



SCUOLE SECONDARIE DI PRIMO GRADO

PROGRAMMA delle ATTIVITA' di
PROMOZIONE alla SALUTE e al BENESSERE
ASL VC





MONTAGNA: UN RESPIRO DI VITA

Destinatari: Studenti delle scuole Secondarie di 1° grado

Premessa: avvicinare i ragazzi all'escursionismo presenta numerosi risvolti:

- 1) praticare un'attività fisica sana e non competitiva, che contrasti la quotidianità sedentaria della maggior parte dei ragazzi e che favorisca momenti di socializzazione e scambio fra ragazzi;
- 2) avvicinare i giovani all'ambiente con la possibilità di conoscere natura e territorio spiegando quali sono i benefici del tempo trascorso all'aria aperta e i danni dell'inquinamento ambientale e della vita in città;
- 3) fornire ai ragazzi gli strumenti per praticare l'escursionismo in sicurezza e indicare i pericoli che la montagna può presentare.

Obiettivo generale: promuovere l'attività motoria e l'educazione ambientale attraverso l'avvicinamento alla montagna.

Obiettivi specifici:

- Informare i ragazzi dei benefici per la salute dell'attività fisica legata alla montagna;
- Educare ad uno stile di vita salubre e al contatto con la natura;
- Illustrare come effettuare escursioni in sicurezza.

Ricadute per gli insegnanti: aumento del benessere nel gruppo classe.

Metodologia di lavoro:

- Incontro di presentazione del progetto negli Istituti Comprensivi interessati allo scopo di spiegare finalità e modalità organizzative;
- Incontri informativi di un'ora per ogni classe aderente (con gli studenti) tenuti da un Accompagnatore di Alpinismo Giovanile del CAI (Club Alpino Italiano) e da un pediatra.
- Organizzazione di una escursione in montagna in collaborazione con il CAI. Alla Scuola competerà l'organizzazione del pullman, al CAI l'organizzazione dell'escursione in ambiente. È richiesto alla Scuola di riservare gratuitamente in pullman i posti anche per i docenti del progetto (CAI e ASL); in alternativa ai Volontari CAI, in caso di utilizzo di mezzi propri, dovrà essere riconosciuto il rimborso spese viaggio (carburante e pedaggi autostradali). La copertura assicurativa degli Accompagnatori di Alpinismo Giovanile CAI NON è a carico della Scuola in

quanto i volontari CAI sono assicurati dall'associazione e il personale ASL effettua l'uscita in orario di servizio.

Valutazione: realizzazione a fine anno dell'escursione, condotta dal gruppo di Alpinismo Giovanile del CAI di Vercelli e dall'ASL, a cui potranno partecipare studenti, docenti, e famiglie.

Impegno di lavoro: un incontro organizzativo di un'ora per gli insegnanti in ogni Istituto Comprensivo interessato. Due moduli orari di intervento in classe con gli esperti. Entrambi gli incontri potranno essere organizzati in remoto su richiesta della scuola o per necessità organizzative.

Criteri di realizzazione: l'intervento è realizzabile negli istituti del Comune di Vercelli e limitrofi. E' necessario stipulare (a titolo gratuito) la convenzione CAI-SCUOLA per l'uscita in montagna.

Responsabile: Dott.ssa Elena Uga, S.C. Pediatria

Link al progetto:

https://www.retepromozionesalute.it/bd2_scheda.php?idpr2=4227