



# Federazione Italiana Canottaggio

## Comitato Regionale Piemonte



La Federazione Italiana Canottaggio – Comitato Regionale del Piemonte propone agli istituti scolastici del Piemonte il Progetto “Remare a Scuola 2014”.

L’iniziativa, che non prevede costi di frequenza per gli alunni, si propone di affiancare il mondo della Scuola nella sua funzione educativa offrendo ai docenti ed alle famiglie un supporto alla formazione dei giovani.

Il Progetto prevede una parte formativa per gli Insegnanti ed una parte riservata alle attività per i ragazzi con esperienze di voga “indoor”, mediante l’utilizzo del remoergometro, e successive uscite in acqua con utilizzo di nostre imbarcazioni.

Tutte queste attività saranno propedeutiche per la partecipazione delle scolaresche al Campionato Interscholastico di Indoor Rowing nonché alla Fase Regionale e Nazionale dei Giochi Sportivi Studenteschi. Il progetto è volto a diffondere la conoscenza e la pratica del Canottaggio, sulla base del seguente

### PIANO DIDATTICO

Come da Progetto “Remare a Scuola” della F.I.C., il piano didattico sarà costituito:

- 1) **Fase interna;**
- 2) **Fase esterna.**

- 1) La fase interna prevede un incontro di 3-4 ore circa, presso l’istituto, nel corso del quale saranno trattati i seguenti temi:

- Teoria del canottaggio
- Che cos’è il canottaggio
- Cenni storici
- Cenni tecnici e fisiologici
- Filmato
- Completamento argomentazione tecnica
- Fase pratica al remo ergometro

- 2) Fase esterna: prevede da 2 a 4 sedute da 2 ore ciascuna.

1.ma) seduta: fase teorico-pratica al remoergometro e/o in vasca voga;

2.da) seduta: fase pratica sul fiume

Si precisa che le società remiere prenderanno in carico gli alunni presso le rispettive società; pertanto, sarà a cura degli istituti scolastici il trasporto degli studenti dalle scuole alle sedi nautiche e dalle sedi nautiche alle scuole.

Il progetto terminerà con una gara sul Po, che si svolgerà, indicativamente, nel mese di maggio 2014, contestualmente alla fase regionale dei GSS (con successiva comunicazione, verrà precisata la data della regata).

Il presente progetto è rivolto agli alunni delle classi 4<sup>a</sup> e 5<sup>a</sup> della scuola primaria, a tutti gli alunni delle scuole secondarie di 1<sup>o</sup> grado e agli studenti delle classi 1<sup>a</sup> e 2<sup>a</sup> delle scuole secondarie di 2<sup>o</sup> grado.

Gli istituti interessati dovranno inviare l’adesione al progetto, indicando il numero di allievi e di classi, al seguente indirizzo mail: [presidente@canottaggiopiemonte.it](mailto:presidente@canottaggiopiemonte.it).

Successivamente, lo scrivente comitato provvederà a contattare gli istituti aderenti, concordando le date per l’espletamento delle due fasi sopra indicate e indicando la società remiera presso la quale il progetto verrà attuato.



Federazione Italiana Canottaggio

Comitato Regionale  
Piemonte



Qualora le richieste degli istituti siano superiori alle disponibilità delle società remiere, verrà data priorità alle scuole che avranno inoltrato per prime la domanda di adesione.

Cordiali saluti.

**Il Coordinatore**  
Massimo Prandini

**Il Presidente**  
Stefano Mossino