

“ORIENTEERING: fondamenti e didattica”:

Testo di 80 pagine a colori, con foto e schemi, indirizzato agli insegnanti di ogni ordine di scuola e agli alunni degli Istituti Superiori ad indirizzo sportivo.


Presenta la disciplina e tutte le componenti tecniche dell'orienteeing, dalla cartografia, alla simbologia, alla scala ed alla misura delle distanze sulla mappa e sul terreno, passando per le curve di livello e la lettura delle forme del terreno e per la bussola ed il suo uso, per finire con le tecniche e le tattiche di navigazione, le varie tipologie di gara, la loro organizzazione e conduzione. Sono presenti capitoli sul tracciamento dei percorsi ed elementi di rilevamento per il disegno di cartine. L'ultimo capitolo è dedicato alla didattica dell'orienteeing. Non mancano gli esercizi con cui confrontare l'andamento della propria preparazione. Il testo è utilizzato anche nelle Facoltà di Scienze Motorie e non solo.



a cura di **enrico maddalena** e **vincenzo di cecco**  

La scala di riduzione

Scala grafica di riduzione



Scala numerica di riduzione

1: 10.000
1 cm = 100.000 mm quindi 1 cm = 100 m
1 mm = 10.000 mm quindi 1 mm = 10 m

1: 5.000
1 cm = 50.000 mm quindi 1 cm = 50 m
1 mm = 5.000 mm quindi 1 mm = 5 m

1.8 La scala e la misura delle distanze

La scala di riduzione è una tecnica grafica che permette di disegnare un territorio in forma ridotta e nel rispetto dei rapporti esistenti tra gli elementi da rappresentare. Il rapporto tra la distanza reale di due punti e quella cartografica determina la scala di riduzione. Può essere espressa in modalità numerica oppure in forma grafica. Nella scala numerica, maggiore è il numero posto dopo i due punti (divisore) minori saranno i dettagli e i particolari rappresentati in essa. È da tener presente che la scala, sia numerica che grafica, si riferisce esclusivamente alle lunghezze e non alle aree corrispondenti, le quali aumentano, invece, in ragione proporzionale al quadrato delle lunghezze.

Se si passa, infatti, a considerare le aree, nella carta con scala 1:10.000, ad 1 cm² corrisponde un'area di 100.000.000 cm² (10.000 m²; 1 ettaro) mentre su una carta con scala 1:5.000 ne corrisponderà una di 25.000.000 cm² (2.500 m²; 1/4 di ettaro)

Esercizi e quesiti

Nella mappa a lato, calcolare:

1. la distanza reale tra il piccolo edificio (punto A) e l'angolo del muretto (punto G)	
2. la distanza reale tra la fontana (punto B) e l'albero isolato (punto D)	
3. quale è la lunghezza e la larghezza del recinto posto più a sud della carta	
4. quanto misura la superficie reale (in m ²) occupata dai cerchietti che localizzano le lanterne... e il loro diametro reale	
5. in una carta al 30.000 quanto misura la superficie reale (in m ²) occupata dai cerchietti che localizzano le lanterne... e il loro diametro reale	
6. se è possibile utilizzare un normale foglio di carta formato A4 (cm 21x29,7) per riprodurre la mappa a lato con una scala 1:2.000	

Scala 1:5.000

16

3.5 La determinazione della direzione di marcia

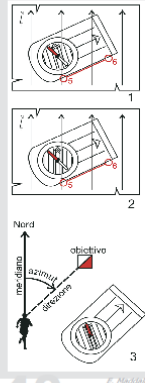
Esistono due metodi.

Quello detto "1-2-3" si articola in tre fasi:

- 1 - Si allinea uno dei lati lunghi della bussola (o una delle linee parallele ad essi incise sulla placca ove ce ne fossero) con la direzione da seguire: punto di partenza-punto di arrivo. La freccia di direzione deve essere rivolta "verso" l'arrivo.
- 2 - Si ruota la ghiera fino a che le linee meridiane incise sul fondo della capsula siano parallele ai meridiani della carta. La punta della freccia del nord deve essere rivolta "verso" il nord della carta. In queste due prime fasi, la bussola viene usata come semplice rapportatore e non dobbiamo occuparci della posizione dell'ago magnetico.
- 3 - Si toglie la bussola dalla carta e la si impugna all'altezza del petto, tenendola lungo l'asse sagittale del corpo (secondo la direzione naturale di avanzamento). Si ruota, mantenendo questa posizione relativa corpo-bussola, fino a che l'ago si dispone dentro la freccia del nord, con la punta rossa "verso" la punta di questa freccia. Ora la freccia di direzione punta sulla direzione da prendere.

I rischi di errore sono: fase 1, la freccia di direzione punta verso l'arrivo; fase 2, la freccia del nord punta verso il sud della carta; fase 3, è la punta bianca dell'ago a trovarsi sulla punta della freccia del nord.

Naturalmente non è né opportuno né necessario stare continuamente con l'occhio sulla bussola durante la corsa. Si prende invece un riferimento, il più lontano possibile, e lo si segue. Nel bosco potrebbe essere una roccia o un albero. Se la nostra meta è più lontana del riferimento, una volta raggiunto, si riprende la direzione (ormai memorizzata nella bussola: basta rieseguire la fase 3) puntando ad un nuovo riferimento.



40

Info:
info@fiso.it
vincenzodiccco@gmail.com

“ORIENTEERING: manuale didattico per le esercitazioni scolastiche”:

Manuale di 48 pagine indirizzato agli insegnanti delle scuole primarie e delle scuole secondarie di 1° e 2° grado

Il manuale è strutturato su una progressione didattica che incrementa le difficoltà tecniche e operative e quindi può essere utilizzato per gli alunni di qualsiasi età tenendo presente il loro livello di esperienza. Ricchissimo di esercizi e spunti per l'attività didattica, dimostra anche il potenziale multidisciplinare di questa disciplina. Ciascun esercizio è contrassegnato da 1, 2 o 3 rombi che ne indicano il livello di difficoltà. Schemi e fotografie spiegano nel dettaglio ciascun esercizio. Uno strumento prezioso per l'insegnante.



ORIENTEERING
manuale didattico per le esercitazioni scolastiche
vincenzo di cecco **FISO** enrico maddalena

Posa i paletti



Finalità

Letture della carta e del territorio. Sapere sempre dove ci si trova.

Materiale

Paletti con alla sommità delle figure geometriche in cartone, cartine con i punti e senza.

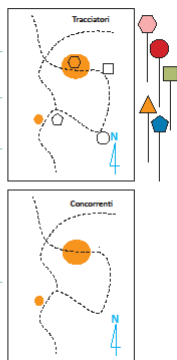
Descrizione

In due ci si sposta lungo il percorso posizionando i paletti in corrispondenza della loro posizione segnata in carta dall'insegnante.

Successivamente gli altri, da soli o in coppia, seguono lo stesso percorso sulla cartina senza punti, segnandoli al posto giusto man mano che si incontrano i paletti e riproducendo sulla mappa la figura geometrica posta sul paletto. Coloro che non commettono errori sono i candidati a posizionare i punti in una successiva esercitazione.

Varianti

- le mappe sono tutte senza punti. I tracciatori posizionano i paletti nei luoghi che ritengono più adatti lungo il percorso e ne segnano la posizione sulla loro carta che servirà come controllo dell'esercizio svolto poi, secondo le modalità dette sopra, dagli altri.



27

Orifoto



Finalità

Migliorare l'osservazione ambientale.

Materiale

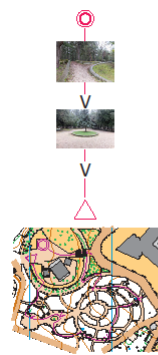
Macchina fotografica, mappa.

Descrizione

L'insegnante scatta una serie di foto camminando lungo il percorso prestabilito e consegna le foto agli alunni. Questi ultimi si muovono sullo stesso percorso segnalato con fettucce bianche e rosse e devono riconoscere il punto da cui è stata scattata ogni foto e fermarvisi.

Varianti

- chiedere all'alunno di riprodurre la stessa foto con il proprio telefonino;
- l'insegnante traccia sulla mappa del luogo il percorso (fio d'Arianna) da seguire e consegna la carta agli alunni chiede loro di segnare sulla carta con una V il punto dove è stato effettuato lo scatto e la direzione in cui è stata scattata la foto (indicata dall'apertura alta della V)
- fotografare il punto di controllo (antenna) orientando la macchina verso il punto cardinale richiesto nella descrizione punti



30

Info:

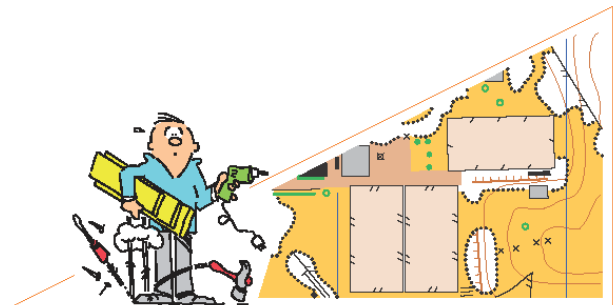
info@fiso.it

vincenzodiccco@gmail.com

“OFFICINA ORIENTEERING”:

Manuale di 36 pagine a colori per gli alunni della Scuola Secondaria di 1° grado

L'orienteeing si presenta come uno sport complesso e difficile da avvicinare. In questa pubblicazione, gli autori rendono semplice la lettura della mappa utilizzando uno stratagemma didattico: smontare i singoli elementi cartografici che la compongono rendendo tutto facile e comprensibile. Il manuale è completamente a colori e spiega in maniera completa tutto ciò che occorre conoscere dell'orienteeing per praticarlo con soddisfazione. È scritto in maniera scherzosa ed accattivante ed è quindi di lettura piacevole. La completezza degli argomenti e la ricchezza delle illustrazioni, lo rendono adatto anche ad un pubblico più maturo.



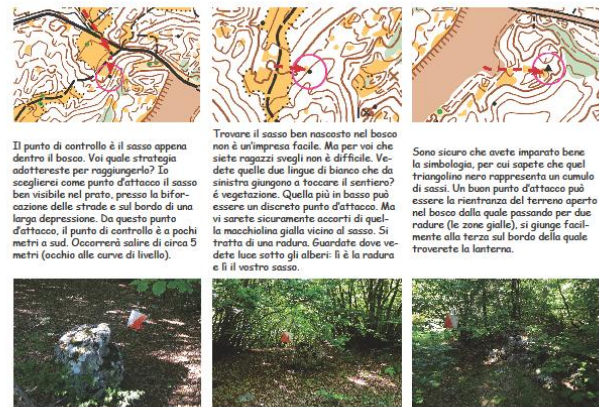
OLTRE IL BANCO

Officina Orienteering

vincenzo di cecco **FISO** enrico maddalena

Vegetazione	
	Terreno aperto: un bel prato dove potete correre in tutta libertà e velocità. Se trovate un cerchietto giallo in mezzo al bianco (il bosco) siete in presenza di una radura. Vi apparirà illuminata fra gli alberi.
	Terreno aperto grezzo: zona aperta (se alzate gli occhi, c'è il cielo sopra di voi) ricoperta di bassa vegetazione che vi rallenta un po' la corsa.
	Bosco pulito: bosco senza sottobosco. Potete correre veloci perché il terreno sotto i vostri piedi è pulito. Evitate i tronchi però, mi raccomando. Hanno l'abitudine di non scanzarsi.
	Bosco che rallenta: i tre gradi di verde indicano bosco sempre più fitto e, di conseguenza, corsa sempre più ostacolata. L'ultimo verde, il famigerato verde fne, vi frena quasi completamente.
	Sottobosco: area di sottobosco fitto, ma con buona visibilità perché voi siete più alti dell'erba e delle piccole piante. Ma vi rallenta la corsa.
	Coltivazioni. Da sinistra: terreno coltivato. Evitafelo quando ci sono le piante per non incorrere nelle ire del contadino. Frutteto. Vigneto. Le linee verdi seguono la direzione dei filari.
	Verde privato: è una zona privata, non la potete percorrere.
	Limite netto di vegetazione: quella fila di puntini vi dice che la vegetazione del bosco (il bianco) si arresta quasi bruscamente dove inizia il prato.
	Limite indistinto di vegetazione: mancano i puntini, il passaggio tra bosco e prato è sfumato.

10



Il punto di controllo è il sasso appena dentro il bosco. Voi quale strategia adattereste per raggiungerlo? Lo sceglierei come punto d'attacco il sasso ben visibile nel prato, presso la biforcazione delle strade e sul bordo di una larga depressione. Da questo punto d'attacco, il punto di controllo è a pochi metri a sud. Occorrerà salire di circa 5 metri (occhio alle curve di livello).

Trovare il sasso ben nascosto nel bosco non è un'impresa facile. Ma per voi che siete ragazzi svegli non è difficile. Vedete quelle due lingue di bianco che da sinistra giungono a toccare il sentiero? È vegetazione. Quella più in basso può essere un discreto punto d'attacco. Ma vi sarete sicuramente accorti di quella macchiolina gialla vicino al sasso. Si tratta di una radura. Guardate dove vedete luce sotto gli alberi: lì è la radura e lì il vostro sasso.

Sono sicuro che avete imparato bene la simbologia, per cui sapete che quel triangolino nero rappresenta un cumulo di sassi. Un buon punto d'attacco può essere la rientranza del terreno aperto nel bosco dalla quale passando per due radure (le zone gialle), si giunge facilmente alla terza sul bordo della quale troverete la lanterna.

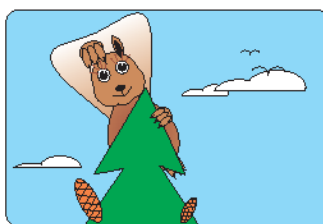
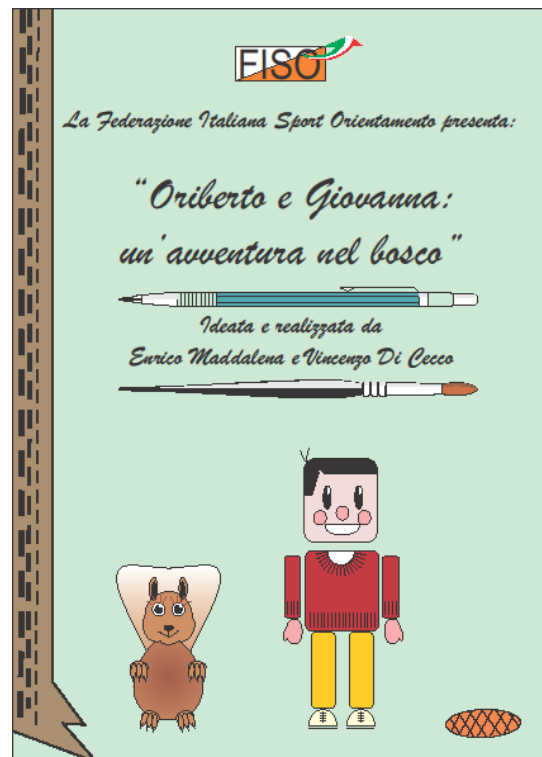
33

Info:
info@fiso.it
vincenzodicecco@gmail.com

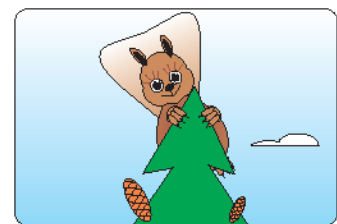
“ORIBERTO E GIOVANNA: un'avventura nel bosco”

Opuscolo di 12 pagine a colori per gli alunni della Scuola Primaria

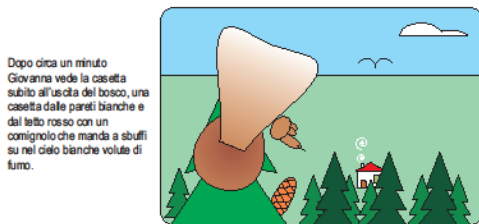
Cosa c'è di più avvincente di un'avventura nel bosco raccontata, con un fumetto, ai ragazzi delle scuole primarie? Nell'opuscolo viene affrontata la problematica che si incontra nel raffronto *visione prospettica/visione dall'alto* allorquando ci si avvicina, con i bambini, alla pratica dell'orienteering. Lo scoiattolo Giovanna guida dai rami (*visione dall'alto*) il povero Oriberto disperso nella boscaglia... Una lettura divertente e piacevole diretta ai piccoli aspiranti orientisti. Nelle ultime pagine sono presenti tre unità didattiche (una per ogni ordine di scuola) e un gioco: “Guida l'amico”. Nell'ultima di copertina una “Bussola solare” con la quale determinare i punti cardinali con precisione facendo uso del solo orologio.



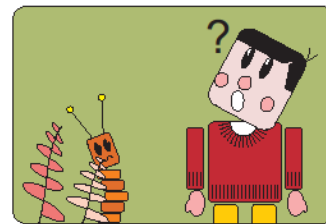
Giunta sulla cima del pino, che è il più alto di tutto il bosco, Giovanna si guarda intorno scrutando il paesaggio fino all'orizzonte.



La tua casa è a nord, devi andare verso nord Oriberto!



Dopo circa un minuto Giovanna vede la casetta subito all'uscita del bosco, una casetta dalle pareti bianche e dal tetto rosso con un comignolo che manda a sbuffi su nel cielo bianche volute di fumo.

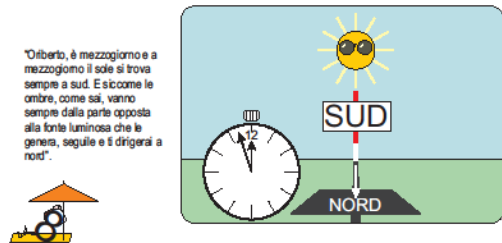


Ma Oriberto non può sapere da che parte è il nord, intorno a lui ci sono solo alberi e tutti uguali.
"Grazie Giovanna, il fatto è che io non so da che parte è il nord"



Giovanna grida al bambino: "Oriberto, la vedo, la vedo!". "Grazie Giovanna, ma io da quaggiù non vedo nulla, solo alberi. Da che parte devo andare? Che direzione devo prendere?"

7



"Oriberto, è mezzogiorno e a mezzogiorno il sole si trova sempre a sud. E siccome le ombre, come sai, vanno sempre dalla parte opposta alla fonte luminosa che le genera, seguile e ti dirigerai a nord".