



**Club Alpino Italiano**

**Corso nazionale di aggiornamento  
per insegnanti di educazione fisica  
della scuola secondaria di primo e secondo grado**

**“L'arrampicata in età evolutiva”**

**- Dall'arrampicarsi all'arrampicare -**

**Belluno,  
4-6 settembre 2015**



## **Club Alpino Italiano**

### **Corso nazionale di aggiornamento per insegnanti di educazione fisica della scuola secondaria di primo e secondo grado**

# **“L'arrampicata in età evolutiva”**

## **- Dall'arrampicarsi all'arrampicare -**

**Belluno,**

**4-6 settembre 2015**

## **Sintesi progettuale**

Nell'evoluzione motoria del bambino il movimento dell'arrampicare si sviluppa ancora prima del correre, azione che, a differenza dell'arrampicare, è elemento costitutivo prevalente delle varie e molteplici attività motorie comunemente proposte e praticate nelle differenti discipline sportive. E' importante, dunque, far riscoprire e riproporre, in particolare nell'età evolutiva, questa azione istintiva ed innata che porta alla scoperta della dimensione verticale.

Il corso di aggiornamento è inteso anche a proporre agli insegnanti un metodo consolidato per usufruire al meglio delle metodologie di approccio e per l'approfondimento dei contenuti.

In quest'ottica il CAI rappresenta una risorsa importante non solo per la profonda conoscenza della tematica specifica sviluppata nel tempo, ma soprattutto per la visione d'insieme del contesto: sviluppo della persona, conoscenza e rispetto dell'ambiente, conoscenza delle misure da adottare per svolgere in sicurezza una attività potenzialmente pericolosa.

Il corso si svilupperà da venerdì 4 settembre a domenica 6 settembre 2015 e sarà articolato in lezioni frontali ed attività pratiche in ambiente.



# Club Alpino Italiano

## PROGETTO DI FORMAZIONE

a cura di:

**Commissione Nazionale Scuole di Alpinismo, Scialpinismo e  
Arrampicata Libera (CNSASA)**

*con il patrocinio di*



La Commissione Nazionale Scuole di Alpinismo, Scialpinismo e Arrampicata Libera del Club Alpino Italiano organizza, nel periodo 4-6 settembre 2015, a Belluno (BL) in Veneto, un corso di aggiornamento per docenti di scienze motorie e sportive della scuola secondaria di primo e secondo grado.

Belluno, già città Alpina nell'anno 1999 e dal 2009 capitale delle Dolomiti Patrimonio Mondiale UNESCO, sorge su uno zoccolo roccioso alla confluenza tra il fiume Piave ed il Torrente Ardo. Proprio nella valle del Piave ed in alcune sue valli laterali fin dagli anni '80 si è sviluppato l'interesse per l'arrampicata in falesia, dapprima come preparazione per le scalate in montagna, poi come attività fine a se stessa.

La struttura di accoglienza del corso si trova nel centro di Belluno, per cui in pochi minuti si può accedere ai vari luoghi di interesse storico della città: la Basilica Cattedrale di San Martino, il Palazzo dei Rettori, la Chiesa di Santo Stefano, la Chiesa di San Pietro ed il Museo Civico.

La uscita in ambiente del corso si svolgerà, tempo permettendo, nella falesia di Erto che è stata per almeno un decennio la falesia di punta del movimento arrampicatorio europeo, situata nelle immediate vicinanze della ben più famosa diga del Vajont, esempio perenne di un uso scriteriato del territorio.

Di seguito le principali caratteristiche del corso:

<p><b>1. TEMA</b></p>	<p><b>“L’arrampicata in età evolutiva”</b></p> <p>Il corso è finalizzato alla conoscenza dell’arrampicata come elemento utilizzabile per la progettazione di attività didattiche, fisiche e ludico-motorie, in ambiente naturale ed indoor, rispettando i necessari accorgimenti di tutela della sicurezza.</p>
<p><b>2. FINALITÀ</b></p>	<p>A. Offrire ai docenti l’opportunità di acquisire conoscenze scientifiche, competenze metodologiche ed operative trasferibili all’interno della propria programmazione didattica ed applicabili al proprio territorio. Queste conoscenze sono riconducibili a tematiche educative, ambientali, scientifiche e ludiche (con particolare riferimento alle aree montane).</p> <p>B. Favorire la nascita e la realizzazione di esperienze didattiche trasferibili nella pratica e tali da coinvolgere gli alunni quali protagonisti, per un accostamento all’ambiente in chiave ambientale e di sicurezza, con metodologie scientificamente corrette.</p> <p>C. Permettere agli insegnanti di conseguire una maggiore autonomia operativa nella fruizione dell’ambiente (montano in particolare), come laboratorio didattico ed educativo.</p> <p>D. Fornire ai docenti gli strumenti utili per incoraggiare nei giovani allievi l’arrampicata in ambiente indoor e outdoor in piena sicurezza.</p>
<p><b>3. OBIETTIVI DEL CORSO</b></p>	<p>A. Fornire gli strumenti per sperimentare e sviluppare lo schema motorio di base proprio dell’arrampicare, inteso come gestione dello spazio verticale, attraverso le diverse attrezzature presenti in palestra.</p> <p>B. Riutilizzare schemi e abilità motorie già strutturati al fine di trasferirli in situazioni legate all’arrampicata.</p> <p>C. Passaggio dallo schema motorio all’abilità motoria per raggiungere l’obiettivo finale dell’acquisizione dell’abilità sportiva della disciplina.</p> <p>D. Fornire una strategia di approccio alle tematiche affrontate favorendo la programmazione di esperienze rispettando i criteri di sicurezza.</p> <p>E. Promuovere delle iniziative, concordate tra Scuole e Sezioni del CAI, mirate allo svolgimento di attività motorie e dell’arrampicata, sia in palestra che in ambienti naturali.</p>
<p><b>4. METODOLOGIA</b></p>	<p>A. Preparare e realizzare moduli didattici sull’arrampicata in orario curricolare.</p> <p>B. Preparare e realizzare progetti, nell’ambito dei Giochi Sportivi Studenteschi, in orario extra-curricolare.</p> <p>C. Preparare e realizzare esperienze in ambiente naturale comprendenti anche l’arrampicata.</p> <p>D. Conoscere le realtà didattiche operanti presso le Sezioni del CAI al fine di individuare possibili forme di collaborazione tra Scuole e Istruttori/Accompagnatori del CAI.</p>
<p><b>5. GRUPPO DI LAVORO PROGETTO SCUOLA</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Paolo BORCIANI</b>, Comitato Direttivo Centrale del CAI</li> <li>• <b>Francesco CARRER</b>, Coordinatore CAI-SCUOLA</li> <li>• <b>Sergio CHIAPPIN</b>, Docente S.S., referente MIUR</li> <li>• <b>Antonio Radice</b>, Presidente Commissione Scuole Alpinismo</li> <li>• <b>Filippo Di Donato</b>, Commissione Centrale TAM</li> <li>• <b>Carlo Alberto Garzonio</b>, Componente Comitato Scientifico del CAI</li> <li>• <b>Dolores De Felice</b>, Commissione Centrale Alpinismo Giovanile</li> <li>• <b>Armando Beozzo</b>, Commissione Centrale Alpinismo Giovanile</li> <li>• <b>Roberto Tomasello</b>, Supporto Tecnico</li> </ul>

<b>6. DIRETTORE SCIENTIFICO</b>	Prof. <b>Claudio DALLA PALMA</b> , coordinatore Provinciale Educazione Fisica e Sportiva U.S.T. di Belluno.
<b>7. DIRETTORE TECNICO</b>	Prof. <b>Bruno CAPRETTA</b> , insegnante di scienze motorie e sportive a Belluno, Istruttore Nazionale di Arrampicata Libera.
<b>8. RESPONSABILE ORGANIZZATIVO</b>	<b>Rinaldo DELL'EVA</b> , Istruttore Nazionale di Alpinismo, vicepresidente della Commissione Biveneta Scuole di Alpinismo, Scialpinismo e Arrampicata Libera del CAI.
<b>9. RELATORI</b>	<p>I relatori sono stati individuati tra docenti di educazione fisica e scienze motorie, Istruttori Nazionali di Arrampicata Libera, educatori ed esperti con ampia esperienza didattica e di lavoro nelle scuole:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• prof.ssa <b>Nicoletta BRESSA</b>, insegnante di scienze motorie e sportive e Istruttore Fasi di Arrampicata;</li> <li>• prof. <b>Bruno CAPRETTA</b>, insegnante di scienze motorie e sportive e Istruttore Nazionale di Arrampicata Libera;</li> <li>• <b>Antonio RADICE</b>, Istruttore Nazionale di Alpinismo e Presidente della Commissione Nazionale Scuole di Alpinismo, Scialpinismo e Arrampicata Libera del CAI;</li> <li>• <b>Edoardo MARTINOLI</b>, Istruttore Nazionale di Alpinismo, di Scialpinismo e di Arrampicata Libera e componente della Scuola Centrale di Alpinismo, Scialpinismo e Arrampicata Libera del CAI;</li> </ul>
<b>10. ISTRUTTORI</b>	<p>Gli istruttori sono tutti Istruttori Nazionali di Arrampicata Libera di provata esperienza e capacità didattiche:</p> <p><b>Bruno CAPRETTA</b>  <b>Livio FALDON</b>  <b>Stefano FERRO</b>  <b>Silvano LOCATELLO</b>  <b>Edoardo MARTINOLI</b>  <b>Giampietro ROSSI</b></p>
<b>11. DESTINATARI</b>	<p>Docenti di Scuola Secondaria di I e II grado, di scienze motorie e sportive. Essendo il corso di formazione programmato su scala nazionale, si cercherà di favorire ed incoraggiare, nei limiti del possibile, la partecipazione di docenti provenienti da diverse regioni italiane, anche in vista di possibili scambi di esperienze che valorizzino il patrimonio di conoscenze e competenze presenti in diversi contesti territoriali.</p>

**12. ATTREZZATURA**

Per la partecipazione al corso sarà necessario disporre dell'equipaggiamento individuale per l'arrampicata: scarpette, imbracatura, casco; tuttavia tale materiale potrà essere fornito dagli organizzatori previa segnalazione sulla scheda di iscrizione. Sarà inoltre a carico degli organizzatori la dotazione di altro materiale tecnico specifico (es. corde, bloccanti assistiti, ecc.)

Ai partecipanti si consiglia inoltre di dotarsi di abbigliamento sportivo, per attività indoor e outdoor, idoneo per escursionismo autunnale: scarpe da trekking, zainetto, giacca a vento, maglione o pile, pantaloni comodi

**13. DATA E SEDE DEL CORSO**




I partecipanti alloggeranno alla casa per ferie "Al Centro" presso il Centro Congressi Giovanni XXIII. Il trattamento sarà di pensione completa, con sistemazione in camere singole, doppie o triple. L'hotel si trova nel centro di Belluno, in Piazza Piloni e nelle immediate adiacenze è possibile accedere ai vari luoghi di interesse del Centro Storico della città: la Basilica Cattedrale di San Martino, la Chiesa di Santa Maria delle Grazie, il Palazzo dei Rettori, il Museo Civico, la Chiesa di San Pietro e la Chiesa di Santo Stefano




Lo svolgimento del corso è previsto da venerdì 4 a domenica 6 settembre 2015. Le informazioni di carattere logistico saranno inserite nella scheda tecnica per l'iscrizione che verrà divulgata dopo il rilascio del decreto ministeriale di approvazione.

Il programma previsto è indicato nelle pagine successive. L'organizzazione si riserva di modificarlo in funzione delle condizioni meteorologiche, spostando, eventualmente, la giornata di attività outdoor.

**14. ORGANIZZAZIONE DEL CORSO**

	<b>mattina</b>	<b>pomeriggio</b>	<b>sera</b>
<b>venerdì 04/09/2015</b>	indoor	indoor	indoor
<b>sabato 05/09/2015</b>	outdoor	outdoor	indoor
<b>domenica 06/09/2015</b>	indoor	indoor	

# Programma dei lavori

## Venerdì, 4 settembre 2015

Ore 09:30	Arrivo dei partecipanti, registrazione e sistemazione presso il Centro Giovanni XXIII
Ore 10:00	Apertura del corso e saluto delle autorità
Ore 10:30	Centro Giovanni XXIII – Lezione teorica: <b>Presentazione del protocollo d'intesa CAI-MIUR – Prof. Francesco Carrer</b>
Ore 11:15	Centro Giovanni XXIII – Lezione teorica: <b>Attività della Commissione Nazionale Scuole di Alpinismo, Scialpinismo e Arrampicata Libera del CAI - Antonio Radice</b>
Ore 12:30	<b>Pranzo</b>
Ore 14:00	Istituto G. Galilei – Belluno Lezione teorica: <b>La prestazione e le sue componenti - Prof.ssa Nicoletta Bressa</b>
Ore 16:00	Palestra Istituto G. Galilei - Belluno Lezione pratica: <b>Attività di sviluppo della gestualità dell'arrampicare utilizzando le normali attrezzature presenti nelle strutture scolastiche – Prof.ssa Nicoletta Bressa e Prof. Bruno Capretta</b>
Ore 20:00	Cena Breve visita alla città (facoltativa)



## Sabato, 05 settembre 2015

Ore 08:30	Centro Giovanni XXIII – Belluno - Lezione teorica: <b>La catena di assicurazione: Edoardo Martinoli</b>
Ore 11:00	Falesia di Erto – Pordenone <b>Esercitazioni sul corretto utilizzo del materiale. I nodi. Assistenza degli istruttori del Corso.</b>
Ore 13:00	<b>Pranzo al sacco</b>
Ore 14:00	Falesia di Erto - Pordenone <b>Esercitazioni con l'utilizzo della corda. Progressioni tecniche elementari. Salite con corda dall'alto. Assistenza degli istruttori del Corso.</b>
Ore 20:00	Cena presso il ristorante <b>“Al Mulino”</b> di Bolzano Bellunese; a circa 4 Km. da Belluno, in una località caratteristica della valle dell'Ardo, con annessa piscicoltura. Spostamento con le auto.



## Domenica, 6 settembre 2015

**Ore 10:00** Struttura indoor "Sportler Center" di Silea (TV), a circa 70 Km da Belluno, nei pressi dell'uscita Treviso Sud dell'Autostrada A27.  
**Conoscenza della struttura indoor ed esercitazioni senza l'uso della corda. Progressioni. Tecniche elementari con l'assistenza degli istruttori del Corso.**

**Ore 13.00** Pranzo al sacco

**Ore 14:00** Struttura indoor "Sportler Center" di Silea (TV)  
**Esercitazioni in struttura con l'utilizzo della corda con l'assistenza degli istruttori del Corso.**

**Ore 17:00** Struttura indoor "Sportler Center" di Silea (TV)  
**Considerazioni finali. Consegna dei diplomi. Compilazione del Questionario finale. Chiusura del corso**

