



CORSO DI FORMAZIONE AL RAFTING PER DOCENTI SCOLASTICI

RockOnda Rafting Località Cevoli, Str. dell'Abetone e del Brennero
Bagni di Lucca LU 09-10 novembre 2024

Il **Centro Sportivo Italiano** Comitato di Firenze, in collaborazione con Atlante asd-aps, ente accreditato al Ministero dell'Istruzione (Dir. 170/2016), promuove dal 9 al 10 novembre 2024, una formazione residenziale per il personale docente sul tema:

Didattica dell'apprendimento del rafting in ambito scolastico

Il programma prevede un totale di n° 12 ore di formazione

Il corso è inserito sul portale SOFIA al ID 95278

CORSO RAFTING

Località: Bagni di Lucca (LU)

Tipologia corso: Interregionale

Durata complessiva: 2 giorni – **09-10 novembre 2024**

Quota di partecipazione prevista: Quota assicurativa e tesseramento € 109,00

Destinatari: Docenti e Dirigenti Scuole secondarie di I e II Grado e Aggregati

Lezioni frontali: ore 2

Esercitazioni pratiche: ore 10

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

Scadenza presentazione di adesione al corso: **19 ottobre 2024 con bonifico di € 50,00 quale caparra di conferma.**

Numero Massimo di Partecipanti: 30

Programma dettagliato

Il corso di rafting si svolgerà presso il Centro RockOnda ASD, situato a Fabbriche di Casabasciana (Bagni di Lucca) via Fabbriche 36 Provincia di Lucca. L'attività sportiva fluviale sarà effettuata nel tratto del fiume

Lima compreso tra i paesi di Fabbriche di Casabasciana e Bagni di Lucca.

Sabato 09.11.2024:

ore 8.45: ritrovo presso il Centro RockOnda ASD, Accredитamento

- ore 9.00 Panoramica sullo sport del rafting (storia, organizzazione, materiali) ed illustrazione dell'ambiente fluviale con nozioni basilari di idrodinamica
- 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)
si consiglia munirsi di scarpette da fiume o ginniche
- Ore 10.45: Briefing di preparazione. Sicurezza, Si tratta di un corso in cui l'orientamento è dedicato alle problematiche dell'attività fluviale ricreativa (rafting) Filosofia/priorità/gestione di un soccorso, elementi base di fluidodinamica, morfologia fluviale, auto-soccorso, attrezzatura, nuoto fluviale, tecniche di sicurezza e comunicazione, gestione dell'equipaggio in un'emergenza, nodi fondamentali, ancoraggi, sistemi di tiro con vantaggio meccanico, manovre di recupero, soccorsi con corda di lancio, lavoro in acqua bassa e veloce, soccorsi a pericolante incastrato, rimozione raft incastrati, rovesciamento.
- ore 13.30 Rientro al Centro RockOnda ASD
- ore 13.30/14.30 Pausa pranzo, presso Trattoria Topo Gigio
- Ore 15.30 Visita al Parco Avventura "Canyon Park" presentazione delle attività offerte dal parco, con possibilità di prova gratuita del percorso, accompagnati da Guide specializzate
- Ore 18.00 Arrivo alla Casa Vacanze "Val di Lima House" per sistemazione nei vari appartamenti e consegna bagagli
- Ore 20 Cena

• **IL NOSTRO ALLOGGIO: HOTEL Val Di Lima House**



La sistemazione è in stanze doppie, triple e quaduple

Domenica 10.11.2024:

- ore 8.00 Colazione a buffet
- ore 9.00 Presso il Centro RockOnda ASD, approfondimento e prove a secco e in acqua della tecnica di pagaiata e nozioni fondamentali di sicurezza, auto salvamento e salvamento in fiume
- ore 10.30 Preparazione e discesa Rafting in fiume



- ore 12.30 Rientro al Centro RockOnda ASD
- ore 13.30 Pausa pranzo, presso Trattoria Topo Gigio
- ore 14.30: Confronto, 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

Il corso è inserito sul portale SOFIA al ID 95278

L'iniziativa si colloca nel piano di formazione prevista dalla L.107/2015, art.1, comma 124, i partecipanti potranno usufruire dell'esonero dall'impegno scolastico nell'ambito dei cinque giorni previsti dal CCNL, art.64, comma 5 riservato a tutte le iniziative di formazione riconosciute dall'amministrazione

Iscrizioni

Docenti e Dirigenti Scuole secondarie di I e II Grado e Aggregati devono essere presentate esclusivamente con la compilazione del seguente modulo Google Form per ogni singolo partecipante:

<https://docs.google.com/forms/d/1ZuJ6h1EwYN9LZlqWlpKVHvdNDDcncr8sF1OhGY LXm1Q/edit>

Pagamento

La quota Individuale di partecipazione è di € **109,00** di cui € **50,00** con bonifico, quale caparra confirmatoria al momento della iscrizione e saldo di € **59,00**, entro il **27/10/2024**, con la carta del docente generando un buono (*Corsi aggiornamento enti accreditati/qualificati ai sensi della direttiva 170/2016*) inviando copia del buono a atlante2023@gmail.com, oppure con bonifico per gli aggregati, al seguente

IBAN: IT 25 H 08358 70550 000000764041

Intestato: Kalimera srl

Casuale: Formazione docenti RAFTING (caparra/saldo)

Si ricorda ai partecipanti che in caso di annullamento per cause di forza maggiore (es. meteo avverso), il corso sarà riprogrammato in successiva data. Comunque l'importo della carta del docente già acquisita non potrà essere restituito in liquidità, come disposto per l'uso di accrediti virtuali.

Per qualsiasi chiarimento o informazione potete contattare il referente dell'ente di formazione, alla email atlante2023@gmail.com

Centro Sportivo Italiano
Comitato Provinciale di Firenze

Il Presidente

(Roberto Posarelli)