SCHEDA TECNICA ATTIVITÀ SPORTIVA
per le classi 1^, 2^, 3^, 4^, 5^
di scuola secondaria di secondo grado
Federazione Italiana Canoa Kayak

Per gli sport individuali la partecipazione è a livello individuale (maschile e femminile).

Si raccomanda di dare l'opportunità a tutte le studentesse e gli studenti della classe di cimentarsi nelle attività per dare il proprio contributo rispondendo ai principi dei Giochi della gioventù e valorizzando la partecipazione di tutti e il talento.

Nome dell'attività sportiva proposta	**CANOA-KAYAK**
Attività propedeutiche (dal singolo al gruppo; dal facile al complesso)	Le attività propedeutiche per la canoa-kayak seguono una progressione dal facile al complesso, ponendo massima attenzione alla sicurezza. È importante la valutazione delle capacità natatorie. Si inizia con contatto individuale a secco per familiarizzare con canoa-kayak e pagaia: presentazione canoa/kayak: seduta, postura, presa pagaia senza movimenti. Equilibrio statico: oscillazioni laterali a terra, poi in acqua con supporto istruttore. Ribaltamento sicuro: prove individuali per tranquillizzare l'allievo. Giochi in acqua con la canoa-kayak; giochi con la canoa ed altri attrezzi; giochi in acqua con canoa; forme elementari di manovra; forme semplici di propulsione; utilizzo di vari tipi di imbarcazioni e di pagaie. I giochi predisposti saranno adatti a tutti gli alunni; saranno sia individuali sia di gruppo. In quest'ultimo caso ogni componente del gruppo dovrà collaborare con gli altri, in base alle proprie abilità, per la riuscita del gioco.

Categorie e classi coinvolte. Specificare l'attività proposta	• SECONDARIA SECONDO GRADO – PRIMA CATEGORIA (CLASSE 1^) • SECONDARIA SECONDO GRADO – SECONDA CATEGORIA (CLASSI 2^ e 3^) • SECONDARIA SECONDO GRADO – TERZA CATEGORIA (CLASSI 4^ e 5^)
Attrezzi/materiali (descrizione di dettaglio dei materiali da utilizzare, con eventuali specifiche per l'età dei ragazzi coinvolti)	Kayak sit-on-top. Pagaie, giubbotti di salvataggio, caschetti. Boe.
Spazio utilizzato (descrizione del dettaglio degli spazi di gioco, con misure ed eventuali specifiche tecniche)	Specchio d'acqua piatta o con poca corrente. Tre boe: due per partenza e arrivo, una come giro di boa. Distanza tra partenza e giro di boa: 80 metri (in base alle condizioni atmosferiche e dell'acqua (onde ecc.) la distanza può essere variata.
Durata delle attività	Per ogni percorso circa 2'
Programma delle attività	Si svolgono gare individuali e gare a staffetta. La staffetta è una specialità a sé stante alla quale possono partecipare studenti che non sono iscritti alla prova individuale.
Preparazione del campo/dell'area di gioco	Sistemare le boe alla distanza convenuta. La Federazione verificherà l'idoneità del percorso. Nelle regate verranno utilizzate imbarcazioni e pagaie uguali per tutti (kayak modello sit-on-top).
Regolamento dell'attività sportiva proposta per le diverse categorie	Il regolamento vale per tutte le categorie. Individuale: l'alunno si posizionerà tra le boe di partenza e, al via, dovrà, il più velocemente possibile, dirigersi verso la terza boa distante 80 metri dalla partenza. Giunto nei pressi dovrà girare attorno alla boa in senso antiorario e ritornare al punto di partenza. Il percorso finisce quando sarà passato con la prua tra le due boe da cui è partito. La manifestazione si svolgerà a serie di max. 4 atleti. Staffetta: ogni squadra sarà composta da 4 studenti, 2 F e 2 M. L'ordine di partenza è femmina-maschio-femmina-maschio. Ogni partecipante dovrà eseguire il percorso come l'individuale (m. 80 + 80) e all'arrivo dovrà passare la pagaia al frazionista successivo. Verrà preso il tempo all'arrivo del quarto staffettista.
Punteggi dell'attività sportiva proposta	Al termine delle varie fasi, in base al tempo impiegato verranno stilate le classifiche individuale maschile, individuale femminile e di staffetta.

Note aggiuntive	
ADATTAMENTI	
Adattamento per allievi con disabilità visiva - NV	Utilizzo di un kayak doppio sit-on-top (K2). Gli allievi con disabilità visiva gareggeranno in equipaggio con un compagno di classe (scuola). La distanza sarà di 100 metri senza giro di boa.
Adattamento per allievi con disabilità uditiva - HS	Gli allievi con disabilità uditiva verranno posizionati vicino allo starter, in modo che possano vedere il braccio che si abbassa nel momento della partenza.
Adattamento per allievi con disabilità motoria - HFD - HFC	Utilizzo di un kayak doppio sit-on-top (K2). Gli allievi con disabilità motoria gareggeranno in equipaggio con un compagno di classe (scuola). La distanza sarà di 100 metri senza giro di boa.
Adattamento per allievi con disabilità intellettiva - DIR – C21	Utilizzo di un kayak doppio sit-on-top (K2). Gli allievi con disabilità intellettiva gareggeranno in equipaggio con un compagno di classe (scuola). La distanza sarà di 100 metri senza giro di boa.
Ulteriore adattamento per allievi con altri Bisogni Educativi Speciali	Nessun adattamento