

ALLEGATO "B"

PROGETTO ESECUTIVO

Nome del Progetto: **Accademia di Sport all'aperto *Outdoor Academy***

Comune Capofila: **Montresta**

1. DATI PROGETTO

- Nome del Progetto: Accademia di Sport all'aperto *Outdoor Academy*
- Comune capofila:
- Comuni coinvolti:
- Partner: Nessun partner individuato in questa fase di progettazione mentre nella seconda fase di realizzazione è prevista:
 - la promozione dei risultati presso le realtà sociali ed istituzionali territoriali (mediante brochure, dvd e incontri);
 - gli inviti diretti alle comunità locali ed alle loro associazioni al fine di partecipare all'evento-festa conclusiva in occasione della Giornata della Bici
- Importo totale progetto: € 98 910, 00
- Finanziamento richiesto: € 79 128,00 ... pari al 79,13 % del totale
- Co-finanziamento locale: € 19'782,00 pari al 19,78 % del totale

2. BREVE DESCRIZIONE DEI PARTNER

Nessun partner individuato

3. SOGGETTI BENEFICIARI DELLE ATTIVITA'

L'Outdoor Academy si rivolge a tutti coloro che desiderano avvicinarsi alla pratica dell'orienteeing e della mountain bike per motivi di sport, svago e turismo. Il progetto prevede il coinvolgimento dei giovani dei territori coinvolti nel progetto senza distinzione di età ma secondo categorie e livelli di competenza e abilità alla pratica. Una promozione speciale sarà dedicata agli alunni delle classi di ogni ordine e grado del territorio dei comuni aderenti e potrà essere promosso nel resto della Regione Sarda e dell'Europa. Inoltre costituirà esperienza di riferimento per tutte le scuole che, in ambito nazionale, desidereranno intraprendere una esperienza di sport e cultura nella nostra Isola e nel nostro territorio in particolare. Non esistono limiti di partecipanti ma si possono prevedere moduli che coinvolgano da un numero massimo di 20 alunni per gruppo-classe fino a varie categorie che coinvolgano numerosi partecipanti.

4. FINALITA' E OBIETTIVI SPECIFICI

L'obiettivo del progetto è quello di introdurre i giovani alla pratica dell'orienteeing e della mountain bike costituendo una Accademia di sport all'aperto in una realtà socio-culturale in cui non è ancora coltivata l'unione tra sport-turismo interno-cultura-natura.

L'ambiente scelto per la realizzazione della Accademia è la natura secolare del nostro territorio, ricca di testimonianze che affondano nella preistoria e giungono fino a noi intatte, da riscoprire, da custodire e da promuovere turisticamente attraverso percorsi strutturati con l'ausilio di tecnici qualificati e in collaborazione con le istituzioni locali legate al mondo dello sport e dell'educazione. Nei primi anni della adolescenza infatti lo sport in generale ed in particolare l'Orienteering si inserisce nel più ampio progetto educativo rivolto allo sviluppo della personalità complessiva dell'individuo; favorisce il suo inserimento consapevole ed autonomo nell'ambiente che lo circonda aiutando a sviluppare:

- ✓ la capacità di osservazione
- ✓ la percezione dello spazio
- ✓ la rappresentazione dello spazio
- ✓ l'attenzione e la concentrazione
- ✓ la capacità di scelta, di prendere delle decisioni
- ✓ l'autonomia
- ✓ il riconoscimento delle proprie capacità e limiti
- ✓ la memorizzazione

Inoltre numerose sono le finalità educative da veicolare al mondo giovanile che l'Accademia può raggiungere attraverso la pratica dell'orienteering e della mountain-bike. Tra le altre:

- ✓ valorizzare l'individuo come essere indipendente ed autonomo attraverso l'assunzione di compiti e responsabilità
- ✓ indicare un percorso educativo che risponda all'esigenza di dare continuità al processo di maturazione della personalità nella sua componente fisica ed intellettuale

L'orienteering e la mountain bike non sono sports che si esauriscono nella gara. Prima di arrivare ad essa è necessario:

- ✓ conoscere e rispettare l'ambiente, ossia trasmettere una cultura ambientale che, attraverso lo studio e la rappresentazione grafica dei diversi ambienti, educi al rispetto ed alla conservazione dei beni ambientali
- ✓ leggere la cartina
- ✓ saper usare la bussola
- ✓ conoscere bene se stessi per prendere decisioni adeguate alle proprie caratteristiche
- ✓ La bicicletta rappresenta per il bambino il primo vero mezzo di locomozione a sua disposizione per esplorare e conoscere l'ambiente che lo circonda, capace di consentire le prime forme di autonomia. Questo strumento, per il piacere offerto dalla sensazione della guida, della velocità e

della capacità di sperimentare situazioni di equilibrio e disequilibrio, è uno dei mezzi più amati dai ragazzi.

- ✓ L'utilizzo della mountainbike favorisce sicuramente lo sviluppo delle capacità di coordinazione motoria e dell'abilità di guida, con conseguente accrescimento dell'autovalutazione, dell'autostima e della sicurezza. Inoltre, attraverso l'uso di questo strumento, il ragazzo riesce ad acquisire in modo più facile e diretto i corretti comportamenti da tenere su strada.

Ma L'AdO non si dimentica dell'importanza che lo sport può ricoprire nella educazione dei ragazzi appartenenti alle categorie svantaggiate o che vivono in situazioni di disagio nell'ambito delle relazioni e dell'inserimento sociale, familiare, scolastico, formativo. Disagi che in alcuni casi spingono verso azioni devianti che possono portare al coinvolgimento nel circuito penale. Questi ragazzi, pur trovandosi in situazioni di difficoltà a livello psicologico e relazionale, possono attraverso lo sport, utilizzare le risorse personali per maturare e scoprire valide risorse da spendere nella realtà in cui vivono. Durante l'attività laboratoriale proposta alle scuole si farà attenzione alla motivazione del singolo individuo, considerando sia l'area affettivo relazionale che quella delle competenze cognitive e dell'apprendimento, mettendo in evidenza l'importanza del *far-sapere* come elemento che sviluppa un'immagine positiva di sé.

In una seconda fase, grande risalto verrà dato al confronto e all'interscambio relazionale tra alunni provenienti da varie regioni e tra soggetti coinvolti, siano essi enti privati o pubblici

5. ATTIVITA' PREVISTE E MODALITA' DI ESECUZIONE

Prevediamo, nell'ordine, le seguenti azioni:

1. individuazione delle aree da mappare per il particolare pregio artistico, la valenza storico-ambientale, con l'ausilio delle istituzioni comunali locali e delle comunità locali, anche convocate in sede assembleare;
2. mappatura del territorio. Secondo scale ben precise sia per la distanza di gara (sprint, media o lunga e dalla categoria di età) e sia con scale più piccole perchè i dettagli sulla carta siano stampati più grandi e le carte siano più leggibili da un numero più ampio di praticanti. La differenza fra carte topografiche e carte da orientamento sta nella simbologia: le carte da orientamento sono convenzionalmente uguali in tutto il mondo, in modo che anche gli atleti che si recano dall'estero per praticare lo sport orientamento possono leggere la carta
3. Incontro con le Istituzioni scolastiche delle comunità coinvolte nel progetto mediante l'organizzazione di:

- laboratorio di mountain bike della durata di 20 ore per ogni scuola secondaria di primo grado dei Comuni coinvolti. Prevede attività in aula e pratica dello sport lungo i sentieri tracciati e mappati in precedenza;
- laboratorio di orienteering della durata di 20 ore per ogni scuola secondaria di primo grado dei Comuni coinvolti nel progetto. Anch'esso prevede attività in aula e pratica.
- laboratorio di educazione stradale della durata di 15 ore per la scuola dell'infanzia e primaria di ogni Comune. Consiste nel ricreare in uno spazio protetto, le dinamiche della strada con l'ausilio di segnaletica e cartellonistica in plastica, perfettamente riproducente un percorso urbano.

Il programma dell'Accademia di mountain bike e di orienteering prevedono la presenza di un istruttore riconosciuto dalle rispettive Federazioni e qualificato per l'insegnamento, coadiuvato da n° 5 tutors selezionati tra i giovani dei comuni aderenti al progetto che abbiamo dimostrato in fase di promozione pubblicitaria nei rispettivi Comuni e dopo una breve selezione, condotta dalla Toyscar in fase di avvio del progetto, la disponibilità a partecipare e una discreta conoscenza delle discipline oggetto dei laboratori. I tutors avranno un importante ruolo perchè oltre ad essere il punto di riferimento e di orientamento all'interno delle comunità ospitanti, saranno promotori delle specialità presso i giovani che potranno riunirsi in una associazione sportiva per rendere l'esperienza volano di valorizzazione turistica e culturale del territorio e possibilità di impiego lavorativo.

Nell'ambito dell'attività formativa, la Toyscar contribuirà a supportare i partecipanti in ambito di sostegno psicologico, pedagogico e relazionale in collaborazione con le organizzazioni che si occuperanno della parte tecnica del progetto. Per questi motivi, l'attività corsuale strutturata con le scuole e le istituzioni che si occupano di educazione, terrà conto delle peculiari necessità dei partecipanti, predisponendo percorsi di apprendimento ordinari e specifici che assicurino il più alto livello di coinvolgimento emotivo da parte dei corsisti e favoriscano oltre alla acquisizione delle competenze legate alle discipline, lo sviluppo delle capacità individuali quali autonomia, osservazione, creatività e socializzazione. Inoltre ulteriori contenuti dell'offerta corsuale rivolta ai giovani del territorio sono:

- ✓ svolgere un ruolo di sostegno alla realizzazione dei programmi di educazione stradale svolti dalle scuole elementari
- ✓ fornire agli insegnanti delle varie materie un supporto tecnico organizzativo e programmatico volto a favorire, attraverso proposte dell'uso della mountainbike, il raggiungimento degli obiettivi didattici - formativi dei loro programmi
- ✓ creare, nel rispetto della centralità della scuola, proposte di educazione motoria e sportiva integrata e condivisa con altre agenzie formative, favorendo il coinvolgimento di altri soggetti del territorio.
- ✓ promuovere ed incrementare la pratica sportiva, definendo nuovi ambiti di intervento e di collegamento dell'educazione fisico - motoria con le altre educazioni, nel rispetto del principio che

considera ogni allievo una totalità antropologica composta dall'interazione della sfera motoria, con quello cognitiva, emotiva, sociale e relazionale

- ✓ trasmettere una cultura ambientale che attraverso lo studio e la conoscenza dei diversi ambienti educi al rispetto e alla conservazione dei beni ambientali.
 - ✓ valorizzare l'individuo come essere autonomo che si assume compiti e responsabilità
4. La realizzazione di n° 2 corsi propedeutici rivolti a il resto della popolazione locale (uno da svolgersi in primavera ed uno in estate) e n° 1 avanzato (*rock*), rivolti ad una pratica più impegnativa aperto alle reti nazionali e transnazionali di pratica dell'orienteeing e della mountain bike:

Tutti i percorsi laboratoriali nelle scuole e rivolti al resto della popolazione hanno soprattutto una forte valenza pratica e propedeutica. Oltre alla conoscenza delle principali tecniche e modalità di pratica della specialità dell'orienteeing e della mountain bike e alla pratica lungo i sentieri tracciati e/o mappati, sono previsti elementi base di:

- ✓ conoscenza del territorio e delle sue ricchezze ambientali e culturali in collaborazione con Il Corpo Forestale della Sardegna e curati da esperti biologi e guide locali appartenenti alle associazioni culturali locali;
5. La realizzazione di un corso di formazione rivolto ad un max di 20 giovani residenti nei comuni di sviluppo del progetto per diventare guide di mountain bike. L'accesso è gratuito e i materiali tecnici sono inclusi (dal caschetto alle scarpe) e rimarranno di proprietà dei partecipanti mentre la bicicletta (fino a un massimo di n°10) saranno acquistate e rimarranno di proprietà della nascente Associazione Outdoor Academy

La Guida di Mountain Bike racchiude in sé le straordinarie potenzialità professionali proprie di una figura operante in un settore turistico che è in continua crescita. Dal punto di vista formale la figura di Guida di Mountain Bike è oggi ormai assimilata, dopo anni di importante rodaggio e sviluppo, alle altre figure professionali operanti nel mondo del turismo, della tutela dell'ambiente e del tempo libero. La Guida di Mountain Bike deve essere in grado di coinvolgere e di rendere consapevole delle proprie azioni e delle proprie emozioni l'individuo riguardo l'ambiente in cui si muove e facilitare la scoperta delle opportunità e delle problematiche che nascono dal rapporto uomo-ambiente naturale. Questo corso ha come obiettivo quello di formare dei professionisti in grado di valorizzare al meglio l'utilizzo della mountain bike in tutti i suoi aspetti e di condurre in tutta sicurezza gruppi di persone. Proponiamo modelli e metodi diretti a migliorare le capacità di interazione con i membri del gruppo e con il territorio sul quale le Guide operano.

Come il settore del turismo e dell'escursionismo in mountain bike è in evoluzione nel nostro Paese, così è la figura della Guida: la ricerca di nuovi spunti, idee, il miglioramento tecnico nello sport specifico e la crescita socio-culturale sono essenziali per l'arricchimento qualitativo dell'identità professionale personale e della figura di Guida in generale. Il corso è aperto a tutti, senza limiti di età e non è richiesta alcuna esperienza specifica, basta l'entusiasmo, l'amore e il rispetto per l'ambiente. Ovviamente la partecipazione sarà consigliata a chi ha già esperienza almeno nell'utilizzo della mountain bike. Il corso di formazione ha una durata di 50 ore ed è suddiviso in modo equilibrato tra uscite in mountain bike e lezioni in aula. Le uscite in mountain bike sono finalizzate ad aspetti specificatamente pratici: tecnica e posizione in sella, esercizi di guida della mountain bike, interventi meccanici di emergenza, conduzione di gruppi, esercizi di orientamento sul terreno, ecc. In aula si studiano materie quali alimentazione, tecniche di allenamento, pronto soccorso, cartografia, comunicazione e marketing, organizzazione della professione, meccanica, educazione ambientale ecc. Si analizzano inoltre nello specifico i percorsi che sono stati tracciati durante il progetto. Le lezioni vengono integrate dalla proiezione delle video-riprese effettuate nella giornata. Durante lo svolgimento del corso vengono effettuati test su tutte le materie affrontate.

- 6 L'esperienza e i contenuti del corso di formazione per guide di mountain bike verranno veicolati alla costituzione di una associazione sportiva che possa valorizzare i saper acquisiti durante il progetto e possa diventare risorsa lavorativa per i giovani del territorio che lo desiderano e risorsa di promozione turistica del territorio
- 7 La realizzazione di un evento-festa alla quale sia invitato tutto il territorio con gare di orienteering e di mtb ed esibizioni dei giovani e dei bimbi delle scuole che hanno partecipato al progetto, in occasione della Giornata della Bicicletta organizzata dal Ministero dell'Ambiente il 9 Maggio di ogni anno
- 8 Infine su apposita piattaforma on line accessibile anche dai siti istituzionali dei comuni aderenti al progetto si condivideranno:
 - ✓ la presentazione dell'Accademia e dei contenuti;
 - ✓ la raccolta e condivisione di mappe e percorsi fruibili da chiunque acceda al sito semplicemente registrandosi;
 - ✓ le proposte e corsi con indirizzi di riferimento per supporto logistico ed informazioni turistiche (alloggi, noleggio bici, visite guidate)
 - ✓ i riferimenti della nascente associazione sportiva
 - ✓ possibilità di condividere mappe e proposte su apposito Blog o mediante indicazioni gps

6. RISULTATI ATTESI

Da questo progetto, in grado di coinvolgere un territorio nel suo complesso, ci aspettiamo:

- il recupero e la valorizzazione del territorio in chiave turistica e culturale;
- una crescita di consapevolezza, nelle giovani generazioni soprattutto, del valore della propria cultura e della propria identità, da salvaguardare;
- la crescita professionale dei giovani coinvolti nel progetto e formati a guide di mountain bike (come riconosciuto dalla Legge 29 marzo 2001, n. 135 "Riforma della legislazione nazionale del turismo" pubblicata nella Gazzetta Ufficiale n 92 del 20 aprile 2001 e successive modifiche D Lgs. 196/2003)
- una ricaduta positiva in termini economici ed occupazionali nei Comuni coinvolti, poiché si ricorrerà alle professionalità e alle realtà produttive locali per la realizzazione del progetto;
- infine, un aumento di visibilità e di capacità attrattive del territorio, grazie anche agli eventi che verranno organizzati durante il progetto e nel tempo per mezzo della costituzione di una associazione o società.

Inoltre giocando sulle trasversalità come principio organizzatore, si potranno sviluppare percorsi paralleli a quelli enunciati che consistono:

- ✓ nella costruzione di un rapporto tra scuole del territorio regionale ed extraregionale attraverso la proposta dei percorsi o di vari eventi e Camp stagionali
- ✓ nell'accesso a reti di promozione della pratica sportiva dell'orienteeing e della mountain bike in varie regioni d'Europa e valorizzazione di sport ancora poco praticati nel territorio isolano come volano turistico;
- ✓ nella realizzazione di sempre più frequenti corsi intensive e rock rivolti ad adulti che desiderano approfondire la pratica e mettersi alla prova con dei percorsi impegnativi sotto la guida degli esperti della FISO (Federazione Italiana Sport Orientamento) e della AMBI (Associazione Mountain Bike Italia)

7. CRONOPROGRAMMA ATTIVITA'

questo schema prevede la realizzazione di eventi in concomitanza

- ricerca e mappatura territori: 2 mesi di tempo;
- coinvolgimento delle Comunità locali e promozione dei laboratori nelle scuole del territorio: 3 mesi ;

- organizzazione corsi propedeutici (n° 2) ed avanzato (n°1) : per la durata di 4 giorni ciascuno in primavera ed in estate
- selezione dei giovani partecipanti al corso di formazione per guide: 4 giorni
- organizzazione corso: 50 ore nell'arco di max due mesi (in primavera);
- rielaborazione del materiale raccolto (mappe, esperienze .etc) e preparazione per la pubblicazione on line : 3 mesi;
- organizzazione evento-festa in ognuno dei comuni coinvolti nel progetto in occasione della Giornata della Bici: 9 maggio di ogni anno

NOME E COGNOME DEL LEGALE RAPPRESENTANTE DEL COMUNE CAPOFILA

DOTT. ANTONIO ZEDDA

SINDACO DEL COMUNE DI MONTRESTIA

Firma