

Formazione e insegnamento diviso per livelli

Obiettivi

Il primo obiettivo è quello di formulare un sistema di insegnamento che, strutturato su livelli, determini una successione di verifiche ed attestazioni di esperienza; tale sistema dovrà seguire l'evoluzione del praticante da neofita ad esperto, fornendogli, tramite l'attestazione stessa, stimoli e gratificazioni a completare un percorso di crescita e coinvolgimento.

In queste righe ci si è voluti soffermare, coerentemente con i sistemi internazionali EPP e BCU (che ci hanno fatto da falsa riga), sulle verifiche e le attestazioni, piuttosto che sulla didattica; la didattica, in questa fase, è lasciata alla sensibilità e all'esperienza dei singoli istruttori e formatori oltre che, ovviamente, sul bagaglio di documentazione ed esperienza già acquisito in seno Acquaviva.

Altro obiettivo è quello di formalizzare la trasversalità del Tecnico di Base nel suo fondamentale ruolo di promotore della pratica di **tutta** la canoa e il kayak, a prescindere dal mezzo a pagaia utilizzato (kayak, canadese aperta, dragonboat, polinesiano, sup, ...) e dall'ambiente in cui si opera. In particolare si è ritenuto opportuno, per tradizione ed esperienza maturata in Acquaviva, partire dalla formalizzazione e dal rilancio delle attività di formazione per la canadese aperta, nella speranza che il coinvolgimento di nuovi entusiasmi e competenze presenti all'interno dell'Acquaviva in questa disciplina/indirizzo facciano da volano per tutto il settore di pagaia – UISP e non solo. In questo contesto, inoltre si è lavorato lì dove possibile (in particolare per la promozione, l'istruzione e la formazione di base) per uniformare linguaggio e metodologie fra i diversi ambienti e per i diversi mezzi a pagaia; uno dei primi campi d'applicazione in questo senso è nella classificazione delle difficoltà di cui a margine di questo paragrafo si fornisce una tabella di sintesi.

Ultimo obiettivo, conseguibile solo con un lavoro congiunto al tavolo del CspT, è quello di formare "cartello" fra le diverse sigle nazionali di pagaia in modo che il praticante, neofita e non, non venga confuso e alla fine scoraggiato da una moltitudine di sigle e titoli, spesso simili nel nome e nel contenuto ma fuorvianti nelle pretese peculiarità e nei dichiarati antagonismi.

FIUME							
Classe	Difficoltà	Visibilità	Corrente	Ostacoli*	Pendenza	Morte	Salvamento
I	Facile	Ottima	Debole	Inesistenti	Molto ridotta	Ampie e frequenti	Autosalvamento facile
II	Non difficile	Molto buona	Regolare	Rarissimi	Ridotta		
III	Moderatamente difficile	Buona	Forte	Rari	Media	Medie e definite	Autosalvamento possibile
IV	Difficile	Media	Molto forte	Molti	Medio alta	Medio piccole	Difficile
V	Molto difficile	Scarsa	Potente	Moltissimi	Elevata	Scarse e piccole	Complesso
VI	Estremamente difficile	Molto scarsa			Molto elevata	Rarissime	Molto complesso

*In questa tabella (come ostacoli) non teniamo in considerazione gli alberi trasportati dalle piene.

MARE, LAGO, ACQUA NON IN CORRENTE		
Fattori	Calcolo*	Massimo
Temperatura dell'acqua	1 punto per ogni C° < 22	40
Velocità del vento	1 punto per mph	50
Altezza delle onde	2 punti ogni 30 cm	40
Distanza da riva	1 punto ogni 100 m	20
Surf zone	30 punti se le onde si rompono	30
Scogli	20 punti se presenti	20
Grotte	20 punti se presenti	20
Notte	20 punti se notte	20
Nebbia	20 punti se densa	20
Altro	10 punti ogni altra	20

* Totale da dividere per 20 per ottenere la Classe.

In base a questa schematizzazione delle classi (ancora in fase di definizione) nelle tabelle sintetiche non si parlerà di grado fluviale o altro ma di Classe di difficoltà.

In alcuni paragrafi, in particolare specifici per il mare, si fa riferimento a condizioni particolari di vento e forza del mare; tali riferimenti sono da integrare con la precedente tabella.

I corsi di canoa e kayak per pagaiatori sono divisi nei seguenti livelli

Canoa e kayak

Livello promo - Introduzione alla pratica della canoa e del kayak.

Livello 1 - Acqua protetta (mare, lago e specchi protetti, fiume Classe I), fondamentali in acqua ferma.

Livello 2 - Acque facili (mare, lago, fiume Classe I con passaggi di Classe II), navigazione.

Kayak fluviale

Livello 3 - Fiumi di Classe II con passaggi di Classe III, fondamentali in corrente, autosalvamento e salvamento.

Livello 4 - Fiumi di Classe III con passaggi di Classe IV; trip in autonomia, sicurezza in discesa, catena della sopravvivenza.

Livello 5 - Fiumi di Classe IV, gestione del gruppo e della discesa, BLS e primo soccorso, sicurezza sulle sponde e tecniche di autosoccorso.

Kayak marino

Livello 3 - Mare Classe II (forza 2 con vento forza 3), tecniche di imbarco e sbarco, autosalvamento e salvamento.

Livello 4 - Mare Classe III (forza 3 con vento forza 4), trip in autonomia, sicurezza in pagaiata, catena della sopravvivenza.

Livello 5 - Mare Classe IV (forza 4 con vento forza 5), gestione del gruppo e del trip, BLS e primo soccorso, sicurezza sulle rive e in giardini di roccia, tecniche di autosoccorso.

Canoa canadese fluviale solo e tandem

Livello 3 - Fiumi di Classe II con passaggi di Classe III, fondamentali in corrente, autosalvamento e salvamento.

Livello 4 - Fiumi di Classe III con passaggi di Classe IV; trip in autonomia, sicurezza in discesa, catena della sopravvivenza.

Livello 5 - Fiumi di Classe IV, gestione del gruppo e della discesa, BLS e primo soccorso, sicurezza sulle sponde e tecniche di autosoccorso.

Speciali

- Dall'appoggio all'eskimo.
- Safety kayak.
- Canadese freestyle americano/canadese.
- BLS (+D, +ambiente estremo).
- Cartografia e orientamento.
- Sicurezza - Corda da lancio, paranchi e nodi.
- Ambientale - Naturalistico.
- Survival.

Organigramma

Tecnico canoa e kayak

Attestato esperienza praticante	Tecnici	Indirizzo (fluviale, marino, canadese)	Formatori/ istruttori	Note
Promo		Comune ¹⁾	TB, Istruttore, Guida, Maestro	Introduzione alla pratica della canoa e del kayak.
Livello I		Comune	TB, Istruttore, Guida, Maestro	Acqua protetta (mare, lago e specchi protetti), fondamentali in acqua ferma e fiumi di Classe I.
Livello II		Prevalenza ²⁾	TB, Istruttore, Guida, Maestro	Mare, lago, fiumi Classe I con passaggi isolati di Classe II, navigazione.
Livello III		Indirizzo ³⁾	Istruttore, Guida, Maestro	Difficoltà in lago, mare, fiume di Classe II.
	Tecnico di base (TB)	Prevalenza	Istruttore, Guida, Formatore, Maestro	Brevetto per tenere corsi e rilasciare attestati di livello promo e I o in assistenza II. Promozione, sicurezza.
Livello IV		Indirizzo	Guida, Maestro	Difficoltà in lago, mare, fiume di Classe III.
	Istruttore	Indirizzo	Maestro formatore	Brevetto per tenere corsi e rilasciare attestati di livello promo, I, II, III. Tecnica, didattica, biomeccanica, sicurezza.
Livello V		Indirizzo	Guida, Maestro	Difficoltà in lago, mare, fiume di Classe IV. Trip di uno o più giorni con avvicinamento.
Speciali	Specialità	Trasversali	Specialisti	Eskimo, safety kayak, canadese classica. BLS (+D, ambiente estremo), cartografia e orientamento. Sicurezza, corda da lancio, paranchi e nodi, ambientale naturalistico, SRT.
	Guida	Indirizzo	Maestro formatore	Brevetto per tenere corsi e rilasciare attestati di livello promo, I, II, III, IV e la conduzione fino a Classe III con passaggi di Classe IV. Tecnica, didattica, biomeccanica, sicurezza, conduzione, trip leading.
	Maestro	Indirizzo	Centro studi Maestro formatore ente formatore Rescue Project	Brevetto per tenere corsi e rilasciare attestati di livello promo, I, II, III, IV, V e la conduzione fino a Classe IV. Tecnica, didattica, biomeccanica, sicurezza, conduzione, trip leading.

1) Comune a tutti gli indirizzi canoa, kayak, mare e fiume.

2) Prevalenza: il livello II è comune a tutti gli indirizzi ma la parte di navigazione viene svolta con l'imbarcazione e nell'ambiente scelto come prevalente del tecnico e/o dal praticante.

3) Indirizzo: i corsi III, IV e V sono specifici per indirizzo e ambiente tenuti rispettivamente da istruttori o guide canadese in acqua piatta, istruttori o guide canadese in corrente, istruttori o guide kayak marino, istruttori o guide di kayak fluviale, 4) in alternativa da un maestro di indirizzo.

4) Solo in collaborazione con un istruttore, una guida o maestro.

Livelli di attestazione praticante

Canoa/Kayak - Promo

Obiettivo

L'attestato vuole essere l'incentivo a continuare nel percorso di conoscenza e pratica delle attività di pagaia dopo una lezione introduttiva e aver provato ad imbarcarsi in più tipi di canoe.

Canoa o Kayak - Livello I

Obiettivo

Il brevetto è un premio di incoraggiamento e una valutazione delle capacità di base alla fine di un corso introduttivo. La stessa prova d'esame dovrebbe essere impostata sull'aspetto ludico e di divertimento: vanno valutati i fondamentali di base di propulsione e rotazione, i concetti base di sicurezza e un occhio di riguardo per l'attrezzatura e l'ambiente naturale.

Canoa o Kayak – Livello II

Obiettivo

Un riconoscimento avanzato che riguarda le competenze di base in acqua piatta. L'enfasi è sull'esecuzione del movimento dell'imbarcazione tramite la comprensione di causa ed effetto, piuttosto che sulla rigida definizione dei singoli colpi. Si introduce alla navigazione.

Canoa o Kayak - Livelli III, IV, V

Obiettivo

Il canoista ha già scelto il tipo di imbarcazione e l'ambiente in cui praticare l'attività di pagaia e ne esplora, guidato da istruttori, guide o maestri i vari aspetti.

A seguire una serie di tabelle sintetiche che, tra l'altro, mostrano la propedeuticità fra i diversi livelli di attestazione esperienza ed i brevetti tecnici; dallo schema risulta evidente che il percorso formativo del tecnico (sia esso un TB o un istruttore o una figura tecnica evoluta) si arricchisce di esperienze e conoscenze regresse e richieste come prerequisito all'aspirante figura tecnica che devono provenire dalla sua attestata esperienza di praticante: l'asse della formazione si sposta dai giorni di corso/esame per figura tecnica all'esperienza maturata sul campo nella pratica dell'attività di pagaia scelta.

Tecniche di base (per tutti i livelli, di seguito le tabelle livello per livello)

LIVELLO DI APPARTENENZA	I	II	III	IV	V
Prerequisiti	No	Attestato livello I	Attestato livello II 3 giorni di attività su Classe II	Attestato livello III 3 giorni di attività su Classe III	Attestato livello IV documentata partecipazione a uscite e trip su Classe IV
PFD, casco *	Si	Si	Si	Si	Si
Sollevamento, trasporto e imbarco	Si				
Ritorno alla banchina e sbarco	Si				
Rimessaggio della barca	No	Si			
Pagaiata propulsiva in avanti	50 m. x canadese: anche in timonata	100 m. x canadese: con jstroke anche "non pulito"	100 m. x canadese: con jstroke "pulito"		
Stop	in 4 colpi	in 4 colpi			
Colpi di rotazione - Ruota a 360 gradi sul posto	Si	Si	Si		
Colpi di rotazione - Ruota a 360 gradi sul posto indietro	No	No	Si		
Colpi di rotazione - Ruota a 180 gradi in movimento	No	No	Si		
Pagaiata all'indietro	25 m*	25 m*	Canadese: 25 m		
Pagaiare su una traiettoria a 8	Si*	Si			
Spostamento laterale continuo	No	Si			
Spostamento laterale in movimento	No	No	Si		
Appoggio basso per prevenire un capovolgimento	No	Si	Si con pronunciata inclinazione		
Appoggio alto			Si	Per canadese in tandem	Per canadese in tandem
Timonata in coda	Si	Si			
Rotazione intorno l'appoggio basso	No	Si*	Canadese: si		
Aggancio	No	No	Si	Si	Si
Richiamo di coda	No	No	No	Si	Si
Trip	Acqua piatta	Acqua piatta 6 km 2h	5 km 3h Classe I	5 km 4h Classe II	5 km 4h Classe III
Ingresso in corrente e in morta	No	Si	Si	Si	Si
Ingresso in morta e corrente di coda	No	No	No	No	Si
Traghetto in corrente	No	No	Si	Si	Si
Traghetto all'indietro in corrente	No	No	No	Si	Si
Traghetto su onda	No	No	No	Si	Si
Surf in onda	No	No	Si	Si	Si
Entrata in morta ad S	No	No	Si	Si	Si
Buco	No	No	No	Si	Si

LIVELLO DI APPARTENENZA	I	II	III	IV	V
Prerequisiti	No	Attestato livello I	Attestato livello II 3 giorni di attività su Classe II	Attestato livello III 3 giorni di attività su Classe III	Attestato livello IV documentata partecipazione a uscite e trip su Classe IV
Acquaticità con PFD	Si	Si			
Capovolgersi, nuotare fino a riva e svuotare	Si	Si	Si	Si	Si
Recupero e/o conservazione materiale in capovolgimento, svuotamento, rientro assistito		Si	Si	Si	Si
Uscita e rientro assistito in acqua		Si			
Rescue in acque profonde		Si			
Conoscenza della catena della sopravvivenza	Si				
Eskimo in acqua protetta			Si	Si in corrente	Si in corrente
Nuoto in sicurezza			Si	Si in corrente	Si in corrente
Corda da lancio			Si	Si	Si
Coda di vacca in acqua protetta/ Classe I			Si	Si in corrente	Si in corrente
Segnali di comunicazione			Si		
Pianificazione uscita, lettura carta					Si
Regole di uscita	No	No	No	Si	
Regole di discesa	No	No	No	No	Si
Avvicinamento e allontanamento su terreno impervio con uso di corda da lancio	No	No	No	No	Si
Scenari di primo soccorso	No	No	No	No	Si
Gestione di allontanamento dal fiume in emergenza	No	No	No	No	Si
Leadership: accompagnamento e sicurezza su fiumi di Classe IV, tutte le manovre e le prove del livello IV vanno ripetute in maniera rigorosa e senza errori.	No	No	No	No	Si

* Progressione in base al livello:

Mostra capacità minime di base per:

Livello I: Lo spostamento laterale, timonata, evitare il capovolgimento.

Livello II: Appoggio alto; aggancio; inclinazione.

Equipaggiamento e Sicurezza

LIVELLO DI APPARTENENZA	Promo	I	II	III	IV	V
PFD	Si	Si				
Maniglie, coni	Si	Si				
Abbigliamento personale				Si		
Fischietto				Si		
Paraspruzzi		Si				
Casco				Si		
Corda da lancio				Si		
Coda di vacca				Si		
Kit primo soccorso con telo termico e barrette,					Si	
Kit d'emergenza				Si		
Capovolgersi, nuotare fino a riva e svuotare.		Si	Si	Si		
Acquaticità con PFD	Si	Si	Si	Si		
Recupero e/o conservazione materiale in capovolgimento, svuotamento, rientro assistito			Si	Si		
Uscita e rientro assistito in acqua			Si			
Rescue in acque profonde			Si			
Eskimo in Acqua piatta				Si		
Nuoto in sicurezza				Si	Si	Si
Prova con corda da lancio				Si	Si	Si
Prova coda di vacca in Acqua piatta/ Classe I				Si		
Segnali di comunicazione.				Si		
Eskimo in corrente					Si	
Prova coda di vacca in corrente					Si	
Pianificazione discesa, lettura carta					Si	
Regole di discesa					Si	
Eskimo in corrente su entrambi i lati						Si
Scenari di primo soccorso						Si
Gestione di allontanamento dal fiume in emergenza						Si
Leadership: accompagnamento e sicurezza su fiumi di Classe IV, tutte le manovre e le prove del livello IV vanno ripetute in maniera rigorosa e senza errori.						Si

Scheda livello Promo

ARGOMENTO	SPECIFICHE
Prove di acquaticità in Acqua piatta	Si
Imbarco	Si
Ritorno alla banchina e sbarco	Si
La canoa e il kayak: breve storia e descrizione pratica, attuali imbarcazioni	Si

L'attestazione d'esperienza è, in questo caso, un attestato di partecipazione.

Scheda livello I: (aspetto ludico)

Argomento	Specifiche	Esito 0/1	Giudizio S (sufficiente-da 5 a 7) B(buono-da 8 a 10)
1. PFD, casco ¹⁾	Sì		
2. Sollevamento, trasporto e imbarco	Sì		
3. Ritorno alla banchina e sbarco	Sì		
4. Pagaia propulsiva in avanti	50 m. in canadese anche solo con timonata		
5. Stop	4 colpi		
6. Colpi di rotazione - Ruota a 360 gradi sul posto	Sì		
7. Pagaia all'indietro	25 m. ²⁾		
8. Pagaia su una traiettoria a otto	Sì ²⁾		
9. Timonata in coda	Sì ³⁾		
10. Trip	Acqua piatta		
11. Acquaticità con PFD	Sì		
12. Capovolgarsi, nuotare fino a riva e svuotare	Sì		
13. Conoscenza della catena della sopravvivenza	Sì		
Voto totale			

1) Solo in fiume.

2) No per la canadese.

3) No per il kayak.

Mostra capacità minime di base per:

Lo spostamento laterale, timonata, evitare il capovolgimento.

Per conseguire l'attestazione di esperienza I il voto totale deve essere maggiore di 6.

Scheda Livello II: (causa-effetto)

Argomento	Specifiche	Esito 0/1	Giudizio S (sufficiente-da 5 a 7) B(buono-da 8 a 10)
1. PFD, casco ¹⁾ , maniglie, coni, paraspruzzi, fischietto	Sì		
2. Rimessaggio della barca	Sì		
3. Pagaia propulsiva in avanti	200 m. in canadese con jstroke anche non "pulito"		
4. Stop	In 4 colpi		
5. Colpi di rotazione - Ruota a 360 gradi sul posto	Sì		
6. Pagaia all'indietro	25 m. ²⁾		
7. Pagaia su una traiettoria a 8	Sì		
8. Spostamento laterale continuo	Sì		
9. Appoggio basso per prevenire un capovolgimento	Sì		
10. Timonata in coda	Sì		
11. Rotazione intorno l'appoggio basso	Sì ²⁾		
12. Trip	6 km 2h in Acqua piatta		
13. Ingresso in corrente e in morta ²⁾	Sì		
14. Acquaticità con PFD	Sì		
15. Capovolgersi, nuotare fino a riva e svuotare.	Sì		
16. Recupero e/o conservazione materiale in capovolgimento, svuotamento, rientro assistito	Sì		
17. Uscita e rientro assistito in acqua	Sì		
18. Rescue in acque profonde	Sì		
Voto totale			

1) In fiume.

2) No per la canadese.

Mostra capacità minime di base per:

Appoggio alto; inclinazione (cerchio).

Per conseguire l'attestazione di esperienza II il voto totale deve essere maggiore di 6.

Scheda Livello III

Argomento	Specifiche	Esito 0/1	Giudizio S (sufficiente-da 5 a 7) B(buono-da 8 a 10)
1. PFD, casco ¹⁾ , maniglie, coni, paraspruzzi, fischietto, Abbigliamento idoneo, corda da lancio, coda di vacca, kit emergenza	Sì		
2. Pagaia propulsiva in avanti	100 m. x canadese: jstroke pulito		
3. Colpi di rotazione - Ruota a 360 gradi sul posto indietro	Sì		
4. Colpi di rotazione - Ruota a 180 gradi in movimento	Sì		
5. Pagaia all'indietro	x canadese: 25 m.		
6. Spostamento laterale in movimento	Sì		
7. Appoggio basso per prevenire un capovolgimento	Con inclinazione		
8. Rotazione intorno l'appoggio basso	x canadese: Sì		
9. Appoggio alto	Sì ²⁾		
10. Trip	5km 3h Classe I		
11. Ingresso in corrente e in morta ²⁾	Sì		
12. Traghetto in corrente ²⁾	Sì		
13. Surf in onda	Sì		
14. Entrata in morta ad S ²⁾	Sì		
15. Capovolgarsi, nuotare fino a riva e svuotare.	Sì		
16. Recupero e/o conservazione materiale in capovolgimento, svuotamento, rientro assistito	Sì		
17. Eskimo in Acqua Protetta.	Sì		
18. Nuoto in sicurezza	Sì		
19. Corda da lancio	Sì		
20. Coda di vacca in Acqua Protetta / Classe I	Sì		
21. Segnali di comunicazione.	Sì		
Voto totale			

1) In fiume.

2) No per la canadese.

Mostra capacità minime di base per: aggancio.

Per conseguire l'attestazione di esperienza III il voto totale deve essere maggiore di 6

Scheda Livello IV

Argomento	Specifiche	Esito 0/1	Giudizio (sufficiente-da 5 a 7) B(buono-da 8 a 10)
1. PFD, casco ¹⁾ , maniglie, coni, paraspruzzi, fischietto, Abbigliamento idoneo, corda da lancio, coda di vacca, kit emergenza, kit primo soccorso	Sì		
2. Aggancio	Sì		
3. Richiamo di coda	Sì		
4. Appoggio alto	Anche in canadese tandem		
5. Trip	5 km 4h Classe II		
6. Ingresso in corrente e in morta ²⁾	Sì		
7. Traghetto in corrente ²⁾	Sì		
8. Traghetto all'indietro in corrente ²⁾	Sì		
9. Surf in onda	Sì		
10. Entrata in morta ad S ²⁾	Sì		
11. Buco ²⁾	Sì		
12. Traghetto su onda ²⁾	Sì		
13. Capovolgarsi, nuotare fino a riva e svuotare.	Sì		
14. Recupero e/o conservazione materiale in capovolgimento, svuotamento, rientro assistito	Sì		
15. Eskimo in corrente	Sì x canadese: in pallonata		
16. Nuoto in sicurezza	Sì		
17. Corda da lancio	Sì		
18. Coda di vacca in corrente	Sì		
19. Pianificazione uscita, lettura carta	Sì		
20. Regole di uscita	Sì		
Voto totale			

1) In fiume.

2) No per la canadese.

Per conseguire l'attestazione di esperienza IV il voto totale deve essere maggiore di 6.

Scheda Livello V

Argomento	Specifiche	Esito 0/1	Giudizio S(sufficiente-da 5 a7) B(buono-da 8 a 10)
1. PFD, casco ¹⁾ , maniglie, coni, paraspruzzi, fischietto, abbigliamento idoneo, corda da lancio, coda di vacca, kit emergenza, kit primo soccorso	Sì		
2. Aggancio	Sì		
3. Richiamo di coda	Sì		
4. Appoggio alto	Anche in canadese tandem		
5. Trip	5 km 4h Classe III		
6. Ingresso in corrente e in morta	Sì		
7. Traghetto in corrente	Sì		
8. Traghetto all'indietro in corrente	Sì		
9. Surf in onda	Sì		
10. Entrata in morta ad S	Sì		
11. Buco	Sì		
12. Traghetto su onda	Sì		
13. Capovolgarsi, nuotare fino a riva e svuotare.	Sì		
14. Recupero e/o conservazione materiale in capovolgimento, svuotamento, rientro assistito	Sì		
15. Eskimo in corrente	Sì x canadese: pallonata		
16. Nuoto in sicurezza	Sì		
17. Corda da lancio	Sì		
18. Coda di vacca in corrente	Sì		
19. Pianificazione discesa, lettura carta	Sì		
20. Regole di discesa	Sì		
21. Eskimo in corrente su entrambi i lati	Sì		
22. Scenari di primo soccorso	Sì		
23. Gestione di allontanamento dal fiume in emergenza	Sì		
24. Leadership: accompagnamento e sicurezza su fiumi di Classe IV, tutte le manovre e le prove del livello IV vanno ripetute in maniera rigorosa e senza errori.	Sì		
Voto totale			

1) In fiume.

Per conseguire l'attestazione di esperienza V il voto totale deve essere maggiore di 6.