Italienischsprachiger Schulsprengel
Istituto pluricomprensivo in lingua italiana
Istitut pluricomprenjif por talian
STERZING • VIPITENO

Autonome Provinz Bozen
Provincia autonoma di Bolzano
Provinzia autonoma de Bulsan
SÜDTIROL • ALTO ADIGE

Kindergärten, Grundschulen, Mittelschule, Oberschulzentrum Biennium des Realgymnasiums und Biennium der Fachoberschule für den wirtschaftlichen Bereich

Alexander Langer Platz 2 - 39049 - Sterzing - Wipptal

Scuole dell'Infanzia, Scuole Primarie, Scuola Secondaria di I grado
Istituto di istruzione secondaria di II grado
Biennio liceo scientifico e Biennio I.T.E.

Piazza Alexander Langer 2 - 39049 - Vipiteno - Alta Val d'Isarco

0472 765298 | 0472 767781 | www.ipc-vipiteno.edu.it | spc.vipiteno@scuola.alto-adige.it | spc.vipiteno@pec.prov.bz.it | Cod. Fisc./Steuer-Nr.: 90023340210

Wintersport Woche

Progetto realizzato da Paolo Monello | Classi Seconde - SS1 | A.S. 2026/2027

Il progetto WSW, già attivo dall'anno scolastico 22/23, da quest'anno è un **percorso formativo interdisciplinare** finalizzato alla promozione delle pratiche sportive invernali, alla valorizzazione del territorio montano e allo sviluppo di **competenze trasversali** legate alla sicurezza, alla responsabilità, alla collaborazione e al rispetto dell'ambiente.

Il progetto è rivolto esclusivamente agli studenti delle classi seconde SS1 e si svolge durante l'orario curricolare, prevedendo una settimana dedicata alla pratica di diverse attività sportive invernali.

L'evento sarà svolto indicativamente nel periodo tra **dicembre e febbraio**, avrà la durata di una settimana, **dal lunedì al venerdì**, e comprenderà attività quali **sci alpino, snowboard ed escursioni** sulla neve **con le ciaspole**.

FINALITÀ

Nasce con l'obiettivo di offrire, a tutti gli studenti coinvolti, l'opportunità di conoscere e praticare attività sportive strettamente legate alle caratteristiche del territorio in cui vivono, favorendo al contempo l'adozione di uno stile di vita attivo e sano.

Il progetto intende inoltre:

- promuovere la conoscenza e la valorizzazione del territorio montano;
- favorire la pratica degli sport invernali e l'acquisizione di nuove competenze motorie;
- sviluppare autonomia, responsabilità e capacità di collaborazione;
- educare al rispetto delle regole e alla sicurezza durante la pratica sportiva;
- sensibilizzare gli studenti alla tutela e al rispetto dell'ambiente naturale;

- favorire l'inclusione e la partecipazione di tutti gli studenti, indipendentemente dal livello di esperienza sportiva posseduto;
- sviluppare competenze trasversali attraverso il coinvolgimento delle diverse discipline scolastiche.

La possibilità di usufruire dello **skipass gratuito fino all'età di 14 anni** rappresenta inoltre un'importante opportunità per avvicinare gli studenti agli sport invernali e consentire loro di vivere pienamente le risorse offerte dal territorio.

ORGANIZZAZIONE DELLE ATTIVITÀ SPORTIVE

Gli studenti che non hanno mai praticato lo sci o lo snowboard potranno avvicinarsi a tali discipline in condizioni di sicurezza, attraverso l'affiancamento e l'insegnamento da parte degli istruttori della scuola di sci.

Gli studenti che possiedono già adeguate competenze tecniche e sono in grado di affrontare autonomamente le diverse tipologie di piste previste saranno accompagnati dal referente del progetto, e dagli altri docenti disponibili, nel rispetto delle disposizioni organizzative.

Gli studenti che non intendano praticare né lo sci né lo snowboard potranno partecipare al progetto attraverso un'attività alternativa di escursione sulla neve con le ciaspole, accompagnati da almeno due docenti, individuati in relazione alle disponibilità e alle esigenze organizzative.

CARATTERE INTERDISCIPLINARE

Si configura come un progetto **interdisciplinare**, nel quale l'esperienza sportiva costituisce il punto di partenza per sviluppare conoscenze e competenze appartenenti alle diverse aree disciplinari.

A tal fine, tutti i docenti delle classi seconde sono chiamati a prevedere, nell'ambito della propria programmazione curricolare, almeno un'attività didattica o una o più lezioni propedeutiche al WSW, individuando contenuti coerenti con la propria disciplina.

Le attività potranno essere realizzate sia prima dell'evento, con funzione di preparazione, sia successivamente, attraverso momenti di rielaborazione e approfondimento dell'esperienza vissuta.

In questo modo la settimana sportiva non rappresenterà un'attività isolata rispetto alla normale programmazione didattica, ma costituirà un **momento formativo comune e trasversale**, capace di mettere in relazione discipline, conoscenze teoriche ed esperienza pratica.

L'obiettivo è infatti quello di permettere agli studenti di affrontare l'esperienza, non soltanto dal punto di vista motorio, ma anche attraverso gli aspetti **culturali, scientifici, linguistici, storici, geografici, ambientali e sociali** connessi alla montagna e agli sport invernali.

ESEMPI DI ATTIVITÀ INTERDISCIPLINARI

Di seguito propongo una serie di attività che possono essere utilizzate come modello o spunto.

EDUCAZIONE CIVICA E AMBIENTALE

Titolo: "Sicurezza, rispetto e responsabilità sulla neve"

La lezione può affrontare il tema della convivenza e del comportamento responsabile negli spazi condivisi, con particolare riferimento alle piste da sci.

Possibili contenuti:

- rispetto degli altri utenti della pista;
- comportamento responsabile durante la discesa;
- evitare di urlare o assumere comportamenti che possano disturbare o spaventare gli altri;
- non fermarsi al centro della pista, soprattutto dopo un dosso o in prossimità di punti con scarsa visibilità;
- prestare attenzione alla velocità e alle proprie capacità;
- rispettare la segnaletica e le indicazioni degli addetti agli impianti;
- comportamenti corretti sugli impianti di risalita;
- soccorso e responsabilità nei confronti degli altri;
- rispetto dell'ambiente montano e divieto di abbandonare rifiuti.
- ecosistemi montani;
- flora e fauna alpina;
- cambiamenti climatici e innevamento;
- consumo di acqua ed energia;
- innevamento artificiale;
- gestione dei rifiuti;
- mobilità sostenibile verso le località sciistiche;
- turismo sostenibile.

Possibili attività:

- analisi di situazioni problematiche attraverso immagini o brevi video e individuazione del comportamento corretto.
- elaborazione di un "Decalogo del turista responsabile in montagna".

TEDESCO

Titolo: "Deutsch auf der Piste"

La lezione può essere finalizzata all'acquisizione del vocabolario e delle principali espressioni utili durante la pratica degli sport invernali.

Lessico:

- der Ski, der Skischuh, der Skistock, der Helm;
- der Snowboard, der Sessellift, der Schlepplift;
- die Piste, der Schnee, der Berg, die Hütte;
- langsam, schnell, vorsichtig, rechts, links;
- Hilfe, Unfall, Verletzung.

Frasi utili:

- „Kannst du mir helfen?"
- „Ich brauche Hilfe."
- „Wo ist die nächste Piste?"
- „Wo ist die Talstation?"
- „Ich habe mich verletzt."
- „Vorsicht!"
- „Achtung, hier ist es glatt."
- „Kannst du bitte langsamer fahren?"

Possibili attività: simulazione di situazioni reali sulla pista, ad esempio chiedere informazioni, chiedere aiuto o comunicare un problema o un'esigenza.

Kindergärten, Grundschulen, Mittelschule, Oberschulzentrum Biennium des Realgymnasiums und Biennium der Fachoberschule für den wirtschaftlichen Bereich

Alexander Langer Platz 2 - 39049 - Sterzing - Wipptal

Scuole dell'Infanzia, Scuole Primarie, Scuola Secondaria di I grado
Istituto di istruzione secondaria di II grado
Biennio liceo scientifico e Biennio I.T.E.

Piazza Alexander Langer 2 - 39049 - Vipiteno - Alta Val d'Isarco

0472 765298 | 0472 767781 | www.ipc-vipiteno.edu.it | spc.vipiteno@scuola.alto-adige.it | spc.vipiteno@pec.prov.bz.it | Cod. Fisc./Steuer-Nr.: 90023340210

ITALIANO

Titolo: "Raccontare un'esperienza"

L'attività può essere sviluppata prima o dopo il WSW.

Prima dell'evento:

- produzione di un testo regolativo sulle norme di comportamento in pista;
- realizzazione di un decalogo dello sciatore responsabile;
- analisi della struttura di un testo regolativo.

Dopo l'evento:

- diario dell'esperienza;
- testo narrativo-descrittivo;
- articolo di giornale sul WSW;
- intervista a compagni e docenti;
- produzione di un reportage dell'esperienza.

MATEMATICA

Titolo: "La matematica sulla pista"

La pratica dello sci può essere utilizzata per applicare concretamente concetti matematici.

Possibili attività:

- calcolo di distanze e dislivelli;
- lettura e interpretazione delle scale delle mappe delle piste;
- calcolo di tempi, velocità medie e percorrenze;
- rappresentazione dei dati raccolti durante l'attività;
- percentuali e statistiche relative alle diverse attività praticate;
- confronto tra lunghezza e pendenza di diverse piste;
- calcolo dei costi di skipass, attrezzatura e trasporto;
- lettura e interpretazione di grafici relativi alle condizioni meteorologiche.

Esempio: calcolare la velocità media percorrendo una determinata pista conoscendone lunghezza e tempo impiegato.

SCIENZE

Titolo: "Il corpo umano e l'ambiente invernale"

Possibili argomenti:

- risposta dell'organismo alle basse temperature;
- termoregolazione;
- ipotermia e congelamento;
- importanza dell'idratazione durante l'attività fisica;
- alimentazione e fabbisogno energetico;
- adattamenti dell'organismo all'attività fisica;
- effetti dell'altitudine sull'organismo;
- prevenzione degli infortuni.

Possibile attività pratica: analizzare come cambiano frequenza cardiaca e respirazione prima e dopo un'attività fisica.

GEOGRAFIA

Titolo: "Il territorio alpino"

Possibili contenuti:

- formazione e caratteristiche delle Alpi;
- morfologia del territorio montano;
- altitudine e dislivello;
- orientamento;
- lettura delle carte topografiche;
- comprensori sciistici e loro organizzazione;
- turismo montano;
- rapporto tra attività umane e ambiente.

Possibili attività: analizzare la carta del comprensorio nel quale viene svolto il WSW e individuare piste, impianti, rifugi, punti di soccorso e principali elementi geografici.

STORIA

Titolo: "La nascita e l'evoluzione degli sport invernali"

Possibili approfondimenti:

- nascita dello sci come mezzo di spostamento;
- evoluzione dello sci nel corso del Novecento;
- sviluppo del turismo invernale;
- nascita delle stazioni sciistiche;
- evoluzione dell'attrezzatura;
- storia dei Giochi olimpici invernali;
- evoluzione dello snowboard.

Possibili attività: realizzazione di una linea del tempo sull'evoluzione dello sci e degli sport invernali.

INGLESE

Titolo: "Winter Sports Around the World"

Possibili contenuti:

- vocabolario degli sport invernali;
- descrizione dell'attrezzatura;
- indicazioni e istruzioni;
- situazioni di emergenza;
- dialoghi tra turista e personale di una stazione sciistica.

Possibili Attività: simulazione di un dialogo tra uno sciatore straniero e un addetto al comprensorio.

Esempi:

- asking for directions;
- buying a ski pass;
- asking for help;
- describing an injury;
- asking about weather and piste conditions.

TECNOLOGIA

Titolo: "Materiali e attrezzatura per gli sport invernali"

Analisi dei materiali utilizzati per:

- sci;
- snowboard;
- scarponi;
- caschi;
- abbigliamento tecnico;
- maschere;
- bastoncini.
- GPS usati per tracciare le piste e localizzare i compagni.

Possibili approfondimenti sulle caratteristiche dei materiali, sulla loro resistenza, leggerezza, impermeabilità e capacità di isolamento termico.

ARTE E IMMAGINE

Titolo: "Raccontare la montagna attraverso le immagini"

Possibili attività:

- realizzazione di poster WSW;
- studio della fotografia sportiva;
- composizione di immagini dinamiche;
- realizzazione di una locandina;
- progettazione di un logo dell'evento;
- studio dei colori e della comunicazione visiva legata agli sport invernali.

MUSICA

Titolo: "Il ritmo dello sport"

Possibili attività:

- analisi del rapporto tra musica e movimento;
- scelta di brani adatti alla pratica sportiva;
- creazione di una playlist da ascoltare nei momenti di pausa;
- analisi del ritmo e della sua relazione con il movimento corporeo;

SCIENZE MOTORIE

Titolo: "Prepararsi al WSW"

La disciplina di Scienze motorie assume un ruolo centrale nella preparazione fisica e tecnica degli studenti.

Possibili attività:

- preparazione atletica generale;
- esercizi di equilibrio e coordinazione;
- lavoro sulla mobilità articolare;
- potenziamento degli arti inferiori e del core;
- esercizi propriocettivi;
- prevenzione degli infortuni;
- simulazione dei principali movimenti dello sci/snowboard;
- educazione alla gestione della fatica;
- corretta alimentazione e idratazione durante l'attività sportiva;
- spiegazione delle regole fondamentali di comportamento in pista.

Particolare attenzione può essere dedicata agli studenti principianti, fornendo loro le informazioni necessarie per affrontare la prima esperienza sulla neve con maggiore consapevolezza e sicurezza.

Italienischsprachiger Schulsprengel
Istituto pluricomprensivo in lingua italiana
Istitut pluricomprenjif por talian
STERZING • VIPITENO

Autonome Provinz Bozen
Provincia autonoma di Bolzano
Provinzia autonoma de Bulsan
SÜDTIROL • ALTO ADIGE

Kindergärten, Grundschulen, Mittelschule, Oberschulzentrum Biennium des Realgymnasiums und Biennium der Fachoberschule für den wirtschaftlichen Bereich

Alexander Langer Platz 2 - 39049 - Sterzing - Wipptal

Scuole dell'Infanzia, Scuole Primarie, Scuola Secondaria di I grado
Istituto di istruzione secondaria di II grado
Biennio liceo scientifico e Biennio I.T.E.

Piazza Alexander Langer 2 - 39049 - Vipiteno - Alta Val d'Isarco

0472 765298 | 0472 767781 | www.ipc-vipiteno.edu.it | spc.vipiteno@scuola.alto-adige.it | spc.vipiteno@pec.prov.bz.it | Cod. Fisc./Steuer-Nr.: 90023340210

ATTIVITÀ CONCLUSIVA INTERDISCIPLINARE

Al termine del WSW, le classi possono realizzare un prodotto comune che raccolga gli aspetti affrontati nelle diverse discipline.

Ad esempio:

"WinterSportWoche – La nostra esperienza"

Il prodotto finale potrebbe comprendere:

- testi narrativi e articoli;
- fotografie e immagini;
- dati e grafici;
- mappe del territorio;
- approfondimenti scientifici;
- vocaboli ed espressioni in italiano, tedesco e inglese;
- approfondimenti storici;
- informazioni sulle regole di sicurezza;
- riflessioni sul rispetto dell'ambiente;
- video e presentazioni multimediali.

In questo modo il WSW diventa un vero e proprio **laboratorio interdisciplinare**, nel quale l'esperienza sportiva rappresenta il filo conduttore comune alle diverse discipline e permette agli studenti di collegare le conoscenze acquisite in aula a un'esperienza concreta vissuta sul territorio.

IL REFERENTE DEL PROGETTO

Prof. Paolo Monello



LA DIRIGENTE SCOLASTICA

Dott.ssa Francesca Amodio