



**Corso di Aggiornamento di Rafting  
12 maggio 2023**

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

*tel. 349/8622180 Simone Arienta e-mail [info@accadueo-sesia.it](mailto:info@accadueo-sesia.it)*

**Programma dettagliato e calendario dei lavori**

**Località:** Varallo VC

**Tipologia corso:** Interregionale

**Durata complessiva:** 1 giorno - 12 maggio 2023- 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 2023

**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")