

# Il nostro Parco

Educazione Ambientale



per scuole primarie e secondarie  
nel

Parco Nazionale dei Monti Sibillini

Con il patrocinio di



Regione Marche



Regione Umbria



# Oiettivi didattici



## Finalità progettuali ed obiettivi didattici:

- ✦ Sensibilizzare gli alunni sull'importanza di ricercare un equilibrio tra lo sfruttamento delle risorse naturali e la conservazione degli habitat e di promuovere nuovi modelli di sviluppo che garantiscano una maggiore sostenibilità ecologica
- ✦ Costruire una relazione organica, continuativa e produttiva tra scuola e territorio
- ✦ Riscoprire, attraverso la natura, le nostre capacità sensoriali
- ✦ Fornire le chiavi di lettura per una interpretazione del paesaggio e per riconoscere gli elementi di pregio naturale e le criticità di un territorio



## Tutte le esperienze avverranno all'interno di un nutrito programma di attività all'aria aperta

I mezzi per le escursioni, che siano solo i nostri arti, o quelli di un cavallo o asino, che siano dei gommoni per discendere un fiume o delle corde per superare gole impervie, saranno i luoghi a deciderli. Ci preme sottolineare l'entusiasmo che tale proposta, elaborata anche sulla base del lavoro svolto con centinaia di classi, suscita nei ragazzi, il conseguente profitto cognitivo e l'assoluta sicurezza delle escursioni, condotte da esperti naturalisti, da guide alpine, istruttori e guide delle varie discipline.

Le tematiche didattiche proposte riguardano l'ambiente del **Parco Nazionale dei Monti Sibillini**, le sue emergenze florofaunistiche e le complesse interazioni tra uomo e ambiente naturale che hanno fatto la storia di questo territorio.



Per informazioni e prenotazioni

**Rifugio di Cupi** Tel. 0737 971041 - 338 7678308 - 348 7356565 - Fax 0742 5931197

Visitate il nostro sito: [www.asgaia.it](http://www.asgaia.it)

scriveteci a: [info@asgaia.it](mailto:info@asgaia.it)



# Un giorno nel Parco



## Programmi esempio per un giorno di educazione ambientale

### Rafting + educazione ambientale

- ore 09.00 Arrivo a Biselli di Norcia e suddivisione dei ragazzi in due gruppi  
ore 09.30 Primo gruppo: **rafting**; secondo gruppo: **visita** alle Gole di Biselli e studio dell'ecosistema fluviale con raccolta di campioni  
ore 11.00 Secondo gruppo: **rafting**; primo gruppo: **visita** alle Gole di Biselli e studio dell'ecosistema fluviale con raccolta di campioni  
ore 13.30 Pranzo  
ore 14.30 Possibilità di **visita** a luoghi di particolare interesse della Valnerina (da concordare)  
**ATTIVITA' OPZIONALE** **Campo Avventura** (percorso attrezzato sugli alberi con una serie di passaggi sospesi, realizzati mediante un ponte tibetano, uno tirolese, mediante tronchi disposti in serie, e delle emozionanti teleferiche) e studio dell'ecosistema boschivo  
ore 18.30 Rientro ai luoghi di provenienza



## Sarà regalato alla scolaresca un cd con foto e filmati dell'esperienza

### Percorso avventura natura Lago di Fiastra

- ore 09.30 Arrivo al Lago di Fiastra  
ore 10.00 Inizio prova di **orienteering** in parte su terreno e in parte in acqua con l'ausilio di natanti  
ore 13.00 Pranzo al sacco  
ore 14.30 **Sentiero natura** lungo il lago e il fiume e **passaggi sospesi su funi tra gli alberi, ponte tibetano, teleferiche**, ecc. e prove di  **tiro con l'arco**  
ore 17.30 Rientro ai luoghi di provenienza



Le escursioni e i campi scuola possono essere integrati con una lezione preliminare in classe, concordata con gli insegnanti, che sarà propedeutica all'esperienza laboratoriale in natura durante l'escursione. L'intervento in classe tratterà i seguenti **argomenti**: l'importanza della risorsa idrica; caratteristiche del bacino idrografico del fiume Corno; ecosistema fluviale: flora e fauna; parametri chimici, fisici e biologici; l'utilizzo dei bioindicatori per il monitoraggio ambientale; caratteristiche socio culturali ed economiche della Valnerina.

**Equipaggiamento. I ragazzi dovranno portare:** tuta da ginnastica, scarpe da trekking, k-way, costume, cappello, asciugamano, **ricambio** di intimo, pantaloni, maglietta e scarpe.

# Più Giorni nel Parco



*I seguenti programmi sono a titolo esemplificativo*

*Tutte le attività e le durate dei campi scuola saranno concordati con i docenti*

## Campo scuola di 2 Giorni

### Primo giorno

- ore 09.30 Arrivo in autobus al Rifugio di Cupi
- ore 10.00 Benvenuto e presentazione generale del programma del campo scuola
- ore 10.30 **Escursione** didattico-ambientale in un sentiero nel Parco Nazionale dei Monti Sibillini
- ore 13.00 Pranzo al sacco
- ore 16.00 Produzione artigianale del formaggio: **dalla mungitura in stalla alla trasformazione** con degustazione della ricotta appena confezionata
- ore 20.00 Cena
- ore 21.00 Spazio autogestito

### Secondo giorno

- ore 08.00 Colazione
- ore 09.00 Arrivo in autobus alla sede fluviale di Biselli di Norcia e suddivisione dei ragazzi in due gruppi. 1° gruppo **rafting**. 2° gruppo **educazione ambientale** lungo il bosco ripariale del fiume Corno e **campo avventura con passaggi sospesi, ponte tirolese, teleferica, ecc.**
- ore 11.00 Inversione delle attività dei due gruppi
- ore 13.00 Pranzo al sacco
- ore 14.30 Possibilità di **visita** a luoghi di particolare interesse in Valnerina (da concordare)
- ore 17.00 Rientro ai luoghi di provenienza



## Campo scuola di 2 giorni sulla NEVE

### Primo giorno

- ore 09.30 Arrivo in autobus al Rifugio di Cupi
- ore 10.00 Benvenuto e presentazione generale del programma del campo scuola
- ore 10.30 **Escursione** su sentiero del Parco Nazionale **con ciaspole** in presenza di terreno innevato
- ore 13.00 Pranzo al sacco
- ore 15.00 Preparazione del **pane**: dall'impasto al forno
- ore 20.00 Cena
- ore 21.00 Spazio autogestito

### Secondo giorno

- ore 08.00 Colazione
- ore 09.00 Trasferimento in autobus presso le piste battute per l'attività di **sci di fondo**
- ore 10.00 Arrivo sulle piste e suddivisione dei ragazzi in due gruppi: 1° gruppo attività di **sci di fondo** e 2° gruppo attività di **orienteering**
- ore 12.30 Pranzo al sacco
- ore 13.30 Inversione delle attività dei due gruppi
- ore 17.00 Rientro ai luoghi di provenienza



I Campi scuola si terranno presso il Centro di Educazione Ambientale di Cupi di Visso (MC).

**Tutti i programmi possono essere, su richiesta, strutturati su 3 o più giorni.**

In caso di maltempo il programma può variare; tra le attività alternative vi è la preparazione del pane, del formaggio, tiro con l'arco, attività laboratoriali e visione di materiale audiovisivo.



# Le attività



Attività all'aria aperta attraverso le quali saranno solti i temi di educazione ambientale

## Nei campi scuola si può scegliere tra le seguenti attività

### Escursionismo

Il Parco Nazionale dei Monti Sibillini e la Valnerina permettono di effettuare escursioni, di varie difficoltà e tipologie, con panorami molto suggestivi e coinvolgenti.

### Nordic walking

Il nordic walking nato in Finlandia come metodo di allenamento estivo per gli sciatori di fondo, utilizza dei bastoni appositamente studiati per coinvolgere la parte superiore del corpo. I vantaggi offerti da questi bastoni sono il sostegno su terreni scoscesi e il parziale sgravio del peso corporeo sulle articolazioni delle gambe. Vi sono illimitati sentieri sui Monti Sibillini dove praticare il nordic walking.

### Orienteering

L'orienteering consiste nell'andare in ambienti naturali muniti di mappa e bussola, compiendo un percorso con dei passaggi obbligati per alcuni punti segnati su una cartina. L'abilità e il divertimento, consistono nel trovare questi punti sul terreno nel minor tempo possibile studiando la carta topografica.

### Rafting

"Zatterando", improbabile traduzione di rafting, era il modo in cui i primi pionieri americani si avventuravano a bordo di zattere all'interno di vasti territori, utilizzando quelle che erano le vie naturali più percorribili: i fiumi ed i laghi. Ed è a bordo di gommoni, dalla prospettiva privilegiata di queste antiche vie senza traffico inquinante e rumoroso, che si potranno probabilmente incontrare il martin pescatore e lo scoiattolo.

### Percorsi avventura natura sul fiume e sul lago

Sono percorsi ecodinamici costituiti dai passaggi sospesi su funi orizzontali, come il classico ponte tibetano, il ponte tirolese, la teleferica, la ragnatela, ecc. Il tutto in ambienti naturali, sul fiume Corno o sul lago di Fiastra, con la possibilità di osservare le peculiarità naturali di questi particolari habitat.

### Tiro con l'arco

L'arco, un semplice attrezzo che ha origini antichissime, circa 20.000 anni fa, che ha influenzato enormemente il progresso umano. Utilizzando la tecnica del tiro istintivo, proponiamo vari percorsi di avvicinamento alla pratica.

### Preparazione del pane e del formaggio (anche in caso di maltempo)

All'interno del Rifugio è possibile preparare il pane, dall'impasto al forno. Nei periodi in cui vi è disponibilità di latte fresco di pecora è possibile effettuare l'attività di mungitura in stalla e di preparazione del formaggio e della ricotta, con successiva degustazione dei prodotti realizzati.

### Pittura naturalistica

Approccio al disegno naturalistico con tecnica al tratto con matite di grafite e colorate, acquerelli e approfondimenti della teoria dei volumi e del chiaroscuro.

### Asini

Gli asini in passato venivano impiegati come animali da soma o per smacchiare (portare fuori dal bosco la legna da ardere). Potranno essere utilizzati per accompagnare i gruppi in escursione.

### Approccio al golf

Questo che ora è uno sport d'élite in realtà fu inventato dai pastori nelle lunghe e noiose ore trascorse con il gregge al pascolo, e proprio nei prati limitrofi il Rifugio sarà possibile praticarlo.

### Pattinaggio su ghiaccio (anche in caso di maltempo)

E' possibile divertirsi pattinando sul ghiaccio al palazzetto di Ussita.

## Sulla NEVE nei mesi invernali

### Sci di fondo

Tecnica e pratica dello sci di fondo con conoscenza dei materiali e del loro uso con riferimento alla storia dello sci in Italia e nel mondo.

### Escursionismo con ciaspole

Grazie alle ciaspole (racchette da neve), è possibile fare delle splendide escursioni su terreni innevati; un modo diverso di accostarsi alla montagna nella sua veste invernale.

### Costruzione di igloo

La costruzione di igloo come l'antico popolo degli Inuit, è un'esperienza unica e indimenticabile.



Fanno parte del nostro staff  
istruttori e guide





# Il nostro Parco



*Per uno sviluppo che si basi sul godimento delle risorse naturali e non sul loro sfruttamento*

Con il programma "Il Nostro Parco" l'Associazione Gaia, che opera nell'ambito del turismo responsabile, propone al mondo della scuola una serie di attività nel Parco Nazionale dei Monti Sibillini. I suoi collaboratori praticano attività naturalistiche e sport all'aria aperta lungo l'Appennino umbro-marchigiano.

## Parco Nazionale dei Monti Sibillini

Il Parco Nazionale dei Monti Sibillini, i cui centri maggiori sono Visso, sede del Parco, e Norcia, si estende fra le regioni dell'Umbria e delle Marche. I suoi monti, che con la cima del Monte Vettore raggiungono la quota di 2.476 m s.l.m., sono la patria del lupo e dell'aquila, e negli ultimi anni hanno assistito al ritorno dell'orso e del camoscio.

I suoi versanti sono caratterizzati da profonde gole scavate dall'azione incessante di numerosi fiumi e torrenti. Le asperità di questo territorio ne hanno consentito la salvaguardia dal punto di vista ambientale e culturale. Sono pochi i luoghi al mondo, come questo, dove è possibile coniugare l'arte (cittadine medievali, abbazie e santuari) con paesaggi splendidi (i piani di Castelluccio), l'enogastronomia (il tartufo nero e la norcineria) e le attività all'aria aperta (trekking, rafting, ecc.).

*Tutto questo è quello che vogliamo farvi conoscere attraverso le nostre proposte*

## Il nostro Centro

La sede delle attività è il Rifugio escursionistico a Cupi di Visso situato lungo il sentiero "Il Grande Anello dei Sibillini" realizzato dal Parco Nazionale, a 1.000 m s.l.m..

La struttura offre 55 posti letto in accoglienti camere in stile rustico, due sale ristorante, è a disposizione per le scolaresche materiale ludico-didattico e laboratoriale con il quale saranno approfonditi i temi trattati.

Nei dintorni del Rifugio non è raro incontrare greggi di pecore e di mucche e poter godere di fantastici panorami e tramonti, tra i quali quelli sul Monte Bove e sul Santuario di Macereto.



*Per informazioni e prenotazioni*

**Rifugio di Cupi** Tel. 0737 971041 - 338 7678308 - 348 7356565 - Fax 0742 5931197

Visitate il nostro sito: [www.asgaia.it](http://www.asgaia.it)

scriveteci a: [info@asgaia.it](mailto:info@asgaia.it)