

ASD IST. SUP. DALLA CHIESA SESTO CALENDE (VA)

# Progetto ORIENTARSI A SCUOLA

## BREVE PRESENTAZIONE

La Polisportiva Ist. Sup. Dalla Chiesa ASD, avente sede in Sesto Calende (VA) propone, il seguente progetto per le discipline di Scienze Motorie/Scienze Naturali/Geografia in ambito scolastico (primaria, secondaria di primo e secondo grado).

Lo scopo è fornire l'opportunità di realizzare un progetto educativo finalizzato alla concretizzazione di competenze coordinate verso uno scopo, ovvero sapersi spostare in ambienti sconosciuti con l'ausilio di mappe e strumenti, come da indicazioni programmatiche ministeriali delle varie discipline, mediante la disciplina dell'orientering.

Rif. [www.asddallachiesa.it](http://www.asddallachiesa.it) [www.fiso.it](http://www.fiso.it)

## CATALOGO OFFERTE INTERVENTI ORIENTEERING CON ESPERTO FED. IT. SPORT ORIENTAMENTO

Il catalogo è indicativo. I contenuti specifici possono essere personalizzati in base a prerequisiti culturali, esperienze pregresse, disponibilità di strumenti e materiali, formazione degli operatori dopo valutazione dell'istituto aderente.

### LEZIONI FRONTALI IN AULA<sup>1</sup>

<b>codice</b>	<b>Descrizione</b>	<b>Durata</b>
LFA1	<b>Introduzione alla lettura della carta topografica:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>● filmato introduttivo,</li><li>● presentazione powerpoint sulla simbologia e la scala (ogni allievo avrà una cartina da orientering da leggere).</li></ul> Lezione svolgibile anche nell'ora di Geografia/Ed. Tecnica/Scienze in un progetto interdisciplinare.	60 min anche on line a distanza per autoformazione docenti (webinar)
LFA2	<b>La bussola e il suo uso:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>● presentazione powerpoint</li><li>● esercizio di manipolazione della bussola al banco (ogni allievo disporrà di una bussola) con schede didattiche.</li></ul> Lezione svolgibile anche nell'ora di Geografia/Ed. Tecnica/Scienze in un progetto interdisciplinare.	90 min anche on line a distanza per autoformazione docenti (webinar)
LFA3	<b>Comprendere le curve di livello:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>● presentazione powerpoint</li><li>● utilizzo schede didattiche al banco</li></ul> Lezione svolgibile anche nell'ora di Geografia/Ed. Tecnica/Scienze in un progetto interdisciplinare.	60 min anche on line a distanza per autoformazione docenti (webinar)

Tutto il materiale utilizzato (presentazioni powerpoint e schede didattiche) verrà lasciato in dotazione all'insegnante che potrà duplicare la lezione in altre classi.

<sup>1</sup> Ogni lezione potrà essere svolta in massimo 1-2 classi. Tutto il materiale utilizzato (presentazioni powerpoint, schede didattiche, mappe, giochi, lanterne etc.) verrà lasciato in dotazione all'insegnante che potrà duplicare la lezione in altre classi.

**LEZIONI PRATICHE NEL PLESSO (PALESTRA, CORTILE/PARCO PUBBLICO VICINO)<sup>2</sup>**

<b>codice</b>	<b>Descrizione</b>	<b>Durata</b>
LPP1	<b>Percorso a sequenza libera in palestra</b> con mappa della palestra	30 min
LPP2	<b>Giochi di familiarizzazione con la carta e sulla simbologia</b> in palestra a staffetta con percorso tipo gymcana/percorso di destrezza	60 min
LPP3	<b>Esercizio con l'uso della bussola per l'azimut (rosa dei venti)</b> in palestra/cortile (ogni allievo disporrà di una bussola). Necessario aver svolto la lezione frontale LFA2 "La bussola e il suo uso"	45 min
LPP4	<b>Percorso nel plesso scolastico/parco pubblico</b> individuale e/o staffetta a 2.	60 min

Tutto il materiale utilizzato (mappe, giochi, lanterne) verrà lasciato in dotazione all'insegnante che potrà duplicare la lezione in altre classi.

**ESERCITAZIONI PRATICHE IN BOSCO<sup>3</sup>** (Sesto Calende, Brinzio, Borgo Ticino, Revislate, Vergiate, Cimbro, Cuirone, Sesona, Golasecca, Giardini Estensi Varese, Parco Alto Milanese, Porto della Torre- Somma Lombardo)

EP1	<p><b>Esercitazione in bosco di mezza giornata<sup>4</sup>:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● passeggiata in gruppo per la lettura e orientamento della carta e confronto carta-terreno</li> <li>● esercizio a stella individuale/coppia alla ricerca di un punto topografica (max 400 mt) e ritorno (min 5-8 punti totali)</li> <li>● ev. minipercorso cronometrato individuale/coppia lungo sentieri (max 1500-2000mt in linea d'aria)</li> </ul> <p>Ogni allievo sarà dotato di carta topografica a colori dettagliata e una bussola.</p>	3-4 ore
EP2	<p><b>Esercitazione in bosco intera giornata</b> (termine non oltre le ore 16.30):</p> <p>Mattino</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● passeggiata in gruppo per la lettura e orientamento della carta e confronto carta-terreno</li> <li>● esercizio a stella individuale/coppia alla ricerca di un punto topografico (max 400 mt) e ritorno (min 6-10 punti totali)</li> </ul> <p>Pranzo al sacco nel bosco</p> <p>Pomeriggio</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● esercizio a stella individuale/coppia alla ricerca di un punto topografico (max 300mt) e ritorno con marcia rettilinea all'azimut con la bussola</li> </ul>	6 ore senza pausa pranzo

<sup>2</sup> E' necessaria la preventiva mappatura di palestra/cortile/parco pubblico (vedi offerta "Mappatura")

<sup>3</sup> Anche come evento finale conclusivo del progetto.

<sup>4</sup> I trasporti dovranno essere organizzati dalla scuola. A Sesto Calende la stazione dista 600mt dall'inizio della esercitazione. Brinzio è raggiungibile con pulman di linea. I Giardini Estensi di Varese sono raggiungibili con autobus urbano.

	<ul style="list-style-type: none"> <li>● minipercorso cronometrato individuale/coppia lungo sentieri/possibilità di taglio rettilineo all'azimut (max 1500-2000mt in linea d'aria)</li> </ul> <p>Ogni allievo sarà dotato di carta topografica a colori dettagliata e una bussola.</p>	
EP3	<p><b>Serie di 3-5 esercitazioni pratiche nei boschi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● esercizi variegati (passeggiate, esercizi a stella, serie di minipercorsi, percorsi) con frequenza circa settimanale in ambito Gruppo Sportivo Scolastico/Laboratorio nei boschi ove è presente una carta da orienteering.</li> </ul>	3-5 esercitazioni pomeridiane della durata ciascuna di circa 2,5 ore effettive.

#### MANIFESTAZIONI PROMOZIONALI IL SABATO POMERIGGIO/DOMENICA MATTINA<sup>5</sup>

MP	<p>Informazioni e <b>calendario</b> sui siti:  <a href="http://www.asddallachiesa.it">www.asddallachiesa.it</a> ; <a href="http://www.fisolombardia.it">www.fisolombardia.it</a> ;  <a href="http://www.fiso.it">www.fiso.it</a>          Inviare a <a href="mailto:asddallachiesa@gmail.com">asddallachiesa@gmail.com</a>;  <a href="mailto:info@asddallachiesa.it">info@asddallachiesa.it</a> il proprio indirizzo di posta elettronica ed eventuale riferimento cellulare (whatsapp) per ricevere info e scadenze.</p>	Circa 3 ore di impegno complessivo per ogni manifestazione (tra ritrovo, conferma iscrizione, spiegazione generale, esecuzione del percorso, ristoro e premiazione)
----	---	---

#### MAPPATURA E PERCORSI CON SEGNAPOSTO PERMANENTI (palestra, plesso scolastico, parco pubblico)

MP	<p><b>Palestra</b> (se sufficientemente variegata):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Mappatura con eventualmente segnaposto permanenti adesivi o a pennarello sulle pareti e suppellettili (lanternette 5x5 cm)</li> <li>● Progettazione 3-6 varianti percorsi</li> <li>● Stampa 30 mappe con varianti percorsi e soluzioni.</li> </ul>	Verrà lasciato all'istituto un set di 30 mappe plastificate con i percorsi.
MS MSSP (con segnaposto permanenti)	<p><b>Plesso scolastico o parco pubblico</b> (se sufficientemente variegato):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Mappatura a colori simbolica</li> <li>● Progettazione 3-5 varianti percorsi</li> <li>● Stampa 30 mappe con varianti percorsi e soluzioni.</li> </ul>	Verrà lasciato all'istituto un set di 30 mappe plastificate con i percorsi. Costo solo mappatura (MS): 100€ Costo mappatura e segnaposto permanenti di vernice (MSSP): 200€

<sup>5</sup> Per la partecipazione alle manifestazioni si consiglia e si precisa che:

- Il trasporto degli alunni dovrà essere dei genitori (nessuna responsabilità del docente/scuola)
- iscrizioni preventive 6 giorni prima on line (info su [www.asddallachiesa.it](http://www.asddallachiesa.it)) a cura dei genitori
- la partecipazione prevede una tassa di iscrizione modesta (3-7€) per la cartina a colori che rimarrà in possesso dell'allievo, pagabili on-line o sul posto da parte del genitore. L'insegnante non dovrà raccogliere alcuna quota.
- possibilità di partecipare in coppia (NOTA: ai Campionati Studenteschi invece la partecipazione è obbligatoriamente individuale con punteggio a squadra).
- Gli alunni parteciperanno a titolo personale e NON a nome della scuola (nessuna responsabilità del docente/scuola).
- La partecipazione sarà nella categoria ludico-motoria dove non occorre alcun certificato medico.
- Ci sarà una copertura assicurativa a carico della società organizzatrice.

	<ul style="list-style-type: none"><li>• Ev. (serve autorizzazione ente proprietario) verniciatura a gel di 20-30 segnaposto permanenti (lanterne bianco-rosse) 20x20cm</li></ul>	
--	--	--

La **pianificazione** degli interventi dovrà essere programmata con l'associazione dai 3-5 mesi prima a partire da ottobre 2022, specie se è necessaria la preventiva mappatura di palestra e/o plesso scolastico/parco pubblico.

In caso di impossibilità a soddisfare tutte le richieste, l'associazione si riserva di selezionare le scuole richiedenti in base alla partecipazione/iscrizione ai Campionati Studenteschi e/o alle manifestazioni di orienteering (anche pregresse).

#### **Materiali didattici utilizzabili gratuitamente**

Da questo padlet potrai scaricare gratuitamente alcuni materiali didattici utilizzabili direttamente con le classi (colonna didattica per la scuola):

<https://padlet.com/robertobiella61/e6gpneenaaw>

A chi aderirà al progetto verrà dato in dotazione gratuita il DVD-dati "Orienteering nella scuola - materiali didattici per l'insegnamento" che contiene una vasta sorta di risorse (filmati, presentazioni, schede didattiche, giochi, istruzioni, manifesti, legende, materiale stampabile o proiettabile e molto altro ancora).

#### **Riferimenti di contatto:**

Per richieste ufficiali: [asddallachiesa@gmail.com](mailto:asddallachiesa@gmail.com); [info@asddallachiesa.it](mailto:info@asddallachiesa.it)

Per info, dettagli tecnici e pianificazione (dopo approvazione richiesta ufficiale da parte di ASD Ist. Sup. Dalla Chiesa): [robiella@alice.it](mailto:robiella@alice.it) 328/87.18.684