

**PROGRAMMA CORSO PER LA FORMAZIONE DI TECNICI SCUOLA E DI  
ISTRUTTORI DELLA FEDERAZIONE ITALIANA SPORT ORIENTAMENTO**  
Lecce (Centro Tecnico di Masseria Provenzani), 20-25 gennaio 2015

**Martedì 20 gennaio**

**1° GIORNO: CORSO DI BASE (docente: Armando Nuzzone)**

- 9.00–9.30: Esecuzione Test d'Entrata
- 9.30-10.30: Introduzione.  
Cos'è l'orientamento  
Le specialità dell'orientamento: CO, SCI-O, MTB-O, TRAIL-O  
La corsa di orientamento  
I fondamentali tecnici
- 10.30–11.30: La cartografia orientistica:   Gli elementi di una mappa  
  La simbologia  
  La scala e la misurazione delle distanze  
  Le curve di livello e l'altimetria  
  I rilievi cartografici
- 11.30-12.30: ESERCIZI DI FAMILIARIZZAZIONE CON LA CARTA TOPOGRAFICA
- 12.30-13.00: Saluto delle Autorità  
                  PRANZO
- 14.30-17.00: La bussola:   Elementi costitutivi e tipologie  
                          I meridiani magnetici  
                          Orientamento della carta  
                          L'azimut  
                          La determinazione della direzione di marcia  
                          La corsa sull'ago
- 17.00-17.30: ESERCIZI DI FAMILIARIZZAZIONE CON LA BUSSOLA
- 17.30-19.30: Le tecniche di orientamento:   Linee conduttrici e linee di arresto  
  Scelte di percorso  
  Orientamento fine e orientamento grossolano  
  Punto di attacco  
  Memorizzazione  
  Deviazione controllata  
  Forme del terreno

**Mercoledì 21 gennaio**

**2° GIORNO: CORSO DI BASE**

- 9.00-13.00: La gara di orientamento:   L'organizzazione  
  I tracciati  
  La segreteria di gara  
  I giudici di gara  
  La partecipazione alla gara  
  La partenza e la griglia di partenza  
  La gara  
  L'arrivo  
  L'elaborazione dei dati  
  Le classifiche finali
- PRANZO
- 14.30-17.30: ESERCITAZIONE PRATICA

**Giovedì 22 gennaio**

**3° GIORNO: CORSO PER ISTRUTTORI E TECNICI SCUOLA (docente: Tiziano Zanetello)**

- 9.00-12.00: La Federazione – Regolamenti federali

I compiti dell'Istruttore e del Tecnico Scuola.  
La portata educativa dell'orienteeing e suo valore interdisciplinare nella scuola.  
Attività didattiche legate all'orienteeing (centri storici a tema, percorsi naturalistici, studio dell'ambiente, verifiche didattiche, ecc.)  
Orientamento intuitivo  
Comprensione grafo-spaziale  
Forme e tipologie del gioco-orienteeing

- 12.00-13.00 Principi di cartografia.  
Realizzazione di una carta base. Materiali e metodi.  
PRANZO
- 14.30-17.30: ESERCITAZIONE: REALIZZAZIONE DI UNA MAPPA DIDATTICA  
Rilievi sul terreno.  
Disegno della carta al computer  
Stampa dell'elaborato finale
- 17.30-19.30: Associazione sportiva e Scuola.  
Il progetto "orienteeing" nell'ambito dell'autonomia scolastica.  
Organizzazione dell'attività sportiva nella scuola.  
I Campionati Studenteschi

### **Venerdì 23 gennaio**

#### **4° GIORNO: CORSO PER ISTRUTTORI E TECNICI SCUOLA**

- 9.00-9.30: La progressione didattica
- 9.30-11.00: ESERCITAZIONE PRATICA: LA PROGRESSIONE DIDATTICA  
I percorsi guidati.  
Il percorso a stella, il percorso a farfalla.  
L'isola del tesoro.  
Il millepiedi.  
Orienteeing a sequenza libera.  
Score-orienteeing.  
Orienteeing a sequenza obbligata.  
Orienteeing a squadre.  
Orienteeing a staffetta.
- 11.00-13.00: Il Trail-orienteeing (orienteeing di precisione). Teoria.  
PRANZO
- 14.30-16.30: ESERCITAZIONE PRATICA: IL TRAIL ORIENTEEING.

### **Sabato 24 gennaio**

#### **5° GIORNO: CORSO PER ISTRUTTORI E TECNICI SCUOLA**

- 9.00-12.30: ESAME FINALE per Tecnici Scuola e per Istruttori ( riservato a coloro che siano in possesso dei requisiti previsti dal Regolamento Formazione e Q.T. della FISO )  
Prova pratica  
Prova scritta  
Prova orale
- 14.30-16.30 Allestimento della manifestazione sportiva; consegna degli attestati; chiusura del corso.

### **Domenica 25 gennaio**

- 6° GIORNO:** Manifestazione sportiva presso Masseria Provenzani

Maestro FISO: Tiziano Zanetello - Istruttori FISO: Armando Nuzzone, Valerio Pfister