



**Corso di Aggiornamento di Rafting
17 maggio 2019**

*Accadueo Feel River Valsesia (Varallo)
via Principale, n. 4 – Loc. Crevola*

tel. 349/8622180 Simone Arienta e-mail info@accadueo-sesia.it

Programma dettagliato e calendario dei lavori

Località: Varallo VC

Tipologia corso: Interregionale

Durata complessiva: 1 giorno - 17 maggio 2019 - ore 8

Quota di partecipazione prevista: gratuita per i partecipanti

Destinatari distinti per ordine e grado di scuola: Secondaria di 1° grado – Secondaria di 2° 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: 10 maggio 2019

Obiettivi del corso: far sperimentare una discesa in rafting accompagnati da guide F.I.Raft. per farne comprenderne gli aspetti istruttivi e per cercare analogie fra il ruolo di guida rafting e il ruolo di professore nel processo di assunzioni di responsabilità e gestione delle dinamiche di gruppo.

Il corso di rafting si svolgerà presso Accadueo Feel River Valsesia, che si trova a Varallo (Valsesia) via Principale, 4 – Loc. Crevola. L'attività sportiva fluviale sarà effettuata nel tratto del fiume Sesia compreso tra i paesi di Varallo e Doccio.

- ore 9.00: ritrovo presso Accadueo Feel River Valsesia, presentazione del corso.
- 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), illustrazione dell'ambiente fluviale con nozioni basilari di idrodinamica e aspetti educativi di inclusione e crescita dei ragazzi.

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).
- 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 media 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. Durante la discesa, per chi volesse, c'è la possibilità di provare a condurre il gommone in condizione di sicurezza con la supervisione della Guida.
- ore 13.30 rientro presso Accadueo Feel River Valsesia (il trasporto sarà effettuato con i pullmini dell'organizzazione).
- 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. Per chi volesse, breve visita turistica alla città di Varallo come ulteriore possibilità educativa/culturale da proporre con i gruppi scolastici (visita del centro storico e alla Chiesa della Madonna delle Grazie con la "Parete Gaudenziana")