



*Ministero dell'Istruzione,
Ufficio Scolastico Regionale per la Sardegna
Direzione Generale
Ufficio 8° - Ambito Territoriale Oristano
Ufficio Educazione Sport e Salute, corretti stili di vita*

Alla cortese attenzione
-Dirigente scolastico
- Docenti
-Consiglio d'Istituto

Oggetto: Invito a partecipare alle attività didattiche del progetto "I giovani e la tutela degli ecosistemi naturali e dell'alimentazione sostenibile".

L'ufficio Scolastico di Oristano, il comune di Santa Giusta e la Regione Autonoma della Sardegna invitano i Dirigenti Scolastici, i docenti e studenti a partecipare all'iniziativa didattica "I giovani e la tutela degli ecosistemi naturali e dell'alimentazione sostenibile".

Possono partecipare gli studenti ed i docenti della scuola. Viste le argomentazioni proposte nel progetto è preferibile far accompagnare gli studenti dai docenti di scienze naturali e biologiche, scienze motorie, storia.

Si chiede cortesemente di comunicare almeno 5 giorni prima dell'evento, la data e quale escursione o escursioni si intende partecipare, il numero degli studenti partecipanti e dei docenti.

La partecipazione alle attività proposte nel programma sono a carico del comune di Santa Giusta e della Regione Sardegna assessorato alla PP.II.

Obiettivi del progetto

Il progetto è finalizzato a sostenere percorsi strutturati di educazione ambientale e sensibilizzazione ai corretti stili di vita, ad un'alimentazione sostenibile e all'importanza dell'esercizio fisico, rivolti a tutti i giovani dai 14 ai 35 anni, con l'obiettivo di:

- aumentare l'attenzione e la loro consapevolezza verso stili di vita sani (corretta

alimentazione ed esercizio fisico) attraverso l'acquisizione e lo scambio di conoscenze, valori, attitudini ed esperienze;

- favorire l'assunzione nella quotidianità di comportamenti responsabili attraverso scelte consapevoli orientate allo sviluppo sostenibile e alla tutela degli ecosistemi naturali;
- limitare o eliminare il disagio psicologico ed evolutivo (relazioni familiari problematiche, eventi di vita stressanti, disturbi alimentari, devianza e coinvolgimento in gruppi a rischio) e l'isolamento sociale (scarsa capacità di adattamento, presenza di problemi psicologici e comportamentali);

Azioni del progetto

Gli interventi progettuali si svilupperanno con le seguenti attività:

1. Incontri con i giovani coinvolti e con i portatori di interesse (5 incontri nelle sedi delle associazioni o in altri locali assembleari indicati dall'amministrazione comunale con soggetti portatori di interesse)
2. Visite guidate per la conoscenza del territorio in particolare delle zone umide, delle zone costiere delle zone montane con visite accompagnate da esperti al fine di insegnare sul campo ai giovani le metodologie di tutela degli ecosistemi naturali. In particolare trekking ,attività motorie con le biciclette. Durante le visite guidate saranno realizzate anche attività di raccolta dei rifiuti. Le visite guidate avranno il supporto di professionisti del settore delle scienze motorie, botaniche e faunistiche e ambientale, nutrizionali. Ognuno di loro fornirà ai partecipanti alle visite guidate utili informazioni sugli argomenti inerenti il proprio settore professionale.
3. Attività motorie finalizzate al conseguimento di corretti stili di vita e di prevenzione delle diverse patologie.
4. N° 11 attività di Laboratorio didattico (escursioni sul territorio e degustazione alimenti della dieta mediterranea), sui temi del progetto;
5. *Convention e convegno* di fine progetto e laboratorio didattico.
6. Presentazione attraverso conferenza stampa dei risultati conseguiti .
7. Organizzazione di una mostra , verranno esposti pannelli didattici, foto, ecc. sui temi trattati dal progetto ; la mostra resterà aperta al pubblico per 15 giorni.
8. Progettazione e distribuzione di un manuale sulla corretta alimentazione, uno sui benefici dell'esercizio fisico e uno sugli itinerari proposti con i relativi siti di grande interesse ambientale.

Le attività saranno accompagnate dalla riscoperta degli alimenti della dieta mediterranea in particolare quelli a km 0. Verranno utilizzati gli alimenti tipici della zona di Oristano.

Il progetto coinvolgerà le scuole e le organizzazioni del territorio che si occupano di educazione formale e informale dei giovani, tra cui associazioni giovanili e associazioni di volontariato.

Cronoprogramma

Il 29 Ottobre, 7-8-15 novembre visite guidate in prossimità della laguna di Santa Giusta.

Ritrovo a Oristano alle ore 09,00 nella Piazza giardino "Donatori di sangue", nell'incrocio strade via CAGLIARI e via Messina. Appello dei partecipanti e consigli utili sul percorso e sulla sicurezza.

Tempo percorrenza del percorso comprese le soste max 100-120 minuti. Tempo permanenza per la degustazione prodotti alimentari 30 minuti. Rientro verso punto di ritrovo.

. Il percorso si svilupperà percorrendo le zone pedonali verso il paese di Santa Giusta. Prima sosta dopo m 500, ingresso centro abitato lato ovest adiacente la laguna. Seconda sosta dopo m 400 nel porticciolo di attracco barche dei pescatori. Percorrendo le zone pedonali lato laguna si arriva alla terza sosta dopo m 600 in prossimità del ponte romano. Si prosegue verso la quarta sosta dopo m 400, camminando sulle apposite vie pedonali verso nord fino a raggiungere la piccola laguna di "Pauli maggiori".

Rientro verso il Centro civico di Santa Giusta, piazza Othoca, e in ambienti appositamente attrezzati, dei professionisti del settore della ristorazione allestiranno le tavolate con prodotti della dieta mediterranea e tutti potranno gustare.

Durante il percorso, le guide, tutte laureate nelle materie di competenza, illustreranno l'importanza della tutela degli ecosistemi naturali, del verde urbano e delle essenze vegetali autoctone, della storia del territorio. Ogni gruppo verrà accompagnato da due docenti di scienze motorie.

Il 22-25-26 Ottobre e 09 novembre visite guidate in zona mare nelle spiagge di abba rossa e buche frumini e visita alla peschiera di Santa Giusta.

Ritrovo a Oristano alle ore 09,00 nella Piazza giardino "Donatori di sangue", nell'incrocio strade via CAGLIARI e via Messina.

Appello dei partecipanti e consigli utili sul percorso e sulla sicurezza. In appositi mezzi di trasporto per passeggeri (Bus, ecc) si arriverà in prossimità della spiaggia di abba rossa o buche frumini e si inizierà il percorso di circa 2 km, si effettueranno 4 soste ogni 500 metri. Durante il percorso, le guide, tutte laureate nelle materie di competenza, illustreranno l'importanza della tutela degli ecosistemi naturali, del verde urbano e delle essenze vegetali autoctone, della storia del territorio. Ogni gruppo verrà accompagnato da due docenti di scienze motorie.

Rientro verso il Centro civico di Santa Giusta, piazza Othoca, e in ambienti appositamente attrezzati, dei professionisti del settore della ristorazione allestiranno le tavolate con prodotti della dieta mediterranea e tutti potranno gustare.

Tempo percorrenza del percorso comprese le soste max 100-120 minuti. Tempo permanenza per la degustazione prodotti alimentari 30 minuti. Rientro verso punto di ritrovo.

Il 20 novembre visita guidata nel Monte Arci,

Ritrovo alle ore 09,00 nella Piazza Othoca a Santa Giusta

Appello dei partecipanti e consigli utili sul percorso e sulla sicurezza. In appositi mezzi di trasporto per passeggeri (Bus, ecc) si arriverà nella pedemontana nella zona sosta “sa mizza de sa Figu” e si inizierà il percorso di circa 6 km verso il monte di Santa giusta e Palmas Arborea, si effettueranno 6 soste nei principali punti di interesse. Durante il percorso, le guide, tutte laureate nelle materie di competenza, illustreranno l'importanza della tutela degli ecosistemi naturali, del verde urbano e delle essenze vegetali autoctone, della storia del territorio. Ogni gruppo verrà accompagnato da due docenti di scienze motorie.

In ambienti appositamente attrezzati, dei professionisti del settore della ristorazione allestiranno le tavolate con prodotti della dieta mediterranea e tutti potranno gustare.

Il 29 novembre dalle ore 10,00 alle ore 12,30 si terrà il convegno sui “corretti stili di vita e attività eco-sostenibili” nella sala convegni del centro civico in piazza Othoca o nella sala “Open space” via Giovanni xxiii n° 123 del comune di Santa Giusta.

Il 5 e 6 dicembre visite guidate nel centro urbano di Santa Giusta e zone limitrofe.

Il 10 dicembre Convention finale con attività culturali, degustazioni alimentari e differenti attività motorie secondo il programma che verrà comunicato, nella piazza antistante il comune di Santa Giusta.

Dal 25 novembre al 10 dicembre Esposizione didattica dei pannelli, foto, ecc. su argomenti inerenti l'attività del progetto. Sala esposizione nel centro civico, piazza Othoca, di Santa Giusta.

Ogni ulteriore precisazione in merito al progetto, comunicazioni inerenti l'adesione alle attività sopra esposte, chiamare all'ufficio educazione fisica e corretti stili di vita dell'Uff. Scolatico Provinciale di Oristano, al Prof. Salvatore Melis , Tel. 346 7983093 o scrivere email salvatore.melis1@scuola.istruzione.it.

Si ringrazia per l'attenzione.



*Ministero dell'istruzione
e del merito*

Salvatore Melis

Referente Territoriale Ufficio Educazione Fisica di Oristano

Ufficio Scolastico provinciale, via Lepanto, Oristano

Tel: 346 7983093

e-mail: educazionefisica.or@istruzione.it

salvatore.melis1@scuola.istruzione.it