

PROGRAMMA CORSO DI FORMAZIONE PER DOCENTI SCUOLE SECONDARIE ED ISTRUTTORI

SPORTIVI DILETTANTISTICI

Caserma Jacotenente (Foresta Umbra)

Vico del Gargano (Foggia).

Giovedì 28 aprile

09.00-09.30	Saluti istituzionali e presentazione corso
09.30-10.00	Esecuzione test d'entrata
10.00-11.00	Cos'è l'orienteeing Le specialità dell'orienteeing: CO; SCI-O; MTB-O; TRAIL-O. La corsa d'orientamento I fondamentali tecnici
11.00-12.00	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
12.00-13.00	Esercizi con la carta topografica
Pausa pranzo	
14.30-17.30	La Bussola: Elementi costitutivi e tipologie I meridiani magnetici Orientamento della carta L'azimut La determinazione della direzione di marcia La corsa sull'ago
17.30-19.30	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



Venerdi 29 aprile

09.00-13.00

La gara di orienteering: 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

Pausa pranzo

14.30-17.30

La Federazione: Regolamenti federali

I compiti dell'istruttore e del docente

La portata educativa dell'orienteering e suo valore interdisciplinare nella scuola

Attività didattiche legate all'orienteering (centri storici, percorsi naturalistici, ecc)

Orientamento intuitivo

Comprensione grafo-spaziale

Forme e tipologie del gioco-orienteering

17.30-19.30

Principi di cartografia

Realizzazione di una carta base. Materiali e metodi



Sabato 30 aprile

09.00-12.00	Esercitazione pratica: Realizzazione di una mappa didattica Rilievi sul terreno Disegno della carta al computer Stampa dell'elaborato finale
12.00-13.30	Associazionismo sportivo e scuola Il progetto orienteering nell'ambito dell'autonomia scolastica Organizzazione dell'attività sportiva nella scuola I Campionati studenteschi
Pausa pranzo	
15.00-16.00	La progressione didattica
16.00-18.00	Esercitazione pratica: la progressione didattica I percorsi guidati Il percorso a stella, il percorso a farfalla L'isola del tesoro Il millepiedi Orienteering a sequenza libera Score-orienteering Orienteering a sequenza obbligata Orienteering a squadra Orienteering a staffetta
18.00-18.30	Il Trail-orienteering (Orienteering di precisione). Teoria
18.30-20,00	Esame Finale Prova scritta Prova orale
<u>Domenica 1 maggio</u>	
09.00-10.30	Esame Finale; prova pratica
10.30-13.00	Manifestazione sportiva
13.30	Pranzo e partenza.

