



Club Alpino Italiano

# Progetto Scuola INCLUSIONE



## LA MONTAGNA IN QUATTRO TIRI

LA MONTAGNA IN QUATTRO TIRI è un progetto formativo rivolto a docenti e studenti di classi della scuola secondaria superiore, con l'obiettivo generale di avviare i partecipanti alla conoscenza e frequentazione responsabile dell'ambiente montano: tale terreno, per sua natura, pone in primo piano valori che portano ad avvicinare le persone fra loro e a ridurre le differenze favorendo l'inclusione, che diventa obiettivo formativo specifico.



## Obiettivi formativi

- Aumentare la qualità e quantità delle offerte formative.

- Praticare discipline sportive che si sviluppano in ambiente naturale.
- Facilitare il processo di empatia per l'ambito scolastico, con il risultato di una minore dispersione e di maggiore opportunità di aggregazione.
- Formare i giovani cittadini del futuro ad apprezzare e difendere la montagna.
- Educare al rispetto della natura e al riconoscimento delle peculiarità del territorio montano di appartenenza (monti, sentieri, paesaggi, emergenze naturalistiche e geologiche ecc.).
- Educare e far conoscere alcune regole chiave per la difesa e la valorizzazione del patrimonio paesaggistico (parchi, riserve naturali ecc.).
- Sollecitare i giovani ad utilizzare stili di vita sani e naturali (alimentazione, organizzazione del tempo libero, apprezzamento del cammino lento, del silenzio, dei rumori della natura ecc.)



- Appassionare gli studenti all'esperienza del camminare in montagna durante tutte le stagioni dell'anno, apprezzandone i mutamenti e valutandone in sicurezza i possibili pericoli.
- Consolidare i rapporti di reciproca fiducia, premessa essenziale per la pratica sicura dell'arrampicata.
- Stabilire corretti rapporti interpersonali e mettere in atto comportamenti operativi ed organizzativi all'interno del gruppo anche ai fini dell'inclusione attiva.
- Mettere in atto, nella pratica sportiva e nella vita, comportamenti equilibrati dal punto di vista fisico, emotivo, cognitivo e relazionale.

- Utilizzare anche in esperienze di vita quotidiana le abilità apprese in situazioni ambientali diverse e in contesti problematici.
- Stimolare un miglioramento fisiologico che consenta maggiori doti di efficienza e salute psicofisica.
- Conoscere il rapporto fra l'attività fisica e i cambiamenti fisici e psicologici tipici dell'adolescenza
- Conoscere gli effetti dell'attività motoria per il benessere dell'individuo

Inclusione (diversi ma uguali) significa condividere l'escursione in montagna con i compagni diversamente abili. Attraverso l'esperienza ludico-motoria stimolare l'accostamento all'escursionismo come pratica motoria e di socializzazione: tutti i ragazzi diventano "diversamente uguali" nell'ambiente montano.



#### **Il progetto è articolato in quattro aree:**

- 1) Formazione per la frequentazione consapevole dell'ambiente montano
- 2) Elementi di approccio responsabile secondo i fondamentali principi di sicurezza
- 3) Sviluppo di strategie di inclusione e/o integrazione attraverso l'attività in montagna (disabilità, disagio etc.)
- 4) Strutturazione di metodologie dedicate all'educazione motoria in ambiente (arrampicata)

**1) Formazione per la frequentazione consapevole dell'ambiente montano** tramite eventi informativi e formativi legati alla conoscenza della montagna, delle sue risorse umane e favorendo l'acquisizione di conoscenze e comportamenti volti alla tutela del paesaggio e della biodiversità.

Aspetti organizzativi:

- a) Si prevede un incontro interattivo preparatorio in aula, tenuto da accompagnatori del CAI, volto a far acquisire capacità di programmare un'escursione (individuazione della meta in base alle caratteristiche dei partecipanti, ricerca di documentazione logistica e cartografica, criteri di scelta per abbigliamento e equipaggiamento, preparazione fisica ed alimentazione). In una successiva escursione si verificheranno le conoscenze precedentemente acquisite.
- b) Una successiva escursione autunnale in media montagna con l'accompagnamento di docenti, preferibilmente di scienze motorie e di scienze naturali. Il gruppo sarà condotto sul percorso da accompagnatori di escursionismo del CAI che illustreranno le particolarità ambientali negli aspetti già trattati nella riunione propedeutica.



**2) Elementi di approccio responsabile secondo i fondamentali principi di sicurezza:** facendo rilevare la complessità dell'ambiente montano, si rende opportuno approfondire i temi riguardanti la sicurezza per acquisire la consapevolezza dei rischi connessi alla frequentazione dell'ambiente innevato.

Aspetti organizzativi:

- a) Una lezione interattiva tenuta da esperti anche professionali della sicurezza in montagna e da accompagnatori di escursionismo con illustrazione dei bollettini meteorologici, nivologici e della loro interpretazione, presentazione delle operatività di soccorso; illustrazione dei pericoli soggettivi ed oggettivi legati alla montagna, suggerimenti comportamentali ed organizzativi per la prevenzione degli incidenti in montagna.
- b) Uscita su racchette da neve con gli insegnanti di educazione fisica e scienze naturali per la valutazione dell'ambiente, del suo approccio e della riduzione del rischio, condotta da parte di accompagnatori di escursionismo del CAI e di personale del Corpo Nazionale del Soccorso Alpino con unità cinofila.



**3) Sviluppare attraverso la frequentazione della montagna strategie di socializzazione volte all'inclusione di compagni con disabilità motorie/sensoriali/intellettive/relazionali.**

Aspetti organizzativi:

- a) In aula, la classe insieme ai volontari CAI individua percorsi e/o attività fruibili anche dai compagni diversamente abili, programmando la successiva escursione che rispetti le loro esigenze.
- b) Durante l'escursione con gli insegnanti e gli accompagnatori di escursionismo si verifica un tracciato già esistente e si formulano progetti di eventuali miglioramenti e/o adattamenti, con il coinvolgimento di Enti territoriali come Parchi Naturali e realtà locali.

#### **4) Strutturazione di metodologie dedicate all'educazione motoria in ambiente**

Aspetti organizzativi:

- a) Attivazione di un corso di arrampicata sportiva utilizzando una struttura artificiale, da svolgere in orario scolastico con la classe o in orario pomeridiano gestito dagli insegnanti, con la partecipazione inclusiva di allievi con diversa abilità. Introduzione ai fondamentali e alle tecniche di base dell'arrampicata: manovre di cordata, lavoro di coppia nell'assicurazione del compagno, collaborazione e concetto di fiducia nel compagno.
- b) un'uscita in palestra naturale di roccia con accompagnatori, insegnanti di educazione fisica e istruttori di arrampicata del CAI.

