



**CLUB ALPINO ITALIANO**

Sezione di Roma

Via Galvani, 22

**CONOSCENZA E FREQUENTAZIONE DEL SICAI IN AMBITO SCOLASTICO SETTIMANA  
DEL SENTIERO ITALIA CAI PER LA SCUOLA (07-13 ottobre 2024)**

**TITOLO DEL PROGETTO:**

**CONOSCENZA E FREQUENTAZIONE DEL SICAI  
IN AMBITO SCOLASTICO, SETTIMANA DEL  
SENTIERO ITALIA CAI PER LA SCUOLA  
(07-13 OTTOBRE 2024)**

**PREMESSA  
CON  
OBIETTIVI  
GENERALI**

Il progetto rivolto agli studenti e ai docenti del Liceo F. Enriques.  
ha come obiettivo:

- la promozione alla conoscenza e la frequentazione dell'ambiente montano, specificatamente mirato ai sentieri del Sentiero Italia del CAI: SICAI
- il benessere psicofisico attraverso la frequentazione e la conoscenza dell'ambiente naturale montano.

La promozione della salute è parte dell'obiettivo "Benessere" dell'Agenda 2030 definito dall'OMS, "come un processo che consente alle persone di esercitare un maggiore controllo sulla propria salute e di migliorarla".

Questo progetto è finalizzato anche ad implementare la condivisione, la compartecipazione, la cooperazione e l'inclusione tra gli studenti.

In osservanza alla Raccomandazione del 22 maggio 2018 si pone l'accento su:

1. I valore della complessità e dello sviluppo sostenibile,
2. lo sviluppo delle competenze in materia di cittadinanza attiva e democratica,
3. la valorizzazione dell'educazione interculturale e alla pace,
4. il rispetto delle differenze e il dialogo tra le culture,
5. l'assunzione di responsabilità e di solidarietà,
6. la cura dei beni comuni nella consapevolezza dei diritti e dei doveri di ognuno.

	<p>Obiettivo primario perseguito:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• L'educazione e la formazione della persona alla ricerca di un equilibrio psicofisico nel rispetto delle cose e dell'ambiente naturale come casa comune.</li> </ul> <p>Attraverso l'organizzazione di escursioni diffuse nel territorio nazionale, il nostro obiettivo è quello di promuovere stili di vita corretti, un'alimentazione equilibrata e allo stesso tempo l'attenzione, il rispetto e la conservazione del territorio. Interagire con le terre alte, camminare nell'ambiente montano permette di preservare lo stato di salute inteso come stato di benessere fisico, psichico e sociale. Esiste un legame diretto tra la quantità di attività fisica e la speranza di vita, ragione per cui le popolazioni fisicamente più attive tendono a essere più longeve di quelle inattive". Il progetto è rivolto agli studenti della scuola secondaria di secondo grado. I ragazzi quali futuri adulti devono essere portatori di stili di vita sostenibili e salutari, proprio perché la diffusione del benessere può generare minori costi sanitari, a livello globale",</p> <p>Obiettivi generali:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. ricerca di un equilibrio psicofisico nel rispetto delle cose e dell'ambiente come casa comune,</li> <li>2. condivisione,</li> <li>3. partecipazione,</li> <li>4. cooperazione,</li> <li>5. inclusione tra gli studenti.</li> <li>6. competenze in materia di cittadinanza attiva e democratica attraverso: <ol style="list-style-type: none"> <li>a) la valorizzazione dell'educazione interculturale e della pace,</li> <li>b) il rispetto delle differenze e del dialogo tra le culture,</li> <li>c) l'assunzione di responsabilità e della solidarietà,</li> <li>d) la cura dei beni comuni,</li> <li>e) la consapevolezza dei diritti e dei doveri di ognuno.</li> </ol> </li> </ol>
--	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

<p><b>OBIETTIVI SPECIFICI</b>  Descrivere gli obiettivi specifici che la sezione intende raggiungere con l'iniziativa proposta. Essi devono essere formulati attentamente e realisticamente, senza sovrastimare o sottostimare le possibilità del progetto, in modo da risultare raggiungibili e valutabili.</p>	<p>Gli obiettivi specifici ai quali risponde l'organizzazione del progetto sono:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Conoscenza, condivisione e rispetto delle regole comportamentali generali e specifiche della frequentazione di ambienti montani, delle attrezzature necessarie per fare escursioni in sicurezza.</li> <li>2. Conoscenza e controllo di sé stessi e del proprio corpo in condizioni ambientali variate e sotto- sforzo psicofisico.</li> <li>3. Conoscenza del territorio montano dal punto di vista geografico, naturalistico, paesaggistico e culturale. Nello specifico del progetto, iniziare a conoscere alcuni percorsi/sentieri, facenti parte del Sentiero Italia CAI nel Lazio, come propria regione di appartenenza (SI 010). Non si esclude inoltre la possibilità, di potersi spostare anche in altri percorsi SICAI, appartenenti ad altre regioni adiacenti la propria di appartenenza.</li> <li>4. Acquisizione e miglioramento del benessere psico-fisico individuale, anche attraverso la conoscenza delle richieste del corpo umano durante una uscita in montagna: alimentazione e approccio mentale.</li> <li>5. Acquisizione del concetto di "Resilienza", intesa come la capacità dell'individuo di saper fronteggiare positivamente gli avvenimenti a lui avversi</li> <li>6. Acquisizione del concetto di autonomia in uscita, passante attraverso la capacità di riuscire ad organizzare il proprio equipaggiamento (abbigliamento e zaino)</li> <li>7. Acquisizione e miglioramento della capacità di comprensione, condivisione e collaborazione con il compagno e con il gruppo nel rispetto della regola secondo cui <b>nessuno rimane indietro</b>.</li> <li>8. Acquisizione del modus operandi della guida montana nel rispetto di tutti e dei più fragili (si procede al passo del più lento).</li> </ol>

ATTIVITA' PREVISTE E MODALITA' DI REALIZZAZIONE	ELENCO E DESCRIZIONE ATTIVITA'
	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Realizzazione di lezioni teoriche tenute da esperti esterni qualificati in conoscenza e tutela dell'ambiente montano e in escursionismo appartenenti all'area formazione del CAI.</li> <li>2. <u>Tecnologie digitali:</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>•Le principali App utilizzate per conoscere e definire tracce e sentieri</li> <li>•Le principali App, utilizzabili per conoscere e definire le condizioni meteo</li> <li>•Conoscenza e utilizzo dell'App GEORESQUE</li> <li>•Il GPS: principali GPS in commercio, sistema a cui fa riferimento, prime nozioni d'uso, come caricare e scarica gli itinerari, come utilizzarlo, limiti del GPS</li> </ul> </li> <li>3. Realizzazione di uscite escursionistiche su percorsi, a bassa/media difficoltà, del Sentiero Italia del CAI, che consentano un primo approccio con il territorio di media/alta montagna con o senza pernottamento presso le strutture ricettive del CAI (o rifugi accreditati).</li> <li>4. Attività mirate alla conoscenza del territorio dal punto vista idrogeologico e paesaggistico.</li> <li>5. Primi approcci alla conoscenza e all'utilizzo delle cartine topografiche (conoscenza delle scale, orientamento della cartina, punti di riferimento ...)</li> <li>6. Attività motoria in ambiente naturale</li> </ol>

<b>PARTNER del progetto</b> Specificare quali partner sono coinvolti se previsti.	Il progetto sarà realizzato in collaborazione con il Liceo F. Enriques Ostia (responsabile scolastico del progetto prof. Giordano Cecchetti)
<b>RISORSE UMANE COINVOLTE</b> (anche esterne al CAI)  Numero orientativo di soci e/o volontari esterni che si prevede di coinvolgere nel progetto. Indicare eventuali figure professionali impiegate per la qualificazione del progetto.	Si prevede di coinvolgere nel progetto: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Accompagnatori ed esperti del CAI (geologi, ingegneri, medici)</li> <li>• Docenti accompagnatori sia durante le uscite in ambiente montano che durante le lezioni teoriche</li> </ul>
<b>CLASSI A CUI È RIVOLTO:</b>	TUTTE LE CLASSI DEL TRIENNIO (l'attività descritta, risulterà valida come PCTO)
<b>TEMPI DI REALIZZAZIONE</b>  Cronoprogramma delle attività del progetto	L'organizzazione complessiva del progetto ha ripartito le attività nel seguente periodo: settembre – ottobre. <ul style="list-style-type: none"> <li>• Nel periodo precedente alla settimana di ottobre (7-13, dedicata alle uscite), saranno previsti degli incontri di preparazione su tematiche naturalistiche montane, su tematiche di sostenibilità ambientale ...</li> <li>• Nel periodo dal 7 al 13 ottobre, si svolgeranno invece le uscite dedicate in ambiente montano e su percorsi del SICAI</li> <li>• Compatibilmente ad esigenze di bando (eventuale slittamento/allungamento del periodo, si potrebbero realizzare uscite in ambiente innevato, mediante l'utilizzo di ciaspole/sci da fondo</li> </ul>
<b>Noleggio Pullman 1400 €</b> <b>Materiali 100 €</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Eventuale Vitto e alloggio presso il rifugio o strutture ricettive CAI opunti di accoglienza SICAI</li> <li>• Noleggio pullman o biglietti altri mezzi di trasporto, Acquisto/noleggio di materiali per lo svolgimento di attività di preparazione e in ambiente esterno: kit orienteering, ciaspole, sci da fondo, ghette, bastoncini ...</li> <li>• Servizi (es. ingressi in museo, partecipazione a manifestazioni ...)</li> </ul>

<b>REFERENTE CAI DEL PROGETTO</b>	Presidente Giampaolo Cavalieri Sezione CAI di Roma
<b>REFERENTI SCOLASTICI DEL PROGETTO</b>	Prof. Giordano Cecchetti
Roma, lì 30/03/2024	