



**SCHEMA DI PROPOSTA PER UN'INIZIATIVA DI FORMAZIONE DESTINATA AL
PERSONALE DELLA SCUOLA (Alleg. 1)**

PROGRAMMA DETTAGLIATO E CALENDARIO DEI LAVORI

Località: ROMA, RM

Tipologia corso: Territoriale

Quota di partecipazione: gratuita per i partecipanti

Tesseramento F.I.Raft: 5,00€; valevole per tutte le uscite didattiche del 2016 (validità annuale)

Docenti Destinatari: Secondaria di 1° e 2° grado

Data e Durata complessiva: 12 marzo 2016 - ore 7

Lezioni frontali: ore 1,30

Esercitazioni pratiche: ore 4,30

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

Scadenza presentazione domande per adesione al corso: 7 marzo 2016

ISCRIZIONI: Nome, Cognome, Telefono, Mail, e Scuola a: info@romainrafting.it

PER INFO: Tel. 3421855079 (Marco Caldera)

PROGRAMMA DETTAGLIATO

Il corso di rafting si svolgerà presso il Centro Remiero dell'Università del Foro Italico in via Capoprati, snc. Roma. L'attività sportiva fluviale sarà effettuata sul fiume Tevere da Ponte Milvio a Castel Sant'Angelo.

- Ore 9.00: ritrovo presso il Centro Remiero dell'Università del Foro Italico, presentazione del corso e dei docenti.
- Breve presentazione dei partecipanti e delle loro attese, consegna dei questionari in entrata.

Attività in aula:

- Ore 9.00 Panoramica sullo sport del rafting (storia, organizzazione, materiali) ed illustrazione dell'ambiente fluviale con nozioni basilari di idrodinamica.
- Ore 9.45 Lezione frontale sul fiume Tevere, i rischi idrogeologici connessi e le azioni di mitigazione.



Attività in fiume:

- Ore 10.30: Vestizione. Ai partecipanti sarà consegnato l'abbigliamento tecnico da rafting necessario per l'attività pratica in fiume.
- Ore 10.45: briefing di preparazione alla discesa. Saranno fornite 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 sulle tranquille acque del Tevere. Per l'attività fluviale il gruppo di docenti sarà suddiviso in equipaggi, ogni equipaggio sarà accompagnato da una Guida della Federazione Italiana Rafting.
- Ore 13.30 rientro al Centro Remiero dell'Università del Foro Italico
- 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.

Federazione Italiana Rafting