

Serie introduttiva

Basi Corsa d'orientamento

Gruppo autori

Ursula Spycher, Esperta G+S Kids / Monitrice G+S Corsa d'orientamento
Annelies Meier, Esperta G+S Kids / Corsa d'orientamento
Christina Wehrli, Monitrice G+S Kids / Monitrice G+S Corsa d'orientamento
Patrick Kunz, Esperto G+S Corsa d'orientamento
Urs Jordi, Esperto G+S Corsa d'orientamento
Jost Hammer, G+S responsabile disciplina C.O. / Esperto G+S Kids / Corsa d'orientamento

Condizioni quadro

Età	dai 5 anni: livello semplice dagli 8 anni: livello medio
Grandezza del gruppo	5-12 bambini per ogni monitore
Ambiente corso	Piazzale scolastico o parco giochi; lezioni 3, 4, 5 come pure 7 - 10 possono essere svolte in un bosco con buona visibilità
Sicurezza	Prestare attenzione a possibili fonti di pericolo: strade trafficate, muri, rocce, recinti, etc. Attenzione in zone con zecche: preventivamente indossare vestiti lunghi (braccia e gambe coperte), spray anti-zecche, informare i genitori. Altre informazioni su : www.zecken.ch oppure http://www.ti.ch/DSS/DSP/Istcm/zecche/

Indice lezioni

No.	Titolo lezione	Scopi	Presupposti	Livello
1	C.O. immagine	• conoscere oggetti dell'area prescelta e saperli nominare/definire	nessuno	semplice
2	C.O. disegni	• esercitare colori, forme e numeri • associare rappresentazioni grafiche con oggetti reali	conoscere colori e numeri fino a 12	semplice
3	C.O. fotografica	• trovare gli oggetti sulle foto nell'area scolastica	nessuno	semplice
4	Timbro sprint	• capacità di muoversi in ambienti campestri • migliorare resistenza • conoscere l'ambiente competitivo	nessuno	semplice
5	Filo d'Arianna	• formazione della memoria spaziale	nessuno	semplice
6	Simboli sulla carta scolastica	• conoscere i simboli	lezioni 1 e 2	medio
7	Caccia al tesoro	• disegnare e interpretare semplici schizzi (mappe)	nessuno	medio
8	C.O. labirinto	• stimolare l'orientamento spaziale	nessuno	medio
9	C.O. stella o farfalla	• saper trovare punti semplici • conoscere l'ambiente competitivo	lezioni 6 e 8	medio
10	C.O. con rete di punti	• conoscere l'ambiente competitivo	lezione 9	medio

Procurarsi il materiale

Materiale per punti

- Si possono creare semplici punti senza grandi sforzi . Si possono trovare istruzioni su: www.swiss-orientteering.ch → *G+S* → *G+S-Kids* → *materiale didattico supplementare*. (*J+S* → *J+S-Kids* → *zusätzliches Unterrichtsmaterial*)
- Si possono spesso richiedere punti, lanterne, pinze oppure il materiale elettronico SportIdent presso le società di C.O. locali . Per contattarle: www.swiss-orientteering.ch → *Links* → *Società* oppure www.swiss-orientteering.ch → *OL-Materialstelle*.

Carte scolastiche

- Ci sono già molte carte scolastiche di molte scuole, realizzate dalle società di C.O. locali. Per contattarle vedere su www.swiss-orientteering.ch → *scool* → www.scool.ch → *Carte scolastiche* → *Ricerca carte*.(siehe www.swiss-orientteering.ch → *scool* → www.scool.ch → *Schularealkarten* → *Kartensuche*)

Materiale didattico

- Il manuale didattico " It'sCOOL" contiene molto materiale supplementare ed è composto da un cofanetto con sette opuscoli e una scatola con giochi e test. Con questo manuale gli allievi hanno la possibilità di imparare a leggere una carta della loro aula, dell'area scolastica e in seguito del bosco. Ottenibile da: www.swiss-orientteering.ch → *OL-Materialstelle*.