



Le immersioni

(i sub – trattenere il fiato; immaginazione guidata)



Area: *Gastronomia, hobby e sport*

Tempo necessario: *Un'ora*

Materiale necessario: *Carta e penna oppure colori; una musica rilassante*

Complessità: *Bassa*

Una delle attività più affascinanti per bambini e bambine è l'immersione: senza andare nel dettaglio delle tecniche e delle attrezzature necessarie, questa attività vuole esplorare il fascino dell'immersione e restituirlo in modo semplice.

- Una delle specialità della Marina (e in parte di altri corpi, dai Vigili del Fuoco alla Guardia di Finanza) sono i sommozzatori e i palombari, unità specializzate nell'immersione e nel lavoro subacqueo.
- Sono diffuse anche le pratiche sportive legate all'immersione, dalla pesca al nuoto subacqueo.
- Per andare sott'acqua sono necessarie diverse attenzioni, attrezzature specifiche e, per andare in profondità, un'attenzione specifica alla compensazione. In maniera semplice possiamo farlo trattenendo il fiato e aprendo gli occhi sott'acqua, anche senza nuotare, semplicemente abbassandosi.
- Proviamo a immaginare di fare tutti un'immersione: mentre la facciamo potremo scriverla o disegnarla (scegliamo prima cosa fare: è bene che facciamo tutti la stessa cosa).
- Possiamo mettere una musica rilassante di fondo, o una selezione di rumori di mare.
- Ognuno tiene davanti a sé un foglio di carta e dei colori o una penna a seconda che abbiamo deciso di scrivere o disegnare.
- Prima di immergerci tratterremo tutti insieme il respiro, contando fino a dieci.
- Quindi inizieremo a scrivere (o disegnare) cosa vediamo sott'acqua: com'è la luce? Da dove arriva? Cosa si muove sotto il mare? Poniamo queste domande.
- Diamo un po' di tempo perché tutti abbiano iniziato a scrivere (o disegnare) e proseguiamo: ci spostiamo verso il basso e vediamo qualcosa sul fondale... che cosa è? Ci sono delle alghe? Delle piante?
- Aspettiamo un po', poi proseguiamo. Cosa si muove sul fondale? Ci spostiamo in fondo, mentre il fondale scende, e noi lo seguiamo. La luce adesso è diversa, l'acqua è più blu.
- Vediamo qualcosa di prodotto dall'uomo: che cosa è? Un relitto? Un tesoro? Una statua?
- Andiamo più vicino, spostiamo con la mano la sabbia o puliamo la superficie. Si vede meglio?
- Prepariamoci per la riemersione. Risalendo, che cosa vedete? Com'è la superficie del mare vista da sotto?
- Condividiamo quello che tutti hanno fatto.

➡ Potete proseguire con **Archeologia subacquea**