



## C.O. normale

### Contenuto

Svolgimento	p. 2
Tempi	p. 5
Lista del materiale	p. 6
Esempio : cartina	p. 7
Piano	p. 8
Base: testimone	p. 9
Lista di partenza	p. 10
Verbale d'arrivo	p. 11
Classifica	p. 12

**Idea di base:**

- gara singola della durata di 5-8 minuti per partecipante;
- la durata corrisponde a una lezione di 45' (senza premiazione e classifica);
- due classi possono partecipare contemporaneamente;
- la C.O. normale può essere in seguito utilizzata da altre classi (es. per 8 classi ci vogliono 4 lezioni da 45').

**Presupposti:**

- esiste una carta scolastica;
- gli allievi si sono esercitati già almeno 2-3 volte con la carta scolastica, conoscono il significato dei simboli e sanno orientare la carta a Nord.

**Preparativi:**

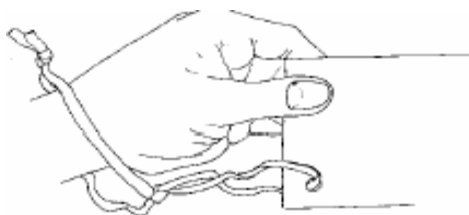
- preparare il materiale della lista;
- preparare un percorso sulla carta della lunghezza di 500-1000 m, disegnare e controllare sul posto;
- i punti disegnati vengono numerati progressivamente e accanto si indica la sigla numerica (vedi esempio);
- per ogni allievo si stampa una carta e si indica il suo nome e orario di partenza sul testimone;
- preparare sotto forma di cartella excel una lista di partenza con un intervallo di 20 sec. tra ogni ragazzo (es. 42 partecipanti = 14' di procedure di partenza)
- ev. chiedere aiuto a una società di C.O. (tracciamento, stampa percorsi, organizzazione, cronometraggio).

**Organizzazione:**

- per tutta l'organizzazione ci vogliono 4 persone: 2 docenti + 2 altre persone (genitori, docenti di materie speciali,...);
- prima della partenza si posano i punti, la partenza e l'arrivo vengono marcati con dei paletti da palestra;
- dopo l'arrivo si devono mettere dei paletti e del nastro per delimitare un canalone d'arrivo, I ragazzi quando passano il traguardo continuano nel canalone, consegnano il testimone. Non si può più sorpassare dopo aver passato l'arrivo. Il canalone dovrebbe essere lungo almeno 10 m. (vedi piano);
- Se i punti vengono usati per più gare, è meglio ritirarli durante le pause lunghe e la pausa di mezzogiorno e poi posati nuovamente (impegno: ca. 5' per 2 persone). Dopo una pausa lunga è opportuno controllare nuovamente l'ubicazione dei punti.

**Svolgimento pratico:**

- un docente spiega come avviene la corsa e in modo particolari i seguenti punti:
  1. la lista di partenza indica l'ordine di partenza;
  2. dopo la partenza cercare i punti nell'ordine prestabilito;
  3. a ogni punto controllare la sigla numerica, che è indicata accanto al numero del punto sul testimone. Se corrisponde, si timbra (colora, ...) nella casellina corrispondente (es. punto 1 nella casellina 1);
  4. dopo l'arrivo non si può più sorpassare, consegnare il testimone e mettere la carta nell'apposita scatola;
  5. comunicare ai ragazzi, cosa devono fare dopo aver passato l'arrivo (es. guardare e fare tifo o svolgere un compito consegnato precedentemente in classe)
- dopo le spiegazioni si preparano i ragazzi come indicato sulla lista di partenza formando una fila;
- ogni ragazzo riceve prima di partire il suo testimone con il suo nome e tempo di partenza e lo lega al polso con una cordicella o un elastico.



- Una persona fa partire i ragazzi come indicato sulla lista di partenza. Gli servirà un cronometro. Dopo la partenza ogni ragazzo prende una carta dalla scatola e cerca i suoi punti.
- Per il cronometraggio all'arrivo ci vogliono 3 persone.
- Una persona legge i tempi dei ragazzi che arrivano dal suo cronometro e li detta a una seconda persona, che li scrive in ordine nel verbale d'arrivo. Per ogni ragazzo arrivato ci deve essere un tempo.
- La terza persona ritira i testimoni e li mette in ordine cronologico su un assicella con un chiodo. Controllare che siano veramente nell'ordine d'arrivo! Il testimone più in alto è quello dell'ultimo ragazzo arrivato.



- Prima di lasciare il canalone d'arrivo ogni ragazzo deve mettere la carta nell'apposita scatola.
- Quando sono partiti tutti i ragazzi, la persona della partenza può aiutare all'arrivo.
- Dopo la corsa bisogna completare il verbale d'arrivo con l'aiuto dei testimoni. I testimoni vengono presi dal chiodo e marcati con un numero (es. 48 allievi partiti: il primo testimone che si toglie riceverà il 48, il secondo il 47, e così via. L'ultimo avrà il numero 1).
- Quando il verbale è completo, si controllano le sigle sui testimoni.
- Con i dati del verbale d'arrivo si può ora fare la classifica.
- Dopo aver finito la classifica si può procedere alla premiazione.
- Alla fine si ritirano tutti i punti e riordinato il materiale.

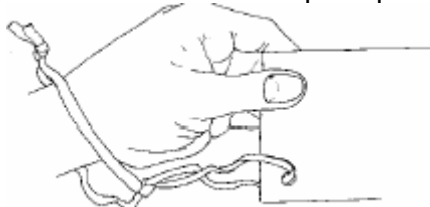
<b>Data</b>	<b>Attività</b>
Fine marzo	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ decidere come svolgere la gara</li> <li>○ organizzare il materiale</li> <li>○ iscrizione al record del mondo</li> </ul>
Metà aprile	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ stabilire le classi partecipanti</li> <li>○ cercare ev. collaboratori</li> </ul>
Fine aprile	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ tutte le scuole annunciate ricevono una Newsletter con le info principali per la giornata del record del mondo</li> <li>○ scaricare il programmino per le liste di partenza e le classifiche sotto forma di una tabella excel da <a href="http://www.scool.ch">www.scool.ch</a></li> <li>○ disegnare il percorso della C.O.</li> <li>○ informare le autorità, i genitori e i media locali della partecipazione al record del mondo</li> <li>○ controllare la lista del materiale</li> </ul>
Metà maggio	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ stampare le carte</li> <li>○ preparare le liste di partenza</li> <li>○ dopo aver preparato le liste di partenza, comunicarle a <a href="http://www.scool.ch">www.scool.ch</a></li> <li>○ pubblicazione della lista di partenza su Internet</li> <li>○ informare i docenti, collaboratori: informarli sull'esatto svolgimento della giornata del 23 maggio</li> <li>○ consegna dei diplomi tramite sCOOL</li> </ul>
21 maggio	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Avere le carte pronte</li> <li>○ fotocopiare i testimoni e scrivere nome e tempo di partenza</li> </ul>
22 maggio	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ preparare il materiale</li> </ul>
23 maggio	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ tentativo di record del mondo (la manifestazione si svolge con qualsiasi tempo)</li> <li>○ subito dopo la corsa comunicare il numero dei partecipanti via Internet (<a href="http://www.scool.ch">www.scool.ch</a>)</li> <li>○ appena sono pronte le classifiche con il programmino ricevuto, trasmetterle a <a href="http://www.scool.ch">www.scool.ch</a></li> <li>○ pubblicazione delle classifiche su Internet</li> </ul>
31 maggio	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ la classifica firmata da un rappresentante del consiglio di direzione viene inviata per posta a: Segretariato sCOOL, Casella Postale 3202 Frauenkappelen.</li> </ul>

**In generale:**

14 punti (il numero dipende dal numero dei percorsi) (se non ci sono le pinze, si possono usare anche altre varianti, es. pennarelli indelebili, neocolor)

**Prima della partenza**

per ogni partecipante un testimone con nome e tempo di partenza e un elastico o cordicella

**Partenza**

per ogni partecipante una carta con il percorso già disegnato (in caso di cattivo tempo – in una mappetta di plastica)

1 scatola A4 per le carte (in caso di cattivo tempo le carte in una mappetta e la scatola al riparo sotto un ombrello)

lista di partenza

materiale per scrivere

1 cronometro digitale (sincronizzare l'ora con il cronometro dell'arrivo)

2 paletti da palestra

**Arrivo**

2 paletti da palestra

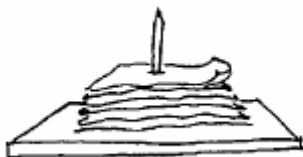
per il canalone d'arrivo: 8 paletti e ca. 60 m di nastro

2 tavoli, 2 sedie

1 cronometro digitale (sincronizzare l'ora con il cronometro della partenza)

un verbale d'arrivo

1 assicella con un chiodo (ca. 20x20x0.6 cm , in mezzo un chiodo di 10 cm)



materiale per scrivere

1 scatola A4 per le carte

2 ombrelloni contro la pioggia o il sole

**Classifiche**

2 testimoni di controllo preparati in precedenza per la verifica dei testimoni dei ragazzi

materiale per scrivere

1 scatola A4 per i testimoni

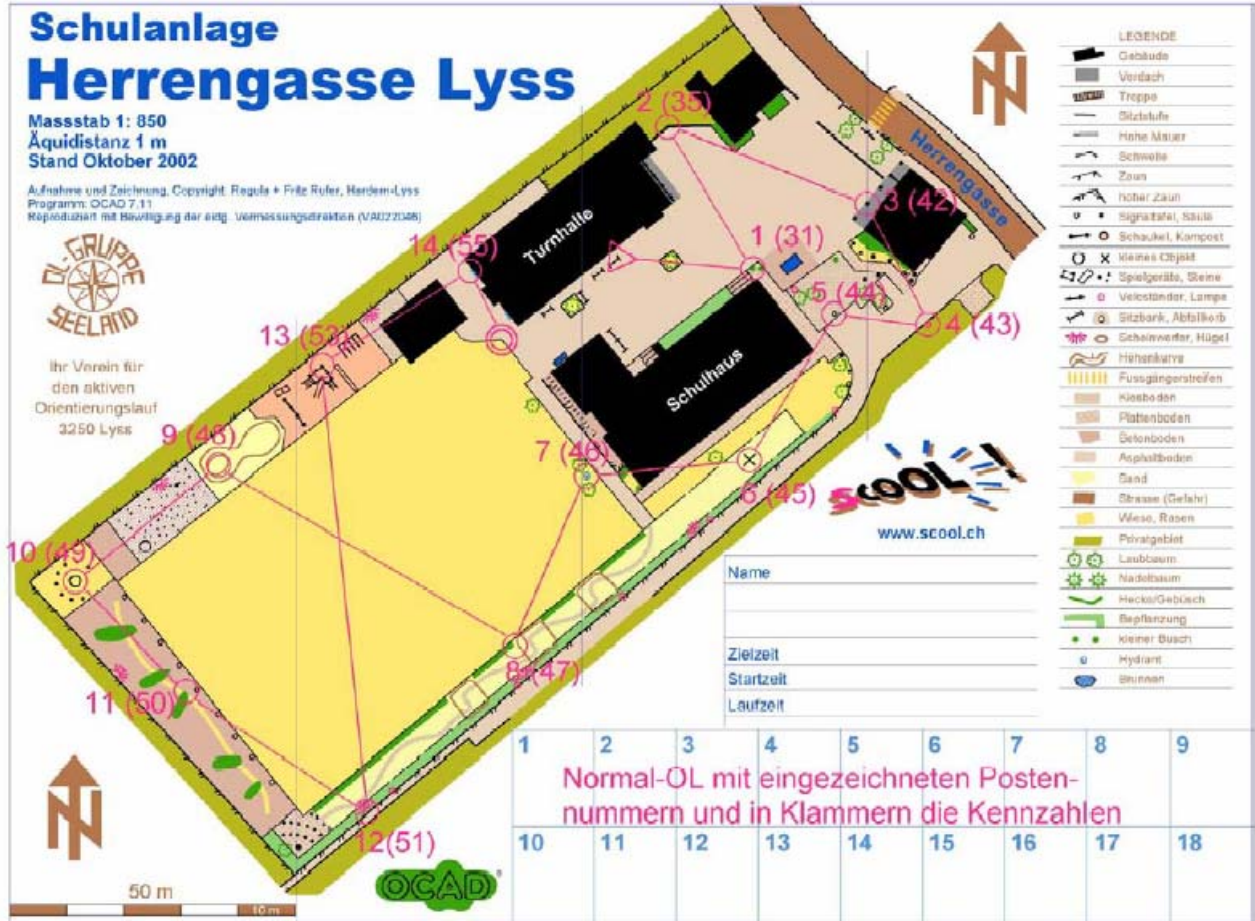
1 computer

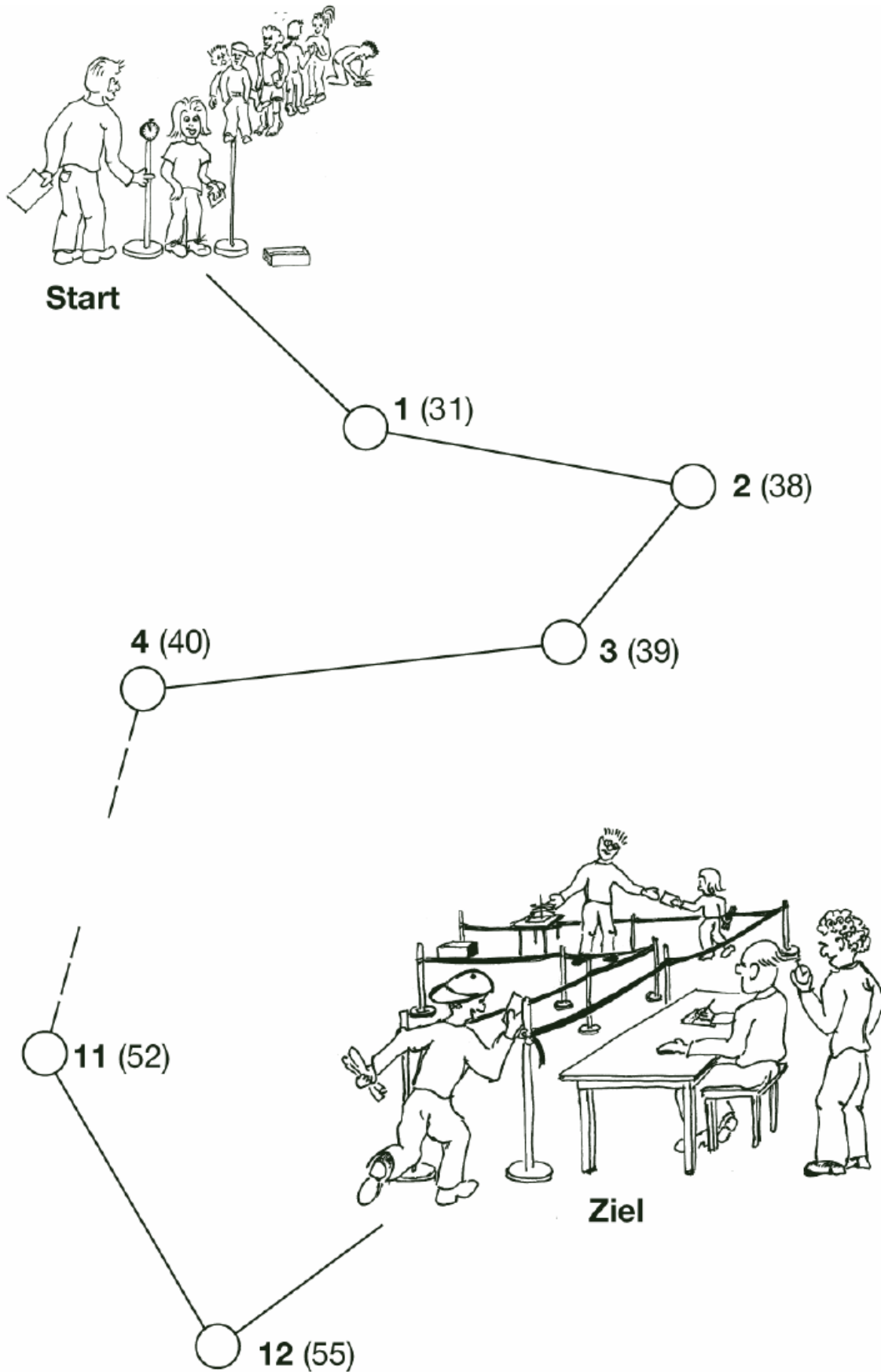
programmino per le liste di partenza e le classifiche sotto forma di una tabella excel da [www.scool.ch](http://www.scool.ch)

**Premiazione**

1 diploma per partecipante

classifica







				Name: _____			
				Klasse: _____ ○			
Startzeit				. .			
1	2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15	16

				Name: _____			
				Klasse: _____ ○			
Startzeit				_____ . . _____			
1	2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15	16

O posto per il buco per l'elastico o la cordicella

Un programmino per le liste di partenza e le classifiche sotto forma di una tabella excel si può scaricare da [www.scool.ch](http://www.scool.ch) a partire dalla fine di aprile.

Per utilizzare questo programma sarà necessario il programma Microsoft Excel. Chi non avesse a disposizione questo programma, può inviare a [www.scool.ch](http://www.scool.ch) la lista di partenza e la classifica sotto forma di testo con una password speciale (vedi Newsletter speciale per le scuole del 22 aprile 2003).

Per la preparazione della lista di partenza si indicano nome e cognome del ragazzo, la classe e la categoria nell'apposito spazio.

La colonna circuito deve essere riempita unicamente per un'apposita C.O. in circuito, non serve per la C.O. normale.

Ogni scuola raggruppa i dati di tutti i suoi partecipanti in un unico file excel.

La classifica verrà elaborata indipendentemente dalla classe in base alla categoria. E' perciò importante che nella colonna categoria sia indicato il tipo di C.O. o il percorso. (vedi classifiche).

Nome	Cognome	Classe*	Circuito*	Categoria	Partenza	Arrivo	Tempo
Martino	Rossi	4 B		C.O. normale	1.00		
Susy	Bianchi	4 A		C.O. normale	1.20		
Paolo	Bernasconi	4 B		C.O. normale	1.40		
Carla	Pozzi	4 A		C.O. normale	2.00		
Lucia	Polli	4 B		C.O. normale	2.20		
Sabina	Müller	5 A		C.O. foto	1.00		
Nicola	Cavadini	5 B		C.O. foto	1.30		
Licia	Rossi	5 B		C.O. foto	2.00		
Luca	Nerini	5 A		C.O. foto	2.30		

\* = facoltativo

Docente: \_\_\_\_\_ Classe : \_\_\_\_\_

Arrivo	Orario	Nome	Arrivo	Orario	Nome
1			26		
2			27		
3			28		
4			29		
5			30		
6			31		
7			32		
8			33		
9			34		
10			35		
11			36		
12			37		
13			38		
14			39		
15			40		
16			41		
17			42		
18			43		
19			44		
20			45		
21			46		
22			47		
23			48		
24			49		
25			50		

Si può scaricare un programmino per le liste di partenza e le classifiche sotto forma di una tabella excel da [www.scool.ch](http://www.scool.ch) a partire dalla fine di aprile.

Per utilizzare questo programma sarà necessario il programma Microsoft Excel. Chi non avesse a disposizione questo programma, può inviare a [www.scool.ch](http://www.scool.ch) la lista di partenza e la classifica sotto forma di testo con una password speciale (vedi Newsletter speciale per le scuole del 22 aprile 2003).

Per l'allestimento delle classifiche i tempi d'arrivo vengono scritti sulla stessa tabella delle liste di partenza. Dopo aver scritto l'orario di arrivo cliccando sulla casella "preparare classifiche" (= Ranglisten erstellen) , viene automaticamente calcolato il tempo di percorrenza e stilata la classifica.

Ogni scuola raggruppa i dati di tutti i suoi partecipanti in un unico file excel. La classifica verrà elaborata indipendentemente dalla classe in base alla categoria. E' perciò importante che nella colonna categoria sia indicato il tipo di C.O. o il percorso. La classifica di una scuola può perciò avere diverse classifiche (es. classifica di una C.O. normale, di una C.O. normale, cat. A e B, etc.)

**Esempio classifica C.O. normale**

Nome	Cognome	Classe*	Circuito*	Categoria	Partenza	Arrivo	Tempo
Martino	Rossi	4 B		C.O. normale	1.00	6.25	
Susy	Bianchi	4 A		C.O. normale	1.20	5.40	
Paolo	Bernasconi	4 B		C.O. normale	1.40	5.00	
Carla	Pozzi	4 A		C.O. normale	2.00		
Lucia	Polli	4 B		C.O. normale	2.20	8.56	

\* = facoltativo

Rango	Nome	Cognome	Classe*	Tempo
1	Paolo	Bernasconi	4 B	3.20
2	Susy	Bianchi	4 A	4.20
3	Martino	Rossi	4 B	5.25
4	Lucia	Polli	4 B	6.36
	Carla	Pozzi	4 A	n.class.