

Dipartimento asset strategici, attrazione degli investimenti e saperi Eso 4.5 del Pr Calabria fse/fse 2021/2027 Piano di azione competenze istruzione e formazione 2023/2027 Fse+dgr n161 del 10/04/2024 “VIVI E SCOPRI LA CALABRIA II” 2026		
Istituto comprensivo Corrado Alvaro Pasquale Megali Melito di Porto Salvo	1 ° modulo dal 14 al 18 settembre	Sorbo San Basile (CZ)
La mia prima avventura CUP H81I26000310002	C.I. 00001B-0234D3-017D2E	

PROGRAMMA

Giorno	Attività Principali	Orari Indicativi	Obiettivi Formativi
Giorno 1	Parco della Sila Arrivo e montaggio del campo base	08:00 Partenza 11:00 Arrivo nel villaggio del Parco della Sila e sistemazione 13:00 Pranzo 15:00 Laboratorio “Montiamo la tenda”: scaricare l’attrezzatura, stendere i teli, piantare i picchetti e preparare il campo base 20:00 cena in hotel 21:00 Animazione	<i>Sviluppare la manualità e il senso di collaborazione nel montaggio del campo base</i>
Giorno 2	Valle di Ciricilla Trekking e nodi fondamentali	08:00 Colazione 08:30 Partenza per la Valle di Ciricilla 09:00 Trekking didattico lungo i sentieri della Valle: camminata consapevole e ricerca di tracce tra erba, terra e piccoli guadi, Laboratorio di nodistica: nodo piano, parlato, scorsoio e bocca di lupo 13:00 pranzo 15:00 tempo libero nella natura 15:00 Esperti programmazione per le uscite successive preparazione timesheets ed impostazione relazione 20:00 Cena in hotel 21: 00 Animazione	<i>Potenziare la precisione manuale e la conoscenza dell’ambiente attraverso il trekking e la nodistica</i>
Giorno 3	Cascate del Monardo Escursione e educazione alimentare	08:00 Colazione 08:30 Partenza per le Cascate del Monardo 09:00 Escursione alle cascate: piccoli dislivelli e ostacoli naturali per allenare agilità ed equilibrio 13:00 Pranzo 15:00 Laboratorio di educazione alimentare: preparazione di una merenda sana a impatto zero 20:00 Cena in hotel 21:00 animazione	<i>Educare all’autonomia alimentare e al rispetto ecologico</i>
Giorno 4	Una notte nel bosco Agilità, resilienza e racconti al fuoco	08:00 Colazione 09:00 Esercizi di agilità e resistenza: percorsi di equilibrio, corsa con cambi di direzione, arrampicata su breve pendenza 13:00 Pranzo 15:00 Laboratorio di riconoscimento emotivo: dare un nome alle sensazioni provate (fatica, soddisfazione, timore, entusiasmo) 20:00 Cena serale nel bosco 21:00 Racconti e canzoni attorno al fuoco	<i>Migliorare la motricità e la resilienza emotiva attraverso il gioco e il riconoscimento delle emozioni</i>
Giorno 5	Conclusione Produzione video e restituzione	08:00 Colazione 09:00 Produzione del video “La mia prima avventura”: montaggio dei materiali raccolti (foto, brevi video-tutorial e disegni del campo) 13:00 Pranzo 15:00 Presentazione dei lavori multimediali 17:00 Rientro a destinazione	<i>Consolidare le competenze digitali e narrative attraverso la produzione di un video-racconto dell’esperienza</i>

N.B. Le attività facoltative di tempo libero o fuori programma sono da considerarsi a pagamento e a discrezione dell’Istituto Scolastico.

In caso di maltempo e/o allerta meteo le attività verranno svolte in struttura.

Gli orari e le attività potrebbero subire variazioni.

DOTAZIONE PERSONALE

OGNI PARTECIPANTE DOVRÀ AVERE LA SEGUENTE:

Articolo	Quantità consigliata	Note
Borsone o valigia/zaino grande	1	Deve contenere tutto l'occorrente
Zaino Sacca piccolo da escursione	1	Fornito dal progetto
Cappellino	1	Fornito dal progetto
Borraccia	1	Fornita dal progetto
T-shirt (anche vecchie/brutte per esercitazioni)	Almeno 2	Per attività motorie
Pantalone lungo	2-3	A seconda del periodo
Pantaloncini corti	3	A seconda del periodo
K-way/giacca leggera ombrellino	1	Per pioggia o vento leggero
Giacca a vento/piumino	1	A seconda del periodo
Scarpe adatte alle attività all'aperto	1 paio	Trekking o escursioni
Scarpe da escursione semplici	1 paio	Per passeggiate leggere
Scarpe da ginnastica	1 paio	Per attività generiche
Ciabatte	1 paio	Per doccia e relax
Tuta/pigiama	1	Per la notte
Ricambi completi (maglietta intima, calzini e mutande)	5	Per cambio quotidiano
Crema solare	1	Protezione solare
Occhiali da sole	1	Protezione occhi
Spray anti zanzare	1	A seconda del periodo
Materiale di consumo	vario	Fornito dal progetto
<u>Prodotti per il mal d'auto</u>	1	Braccialetti, gomme da masticare, cerottini, o altro consigliato dai medici o farmacisti per le famiglie