



Progetto innovativo IL MINISENTIERO DI BELMONTE

MontAgnA: le A da scoprire

Avventura, Ambiente, Amicizia, Alimentazione, Associazionismo

I Annualità (Per ulteriori info www.cairieti.it)

Utenti: bambine/i dai 6 ai 10 anni, 3/4 classi (max 48 allievi) per ogni istituto scolastico che intende aderire all'iniziativa

Periodo: anno scolastico 2016-17

Contesto educativo-culturale: il progetto è stato già monitorato come modello educativo didattico all'interno delle iniziative promosse dal Ministero della Pubblica Istruzione *Piano per il Ben...Essere dello studente 2007 – 2010* (<http://www.vivitibene.it>) e presentato con successo al Convegno Nazionale CAI-Scuola (Mirano 2009). Le azioni e le tematiche che costituiscono i punti di riferimento dei piani ministeriali (Giornata del Benessere, e attualmente, Cittadinanza e Costituzione, progetto già messo in atto dall'Istituto Ricci e vincitore di concorso presso il MPI) sono le stesse perseguitate dall'Alpinismo Giovanile del Lazio, dove trovano un'immediata messa in pratica, una verifica sistematica e un alto grado di soddisfazione personale dei praticanti. L'escursionismo in montagna accompagnato da una serie di interventi educativi e conoscitivi mirati (rispetto e conoscenza dell'ambiente, corretta alimentazione e sano spirito sportivo avulso dalla competizione, rispetto dell'altro e solidarietà agita nei momenti difficili, promozione di stili di vita positivi) rientra a pieno titolo nei temi nodali del *Piano per il Ben...Essere dello studente*:

1. Liberi dalle dipendenze
2. Cibo e salute
3. L'ambiente siamo noi
4. Siamo tutti campioni
5. A scuola di volontariato
6. Diversi ma uguali

ma anche fa riferimento all'ART. 9 della Costituzione in cui si esplicita che la Repubblica Italiana promuove e difende il Paesaggio e i Beni Culturali perché aventi valore di Civiltà.



CLUB ALPINO ITALIANO

Sezione di Rieti

GRUPPO di ALPINISMO GIOVANILE “Alberto Bianchetti”



Il CAI di Rieti per la scuola

Il progetto, già collaudato nell’anno sc. 2007-08 e 2008-09 con l’Istituto “G. Pascoli” (classi della scuola secondaria di primo grado), vincitore del I Premio Giornata del Benessere Nazionale dello Studente per l’Italia Centrale (cfr. “*Lo Scarpone*” Agosto 2008), e con successo riproposto in seguito e in un ambito più complesso (insegnamento di Cittadinanza e Costituzione) nell’Istituto Ricci (scuola primaria e scuola secondaria di primo grado) riprende i motivi ispiratori del documento sottoscritto il 16 aprile 2007 tra il Presidente Generale del CAI e il Direttore Generale degli Ordinamenti Scolastici del Ministero della Pubblica Istruzione con l’intento di stabilire dei punti comuni sulle rispettive funzioni e competenze educative, che nell’ambiente montano trovano un fertile contesto di operatività. Progetti di questo genere, calibrati su altri istituti e su diversi POF, hanno reso il CAI di Rieti un punto di riferimento certo per la scuola intorno ai temi del benessere e della montagna: si vedano a questo proposito le collaborazioni dello scorso anno del CAI con il Liceo Artistico (lezioni in aula di escursionismo e sulla sicurezza con i tecnici del Soccorso Alpino, esperienza lungo il Sentiero Planetario al Terminillo) e con le scuole superiori e Sabina Universitas (giornata di studi sul dono di organi e trapianto del midollo osseo CLIMB FOR LIFE).

Il CAI del LAZIO ha stipulato protocolli d’intesa con Università (corso di laurea Scienze della Montagna di Sabina Universitas Rieti) e con la Direzione Scolastica Regionale grazie alla protocollo MIUR –CAI e al fatto che il CAI è Ente riconosciuto e accreditato presso il MIUR.

Identità territoriale

L’Associazione del CAI, Gruppo Alpinismo Giovanile “Alberto Bianchetti” di Rieti, promuove anch’essa un’esperienza particolare che aiuti giovani e famiglie ad entrare in contatto vivo con la natura dedicando un’intera giornata all’Ambiente attraverso escursioni mirate e per un turismo in sicurezza. La valorizzazione del massiccio del Monte Terminillo e la promozione turistica di qualità, secondo una logica di sviluppo sostenibile, va di pari passo con la conoscenza profonda del territorio di media montagna, con le sue vocazioni e le specifiche potenzialità, nel rispetto dell’ecosistema e in considerazione dei cambiamenti climatici che investono l’intero Pianeta.

Significati e Missione del Progetto Educativo del CAI, Alpinismo Giovanile

L’Alpinismo giovanile ha lo scopo di aiutare il giovane nella propria crescita umana, proponendogli l’ambiente montano per vivere con gioia esperienze di formazione.

IL GIOVANE è il protagonista delle attività di Alpinismo Giovanile e pertanto non si può prescindere da una dimensione educativa.

L’ACCOMPAGNATORE è lo strumento tramite il quale si realizza il progetto educativo dell’Alpinismo Giovanile



CLUB ALPINO ITALIANO

Sezione di Rieti

GRUPPO di ALPINISMO GIOVANILE “Alberto Bianchetti”



IL GRUPPO come nucleo sociale, è il campo di azione per l’attività educativa; le dinamiche che vi interagiscono devono orientare le aspirazioni del giovane verso una vita autentica attraverso un genuino contatto con la natura

L’ATTIVITA’ (cfr. circ. 6/89) con cui si realizzano questi intendimenti è essenzialmente l’escursionismo di montagna finalizzato verso obiettivi didattici programmati inteso come recupero della dimensione del camminare nel rispetto dell’ambiente geografico (naturale e umano).

Il METODO di intervento si basa sul coinvolgimento del giovane in attività divertenti stabilendo con lui un rapporto costruttivo secondo le regole dell’imparare facendo.

L’UNIFORMITA’ operativa delle Sezioni nell’ambito dell’Alpinismo Giovanile è presupposto indispensabile perché si possa realizzare il progetto educativo del CAI.

Obiettivi formativi del progetto **MontAgnA**: le **A** da scoprire

1. Formare i giovani cittadini del futuro ad apprezzare e difendere la montagna, non soltanto come luogo per praticare sport invernali come lo sci
2. Educare al rispetto della natura e al riconoscimento delle peculiarità del territorio montano di appartenenza (monti, sentieri, paesaggi, emergenze naturalistiche e geologiche ecc.).
3. Educare e far conoscere alcune regole chiave per la difesa e la valorizzazione del patrimonio paesaggistico (parchi, riserve naturali ecc.)
4. Stimolare attraverso l’esperienza ludico-motoria l’accostamento all’escursionismo come pratica sportiva e di socializzazione: tutti i ragazzi diventano “diversamente uguali” nell’ambiente montano
5. Sollecitare i giovani ad utilizzare stili di vita più sani e naturali (alimentazione, organizzazione del tempo libero, apprezzamento del camminare lento, del silenzio, dei rumori della natura ecc.)
6. Appassionare i giovani all’esperienza del camminare in montagna durante tutte le stagioni dell’anno, apprezzandone i mutamenti, misurandone la fatica e la gioia della “conquista”, valutandone in sicurezza i possibili pericoli.
7. Integrazione (diversi ma uguali): condividere l’escursione in montagna con i diversamente abili utilizzando la joëlette, una speciale carrozzella da fuori-strada che consente ai disabili non deambulanti, cui la montagna dal vivo è normalmente preclusa, di partecipare alle escursioni.

Interventi, ideatori e curatori delle azioni: a cura del CAI sezione di Rieti

- Fabio Desideri, Presidente del CAI Rieti, AAG, guida escursionistica, responsabile Alpinismo Giovanile di Rieti



CLUB ALPINO ITALIANO

Sezione di Rieti

GRUPPO di ALPINISMO GIOVANILE “Alberto Bianchetti”



- Ines Millesimi, docente di storia dell'Arte Liceo Artistico, Rieti, socio CAI e ideatore del progetto
- I collaboratori e titolati CAI del Gruppo AG: Paolo Bianchetti, Paola Angeletti, Fabrizio Giovannelli
- Rossella Carotti, socio CAI e docente di Scienze Naturali

Contenuti e organizzazione

Il corso si articola in 4 interventi fortemente strutturati, che si terranno secondo il seguente calendario: 2 lezioni frontali e 2 escursioni in montagna, oppure 1 escursione e i esperienze di arrampicata su muro del paese (previo sopralluogo per valutare sicurezza/fattibilità).

Le due lezioni frontali, da organizzare presso l'istituto, saranno di 1 ora e 30 minuti, mentre le escursioni/esperienze arrampicata comprenderanno l'intera mattinata, con la partecipazione di 1 docente per classe (educazione fisica o chi per lui interessato). L'esplorazione dell'ambiente montano presuppone l'applicazione di un metodo che metta docenti e discenti sullo stesso piano, in un'azione di affiancamento e non di gerarchizzazione dei ruoli, tale da consentire la ricerca e la scoperta.

AZIONI INNOVATIVE: IL MINISENTIERO DI BELMONTE

Prendendo ispirazione dai sentieri tematici per bambini di recente costruiti in Trentino, i bambini con i loro docenti coadiuvati dal CAI individueranno il sentiero ad anello e lo traceranno con la segnaletica CAI (bandierine rosso bianco rosso). Il sentiero diventerà loro amico e partirà dalla scuola per snodarsi lungo il paese, penetrare appena fuori lungo un sentiero naturale e ritornare ad anello al punto di partenza. Tempo max di percorrenza 1 ora. Caratteristiche: facilità e accessibilità, dimensione ludica e narrativa che si presta sia alla didattica sia ad essere percorso con la famiglia o da soli, in progressiva autonomia (ma sempre sotto la sorveglianza distante e discreta di un adulto) SCOPI: affezionare il bambino al paese e al trekking costruendo al portata di bimbo il primo sentiero a sua misura; portare la scuola sul sentiero, e quindi sulla natura; partendo dal sentiero, conoscere e inventare favole, miti, leggende utili per la didattica di scuola elementare; incoraggiare le famiglie a condurre i bambini sui sentieri vissuti fin da piccoli come passeggiate nella natura. Organizzazione: 1) individuare percorso ad anello col GPS 2) fare lettera al Sindaco per i permessi 3) riportare progetto in classe e “animarlo” di fate, misteri e personaggi (pastori, streghe, re, folletti) su invenzione dei bambini e ricerca antropologica su Belmonte 4) tracciarlo con i bambini a cui viene donato il dépliant UN SEGNO PER AMICO 5) inventare delle simpatiche tabelle e ometti di pietra per il percorso IL MINISENTIERO DI BELMONTE 6) Sperimentarlo ad aprile con tutti i bambini della scuola 7) inaugurarla alla festa di fine anno alla presenza del Sindaco e delle Autorità con una mostra finale dei lavori.

Nella sua interezza il progetto si propone di incardinare alcuni contenuti chiave del Piano Nazionale del Benessere dello studente (per es. il tema dell'Alimentazione) e del Piano Cittadinanza e



CLUB ALPINO ITALIANO

Sezione di Rieti

GRUPPO di ALPINISMO GIOVANILE “Alberto Bianchetti”



Costituzione nella valorizzazione del territorio di appartenenza, con particolare riguardo all’ambiente montano e allo sport escursionistico.

Ogni conoscenza teorica, ogni informazione naturalistica è nel progetto verificata nelle buone pratiche che verranno insegnate allo studente e immediatamente verificate durante le escursioni.

Suggerimenti per il Consiglio di Classe o per i docenti che lavoreranno al progetto

Per sviluppare al meglio il percorso all’interno della materia Cittadinanza e Costituzione si danno alcune raccomandazioni e suggerimenti da calare nella programmazione di classe e negli obiettivi educativi e disciplinari. Il CAI di Rieti è attrezzato per fare un’esperienza “diversa” nel caso la scuola la richiedesse. Per la prima volta anche i ragazzi diversamente abili potranno partecipare alle escursioni in montagna, grazie all’uso della joëlette. La speciale carrozzella inventata da un’alpinista francese non teme il terreno accidentato, superando barriere architettoniche e favorendo effetti terapeutici in chi la pratica.

Azione propedeutica: somministrare lo stesso questionario di monitoraggio alle classi partecipanti, PRIMA del progetto e a conclusione del PROGETTO. Serve a verificare conoscenze e comportamenti modificati o abituali.

Dopo almeno la prima lezione propedeutica si può iniziare il lavoro calando nel curricolo E APPROPONDENDO QUESTI CONTENUTI TRASVERSALI UTILI PER LA FESTA FINALE della SCUOLA.

1. Importanza della tutela del Paesaggio Montano
 - Approccio sensoriale ed emotivo al Paesaggio Montano attraverso gli occhi di un bambino (visione del film di Fausto De Stefani, *Una montagna, un uomo, un bambino*)
 - Cos’è per me il Paesaggio Montano? Scoprirlo attraverso una breve descrizione dopo la I escursione
 - Come ricordo il Paesaggio Montano? Lo ricreio in un disegno
 - Le nostre 10 raccomandazioni per difendere il Paesaggio Montano: Decalogo dei bambini per la TAM (Tutela Ambiente Montano)
2. Salvaguardia della salute
 - Quali sono i cibi sani che associo alla Montagna? (latte, acqua, carne, verdure ecc)
 - Sì acqua di fonte, no acqua imbottigliata e bevande gasate
 - Aria di montagna nei miei polmoni: è diversa da quella della città? Quali sono gli stili di vita che non si portano in montagna?
3. Rispetto delle regole insieme con gli altri. Creare patti. Fare qualcosa per gli altri.
 - Quali sono i comportamenti giusti per andare con i miei amici e gli accompagnatori CAI in escursione? Stilare una lista con i compagni di classe, dando ordine di priorità
4. In Montagna nessuna competizione sportiva, e tutti alla metà: la montagna è partecipazione.
 - Il mio compagno è stanco: cosa faccio?



CLUB ALPINO ITALIANO

Sezione di Rieti

GRUPPO di ALPINISMO GIOVANILE “Alberto Bianchetti”



- Devo imparare ad essere più autonomo e lottare contro una difficoltà: cosa faccio?

Programma con calendario di giornate da concordare (preferibilmente sabato):

I incontro

- Presentazione del gruppo degli accompagnatori e dei relatori del CAI, Alpinismo Giovanile Sez. Rieti. Saluti del Presidente del CAI
- Presentazione del video CAI e dell’attività dell’alpinismo giovanile.
- Descrizione degli strumenti dell’escursionista e dell’alpinista.
- Come prepararsi ad un’escursione in montagna, anche dal punto di vista dell’alimentazione.

II incontro

- Nel nostro ambiente: il Massiccio del Monte Terminillo.
- Lettura della fiaba dell’alpinista De Stefani e visione del suo film Un uomo una montagna un bambino + 2 brevi cartoni animati sulla montagna del Signor Rossi.
- Decalogo di educazione ambientale.
- Laboratorio sui temi svolti e spiegazione attività il MINISENTIERO DI BELMONTE.

Le escursioni partiranno dopo accordi CAI e Scuola considerando ragioni climatiche e stagionali, con un’interruzione nei mesi più freddi; il CAI si riserva di cambiare le mete per ragioni logistiche o di sicurezza. Il progetto è curato dalle insegnanti socie CAI: Vanessa Guadagnoli e Antonella Munalli

Costi

Il CAI e la scuola, una volta inserito nel POF, inoltreranno la domanda di finanziamento alla Provincia per usufruire del pullman gratuito. Per l’organizzazione e la produzione di materiale per le lezioni frontali il rimborso spese per il CAI Rieti è di Euro 10 euro ciascun ragazzo comprensivo dei 4 incontri. A carico del CAI l’attrezzatura per allestire il MINISENTIERO DI BELMONTE.

Indicazioni tecniche:

Si richiede per le escursioni il seguente equipaggiamento:

- scarponcini da trekking o scarpe da ginnastica,
- zaino con acqua e merenda,
- giacca a vento o K-Way antipioggia,
- guanti e cappello.



CLUB ALPINO ITALIANO

Sezione di Rieti

GRUPPO di ALPINISMO GIOVANILE “Alberto Bianchetti”



Bibliografia

Per preparare le classi allo spirito di Montagna, qualche suggerimento di lettura in classe.

- P.D.Bach, *Il mistero dell'Everest*, Novara, De Agostani, 2002
- AA.VV. *Montagna primo amore*, a cura di Roberto Serafin, Milano, CAI, 2002
- Dino Buzzati, *Bàrnabo delle Montagne*, Milano, Mondadori scuola, 2001
- Adalbert Stifter, *Cristallo di rocca*, Milano Adelphi, 1988
- Lorenzo Revojera, *L'avventura della Montagna*, Milano, Ancona 2006
- Approfondimenti: www.cairieti.it

CURIOSITA' e LEGGENDE

Organizzata dalla Pro Loco di Belmonte in Sabina, la *Sagra del Turchetto* ci fa tornare indietro nel tempo, alla ricerca dell'origine del *turchetto*: la storia di questo dolce tipico è legata alla leggenda di un'invasione di mammalucchi venuti dal mare Adriatico. Mentre risalivano i monti verso Roma, si narrano razzie, ruberie, incendi, violenze, prigioni di uomini, donne e bambini ridotti in schiavitù per essere venduti nei mercati di Algeri. Racconta la leggenda che, "per addolcire il cuore", si pensò bene di iniziare dal palato: le donne di Belmonte inventarono il *turchetto*, chiamato così proprio in onore dei dominatori turchi, e preparato con la farina dei campi, nocciole, raccolte dalle prime macchie dei monti, e miele. Fu un vero successo: i turchi, presi per la gola, s'ammansirono e risparmiarono Belmonte dall'assedio e dagli incendi. È in ricordo di questo evento straordinario che a metà agosto si celebra la sagra del Turchetto, il biscotto ancora preparato nei forni a legna e poi confezionato nei cestini. Di ricette ce ne sono molte, ma la verità è che la ricetta del turchetto, quella autentica che incantò i mammalucchi, è gelosamente tenuta segreta.

e-mail: presidente@cailazio.it
Fabio Desideri Tel: 340.8849416
Ines Millesimi Tel: 348.7956329

Sezione del CAI di Rieti
Via Picerli 59 – 02100 RIETI
Tel./Fax 0746.496055

Club Alpino Italiano
Sezione di Rieti
Prof.ssa Ines Millesimi

RESOCONTO A CHIUSURA DEL PROGETTO, con foto
www.rietilife.com/2017/05/25/belmonte-bambini-inaugurano-minisentiero-foto/



CLUB ALPINO ITALIANO

Sezione di Rieti

GRUPPO di ALPINISMO GIOVANILE
“Alberto Bianchetti”



PROGETTO CAI Rieti - SCUOLA “IL MINISENTIERO DI BELMONTE”

**La scuola primaria di Belmonte in Sabina avvia
un originale percorso formativo sulla montagna**

Di Ines Millesimi

Alcuni progetti dedicati proprio alla Formazione e ideati dal CAI di Rieti, dalla scuola primaria a quella secondaria di I e II grado, fino al corso universitario di Scienze della Montagna, stanno partendo a Rieti e in Provincia, per avvicinare i giovani alla montagna.

Il 23 Novembre alla Presenza del Sindaco di Belmonte, del Dirigente Scolastico, di alcuni genitori e di una quindicenne dell’Alpinismo Giovanile del CAI di Rieti, ha preso il via, presso la scuola di Belmonte via Colle Catino, un inedito progetto educativo ideato dal CAI Rieti insieme alle insegnanti della scuola primaria di Belmonte. Proprio Belmonte è stato un suggestivo toponimo che ha suggerito l’idea di creare il primo minisentiero in Sabina dai e per i bambini.



CLUB ALPINO ITALIANO

Sezione di Rieti

GRUPPO di ALPINISMO GIOVANILE
“Alberto Bianchetti”



L'invito a partecipare al primo incontro di presentazione è stato rivolto anche agli amministratori, insegnanti e famiglie che desiderano conoscere un approccio “senza connessioni wifi”, in cui la scuola accosta i giovani ai valori della natura come stile di vita. Formare i giovanissimi cittadini del futuro ad amare sin da piccoli la montagna, educare al rispetto dell'ambiente e al riconoscimento delle peculiarità del territorio montano di appartenenza partendo dal cortile della loro scuola (è questa la novità!) sono questi alcuni degli obiettivi formativi specifici del progetto “Il Minisentiero di Belmonte”, co-progettato dal CAI e dalla scuola.

Un percorso didattico-formativo che è finalizzato a far conoscere il gusto di prendersi cura del patrimonio paesaggistico circostante, ma anche la necessità di stimolare nei piccoli escursionisti in erba l'esperienza ludico-motoria acquisendo i primi strumenti per orientarsi nello spazio naturale. Favorire l'accostamento all'escursionismo come pratica sportiva e di socializzazione è anche l'opportunità, grazie alla costruzione di un minisentiero, di animare di fate, leggende popolari e personaggi fantastici il percorso a portata di bambino.



Prendendo ispirazione dai sentieri tematici di recente costruiti in Trentino, i bambini che parteciperanno al progetto sotto la guida del CAI individueranno il sentiero ad anello e lo traceranno con la segnaletica CAI. Questo sentiero diventerà loro amico e partirà dalla scuola per snodarsi lungo il paese, penetrare appena fuori lungo un sentiero naturale e ritornare ad anello al



CLUB ALPINO ITALIANO

Sezione di Rieti

GRUPPO di ALPINISMO GIOVANILE “Alberto Bianchetti”



punto di partenza. Il tempo massimo di percorrenza sarà di un'ora. Lo stesso avrà come caratteristiche facilità e accessibilità, dimensione ludica e narrativa: un percorso che si presta ad essere percorso sia con la famiglia che da soli una volta diventati più grandi. La finalità del progetto è quello di far affezionare il bambino al paese e al trekking portando la scuola sul sentiero e quindi nel cuore della natura.

Far tracciare materialmente ai bambini il minisentiero con le caratteristiche bandierine biancorosse e gli ometti di pietra, contribuirà non solo a far nascere in loro il senso di appartenenza a Belmonte e a sviluppare la loro piccola identità di “belmontesi”, ma anche a stimolare il piacere di camminare dall’abitato in montagna durante tutte le stagioni dell’anno. E’ un’opportunità per far adottare stili di vita più sani e naturali curando l’alimentazione, apprezzando il silenzio e i suoni della natura contrapposti a quelli del paese. Si punterà anche all’integrazione, poiché il minisentiero sarà percorribile anche dai diversamente abili utilizzando la joelette.

Il progetto si articherà in quattro interventi da parte degli esperti del CAI Rieti: dopo il primo incontro, ci sarà una nuova lezione frontale e due escursioni sul territorio con la partecipazione attiva delle docenti in classe; si concluderà a fine anno scolastico con una festa finale in cui si illustreranno gli obiettivi raggiunti. Il minisentiero di Belmonte sarà il primo sentiero a portata di bambino che dalla scuola porta a scuola perché apprendere diventi cultura personale di una vita.