

**Programma del corso**  
**“Orienteering Didattico”**

**DATA 07 aprile 2011**  
**dalle ore 10.00 alle ore 13.00 LOCALITA' Policoro (MT)**  
**(ritrovo ore 9.30 Centro Velico Lucano con abbigliamento adeguato per una passeggiata in ambiente naturale)**

**1. Introduzione all'Orienteering**

- 1.1. Analisi degli aspetti organizzativi di una gara di Corsa Orientamento e Trail-O.
- 1.2. I prerequisiti necessari per partecipare ad una gara
- 1.3. Gli strumenti utilizzati
- 1.4. I regolamenti

**DATA 07 aprile 2011**  
**dalle ore 15.00 alle ore 19.00 LOCALITA' Policoro (MT)**  
**(Centro Velico Lucano con abbigliamento adeguato per una passeggiata in ambiente naturale)**

**2. Utilizzo della Carta da Orientamento.**

- 2.1. Confronto carta realtà
  - 2.1.1. Simbologia
  - 2.1.2. Stima delle distanze
  - 2.1.3. Uso della bussola
- 2.2. Esercizi propedeutici: Stella, Farfalla, percorso lungo la corda
- 2.3. Partecipare ad una gara di Orienteering

**DATA 08 aprile 2011**  
**dalle ore 9.00 alle ore 13.00 c/o Centro Velico Lucano – Policoro (MT)**

**3. La progressione didattica.**

- 3.1. Le prime mappe e loro utilizzo
- 3.2. Attività e giochi in pineta

**DATA 08 aprile 2011**  
**dalle ore 15.00 alle ore 19.00 c/o Centro Velico Lucano – Policoro (MT)**

- 3.3. Attività, giochi e percorsi in pineta
- 3.4. Attività, giochi e percorsi in pineta

**DATA 09 aprile 2011**  
**dalle ore 9.00 alle ore 13.00 c/o Centro Velico Lucano – Policoro (MT)**

**4. Come costruire le carte per la Corsa Orientamento**

- 4.1. Rilievo del cortile con la tecnica degli allineamenti
- 4.2. Disegnare la pianta della zona al computer

**5. Interdisciplinarietà della Corsa Orientamento**

- 5.1. Presentazione di percorsi didattici e progetti realizzati su tematiche inerenti le educazioni: ambientale, stradale ed alimentare. L' orienteering Archeologico e il riciclaggio dei rifiuti.

**6. I Giochi Sportivi Studenteschi**

- 6.1. Finalità e modalità di realizzazione