

IL KAYAK A SCUOLA

L'ESPERIENZA DELLA SCUOLA DEL MARE DI S. VINCENZO (LI)

Scuola secondaria di primo grado di S. Vincenzo (LI): conclusosi con successo anche quest'anno il "modulo kayak" del progetto educativo "Il Mondo e gli Altri Animali"

A cura di Marco Verdone | www.ondamica.it

Dopo settimane di attesa per delle condizioni meteo favorevoli, finalmente si è potuto concludere anche quest'anno positivamente il percorso esperienziale di introduzione al kayak da mare con la scuola secondaria di primo grado P. Mascagni di S. Vincenzo (LI) denominata anche "Scuola del Mare" che ha visto la partecipazione di tutte e nove le classi per un totale di circa 180 studenti coinvolti.

Da diversi anni, infatti, è attivo presso questo Istituto diretto dalla prof.ssa Claudia Giannetti il progetto didattico multidisciplinare "Il Mondo e gli Altri Animali" dell'UOS Educazione e Promozione della Salute - Area sud dell'Asl Toscana nord ovest che, tra i suoi sette moduli disponibili, prevede anche quello sulla conoscenza del kayak.

Questo progetto educativo è promosso e coordinato da Marco Verdone, medico veterinario omeopata, istruttore di II livello di kayak da mare della FICK (Federazione Italiana Canoa Kayak) e supportato dalla collega Nicoletta Cioli referente dell'Educazione alla Salute per le Valli Etrusche. Da circa dieci anni offre strumenti di conoscenza finalizzati ad estendere la visione del Mondo attraverso la mediazione degli animali e della Natura in generale, assumendo la stretta relazione tra educazione e prevenzione. Intende, inoltre, sollecitare le capacità di interconnessione e di espressione, stimolare l'autonomia di pensiero e un



approccio globale sui temi della salute, biologia, ecologia, alimentazione, etica in un'ottica di *One Health*.

Il kayak è una piccola imbarcazione, silenziosa, flessibile, ecosostenibile che permette di navigare su laghi, fiumi e mare aperto utilizzando una pagaia a doppia pala. È un'attività che sviluppa, specie negli adolescenti, molte *skills*, come l'equilibrio, la coordinazione, il

coraggio, l'autostima, il senso di responsabilità. Con la sola propulsione delle braccia, coadiuvate dal sincronismo con il resto del corpo, permette la conoscenza del mondo acquatico e di sé stessi migliorando le capacità di movimento e di benessere generale

Il kayak deriva da 4000 anni di storia e nella lingua *Inuit* significa "barca degli uomini".

Gli Inuit sono gli originari abitanti delle regioni costiere artiche e subartiche dell'America settentrionale e della punta nordorientale della Siberia. Il loro territorio è principalmente composto dalla tundra, pianure basse e prive di alberi dove il terreno è perennemente ghiacciato, il cosiddetto permafrost, salvo pochi centimetri in superficie durante la breve stagione estiva. Il kayak, soprattutto in passato, permetteva a queste popolazioni di poter andare a caccia e pesca e sopravvivere in quelle regioni estreme.

Il modulo di introduzione al kayak ha, quindi, una profonda valenza pedagogica perché migliora le capacità individuali e stimola a un profondo senso di rispetto verso gli ambienti acquatici (marino-costieri, fluviali, lacustri) e i loro abitanti.

Obiettivi di questo specifico modulo progettuale sono:

1. Migliorare l'autoconsapevolezza e la percezione del "qui e ora";
2. Sviluppare fiducia in sé stessi, abilità, conoscenze (*life skills* emotive, relazionali e cognitive) per migliorare la vita relazionale e scolastica;
3. Mettersi in gioco: superare resistenze, paure, pregiudizi;



4. Sviluppare una *forma mentis* improntata all'ordine, pianificazione, responsabilità, cooperazione, valutazione dei limiti e del pericolo;
5. Conoscere le dinamiche del mare e i principi della sicurezza in acqua;
6. Conoscere i principi di autosalvataggio e soccorso;
7. Conoscere gli elementi fondamentali degli ambienti marino-costieri e del Santuario Pelagos, area marina protetta transfrontaliera.



L'Istituto di S. Vincenzo, in virtù dell'importanza che attribuisce alle attività in mare e del buon esito del progetto "Il Mondo e gli Altri Animali", da alcuni anni si è dotato di quattro propri kayak completi dei relativi dispositivi di sicurezza (aiuto al galleggiamento, caschi, ecc.). In tal modo il programma si è articolato con una serie di incontri differenziati per i tre livelli di classi, coordinati dal

prof. Filippo Bongiorno, responsabile delle attività in mare della scuola. Inoltre, l'Istituto ha anche previsto un percorso formativo rivolto ai docenti che hanno potuto fare esperienza pratica come i loro studenti.

Per le classi prime sono previste lezioni interattive multidisciplinari in aula con ausilio di strumenti audio-visivi. Tra questi figurano i dieci cortometraggi relativi a "Il viaggio dei due mari", un'esperienza di navigazione di 13 giorni lungo tutta la costa toscana che Marco Verdone ha realizzato con Paolo Chiavenna (Guida marina FICK) nel 2023 (a questo link una sintesi del viaggio <https://www.youtube.com/watch?v=DNx9Uv7-llc>).

Per le seconde classi inizia la familiarizzazione con il kayak in palestra scoprendone le principali caratteristiche e tecniche di base. In seguito, si affronta una vera e propria lezione in mare nell'ambito dell'insenatura protetta della spiaggia del Golfetto.

Per le classi terze, infine, quest'anno è stata introdotta una breve navigazione sempre dalla spiaggia del Golfetto al Tutun Club Sport Service di circa 2 miglia nautiche in direzione sud.





L'esperienza è stata concepita suddividendo la classe in due gruppi: una metà ha seguito il litorale a piedi, accompagnati dai docenti di motoria e scienze, e l'altra in kayak. Arrivati al Tutun Club i gruppi si sono scambiati e chi è arrivato in kayak è ritornato a piedi e viceversa.

Questa piccola esperienza ha ricevuto l'assistenza in mare da parte della Delegazione di Spiaggia della Guardia Costiera di S. Vincenzo il cui comandante, Lgt. NP Paolo Rinaldi, ha messo a disposizione un battello pneumatico (con a bordo la Sc 2classe Np Grazia Cesareo e il Com. Scelto Np Simone Russo) per garantire la giusta cornice di sicurezza durante la navigazione.

Inoltre, il presidente del Tutun Club, Duccio Maria Arrighi, ha fornito alcuni kayak sit-on-top, seguendo anch'egli con un gommone i vari spostamenti.

La navigazione con i kayak ha beneficiato di tre giorni di mare calmo e i ragazzi in acqua sono stati seguiti oltre che da Marco Verdone, dal prof. Bongiorno e da Roberto Golinelli, altro kayaker esperto.

Gli studenti, i docenti, nonché alcuni genitori presenti, hanno espresso pieno gradimento chiedendo di replicare e di arricchire sempre più il modulo con altre attività. I ragazzi e le ragazze, entusiasti della sessione in acqua, si sono impegnati a restituire nell'imminente futuro le loro impressioni scritte e la realizzazione di un



video riassuntivo di questa inedita esperienza che contribuisce a rendere Istituto di S. Vincenzo un punto di riferimento per le attività didattiche legate all'importante risorsa marino-costiera del nostro territorio.

Ecco alcune delle impressioni restituite dagli allievi:

- Era la prima volta che andavo in kayak; ho trovato delle difficoltà perché non sapevo girare e non sapevo come tenere la pagaia, però dopo dieci minuti mi sono stabilizzato con l'aiuto degli istruttori...
- Quando sono salito in kayak avevo paura di non riuscire ad arrivare al punto di partenza, ma quando sono partito tutte le paure sono scomparse nel nulla... l'emozione di pagaiare era davvero indescrivibile; il silenzio e il mare che sembrava un grande lago mi facevano sentire a mio agio...
- La mia paura era quella di ribaltarmi, ma proprio per superarla ho chiesto agli insegnanti di poter provare ad effettuare la manovra; mi sono fatto coraggio e mi sono ribaltato. Dopo tre secondi, ero di nuovo in superficie... ho capito che la paura ci fa crescere e va affrontata...
- Il viaggio in kayak è stato bello e paesaggistico...
- La mattina del 5 novembre eravamo tutti contenti perché sapevamo che ci sarebbe stato un bellissimo viaggio in kayak...

