;
- matite colorate;
- cartoncino nastro biadesivo;

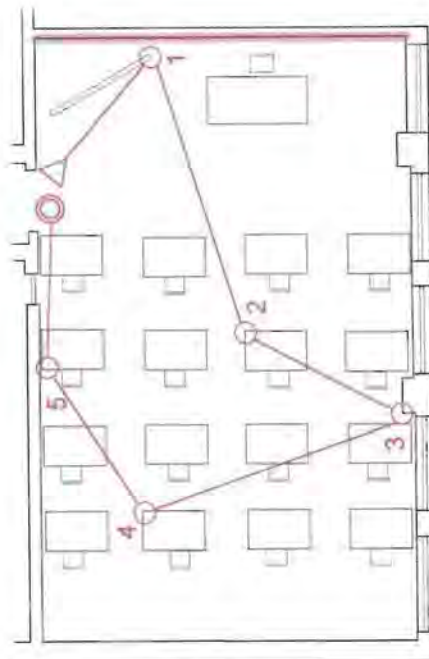


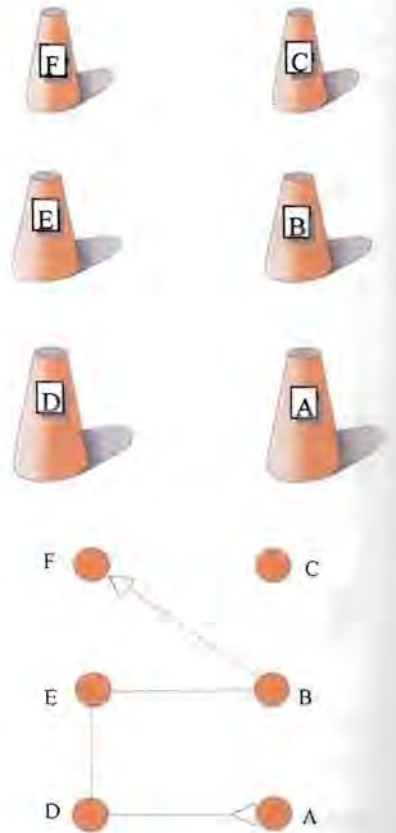
Fig. 9

1a Fase

Disporre in un'aula (senza alunni) una serie di lanterne che come codice hanno una o più frasi scomposte. Consegnare ai ragazzi delle piante dell'aula con indicato

un percorso (fig.9) che, se seguito correttamente, permetterà loro di ricostruire la frase memorizzando le varie parti o riportandole su di un foglio. Il percorso viene eseguito contemporaneamente da due o tre alunni che hanno percorsi diversi. Indicare sulle carte la parete colorata che corrisponde al cartoncino colorato con indicazione della scritta nord, fissato al muro.

Fig. 10



Variante:

Predisporre due percorsi con i coni contrapposti (uno di fronte all'altro e nord centrale). Far eseguire il percorso a due ragazzi in contemporanea con lo stesso percorso.

3a Fase

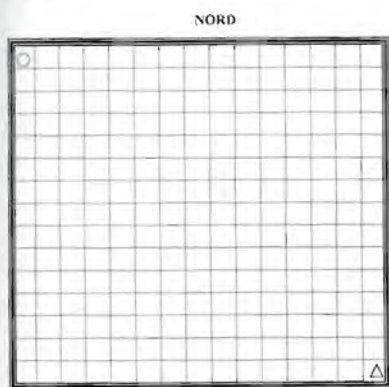
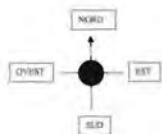
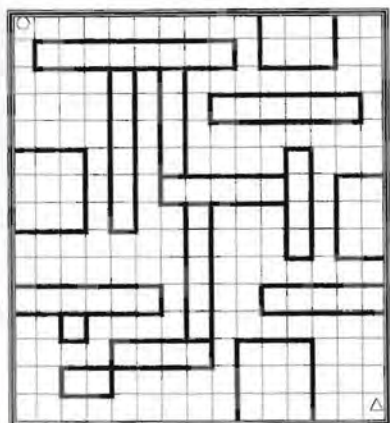


Fig. 11



Utilizzando dei fogli quadrettati (quadretti di 1 cm di lato) eseguire dei labirinti con due percorsi di uscita.

A turno un ragazzino comunica ai compagni di classe, utilizzando i punti cardinali e il numero di quadratini da percorrere, le informazioni necessarie per poter uscire. Il resto dei componenti la classe avrà un foglio con indicato il nord, i punti di partenza e di arrivo. Mentre avviene la comunicazione i ragazzi devono riportare il percorso colorando i quadratini (fig. 11). (Ex. 1 - n. 4 quadretti a nord; 2 - n. 6 quadretti ad ovest; ecc.).



Bibliografia

- AA.VV. - *Natura e sport chiamano scuola* - CONI e Federazione Italiana Sport Orientamento;
- GECELE LORENZO - *Orienteering nella Scuola* - Banca Prealpi - Tarzo
- TIZIANO SERAFINI, DOMENICO FERRARI - *Orienteering: trovati la strada!* - FISO - Trento
- PERARO W., ZANETTELLO T. - *Orienteering nella natura* - A. Mondadori Editore - Milano

Per ulteriori informazioni:

- FISO (Federazione Italiana Sport Orientamento) - C.so 3 Novembre, 36 - 38100 Trento - tel. 0461916900
- Delegazione Regionale Valle d'Aosta FISO - Fr. Pompiod, 13 - 11020 Jovençon - tel 0165/250649.



Foto di Augusto Sallarelli