

Data articolo

10-06-2022

Autori

Gabriele Lamonaca e Angelo Zarra, 2 DLS

DRAGON BOAT



Da qualche mese, nella nostra scuola, una nuova disciplina arricchisce il ventaglio di proposte comprese tra le attività di Scienze motorie: il Dragon Boat.



Il Dragon Boat è una disciplina sportiva che si svolge su una imbarcazione, di origine orientale, simile ad una canoa da 20 posti. Il suo nome proviene dalla caratteristica testa di drago posizionata sulla prora.

Sull'origine del Dragon Boat esistono diverse leggende. Si ritiene che l'origine della barca drago vada ricercata nel sud della Cina, in particolare nella regione dello Chan Jiang, verso il 500 a.C.; secondo la leggenda più popolare, la festa delle barche drago ricorda il tentativo di salvare il poeta nazionale cinese

Qu Yuan dall'annegamento nel lontano 277 a.C. Ancora oggi le gare delle barche drago vengono organizzate in tutto l'Oriente, il quinto giorno della quinta luna, in onore del poeta.

Per lo svolgimento di questa disciplina vengono utilizzate 4 tipologie di imbarcazioni:

- barca drago cinese tradizionale;
- barca drago di Hong-Kong;
- barca drago di Singapore;
- barca drago da gara IDBF ([International Dragon Boat Federation](#)) standard.

Per muovere la barca i canottieri sono dotati di una pagaia ciascuno che, con un movimento preciso, permette lo spostamento sull'acqua. Sulla poppa è presente un timone, costituito da un remo dritto lungo circa 3 metri, impugnato da un timoniere che controlla la direzione della barca.

In Italia lo sport della barca drago è organizzato dalla Federazione Italiana Dragon Boat (FIDB), che rappresenta nella nazione l'unico organismo riconosciuto dalla Federazione europea ed internazionale. L'attività delle barche drago è maggiormente diffusa nel Lazio, in Trentino, in Toscana, in Campania, in Veneto. La Federazione organizza l'attività sportiva con un calendario di campionati italiani assoluti e juniores.



Al Cardano il Dragon Boat è stato reintrodotta con un progetto d'istituto

dal corrente anno scolastico 2021-22 e vi partecipano sette classi. In collaborazione con il CUS Pavia gli studenti si cimentano in questa particolare disciplina che si pratica sul fiume Ticino, che scorre proprio vicino alla scuola.

All'inizio di ogni lezione gli studenti si preparano indossando, sopra agli indumenti sportivi, un giubbotto di salvataggio per prevenire qualsiasi problema in caso di incidente o caduta accidentale in acqua. Successivamente, raggiunta la barca, gli studenti, dotati di una pagaia ciascuno, si dispongono a coppie per ogni panca. Una volta sopra la barca, l'istruttore l'allontana dalla riva in modo che gli studenti possano iniziare a remare.

Ad ogni lezione gli istruttori del CUS insegnano qualcosa di nuovo: come eseguire il movimento corretto con la pagaia, come realizzare una partenza veloce da fermi e mantenere poi un ritmo costante. Non è stato molto complicato apprendere tecniche e nozioni necessarie alla voga, in qualche momento c'è stato anche spazio per le risate a seguito degli errori commessi, soprattutto nelle fasi di avvio. La conduzione della barca si rivela sempre piacevole e leggera per il fatto che, tra compagni, l'entusiasmo non manca mai.

Il progetto ha la durata di 4 lezioni e prevede al termine una gara d'istituto, in data 7 giugno 2022, che metterà in competizione le classi che hanno preso parte all'attività.

L'esperienza è stata apprezzata da tutti gli studenti, perché ha dato modo di collaborare e di sperimentare il lavoro di squadra senza il quale sarebbe impossibile far procedere l'imbarcazione; pagaiando all'unisono, ci si sente un corpo unico e non si prova fatica. Senza dimenticare che quest'attività ci ha regalato delle ore all'aria aperta, e per di più divertenti, sul nostro fiume Ticino.

[Articolo Dragon Boat dalla "Provincia pavese"](#)

Gabriele Lamonaca e Angelo Zarra, 2 DLS

<https://ilgiuntopv.it/wp-content/uploads/2022/05/VID-20220526-WA0000.mp4>
