

Prendere le distanze



Stimare le distanze richiede un po' di pratica, ma ne vale la pena, soprattutto nell'orientamento e nelle attività all'aperto.

Scommettiamo che non riesci a stimare la lunghezza di cinque monete da 50 allineate con una precisione di 10 mm?

Questo articolo è tratto dalla rivista «Forum» ed è allegato in formato PDF qui sotto.

Orientamento

Non solo – ma anche – in una gara di orientamento è estremamente utile poter stimare in anticipo una distanza. A chi piace tornare indietro solo perché la lunghezza del passo non è stata calibrata?

Stimare le distanze richiede, oltre a un buon punto di riferimento, molta pratica. I seguenti consigli ti aiuteranno (e aiuteranno anche i bambini del tuo programma all'aria aperta) a orientarti meglio e a non allontanarti troppo spesso durante una gara di corsa orientamento.

Mantenere le distanze

Dalla quotidianità del Jungschi sappiamo che Norda sta per Nord – Orientamento – Direzione – Dromedario – Salite e discese. Certo, il dromedario simboleggia la distanza: non contano solo la direzione e le altitudini, ma anche la giusta distanza. (vedi anche Forum-Kind, n. 2/2006: «Da A a B» e «Introduzione all'orientamento» nel download)

Imparare a stimare meglio

Per migliorare le tue stime, è utile suddividere una distanza (o anche un'altezza, un peso ecc.) in unità più piccole (eventualmente della stessa grandezza). Ad esempio, è molto più facile stimare il diametro di una moneta da 50 rappen che la lunghezza complessiva di tutte e cinque le banconote da 50.

Ma anche «delimitare» l'intervallo con una lunghezza massima e una minima aiuta a tenere meglio sotto controllo l'errore di stima.

Tieni presente inoltre che, in condizioni di buona visibilità e con il sole alle spalle, le distanze vengono spesso stimate troppo corte, mentre in caso di maltempo vengono stimate troppo lunghe.

Alfabeto metodologico delle distanze

A come vista

Le distanze davvero grandi si stimano al meglio grazie alla capacità visiva dell'occhio. La tabella seguente ti aiuta a effettuare una stima attendibile in condizioni di illuminazione normale, sulla base della riconoscibilità:

- 15 km Castello, campanile, antenna
- 7 km Casa, fienile
- 3 km auto in movimento
- 1,5 km Gruppo di persone, auto
- 1 km albero isolato, mucca
- 700 m una persona isolata dal gruppo
- 500 m Colore dei vestiti
- 300 m Viso come macchia chiara
- 200 m dettagli dell'abbigliamento
- 100 m Occhi come macchie scure
- 50 m Occhi, bocca, naso

B come lavoro di gambe

Niente è più semplice che percorrere una distanza a passi. Per farlo, però, devi conoscere bene la lunghezza del tuo passo. Memorizza bene il numero di passi necessari per percorrere 100 m su strada, in salita e in discesa, nonché in corsa. Potrai utilizzare questa misura più e più volte.

C come Cnall

Il suono nell'aria percorre circa 330 m al secondo. Contando i secondi che intercorrono tra il colpo di martello e il boato, puoi calcolare facilmente a che distanza il contadino sta posizionando la sua nuova recinzione.

D come «salto del pollice»

Saper usare correttamente il «salto del pollice» è probabilmente una delle emozioni più grandi per un giovane escursionista: allunga completamente il braccio e osserva tra quali punti all'orizzonte «salta» il pollice quando guardi alternativamente con l'occhio destro e quello sinistro. Moltiplica la «distanza di salto» stimata per 10 e saprai subito la distanza approssimativa dell'oggetto.

Alfabeto metodologico: altezze

E come «un'ombra»

L'altezza di un albero **in una giornata di sole si calcola** con la regola del tre: Max è alto 1,5 m e – se rimane fermo – la sua ombra misura 2,2 m. L'ombra dell'albero misura 30 m. Di conseguenza, l'albero misura $30 \text{ m} / 2,2 \text{ m} \times 1,5 \text{ m} = 20,5 \text{ m}$. **In caso di maltempo**, l'albero (si spera) non **sia** affatto visibile.

F come legge di caduta

Il modo più semplice per calcolare l'altezza di un ponte è misurare il tempo di caduta di un sasso nel torrente. Moltiplica il tempo in secondi per se stesso e poi per 5: otterrai l'altezza. 2 secondi di caduta corrispondono a $2 \times 2 \times 5 = 20 \text{ m}$ di altezza. Non usare una molla per questo esperimento...!

Ti auguro tanto successo e pochi «ritorni» nella tua prossima gara di orientamento.

Prendere le distanze

Bibliografia



- **Contenuto e immagine:** Forum Kind, numero 10/14, pagina 21. Stima delle distanze, "salto del pollice", lunghezza/altezza/larghezza. © Copyright www.forum-kind.ch
- **Autrice:** Lori Keller, [segretaria della BESJ](#)