**Cammina Pulito**

**Impegnarsi per l’ambiente, passeggiare nella natura e prendersi cura del proprio**

**luogo.**

**Presentazione del progetto**:

Il progetto si presenta come percorso interdisciplinare in cui possono innestarsi tutte le attività outdoor e le lezioni itineranti delle varie discipline partendo da un percorso comune imperniato sull’ecotrekking e sul plogging. Il termine Plogging deriva dall’unione tra**“**running” e “plocka upp”(“raccogliere” in svedese), si tratta di camminare (meglio se in gruppo) e raccattare le cartacce o le lattine che giacciono sui prati, sulle stradine o sui marciapiedi. Non si tratta solo di un’attività fisica, bensì di una vera e propria missione collettiva per rendere più pulito il proprio territorio.

**Numero alunni destinatari**:

ragazze e ragazzi delle tre classi della scuola secondaria.

Il target di riferimento si colloca in una fascia di disagio rappresentato da assenze e insuccessi nelle discipline principali con un profitto mediamente non soddisfacente e con una valutazione del comportamento poco positiva. In particolare vengono presi in considerazione i voti riportati nel primo quadrimestre nelle varie discipline.

**Durata in ore**: venti ore

Periodo di svolgimento: febbraio - giugno

**Motivazione dell’intervento**:

L’ambiente naturale si presenta come una palestra a cielo aperto e senza confini in grado di offrire opportunità di crescita smisurate sotto gli aspetti più diversificati. Affrontare, risolvere, individuare, conoscere, prevedere, intuire, dedurre, sono operazioni che si presenteranno nell’esplorare ambienti ricchi di stimoli e attività. Le competenze motorie della maggioranza degli adolescenti frequentanti l’istituto si manifestano in progressiva diminuzione accanto ad una preoccupante diffusione di vizi posturali che evolvono verso paradismorfismi a successivo impatto sociale. Stili di vita certamente poco conformi alle caratteristiche peculiari del corpo umano si stabilizzano in età sempre più precoci: ipocinesia e dipendenza tecnologica. D’altro canto la poca cura degli spazi comuni (aiuole, marciapiedi, sentieri) e il poco rispetto per l’ambiente sono sempre più spesso sotto gli occhi di tutti. La generazione “zero waste” può finalmente dare una svolta positiva a questi due impegnativi problemi odierni.

L’intervento offre stimoli forti sui diversi piani: educazione ambientale ad una cittadinanza attiva, valorizzazione delle soft skills (competenze apprese dagli allievi in contesti informali e non-formali) che troppo spesso restano un tesoro sommerso del quali però ragazzi e ragazze sono dotati. Una esperienza alternativa alla realtà quotidiana che, per un abuso di social e web, diventa una realtà virtuale , ed una proposta salutare e coinvolgente legata alla conoscenza dell’ambiente, alla socializzazione, alla cooperazione .

**Finalità generali**:

Conoscere e rispettare le norme di sicurezza, comportamentali da rispettare nella pratica del trekking e nelle attività in ambiente naturale. Conoscere e rispettare il proprio corpo come fonte di benessere fisico, psichico e sociale. Valutare le opportunità lavorative legate alla conoscenza del territorio, alla capacità comunicativa e relazionale, alla valorizzazione del pensiero divergente. Riconoscere l’importanza della cura del corpo e del sé in forma più estesa per raggiungere un equilibrio salutare e benefico. Conoscere e rispettare il territorio in cui viviamo, in particolare le risorse del territorio rappresentate dai parchi e dalle riserve naturali. Comprendere l’unità mente-corpo e la necessità di salvaguardarne l’equilibrio attraverso esperienze di contatto con le ricchezze naturali proprie del Gargano. Individuare le pratiche e gli interventi che consentono di migliorare il proprio stato di benessere in modo salutare e costante. Socializzare e collaborare. Conoscere e individuare le competenze di cittadinanza ( risolvere i problemi, collaborare e partecipare, comunicare, ecc.) nelle azioni e attività quotidiane comprendendone la reale importanza e riconoscendone la validità.

**Obiettivi formativi specifici**:

 Incremento della capacità aerobica. Miglioramento della coordinazione dinamica generale e specifica, intersegmentaria . Attuazione di movimenti rielaborazione degli schemi motori dinamici su terreni differenti. Incremento della sensibilità propriocettiva della volta planare e miglioramento dell’equilibrio statico e dinamico.. Sperimentare e assumere diversi ruoli all’interno del gruppo. Collaborare in modo funzionale nel gruppo per il raggiungimento di un obiettivo prefissato. Rispettare gli impegni ed i tempi delle consegne. Conoscere e rispettare la natura nelle sue diverse forme di vita. Essere consapevoli del potenziale allenante rappresentato dalle attività in ambiente naturale. Sapersi orientare nello spazio. Rispettare le norme comportamentali e di sicurezza. Conoscere i principi fondamentali di una corretta alimentazione . Saper scegliere gli alimenti prima di un’ escursione. Attrezzare lo zaino prima di un’ escursione. Saper selezionare le informazioni per la realizzazione di un prodotto finale.

**Obiettivi formativi trasversali**:

 Conoscere se stessi e le proprie inclinazioni, peculiarità, limiti, prestazioni accettandoli e impegnandosi in una crescita consapevole. Progettare e gestire i tempi di esecuzione di un compito in modo da assolvere efficacemente all’impegno assunto. Collaborare all’interno di un gruppo riconoscendo ed accettando i ruoli, i compiti, i meriti, i limiti dei singoli componenti. Imparare in situazione (learning by doing) traendo insegnamento dalle esperienze vissute e capitalizzando gli errori trasformandoli in momenti di crescita. Incrementare le competenze sociali attraverso relazioni interpersonali con soggetti differenti per ruolo, età, genere e stili comportamentali. Rispettare gli impegni assunti nei confronti del gruppo o dei singoli, nei tempi concordati. Comunicare in modo funzionale ed efficace accostando al codice linguistico anche il linguaggio del corpo. Gestire le emozioni positive e negative che possono presentarsi durante le attività, in particolare superando con successo i compiti ignoti che possono presentarsi. Conoscere le ricchezze naturali e paesaggistiche del territorio in cui si vive. Assumere comportamenti responsabili nei confronti dell’ambiente a tutela dell’intero ecosistema di cui l’uomo è parte. Saper interpretare segni e segnali provenienti dall’ambiente per poterne prevedere eventi meteorologici, Individuare direzioni e sapersi orientare.

**Linee metodologiche**:

Ricerca-azione, learning by doing, problem solving, peer education.

**Modalità e strumenti di controllo e valutazione del processo** (competenze in ingresso, progressi compiuti, risultati, grado di soddisfazione degli allievi e delle famiglie):

Saranno somministrati questionari conoscitivi agli alunni/e ed effettuati dei test d’ingresso per rilevare le capacità motorie dei singoli partecipanti. Le attività di plogging si svolgeranno sul solco di un un intervento con caratteristiche varie e trasversali in cui tutte le competenze chiave di cittadinanza troveranno il luogo ed il modo per essere incrementate e potenziate.