Progetto Scuola a.s. 2018/2019

PAGAIANDO IN DRAGONBOAT

Con Canoa Club Sile ASD – Treviso
di Paolo Scarpa e Anita Beqiri

COSA È IL DRAGONBOAT?

Il dragonboat è un'imbarcazione lunga circa tredici metri che da oltre 2000 anni è usata per celebrazioni e manifestazioni legate alla tradizione ed al folclore cinese. Dal 1976, grazie ad un'iniziativa della Hong Kong Tourist Association, il dragonboat è stato promosso come una disciplina sportiva da praticare in tutto il mondo. Le gare si disputano sulle distanze dei 200, 500, 1000, 2000 e 5000 metri e gli equipaggi che vi partecipano - venti persone che pagaiano assieme coordinate al ritmo del tamburo e condotte da un timoniere – possono essere maschili, femminili e misti, cioè con almeno una componente di 3/5 di equipaggio di sesso opposto (es. 12 uomini e 8 donne).

"Tutti insieme al ritmo del tamburo" è lo slogan che meglio rappresenta lo spirito di questa disciplina che miscela goliardia ed agonismo. L'imbarcazione del dragonboat è il simbolo della socializzazione e della squadra perché "si è tutti sulla stessa barca".

Ed è con questo messaggio che l'imbarcazione del dragonboat, oltre che per le competizioni, è utilizzata come scafo di istruzione e da passeggio per la sua particolare duttilità che le permette di fungere da mezzo propedeutico per l'attività di voga, per i più giovani, e come disciplina di aggregazione, per i più grandi.

PERCHE' FARE DRAGONBOAT?

- E' uno sport di squadra unico nel suo genere che si svolge su delle speciali imbarcazioni a 20 posti, che hanno una testa di drago sulla prua.

- Il dragonboat è infatti uno sport che oltre a comportare tutti i benefici tipici di uno **sport aerobico**, con un'influenza positiva rispetto alle funzionalità cardio-respiratorie e alla composizione corporea, è uno sport che aiuta a migliorarsi **anche sul piano mentale**, acquisendo maggiore equilibrio e capacità di rapportarsi in modo positivo con gli altri. Infatti il dragonboat è una disciplina che porta ai massimi livelli il **concetto di "squadra**", perché nessuno, per quanto bravo, ha un valore superiore agli altri componenti del team, e l'affiatamento di squadra, che si esprime nell'armonia della "pagaiata", è il principale requisito per conquistare i propri obiettivi.

CHI NON PUO' PRATICARE IL DRAGONBOAT?

<u>Nessuno</u>

QUALI OBIETTIVI?

- Creare **senso di squadra**, nel gruppo non esiste competizione, non deve emergere il più bravo, ma tutti perseguono un fine unico, tutti sono necessari per raggiungere il traguardo
- Sviluppare l'educazione al **senso civico e al rispetto per l'ecosistema** che ci circonda
- **Valorizzare l'ambiente** in cui si vive, infatti le uscite vengono proposte principalmente sul Sile, dove è possibile osservare scroci e infratti difficilmente visibili e notare la vita di una fauna in continuo fermento
- Generare **benessere psico-fisico**, imparare a prendersi del tempo per sè
- Stimolare attività aggregative **all'aria aperta**, lontano da cellulari, pc o tv
- Imparare a **gestire ritmi e difficoltà individuali e di gruppo**, guidati dall'istruttore

SCUOLE ADERENTI

SCUOLE ADERENTI

- Scuola primaria A. Volta di Treviso
- Scuola primaria A. Manzoni di Treviso
- Scuola primaria Masaccio di Treviso
- Istituto comprensivo statale di Casier e Dosson

E VOI COSA ASPETTATE?

PROGETTO

Il progetto consiste in:

- Lezione teorica da svolgersi in palestra o c/o l'associazione canoa club sile in outdoor;
- Uscita settimanale in dragonboat di circa 1,30 h, in orario da definirsi, preceduta da un momento di riscaldamento muscolare o in alternativa in giochi di squadra sulle rive del Sile per sviluppare l'affiatamento del gruppo e l'osservazione dell'eco-sistema (per max 2 dragonboat);
- Proposte alla partecipazione di eventi in cui il gruppo può mettersi alla prova e confrontarsi con altri (es. Vogalonga, Pagaiando a Casier, Adige Marathon, discesa del Sile, Mondiali di dragonboat, …. – costo extra a carico del partecipante);
- Possibilità di organizzare esibizioni o competizioni tra istituti;
- Nell'ultima uscita possibilità di provare canoa indiana, k1 o k2, sup o altro con i nostri collaboratori.
- IL PROGETTO PUO' ESSERE PROPOSTO IN VERSIONE COMPLETA PER PARTE DELL' ANNO SCOLASTICO (attivabile tra settembre-luglio, attività sospesa tra dicembre-febbraio) E/O ANCHE NELLA SETTIMANA DELLO SPORT IN VERSIONE PROMOZIONALE
- **Si chiede la presenza di un docente**

CHI SIAMO?

Il Canoa Club Sile è un'associazione sportiva gestita da Paolo Scarpa, ex campione europeo di canoa, fratello di Daniele Scarpa, ex campione olimpico di canoa, con il quale collabora nella promozione della disciplina della canoa, kayak e dragonboat nel territorio veneto e Anita Beqiri, istruttrice qualificata di canoa e fitness.

L'associazione sportiva vanta:

-Atleti giovanili che competono a livello agonistico, tra cui un campione italiano e eccellenti atleti piazzati nei primi posti della classifica italiana in k1, k2 e k4;

-Atleti disabili, alcuni dei quali competono a livello agonistico nelle categorie specifiche, tra cui una campionessa italiana di k1;

-Donne in rosa in dragonboat, quale attività di prevenzione al tumore e/o recupero psico-fisico;

-Adulti e ragazzi che praticano canoa, kayak e dragonboat a livello amatoriale;

-Studenti inseriti in progetti scolastici di promozione del dragonboat.

I NOSTRI PARTNER?

- Comune di Silea e Casier
- Ulss2 marca trevigiana
- Alcuni istituti comprensivi della provincia di Treviso
- Alcune Scuole superiori di Treviso

DOVE SIAMO?

Treviso –zona Fiera
Via Borin 48/b

EVENTI ORGANIZZATI O NEI QUALI CI SIAMO DISTINTI

Mondiali dragonboat di Venezia 2°classificati

EVENTI ORGANIZZATI O NEI QUALI CI SIAMO DISTINTI

Europei dragonboat di Brandeburgo 1°classificati

EVENTI ORGANIZZATI O NEI QUALI CI SIAMO DISTINTI

Campionati italiani assoluti di dragonboat 2° classificati

Uscita Casier

Campionato Caldonazzo 1° classif.

Uscita in laguna con gli studenti

Uscite di gruppo sul Sile

SFIDA FRA ISTITUTI

Quest'anno, per la prima volta, la Federazione italiana di Dragonboat introdurrà un campionato riservato ai vari istituti scolastici, durante la quale i ragazzi si sfideranno a colpi di pagaia.

Saranno organizzate competizioni a livello regionale e nazionale, un'esperienza emozionante da non dimenticare!

COSTI

- **PROPOSTA A**

PROGETTO SETTIMANA DELLO SPORT

1 lezione teorica + 5 uscite in dragonboat

(Quota da concordare)

Assicurazione e attrezzature sportive incluse – disponibilità spogliatoi e docce – si richiede un cambio completo, scarpe comode e una bottiglietta di acqua.

PROPOSTA B

PROGETTO COMPLETO

1\2 lezioni teoriche + 1 uscita settimanale in dragonboat o giochi outdoor di gruppo per 4\6 mesi + proposte extra da concordare

€ ….. A studente

- Assicurazione e attrezzature sportive incluse – disponibilità spogliatoi e docce – si richiede un cambio completo, scarpe comode per il dragonboat e una bottiglietta di acqua.
- Si propone di riconoscere un credito formativo per la maturità/anno scolastico per lo studente che aderisce al progetto completo svolto in orario extrascolastico, previa certificazione delle presenze da parte del Canoa Club Sile.

Vi aspettiamo!

Canoa Club Sile ASD via Borin 48 Treviso

Paolo e Anita – tel. 339 4764163 / 371 1963280

scarpacanoa@gmail.com

www.lanaturadellosport.it

ALTRE DOMANDE?

…a voi la parola