

CORSO DI AGGIORNAMENTO DI RAFTING
20 settembre 2017
T-rafting – Aquaterra A.S.D.

Programma dettagliato e calendario dei lavori

Località: Firenze e Mugello (S.Piero a Sieve e Barberino di Mugello)

Tipologia corso: Interregionale

Durata complessiva: 1 giorno - 20 settembre 2017 - ore 6

Quota di partecipazione prevista: gratuita per i partecipanti

Destinatari distinti per ordine e grado di scuola: insegnanti di scuola secondaria di ogni ordine e grado

Lezioni frontali: ore 1,30

Esercitazioni pratiche: ore 4,30

Materiali didattici utilizzati: video-proiettore, attrezzatura ed abbigliamento tecnico da rafting.

Scadenza presentazione domande di adesione al corso: 16 settembre 2017

Il corso di rafting si svolgerà presso il lago di Bilancino ed il fiume Sieve in prossimità del Camping Mugello Verde, in Comune di S.Piero a Sieve. L'attività sportiva fluviale sarà effettuata nel tratto del fiume Sieve compreso tra la diga di Bilancino ed il paese di S.Piero a Sieve.

- ore 9.00: ritrovo presso il Camping Mugello Verde, presentazione del corso e dei docenti.
- Breve presentazione dei partecipanti e delle loro attese, consegna dei questionari in entrata, già forniti in precedenza.

Attività in aula:

- ore 9.00 Panoramica sullo sport del rafting (storia, organizzazione, materiali) ed illustrazione dell'ambiente fluviale con nozioni basilari di idrodinamica ed ecologia fluviale.

Attività in fiume:

- Ore 10.30: vestizione. Ai partecipanti sarà consegnato l'abbigliamento tecnico da rafting necessario per l'attività pratica in fiume (muta, giacca impermeabile, casco e salvagente).
- Spostamento al punto di imbarco presso diga di Bilancino (distanza 3 km, con auto proprie)
- Ore 10.45: briefing di preparazione alla discesa. Saranno forniti tutte le informazioni necessarie per svolgere l'attività di rafting in sicurezza: descrizione del percorso, tecnica di base, istruzioni della Guida, norme di sicurezza
- ore 11.15: discesa rafting di bassa difficoltà. Per l'attività fluviale il gruppo di docenti sarà suddiviso in equipaggi da 6 persone, ogni equipaggio sarà accompagnato da una Guida della Federazione Italiana Rafting.
- ore 13.30 sbarco davanti al Camping Mugello Verde.
- ore 13.30/14.30 pausa pranzo.

Attività in aula:

- ore 14.30: approfondimento sull'attività svolta ed illustrazione delle possibilità di realizzazione di attività di rafting con gruppi scolastici. Debriefing.
- ore 16.00 compilazione questionario di uscita e restituzione
- ore 16.30 termine del corso e consegna dei diplomi di partecipazione.