



***Parco Nazionale delle Foreste Casentinesi
Monte Falterona e Campigna***

Un Sentiero per la Salute

Anno Scolastico 2025-2026



IL LUPO E LE FORESTE CASENTINESI

(Scuola dell'Infanzia- I e II Ciclo della Scuola Primaria Secondaria di primo grado)



Nelle Foreste Casentinesi la **presenza** discreta del grande predatore è possibile scoprirla con un percorso didattico nel paese di Moggiona vicino al complesso monastico di Camaldoli.

Infanzia e Primo ciclo:

La proposta prevede una semplice passeggiata e la visita al percorso sul Lupo nel Paese di Moggiona

Secondo ciclo e Secondaria di Primo grado:

La proposta prevede un'escursione nella Foresta Secolare di Camaldoli per poi concludere l'esperienza con la visita al percorso sul Lupo nel Paese di Moggiona

COSTI

- Attività di escursione **mezza giornata € 150 - giornata intera € 200**
- Ai costi va aggiunto **1€ per ragazzo** da lasciare al centro didattico del Lupo

Le attività ed i costi sono riferiti a **gruppi di massimo 25 alunni**, ogni attività verrà svolta da una guida ambientale escursionistica

CERCA E TROVA NEL BOSCO

(Scuola dell'Infanzia e I Ciclo della Scuola Primaria)

I bambini potranno scoprire ed osservare la foresta attraverso una caccia al tesoro sensoriale. Percorrendo un semplice sentiero saranno stimolati a percepire: canti, rumori, profumi. Il rumore dell'acqua, i colori dei fiori, il soffiare del vento e tanto altro saranno un forte stimolo per la fantasia e la creatività dei bambini. Le attività si concluderanno con la realizzazione di un **ricordo** dell'esperienza. Strutture che possono essere visitate: Museo Carlo Siemoni a Badia Prataglia, Museo Ornitologico di Camaldoli.

Escursione nella foresta biogenetica di Badia Prataglia o Camaldoli



A NELLA FORESTA CI SONO GLI ANIMALI..!?

(II Ciclo della Scuola Primaria)

Come possiamo scoprire chi si nasconde nei prati e nei boschi del nostro territorio? Scopriamo insieme le tracce degli animali. Chi abita gli ambienti intorno a noi?

Un percorso didattico divertente per riabituarci ad osservare ed imparare a leggere i messaggi della natura e scoprire il mondo segreto degli animali che non sono visibili da noi ma ci lasciano infiniti indizi per capire chi sono.

Escursione nel Parco Nazionale delle Foreste Casentinesi

COSTI

- Attività di escursione **mezza giornata € 150 - giornata intera € 200**

Le attività ed i costi sono riferiti a **gruppi di massimo 25 alunni**, ogni attività verrà svolta da una guida ambientale escursionistica

NORD SUD EST OVEST, MA IL SOLE DOV' È'?

(Scuola Secondaria di Primo grado)

Come orientarsi senza segnali ne frecce ne vigili? Come trovare la strada giusta quando intorno non ci sono che alberi, cespugli e un dedalo di sentieri? Nel bosco non ci sono ad ogni angolo cartelli che indicano la strada, ma radure, muretti, avvallamenti, viottoli e tanta tranquillità, per gustarsi delle belle emozioni. Ecco dunque un percorso didattico durante il quale è possibile visitare luoghi incantevoli dove potersi rilassare, divertirsi e soprattutto imparare ad orientarsi. Le attività accompagneranno i ragazzi saranno quelle del camminare, del discutere, del mettersi alla prova e del divertirsi....

ovviamente con **bussola** e **carte topografiche**.

Escursione nel Parco Nazionale delle Foreste Casentinesi: Badia Pratglia – Camaldoli - La Verna



UN VIAGGIO NELLE FORESTE CASENTINESI

(Scuola Secondaria di secondo grado)

Passeggiare nel territorio del Parco è un'esperienza unica e ripetibile in ogni stagione. Circa 600 Km di sentieri sono disponibili per poter scoprire e apprezzare una delle più belle foreste d'Europa. Boschi, cascate, torrenti e paesaggi sono lo spettacolo che ognuno di noi può apprezzare e condividere con personaggi che hanno attraversato questi luoghi in epoche lontane.

Escursioni:

- A casa di Fra' Lupo... sulle tracce del Lupo
- Il Lago degl'Idoli, gli Etruschi in Casentino
- Le Foreste Millenari

COSTI

- Attività di escursione **mezza giornata € 150 - giornata intera € 200**

Le attività ed i costi sono riferiti a **gruppi di massimo 25 alunni**, ogni attività verrà svolta da una guida ambientale escursionistica



PROGETTO DIDATTICO ANTICO ORTO DEI FRATI

(Scuola Primaria e Secondaria di Primo grado)

PROGETTO DIDATTICO ANTICO ORTO DEI FRATI

Giardino Botanico del Santuario della Verna - AR

Le esperienze per le scolaresche all'Antico Orto dei Frati sono progettate per studenti delle scuole primarie e secondarie con l'obiettivo di educare sull'importanza della biodiversità e sulle piccole azioni che contribuiscono alla cura e conservazione dell'ambiente. Il contesto è il secolare orto dei Frati, a pochi passi dal Santuario della Verna, un ettaro di bellezza appena riaperto al pubblico dopo decenni di abbandono ed oggi convertito a giardino botanico e spazio didattico. Oltre alla visita guidata nell'Antico Orto sarà possibile abbinare uno dei nostri laboratori oppure un'escursione adatta a tutti nel meraviglioso Bosco delle Fate con la visita finale al Santuario della Verna. All'interno dell'Antico Orto sono presenti acqua, bagno e spazi all'aperto per consumare il pranzo o la merenda al sacco.

1 - VISITA AUTONOMA ALL'ORTO

E' possibile visitare l'Antico Orto in modo autonomo con le proprie guide

COSTO: 5 €

2 - VISITA GUIDATA ALL'ORTO

Un'esperienza di circa due ore in cui i ragazzi saranno accompagnati dalle guide ufficiali dell'orto alla scoperta del giardino botanico con aneddoti sull'utilizzo delle piante ed il loro secolare utilizzo in ambito officinale all'Antica Farmacia del Santuario della Verna.

COSTO: 8 € - DURATA: 2 H

3 - VISITA GUIDATA CON LABORATORIO

I laboratori spaziano a seconda dell'età dei partecipanti e delle stagioni e sono suddivisi in 4 categorie:

Laboratori Tintori, Laboratori Biodiversità, Mini-Orto e Mini-Foresta, Piccoli Habitat

COSTO: 10 € - DURATA: 3 H

LABORATORIO 1: PIANTE TINTORIE E OFFICINALI

Una serie di proposte attivabili in base alla stagione che danno risalto alle piante tintorie e officinali ed ai loro secolari utilizzi tra cui:

1. Laboratori con colori naturali loro utilizzo sui tessuti
2. Raccolte galle e produzione ferro gallico con scrittura su papiro
3. Orto tintorio con semina e raccolta delle piante che utilizzeremo per creare pigmenti
4. Stencil con impronte di animali e foglie da colorare con i colori naturali

LABORATORI 2: BIODIVERSITA'

Proposte che gravitano attorno all'osservazione e conoscenza della biodiversità, i suoi



biondicatori ed al contributo che ognuno può dare per la sua cura e conservazione tra cui

1. Bio-Blitz, alla ricerca degli indicatori biologici
2. Gli impollinatori e la loro importanza
3. Il ruolo del legno morto e degli insetti saproxilici
4. Insetti: Ricerca e riconoscimento degli insetti

LABORATORIO 3: ORTO E BOSCO DIDATTICO

Coltivare le piante con i bambini nel **MINIORTO** e nella **MINIFORESTA**

Uno spazio progettato in collaborazione con la Miniconf ed il Parco Nazionale delle Foreste Casentinesi, appositamente dedicato alla coltivazione, in cui i ragazzi potranno imparare a piantare e prendersi cura delle piante dell'orto e degli alberi. Forniremo piccoli attrezzi da lavoro, grembiule e tutto il necessario per coltivare.

LABORATORIO 4: PICCOLI HABITAT - TERRARIO

Costruzione di un terrario all'interno di un barattolo di vetro. Il terrario serve per introdurre all'educazione ambientale sviluppando la responsabilità e l'osservazione degli habitat che ci circondano.



FOREST BATHING – UN’ESPERIENZA IMMERSIVA NELLA NATURA

(ogni ordine e grado scolastico)

Ci avvicineremo alla pratica dello Shinrin-Yoku o Immersione in Foresta, cercando di lavorare sull'accoglienza sia dal punto di vista fisico che interiore. Il fine sarà quello di amplificare gli effetti benefici che la foresta ci offre, permettendo all'organismo di massimizzare l'assorbimento dei preziosissimi oli essenziali che per centinaia di migliaia di anni hanno accompagnato ed aiutato la nostra specie nel suo percorso evolutivo a stretto contatto con la natura.

La lentezza sarà la parola d'ordine sia per rendere l'esperienza il più accessibile ma soprattutto per supportare il concetto di rigenerazione e distacco dai ritmi frenetici e la sovrastimolazione a cui siamo tutti sottoposti nella quotidianità

Percorreremo antichi sentieri, tra alberi monumentali, alla scoperta dell'equilibrio naturale che regola i complessi meccanismi delle riserve biogenetiche del parco ricercando l'equilibrio interiore in un percorso di radicamento e centratura volto al sintonizzarsi con il momento presente attraverso tecniche di camminata (mindfull walking) e connessione (bear footing & grounding).

Favoriremo infine momenti di immersione volti a mantenere il Nobile Silenzio, minimizzando la produzione di rumore e addentrandoci con delicatezza in un ambiente naturale incontaminato, rispettandone l'integrità e minimizzando i segni del nostro passaggio

Escursioni:

- **CAPO D'ARNO – MONTE FALTERONA - FLUIRE LASCIAR ANDARE (solo giornata intera)**
- **BADIA PRATAGLIA E LA FORESTA DI PERLE – IMPERMANENZA ED IMPERFEZIONE**
- **LA VERNA – EQUILIBRIO NATURALE ED INTERIORE**
- **EREMO DI CAMALDOLI – IL NOBILE SILENZIO**

COSTI

- **Attività di escursione mezza giornata € 150 - giornata intera € 200**

Le attività ed i costi sono riferiti a gruppi di massimo 25 alunni, ogni attività verrà svolta da una guida ambientale escursionistica

PLANETARIO del PARCO A STIA

La proposta può essere integrata con la visita alle strutture Museali e Ecomuseali del Paese di Stia .

SCUOLA INFANZIA E PRIMI DUE ANNI DELLA PRIMARIA

Un.... due... tre ... stella:Un viaggio tra le stelle

Introduzione al planetario, viaggio all'interno dell'astronave, presentazione del sistema solare attraverso la lettura di una filastrocca, sotto la cupola del planetario traiettoria diurna del sole, l'osservazione di alcune costellazioni facilmente individuabili nel cielo e leggende legate ad esse. Attività laboratoriali ispirate alle letture del Piccolo Principe.



TERZA, QUARTA, QUINTA DELLA SCUOLA PRIMARIA E SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO

Le costellazioni, figure fantastiche per conoscere il cielo

Introduzione al planetario, presentazione di alcune leggende legate a costellazioni facilmente individuabili nel cielo, sotto la cupola si imparerà ad osservare il cielo e a riconoscere le fasi lunari, il moto apparente del sole, il nome dei pianeti e la loro posizione, le costellazioni. Attività laboratoriali ispirate al tema delle costellazioni e dei pianeti.

TERZA, QUARTA, QUINTA DELLA SCUOLA PRIMARIA E SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO

Archeoastronomia: sulle tracce di conoscenze astronomiche di antiche civiltà

Presentazione del planetario, introduzione sulle incredibili osservazioni astronomiche dell'uomo antico che si ritrovano su siti archeoastronomici riconducibili ai popoli del passato (epoca Neolitica, Sumeri, Babilonesi, Egizi, Cinesi, Celti, Etruschi, Indiani d'America, Incas, Atzechi, Maya) fino al periodo medievale, con riferimento anche ad un'antichissima incisione rupestre ritrovata in Casentino.

Sotto la cupola si imparerà ad osservare il cielo e a riconoscere le fasi lunari, il moto apparente del sole, il nome dei pianeti e la loro posizione, le costellazioni.



Tariffa per gruppi minimo 20 persone: 10€ pax visita guidata, 12€ pax visita guidata + laboratorio, in caso di gruppi inferiori a 20 persone la tariffa minima che deve essere garantita è di 200€ e 40€ per eventuali attività laboratoriali

È possibile svolgere progetti didattici personalizzati modulati su più incontri a scelta tra quelli proposti.



Scuola primaria

- Orientamento con il Sole e le stelle.
- Mitologia delle costellazioni zodiacali e non. Inventiamo le costellazioni.

Scuola secondaria di primo grado

- Il moto apparente della volta celeste
- La misura del tempo mediante il moto delle stelle
- La misura del tempo attraverso il moto del Sole e le fasi della Luna.
- Il calendario.

Scuola secondaria di secondo grado

- Il moto apparente della volta celeste
- La misura del tempo mediante il moto delle stelle
- La misura del tempo attraverso il moto del Sole e le fasi della Luna.
- Il calendario.
- Storia dell'astronomia da Tolomeo a Galileo
- Le osservazioni Galileiane

Tariffa per gruppi minimo 20 persone: 10€ pax visita guidata, 12€ pax visita guidata + laboratorio, in caso di gruppi inferiori a 20 persone la tariffa minima che deve essere garantita è di 200€ per la visita e 40€ per eventuali attività laboratoriali

MAPPA DELLE ESPERIENZE PER GRADO SCOLASTICO

Nome dell'Esperienza	Infanzia	Primaria	Secondaria I Grado	Secondaria II Grado
IL LUPO E LE FORESTE CASENTINESI	✓	✓	✓	
CERCA E TROVA...NEL BOSCO!!!	✓	✓		
MA NELLA FORESTA CI SONO GLI ANIMALI...!?	✓	✓		
NORD SUD EST OVEST, MA IL SOLE DOV'È ?		✓	✓	✓
UN VIAGGIO NELLE FORESTE CASENTINESI			✓	✓
PROGETTO DIDATTICO ANTICO ORTO DEI FRATI		✓	✓	
FOREST BATHING - UN'ESPERIENZA IMMERSIVA NELLA NATURA	✓	✓	✓	✓
Un.... due... tre ... stella: Un viaggio tra le stelle		✓	✓	
Le costellazioni, figure fantastiche per conoscere il cielo		✓	✓	
Archeoastronomia: sulle tracce di conoscenze astronomiche di antiche civiltà		✓	✓	