

## DALL'ORIENTAMENTO ALL'ORIENTEERING Orientarsi ..... giocando

👉 Il progetto si sviluppa in n° 1 lezione teorica in aula e 1 pratica aventi come obiettivi i temi sotto riportati.

### Obiettivi:

- ◆ Tecniche di Orientamento
- ◆ Elementi di una carta
- ◆ Comprendere il significato della piantina come rappresentazione della realtà vista dall'alto;
- ◆ Comprendere l'importanza della simbologia per la lettura della piantina;
- ◆ Imparare a confrontare realtà-piantina con una certa precisione;
- ◆ L'altimetro, la bussola, il GPS
- ◆ Conoscere l'orienteeering (cartina a colori, formule di gara, utilizzo di lanterne);
- ◆ Praticare un'attività in ambiente naturale e conoscere il territorio.

### Realizzazione del progetto:

Uscita pratica utilizzando apposite cartine escursionistiche e da orienteeering in cui verranno toccati i seguenti argomenti:

- ◆ La carta topografica ed escursionistica
- ◆ Introduzione all'Orienteering.
- ◆ Lettura della carta e simbologia. Gli strumenti, l'attrezzatura, l'abbigliamento. Passeggiata e esercizi sul campo.
- ◆ Le linee conduttrici. Esercizi lungo le curve di livello. Percorso lungo la corda.
- ◆ Le linee di arresto. Orientamento grossolano. Orientamento fine.
- ◆ Esercitazione a tempo singola.