

Nelle giornate del 27 e 28 aprile le classi seconde della scuola secondaria di primo grado di Rufina hanno partecipato al progetto di educazione fisica di **trekking e rafting**.



L'attività ha coinvolto gli alunni per l'intera giornata alternando momenti più tranquilli a momenti attivi e divertenti. La proposta ha permesso agli alunni di applicare le tecniche di cammino trekking e di respirazione, ma anche di mettersi in gioco, imparando a collaborare e organizzarsi con i compagni di classe attraverso un movimento coordinato ed efficace.



La giornata è iniziata, partendo da Pontassieve, con il trekking attraversando vigneti, oliveti e porzioni di bosco. La classe ha avuto la possibilità di soffermarsi su paesini noti per la loro importanza storica durante la seconda guerra mondiale e di rievocare antichi mestieri.



All'altezza del campo Audax di Rufina il percorso è passato dalla strada al fiume: gli alunni hanno potuto vivere l'esperienza unica del rafting sulla Sieve, svolgendo così l'ultima parte del tragitto a bordo dei gommoni.

La giornata si è conclusa con una “pausa bagno” di gioco in una spiaggetta lungo il fiume.

