



**FEDERAZIONE ITALIANA CANOA KAYAK**  
**CENTRO STUDI RICERCA E FORMAZIONE**

**GUIDA ALLA FORMAZIONE DEI QUADRI TECNICI**

# INDICE

- **PREMESSA.** ----- pag. 3
- Organizzazione, scopi e funzioni del Centro Studi ----- pag. 4
- Struttura organizzativa del Centro Studi ----- pag. 5
- Le figure istituzionali coinvolte nella formazione ----- pag. 6
  
- **PARTE PRIMA: I PERCORSI FORMATIVI E I CREDITI** ----- pag. 10
- I quadri tecnici della FICK e i Percorsi Formativi- ---- pag. 10
- Il Curriculum formativo ----- pag. 11
- La Progressione Formativa -Livelli di formazione ----- pag. 12
- Il sistema dei crediti formativi e valutativi ----- pag. 13
- Criteri per la valutazione obbligatoria ----- pag. 13
- Riepilogo dettagliato dei crediti per formazione e aggiornamento ----- pag. 14
  
- **PARTE SECONDA: I CORSI ORDINARI DI FORMAZIONE** ----- pag. 17
- **Corso per Tecnico di base (1° Livello)** ----- pag. 17
- Profilo professionale del Tecnico di base (tabella) ----- pag. 18
- Scheda di certificazione delle abilità dell'Aspirante Tecnico di base (fac-simile)----- pag. 20
- Elementi del percorso formativo del Tecnico di base (tabella) ----- pag. 21
- Analisi del percorso formativo del Tecnico di base (tabella) ----- pag. 21
- **Corso per Istruttore (2° livello)** ----- pag. 22
- Profilo professionale dell'Istruttore (tabella) ----- pag. 23
- Scheda di certificazione delle abilità dell'aspirante Istruttore (fac-simile) ----- pag. 26
- Elementi del percorso formativo dell'Istruttore (tabella) ----- pag. 27
- Analisi del percorso formativo dell'Istruttore (tabella) ----- pag. 28
- **Corso per tecnico di Canoa-Kayak per disabili** ----- pag. 29
- Profilo professionale di Canoa-Kayak per disabili (tabella) ----- pag. 29
- Elementi del percorso formativo tecnico di Canoa-Kayak per disabili (tabella) ----- pag. 32
- Analisi del percorso formativo tecnico di Canoa-Kayak per disabili (tabella) ----- pag. 33
- **Corso per Allenatore (3° livello)** ----- pag. 33
- Profilo professionale dell'Allenatore (tabella) ----- pag. 34
- Elementi del percorso formativo dell'Allenatore (tabella) ----- pag. 43
- Analisi del percorso formativo dell'Allenatore (tabella) ----- pag. 43
- **Corso per Allenatore di 4° livello** ----- pag. 44
- Analisi del percorso formativo dell'Allenatore di 4° livello (tabella) ----- pag. 44
  
- **PARTE TERZA: LE QUALIFICHE PER MERITI SPORTIVI** ----- pag. 45
  
- **PARTE QUARTA: LE QUALIFICHE PER CORSI UNIVERSITARI** .----- pag. 47

## PREMESSA

*La Guida alla Formazione è il documento federale, redatto dal Centro Studi Ricerca e Formazione contenente tutte le disposizioni relative alle attività di formazione e definisce la progressione e il percorso orientato a qualificare i quadri tecnici operanti nelle attività sportive istituzionali.*

*In base a quanto disciplinato dalla presente Guida, le modalità per conseguire le varie qualifiche tecniche sono attualmente tre:*

- **Ordinario** - *che prevede l'indizione dei corsi, il loro svolgimento e, al compimento del percorso formativo, il rilascio della relativa qualifica tecnica.*
- **Per meriti sportivi** - *riservato solo agli atleti che, in base a risultati sportivi di particolare rilievo, possono richiedere il riconoscimento di qualifiche tecniche, comunque rilasciate previa partecipazione ad un percorso formativo agevolato e differenziato per ogni diversa qualifica.*
- **Attraverso corsi universitari** - *le qualifiche possono essere conferite anche in base ad accordi con Università o, eccezionalmente, con Istituti scolastici superiori ad indirizzo nautico e dopo lo svolgimento di specifici Corsi o Insegnamenti attivati presso gli Istituti, le Facoltà o i Corsi di laurea di Scienze Motorie e Scienze e Tecnica dello Sport.. Inoltre è possibile conseguire le qualifiche tecniche anche attraverso l'elaborazione di Tesi di Laurea, Master, Dottorati di Ricerca aventi per oggetto e/o attinenza alle specialità sportive dalla Canoa-Kayak.. Il rilascio delle qualifiche, attraverso queste modalità, è comunque subordinato al completamento di un percorso formativo federale ( Formazione on-line).*

*In questo documento, fatta eccezione per i passaggi formativi precedenti, non sono compresi i percorsi specifici per la formazione dei Maestri di Canoa, Fluviali e di Canoa Marina: figure tecnico-commerciali e professionali operanti all'interno delle Scuole di Canoa o delle Società. I contenuti, le modalità di svolgimento e la struttura tecnico-organizzativa di questi corsi fa riferimento, di volta in volta, ai programmi predisposti da commissioni miste (Centro Studi – Comitato Federale Sport per Tutti) e approvati dal Consiglio Federale.*

*La Guida è anche preceduta da alcune informazioni utili ad agevolare la comprensione dell'organizzazione, della struttura e del funzionamento del Centro Studi.*

## **ORGANIZZAZIONE SCOPI E FUNZIONI DEL CENTRO STUDI RICERCA E FORMAZIONE**

Il Centro Studi Ricerca e Formazione è l'organismo tecnico centrale di servizi che si occupa della ricerca, della formazione e della diffusione delle conoscenze.

Opera in stretto collegamento con le commissioni tecniche nazionali e territoriali.

E' collegato con il CONI attraverso la Scuola dello Sport – Divisione Attività Didattica- e l'Istituto di Scienza dello Sport.

Ha sede presso la Federazione, in viale Tiziano 70, Roma e, per le attività didattiche, l'archivio e la biblioteca/videoteca, presso il Centro Federale di Castel Gandolfo.

### **Le sue funzioni sono:**

#### **Studio e Ricerca**

- Svolgere e promuovere studi e ricerche nell'ambito di tutte le discipline scientifiche e tecniche riferibili allo sport della Canoa Kayak in tutte le sue specialità (Acqua piatta, Acqua mosca, Canoa Polo e le attività sportive promozionali approvate dall'ICF).
- Favorire lo sviluppo delle conoscenze anche in ambito metodologico e didattico e, attraverso l'organizzazione del proprio "Sistema Formazione", curare il trasferimento di questi saperi ai propri quadri tecnici, ai dirigenti e, più in generale a tutti i tesserati.
- Sia a livello centrale che territoriale, stabilire rapporti e collaborazioni con persone ed enti qualificati quali: università, istituti di ricerca, altre Federazioni sportive nazionali ed internazionali, nonché altre organizzazioni ed istituzioni analoghe.

#### **Formazione nazionale**

- Progettare e organizzare a livello centrale i corsi per il conseguimento della qualifica di allenatore.
- Progettare e organizzare a livello centrale i corsi per il conseguimento della qualifica di Maestro di canoa
- Progettare e coordinare didatticamente a livello periferico (interregionale) i corsi per la specializzazione dei Tecnici di Canoa Kayak per disabili
- Formare e coordinare a livello centrale gli *allenatori con compiti di Formazione*.
- Progettare, realizzare e coordinare attività di formazione con Istituzioni Scolastiche e Universitarie
- Progettare, organizzare e coordinare a livello centrale attività di formazione per dirigenti sportivi

#### **Formazione territoriale**

- Progettare e coordinare didatticamente a livello periferico i corsi per la qualifica di istruttore.
- Progettare e coordinare didatticamente a livello periferico i corsi per Tecnici di base.
- Progettare, realizzare e coordinare attività di formazione con Istituzioni Scolastiche e Universitarie
- Progettare e coordinare a livello periferico attività di formazione per dirigenti sportivi

#### **Aggiornamento Nazionale**

Progettare ed organizzare corsi per

- Commissioni tecniche
- Allenatori
- Maestri di canoa
- Formatori nazionali e regionali, compresi i formatori regionali canoa Disabili

- Allenatori con compiti di formazione e responsabili dei Centri di Riferimento Tecnico Territoriale
- Dirigenti societari e federali

### Aggiornamento Territoriale

Progettare e coordinare didatticamente corsi per

- Tecnici di base
- Istruttori
- Tecnici di Canoa Kayak per disabili
- In sinergia con i Centri di Riferimento Tecnico Territoriali e i quadri Tecnici delle squadre nazionali favorisce e coordina momenti di aggiornamento per Allenatori, Istruttori, Tecnici di base e dirigenti.

### Informazione

Al fine di garantire ampia diffusione alle conoscenze, agli studi e alle ricerche:

- Curare la pubblicazione e la divulgazione di testi di interesse scientifico e tecnico, mediante la rivista tecnica federale, realizzata in formato cartaceo e/o digitale, “Nuova Canoa Ricerca” e attraverso lo spazio sul sito federale dedicato alle pubblicazioni tecniche denominato “Canoa Kayak on-line”, nonché attraverso eventuali altre iniziative editoriali divulgative di altro genere.
- Progettare, elaborare e realizzare sussidi didattici
- Tenere aggiornato il sito federale per quanto di sua competenza

### Centro di documentazione

Organizzare, coordinare e gestire il centro di documentazione federale composto da:

- Biblioteca (libri e riviste)
- Raccolta monografica di lavori ripresi da riviste, dispense e pubblicazioni varie
- Videoteca ed altri sussidi visivi
- Nuova Canoa Ricerca e Canoa Kayak online
- Insieme alle squadre agonistiche tiene gli archivi e le banche dati di test di valutazione tecnico – sportivo – funzionale svolti presso il “Centro Federale”

## **Struttura organizzativa del Centro Studi, Ricerca, Formazione**

### A livello centrale si compone di:

- Consigliere federale Responsabile/Referente
- Comitato Tecnico Scientifico - composto da personalità di rilevanza scientifica, culturale e tecnica), nominate dal Consiglio federale
- Commissione Formazione e Ricerca (Gruppo di Lavoro) - composta dal Coordinatore Tecnico Didattico del Centro Studi Ricerca e Formazione, da una rappresentanza dei tecnici federali, da una rappresentanza dei formatori nazionali e regionali, da una rappresentanza dei maestri, da una rappresentanza dello staff psico - medico- sanitario, da una rappresentanza di ricercatori.

- Staff esecutivi
  - Formazione - composto dal Coordinatore Tecnico Didattico del Centro Studi e da una rappresentanza di docenti Formatori regionali e nazionali.
  - Pubblicazione Rivista Canoa Ricerca, Canoa Kayak On-Line e sito federale – composto dal comitato di redazione
  - Ricerca, Elaborazione Dati, Protocolli d'intesa con università – Composto da una rappresentanza di ricercatori, tirocinanti, stagisti, ecc

### **A livello periferico**

per la formazione, e l'aggiornamento, l'elaborazione dati e la ricerca

- il Responsabile della Formazione
- il Docente Formatore (almeno due per ogni comitato regionale)
- il Tutor
- il responsabile del Centro di Riferimento Tecnico Territoriale (CRTT) e i suoi collaboratori

## **Le figure istituzionali operanti nella formazione**

**CORSI DI FORMAZIONE E AGGIORNAMENTO REGIONALE**  
Ruolo e compiti dei soggetti coinvolti a livello periferico nella formazione

### **RESPONSABILE REGIONALE DELLA FORMAZIONE**

Viene nominato dal Comitato/Delegazione Regionale (tra i suoi componenti) che ne dà tempestiva comunicazione alla Federazione e riveste il ruolo di referente organizzativo dei corsi di formazione e aggiornamento che si tengono nella regione.

#### **Competenze e compiti:**

1. Coordina la logistica e gli aspetti organizzativi di tutti i momenti di Formazione ed Aggiornamento.
2. Collabora con i Formatori per il buon andamento dei corsi, ognuno nell'ambito delle proprie competenze.
3. Cura i rapporti burocratici con i Tecnici, con il Comitato Regionale di appartenenza e con il Centro Studi (raccolta e aggiornamento di tutta la documentazione riguardante corsi di formazione ed aggiornamento regionali).
4. Certifica il possesso del requisito, da parte dell'aspirante, relativo alle capacità di andare in canoa, sulla base della verifica effettuata da un tecnico regionale formatore.
5. Invia a sua firma, tramite il competente Comitato Regionale, i risultati delle prove di esame alla Federazione per la ratifica del Consiglio Federale.

### **FORMATORE REGIONALE che può avere anche qualifica di FORMATORE NAZIONALE**

Viene nominato dal Consiglio Federale su proposta del Centro Studi  
(per consentire una turnazione e un'equa ripartizione del lavoro devono essere almeno due per ogni regione)

#### **Requisiti, qualifica tecnica:**

- Allenatore (tecnico di 3° livello)

### **Competenze e compiti:**

1. In quanto operatore tecnico - didattico – culturale deve costantemente tenersi informato e aggiornato.
2. Seguendo le linee guida del Centro Studi e le disposizioni della presente Guida, coordina a livello didattico i corsi di formazione e aggiornamento periferici per i quali è stato nominato dal Centro Studi su segnalazione del Comitato Regionale.
3. Opera in stretto rapporto con il Centro Studi, con gli altri formatori (in particolare con quelli della sua regione) e con i Centri di Riferimento Tecnico Territoriale (CRTT).
4. Per i corsi nei quali è stato nominato coordinatore, verifica le capacità dei corsisti di andare in canoa.
5. Può assumere docenza per i corsi di formazione e aggiornamento, anche se non li coordina.
6. Nei corsi che coordina e nell'ambito delle proprie competenze, collabora con il Responsabile Regionale della Formazione per la buona organizzazione e il buon andamento dei corsi
7. Individua, contatta, coordina l'azione di eventuali docenti o esperti per i corsi sopra citati, nell'ambito della propria regione o dell'eventuale CRTT di appartenenza, in accordo, per gli aspetti amministrativi e con il Responsabile Regionale della Formazione.
8. Segue gli allievi nei vari percorsi didattici previsti dal piano di studio, compresa la formazione on-line.
9. Svolge, in itinere, organizzata opera di verifica didattica dei propri corsi in svolgimento, compresa la formazione on-line, ecc.
10. D'accordo con i propri corsisti, individua e contatta i Tutor e ne coordina l'azione.
11. Per i corsi che coordina, organizza le prove di valutazione finale e insieme ai rispettivi tutor propone la valutazione finale per ogni corsista.
12. Ha il dovere di tenersi aggiornato, partecipando alle attività di formazione e aggiornamento nazionale previste per gli allenatori per almeno il 50% delle attività istituzionali.
13. E' auspicabile che collabori attivamente alla produzione del materiale didattico e alle pubblicazioni tecnico/scientifiche
14. Collabora con il Comitato regionale e con il Responsabile regionale della formazione per la corretta tenuta degli archivi e degli albi/elenchi regionali dei tecnici e per l'aggiornamento dei crediti.
15. Partecipa regolarmente (per almeno 1/2 delle ore totali) ai seminari e ai corsi di formazione e aggiornamento previsti dal Centro Studi per i Formatori

### **FORMATORE REGIONALE PER I CORSI DI SPECIALIZZAZIONE IN CANOA DISABILI che può avere anche qualifica di FORMATORE NAZIONALE DISABILI (di nomina e pertinenza CIP)**

Viene nominato dal Consiglio Federale su proposta del Centro Studi e del CIP  
(per consentire una turnazione e un'equa ripartizione del lavoro dovrebbero essere almeno due per ogni regione)

### **Requisiti, qualifica tecnica:**

- Istruttore o Allenatore (tecnico di 2° livello)

### **Competenze e compiti:**

1. Nell'ambito dei corsi di formazione e aggiornamento dei tecnici di Canoa Kayak specializzati per Disabili, ha compiti e funzioni del tutto analoghe a quelle del Formatore regionale.
2. Svolge anche attività di docente formatore nei moduli dedicati alla disabilità dei corsi per Tecnico di Base e Istruttore.

### **TUTOR PER I CORSI REGIONALI E INTERREGIONALI**

Viene individuato dal Formatore, anche tenendo conto delle indicazioni dell'aspirante tecnico in formazione, nell'ambito dei Tecnici Regionali regolarmente iscritti all'albo federale (allenatori, istruttori, maestri) operanti nelle società di appartenenza del tecnico in formazione o, in caso di indisponibilità, in società territorialmente vicine.

### **Requisiti, qualifica tecnica:**

- Il tutor deve comunque essere in possesso di una qualifica tecnica uguale o superiore a quella del aspirante tecnico in formazione. Per i corsi di secondo livello (istruttore o tecnico per disabili) il tutor deve possedere la specializzazione tecnica (se allenatore o tecnico per disabili) o il medesimo indirizzo (se istruttore) tecnico prescelto dall'aspirante istruttore in formazione. E' altresì auspicabile che le funzioni di tutor vengano svolte da tecnici operanti nell'ambito dei CRTT.

### **Competenze e compiti:**

1. Organizza per l'aspirante tecnico di base in formazione e l'aspirante istruttore in formazione il tirocinio, lo segue e lo istruisce nelle sue nuove esperienze didattiche, concordando con il Formatore l'attività e la progressione didattica.
2. In questa operazione dovrà far riferimento e compilare la scheda di certificazione delle abilità successivamente riportata nella presente Guida e consegnarla al Formatore regionale responsabile del corso e al Responsabile regionale della formazione che provvederà agli adempimenti formali.
3. Collabora con il Docente Formatore per gli aspetti didattici (compresa la valutazione) e può instaurare eventuali rapporti con il Responsabile Regionale della Formazione per particolari aspetti logistici ed organizzativi.

## **CORSI DI FORMAZIONE E AGGIORNAMENTO NAZIONALE Ruolo e compiti dei soggetti coinvolti a livello Centrale nella formazione**

### **COORDINATORE TECNICO E DIDATTICO DEL CENTRO STUDI RICERCA E FORMAZIONE**

Viene nominato dal Consiglio federale, coordina e svolge il ruolo di referente tecnico, didattico e organizzativo di tutti i corsi nazionali di formazione e aggiornamento (allenatori-tecnici di 3<sup>^</sup> livello e maestri), e assume la supervisione dei corsi territoriali

### **Competenze e compiti:**

1. Progetta, organizza e controlla le attività di formazione a livello nazionale e territoriale in conformità a quanto stabilito dalla presente guida.
2. Insieme alla Segreteria federale e allo "staff formazione" del Centro Studi, coordina la logistica e gli aspetti organizzativi di tutti i momenti di Formazione ed Aggiornamento.
3. Individua i docenti formatori per i vari corsi e li coordina per il buon andamento dei medesimi corsi.
4. Propone, d'accordo con il "Gruppo di lavoro" e con il "Comitato Scientifico" gli argomenti e i temi per i seminari di aggiornamento e altre analoghe iniziative, anche segnalando gli eventuali docenti.
5. Cura i rapporti burocratici con la segreteria ed è responsabile della stesura finale dei verbali d'esame o di fine corso (formazione e aggiornamento).
6. Individua, insieme ai formatori nazionali eventualmente coinvolti e su segnalazione degli allenatori in formazione, i tutor responsabili del tirocinio dei vari tecnici (allenatori) in formazione
7. Segue e certifica il percorso di formazione on-line degli Allenatori (tecnici di 3<sup>^</sup> livello) in formazione.
8. Certifica, insieme alla commissione d'esame nominata dal consiglio federale, il possesso dei requisiti, da parte dei corsisti ammessi a sostenere gli esami e attribuisce, unitamente al resto della commissione esaminatrice, i crediti valutativi.

### **FORMATORE NAZIONALE con qualifica anche di FORMATORE REGIONALE**

Viene nominato dal Consiglio Federale su proposta del Centro Studi

### **Requisiti, qualifiche tecniche:**

- Allenatore in possesso di una laurea in Scienze Motorie/Diploma ISEF, laurea specialistica in Scienze e tecnica dello sport o altra laurea appartenente alle aree bio – mediche, scienze della formazione, psicologia o sociologia. Inoltre possono essere nominati Formatori

nazionali gli allenatori con la di qualifica di tecnico di 4<sup>a</sup> Livello con specializzazione in Canoa Kayak, i Coordinatori delle squadre nazionali purché in possesso della qualifica di allenatore e gli allenatori che, oltre i crediti formativi minimi previsti per la qualifica di tecnico di 3<sup>a</sup> livello, in cinque anni, hanno totalizzato almeno altri 20 crediti formativi e/o valutativi.

#### **Competenze e compiti**

1. In quanto operatore tecnico – didattico – culturale deve costantemente tenersi informato e aggiornato.
2. Collabora con il Coordinatore del Centro Studi alle varie attività di formazione federale (corsi allenatori e seminari o corsi d'aggiornamento).
3. Può assumere docenza per i corsi di formazione e aggiornamento nazionali e regionali.
4. Può far parte del Gruppo di lavoro (commissione formazione e ricerca)
5. Individua e segnala eventuali docenti o esperti per i corsi sopra citati
6. Segue gli allenatori in formazione nei percorsi didattici dei quali è eventualmente nominato docente.
7. Insieme al Coordinatore del Centro Studi, individua e contatta i Tutor e ne coordina l'azione.
8. Può far parte della commissione esaminatrice dei corsi di Allenatore (tecnico di 3<sup>a</sup> livello)
9. Deve collaborare attivamente alla produzione del materiale didattico e alle pubblicazioni tecnico/scientifiche
10. Partecipa regolarmente (per almeno 2/3 delle ore totali) ai seminari di aggiornamento previsti dal Centro studi

#### **TUTOR PER LA FORMAZIONE NAZIONALE**

Viene individuato dal Coordinatore nazionale, sentito l'aspirante allenatore in formazione, nell'ambito degli allenatori della regione d'appartenenza o del Centro di Riferimento Tecnico Territoriale (CRTT) dell'aspirante allenatore..

#### **Requisiti, qualifica tecnica:**

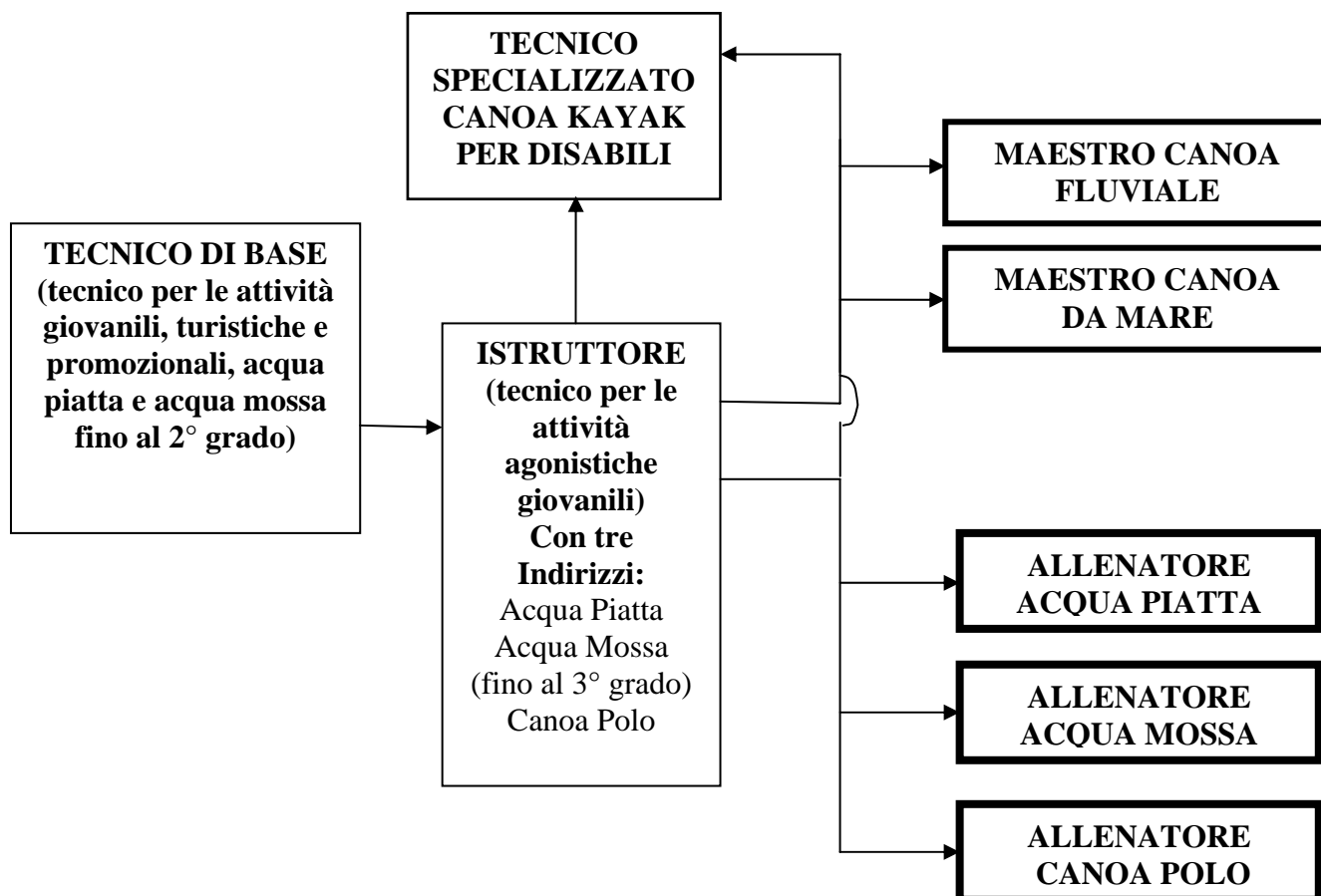
- Il tutor deve comunque essere in possesso di una qualifica tecnica di allenatore (tecnico di 3<sup>a</sup> livello) E' altresì auspicabile che le funzioni di tutor vengano svolte da tecnici operanti nell'ambito delle squadre nazionali e/o dei CRTT.

#### **Competenze e compiti:**

1. Insieme all'interessato (aspirante allenatore), sentito il Coordinatore del Centro Studi, organizza per l'aspirante allenatore in formazione il tirocinio obbligatorio presso una delle squadre nazionali relative alla rispettiva specializzazione.
2. Lo segue e lo indirizza nel percorso di formazione soprattutto per quanto attiene agli aspetti della programmazione dell'allenamento, della metodologia e della tecnica di specialità.
3. Lo segue e lo indirizza, unitamente agli altri docenti formatori del corso e al Coordinatore del centro studi, nella realizzazione della tesi finale.
4. Al termine del percorso di tutoraggio e tirocinio, produrrà al coordinatore del centro studi, una sintetica relazione sull'attività svolta.

## PARTE PRIMA: I PERCORSI FORMATIVI E I CREDITI

### I QUADRI TECNICI DELLA FICK E I PERCORSI FORMATIVI DELLE QUALIFICHE TECNICHE



N.B.:

- Il tecnico di primo livello deve avere competenze pratiche e deve saper insegnare ad andare in canoa sulle imbarcazioni turistiche e quelle propedeutiche alle discipline agonistiche. Svolge le sue funzioni relativamente all' Acqua Piatta (anche marina ma in condizioni meteo di sicurezza) e all' Acqua Mossa fino al 2° grado. Deve conoscere e saper insegnare tutte le manovre fondamentali (trasporto, ingresso, uscita, appoggi, propulsione in avanti, laterale e indietro) per utilizzare e dirigere la canoa/kayak e tutte le fondamentali manovre di sicurezza (raddrizzamento della barca rovesciata, svuotamento, soccorso e recupero in acqua del canoista rovesciato sia dalla canoa che dal mezzo di soccorso, ecc). Deve avere specifiche competenze in materia di sicurezza e di primo soccorso.
- Per gli Istruttori la definizione dell' indirizzo viene conseguita attraverso la tipologia della specializzazione o dell' indirizzo (se il tutor è un istruttore) del tutor e quindi la tipologia del tirocinio prestatato. Nel caso si vogliano conseguire più indirizzi è necessario svolgere più tirocini con diversi tutor o con un tutor avente più specializzazioni.

## Il Curriculum Formativo

Nel 2002 è entrata in vigore il nuovo Piano Europeo della Formazione, principalmente per:

- equiparare i livelli e le qualifiche di tutte le Federazioni Sportive Nazionali
- riconoscere ufficialmente questi, tramite il sistema dei **crediti formativi**, nell'ambito di tutti i paesi della Comunità Europea.

I Piani nazionali della formazione dei quadri sportivi che ne sono derivati, hanno adottato una formula rinnovata (formazione in presenza, formazione a distanza o formazione on line, formazione guidata) all'interno della quale, la FICK ha svolto un ruolo sperimentale.

Inoltre dal 2008, la nostra federazione ha inserito anche i **crediti valutativi**, che si sommano ai **crediti formativi**. Pertanto ad ogni livello di Formazione Europeo corrisponde un livello di Formazione Federale (dal 1<sup>^</sup> al 3<sup>^</sup>) o un livello extra federale (il 4<sup>^</sup> di pertinenza del Coni e il 5<sup>^</sup> che dovrebbe essere di competenza universitaria), che di seguito riportiamo

### Livelli di Formazione Federale

Livello	Qualifica	Obiettivi	Profilo (compiti e competenza)	Settore di intervento	Organi formativi competenti
1°	<b>Tecnico di base</b>	Insegna gli elementi di base delle discipline canoistiche	Cura la formazione primaria dei principianti a tutti i livelli	Turistico, scolastico, commerciale, promozionale	Comitato Regionale Centro Studi
2°	<b>Istruttore</b> Indirizzi: acqua piatta acqua mosca canoa polo	Segue i canoisti dall'avviamento alla pratica agonistica	Cura la formazione tecnica e agonistica dei canoisti, con prevalenza degli atleti delle categorie giovanili e collabora con l'allenatore societario	prevalentemente settore giovanile agonistico	Comitato Regionale Centro Studi
2°+	<b>Tecnico Specializzato Canoa Kayak Per disabili (qualifica minima d'accesso: istruttore)</b>	Segue i canoisti disabili in tutte le forme della pratica sportiva e turistica della canoa. Programma e organizza gli interventi finalizzati alle attività motorie e sportive specifiche.	Cura l'avviamento a tutte le forme e discipline canoistiche e la formazione tecnica e agonistica degli atleti con disabilità. Opera per il superamento delle situazioni di handicap e favorisce i processi di integrazione	In tutti gli ambiti delle disabilità	Comitati regionali-CIP-Centro Studi
3°	<b>Allenatore</b> (velocità, fluviale, canoa polo)	Progetta e gestisce l'attività in funzione della prestazione	Costruisce le competenze, le abilità e le capacità specifiche sul piano tecnico, tattico e motorio, finalizzate alla prestazione di medio alto livello	Atleti di medio, alto livello per le categorie superiori e per le attività nazionali / internazionali	Centro Studi
3°	<b>Maestro canoa fluviale</b>	Progetta e gestisce le attività delle scuole di canoa fluviale Insegna a singoli canoisti o a gruppi le tecniche per la pratica della canoa turistica, escursionistica nei fiumi e le regole relative alla sicurezza e all'ecologia	Ha le competenze tecniche e organizzative per insegnare le discipline canoistiche fluviali in sicurezza. Può essere titolare e responsabile delle scuole di canoa fluviale. Promuove la cultura e il rispetto dell'ambiente fluviale.	Tutti gli appassionati di canoa che intendono avere un corretto, consapevole e tecnicamente adeguato rapporto con il fiume e l'ambiente circostante	Commissione nazionale maestri Centro Studi
3°	<b>Maestro di canoa da mare</b>	Progetta e gestisce le attività delle scuole di canoa marina Insegna a singoli canoisti o a gruppi le tecniche per la pratica della canoa turistica, escursionistica nel mare e le regole relative alla sicurezza e all'ecologia	Ha le competenze tecniche e organizzative per insegnare le discipline canoistiche marine in sicurezza. Può essere titolare e responsabile delle scuole di canoa da mare. Promuove la cultura e il rispetto dell'ambiente marino e costiero.	Tutti gli appassionati di canoa che intendono avere un corretto, consapevole e tecnicamente adeguato rapporto con il mare e l'ambiente circostante	Commissione nazionale maestri Centro Studi

#### Livelli di formazione extra federali

4°	Allenatore 4° livello Europeo	Centrale	Formazione Scuola dello Sport-CONI

## LA PROGRESSIONE FORMATIVA: ORE E CREDITI FORMATIVI

<b>626</b>	300	<b>Allenatore 4°</b>	crediti 40	<b>80</b>
<hr style="border: 1px solid black;"/>				
<b>326</b>	150 ore (1)	<b>Allenatore 3°</b>	crediti 16	<b>40</b>
<hr style="border: 1px solid black;"/>				
<b>176</b>	30 ore (1) 8 ore (2) 123 ore (1)	<b>Tecnico canoa kayak per disabili</b>	crediti 5 <i>crediti 4</i>	<b>20</b>
<hr style="border: 1px solid black;"/>				
<b>53</b>	53 ore (1)	<b>Tecnico di base</b>	crediti 7	<b>7</b>
<hr style="border: 1px solid black;"/>				

(1) Formazione      (2) Aggiornamento

## IL SISTEMA DEI CREDITI FORMATIVI E VALUTATIVI

Lo svolgimento completo di ogni corso comporta il conferimento dei “Crediti formativi”, inoltre, così come riportato nella seguente tabella, a questi crediti minimi possono sommarsi ulteriori crediti valutativi, acquisiti per merito e conferiti solo al conseguimento della massima valutazione finale massima (ottimo o altro giudizio o votazione equipollente). Successivamente vengono riportati i criteri per la valutazione obbligatoria di ogni singolo candidato partecipante ai vari corsi.

Qualifica tecnica	Durata dei corsi	Crediti Formativi	Crediti Valutativi
<b>Tecnico di base</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 53 ore</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 7</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 2</li> </ul>
<b>Istruttore</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• formazione</li> <li>• aggiornamento</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 123 ore</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 13</li> <li>• 2 per corso</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 3</li> </ul>
<b>Istruttore /allenatore con compiti di formazione</b> dei tecnici di canoa kayak per disabili, d'intesa con il CIP	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 28-40 ore</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 3</li> </ul>	
<b>Tecnico specializzato canoa kayak per disabili</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 30 ore</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 5</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 1</li> </ul>
<b>Allenatore 3° livello</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• formazione</li> <li>• aggiornamento</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 150 ore</li> <li>• ore <b>effettive</b> svolte (8 ore minimo)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 16</li> <li>• 4 per corso</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 4</li> </ul>
<b>Allenatore con compiti di formazione</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• incontri per formazione</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ore <b>effettive</b> svolte (8 ore minimo)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>4 per incontro</li> </ul>	
<b>Allenatore 4° livello</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• formazione</li> <li>• aggiornamento</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 300 ore</li> <li>• come 3° livello</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 40</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 5</li> </ul>

Importante - Al fine di tenere aggiornati correttamente gli albi federali e le tabelle con i rispettivi crediti maturati, ogni Organo o Struttura organizzativa federale (Comitati Regionale, CRTT o Centro Studi) responsabile dei vari Corsi di formazione o aggiornamento al termine di ogni Corso deve redigere un verbale finale con i crediti attribuiti ad ogni tecnico partecipante che ha completato l'iter formativo o d'aggiornamento previsto. I comitati regionali hanno l'obbligo di conservare questi verbali.

### CRITERI PER LA VALUTAZIONE OBBLIGATORIA VALIDI PER TUTTI I CORSI

#### Formazione on-line

- Insufficiente < 8/10 anche in un solo modulo che ne comporta la ripetizione
- Sufficiente (8/10)
- Buono (media compresa tra 8/10 e 9/10)
- Ottimo (media compresa tra 9/10 e 10/10)

### **Test, colloquio e tesina finale**

La valutazione di queste prove verrà fatta con criteri condivisi e oggettivi stabiliti dai formatori regionali (corsi periferici / territoriali) e dalla commissione esaminatrice (corsi nazionali).

- Insufficiente (deve ripetere l'esame o rifare il corso)
- Sufficiente
- Buono
- Ottimo

**N.B.:** Solo il conseguimento della valutazione massima (ottimo) in ogni prova (compresa la formazione on-line), comporta il conferimento della qualifica tecnica con la dicitura "con merito" e la relativa attribuzione dei crediti valutativi.

## **Riepilogo dei Crediti Formativi e Valutativi acquisiti attraverso Formazione e Aggiornamento**

### **Tecnico di base**

#### **Corso di formazione**

I partecipanti al Corso per Tecnico di base, secondo le modalità di svolgimento descritte, acquisiscono al termine del corso **7 crediti** formativi per il numero di ore previsto (53). Solo per i tecnici di base che abbiano superato il corso con merito (valutazione ottimo in tutte le prove) 2 crediti valutativi. Con questi crediti e questo monte ore i tecnici di base possono accedere al Corso.

**N.B.: per il Tecnico di base non è prevista attività di aggiornamento con attribuzione di crediti formativi. Comunque ai tecnici di base è consentita la partecipazione ai corsi di aggiornamento per istruttori, la cui partecipazione potrà essere certificata da un attestato.**

### **Istruttore (indirizzo Acqua Piatta, Acqua Mossa, Canoa Polo)**

#### **Corso di formazione**

I partecipanti al Corso Istruttori, secondo le modalità di svolgimento descritte, acquisiscono al termine del corso **13 crediti** formativi per il numero di ore previsto (123). Solo per gli istruttori che abbiano superato il corso con merito (valutazione finale ottimo in tutte le prove) 3 crediti valutativi

#### **Corsi di aggiornamento**

L'Istruttore può partecipare ai corsi di aggiornamento a carattere regionale organizzati dai Comitati Regionali FICK, per conto del Centro Studi, acquisendo **2 crediti per corso**, purché questo abbia una durata minima di 4 ore

L'Istruttore può acquisire **ulteriori crediti** partecipando a corsi di aggiornamento e stage organizzati:

- a) dai Settori tecnici della Federazione Italiana Canoa Kayak
- b) dai Centri di Riferimento Tecnico Territoriali
- c) dallo stesso Comitato Regionale, in aggiunta a quello o a quelli indicati dal Centro Studi
- d) da Enti di livello pari o superiore a quello federale e su tematiche inerenti o affini al suo profilo tecnico e professionale.

Nel caso "a" - partecipando a momenti di formazione gestiti direttamente dai Tecnici Referenti di settore, in occasione di gare e manifestazioni a carattere nazionale; in questo caso i Comitati regionali, **su richiesta dell'interessato, potranno riconoscere 0,50 crediti per ogni incontro**

Nel caso "b" - partecipando a momenti di aggiornamento organizzati dai Centri di Riferimento Tecnico Territoriale in sinergia con il Centro Studi alla presenza dei tecnici nazionali, **potranno essere riconosciuti da 0,50 a 2 crediti sulla base del programma svolto.**

Nel caso "c" - **il programma del corso ed i suoi contenuti devono essere preventivamente approvati dal Centro Studi per la definizione del numero dei crediti formativi**

Nel caso "d" - In questo caso il Centro Studi, sulla base dell'attestato di partecipazione corredato del relativo programma potrà concedere all'Istruttore **un massimo di 1,00 crediti per il corso seguito, che dovrà comunque risultare, dalla documentazione presentata, della durata minima di 4 ore.**

**L'Istruttore potrà accedere al Corso Allenatori con un numero minimo di 24 crediti**

(7 acquisiti con il Corso Tecnico di base + 13 con il Corso Istruttori + quelli acquisiti con gli aggiornamenti + eventuali crediti valutativi + eventuale corso di Tecnico per disabili )

## **Allenatore (specializzato Acqua Piatta, Acqua Mossa, Canoa Polo)**

### **Corso di formazione**

Gli Istruttori, per accedere al Corso Allenatori, dovranno allegare alla domanda la documentazione, rilasciata dal competente Comitato Regionale, attestante l'acquisizione dei crediti (minimo 24).

Il Centro Studi, nel rispetto di un'equa distribuzione sul territorio a livello nazionale, terrà conto anche del numero dei crediti acquisiti dagli aspiranti oltre a quelli minimi richiesti.

I partecipanti al Corso Allenatori, secondo le modalità di svolgimento descritte, acquisiscono al termine del corso **16 crediti** per il numero di ore previsto (150). Solo per gli allenatori che abbiano superato il corso con merito (valutazione finale ottimo in tutte le prove) 4 crediti valutativi.

### **Corsi di aggiornamento**

L'Allenatore può partecipare ai corsi di aggiornamento a livello nazionale organizzati dal Centro Studi della Fick, acquisendo **4 o più (in relazione alla durata) crediti formativi per corso** partecipando all'intera durata dei lavori e, se previsti, ad ulteriori crediti valutativi quando i corsi prevedono prove di valutazione o verifica.

L'Allenatore può acquisire **ulteriori crediti** partecipando a corsi di aggiornamento e stage organizzati:

- a) dai Settori tecnici della Federazione Italiana Canoa Kayak
- b) dai Centri di Riferimento Tecnico Territoriali in sinergia con il Centro Studi FICK
- c) da Enti di livello pari o superiore a quello federale e su tematiche inerenti o affini al suo profilo tecnico e professionale.

Nel caso "a" - partecipando a momenti di formazione gestiti direttamente dai Tecnici Coordinatori Responsabili di Settore, in occasione di gare e manifestazioni a carattere nazionale e su richiesta dell'interessato, **il Centro Studi potrà riconoscere 0,50 crediti per ogni incontro;**

Nel caso "b" - partecipando a momenti di aggiornamento organizzati dai Centri di Riferimento Tecnico Territoriali in sinergia con il centro Studi alla presenza dei tecnici nazionali, **potranno essere riconosciuti da 0,50 a 2 crediti sulla base del programma svolto**

Nel caso "c" - partecipando a corsi di aggiornamento e stages organizzati da Enti di livello pari o superiore a quello Federale Nazionale (F.S.N., Scuola dello Sport, Università, Centri Studi accreditati, Istituti di Medicina dello sport, ecc.) e su tematiche inerenti o affini al suo profilo tecnico e professionale.

In questo caso il Centro Studi, sulla base dell'attestato di partecipazione corredato del relativo programma **potrà concedere all'Allenatore un massimo di 2 crediti per il corso seguito che dovrà comunque risultare, dalla documentazione presentata, della durata minima di 8 ore.**

### **Allenatore con compiti di formazione**

Gli allenatori, a cui la Federazione affida l'incarico di "docente formatore", possono acquisire, nel periodo di nomina, ulteriori crediti per la partecipazioni ad incontri, stages o seminari organizzati dal Centro Studi e mirati all'espletamento dell'incarico di "formatore".

In questo caso verranno assegnati **4 crediti formativi per la partecipazione all'intera durata dei lavori.**

## PARTE SECONDA: I CORSI ORDINARI DI FORMAZIONE

*Per ognuno dei tre livelli sono state individuate le “competenze” utili per svolgere tale ruolo con efficienza ed efficacia. Le competenze si costruiscono attraverso elementi di conoscenza (il sapere) ed elementi di operatività, anche cognitiva, (il saper fare). Inoltre sono state individuate le aree di conoscenza e di operatività indispensabili per qualificare i vari livelli: tematiche ed aree di intervento.*

### CORSO PER TECNICO DI BASE (1° livello)

#### **Requisiti per la partecipazione:**

- Aver compiuto all'atto della domanda il 18° anno di età;
- Essere in possesso almeno del titolo di licenza di scuola media inferiore;
- Non aver riportato condanne penali passate in giudicato per reati non colposi e con pene detentive, ovvero condanne che comportino l'interdizione dai pubblici uffici superiori ad 1 anno, ovvero aver scontato le eventuali pene di cui sopra da almeno 5 anni;
- Non aver subito sanzioni definitive di sospensione dall'attività sportiva a seguito di utilizzo di sostanze o metodi che alterino le naturali prestazioni fisiche nelle attività sportive, ovvero aver scontato eventuali sanzioni da almeno 5 anni ed essere stato reintegrato tra i tesserati federali;
- Parere favorevole della società presentatrice;
- Essere in grado di andare su una imbarcazione di tipo turistico e di eseguire le manovre di base

#### **Come si accede al corso**

- Gli aspiranti dovranno fare richiesta di partecipazione compilando l'apposito modulo da inviare tramite la Società presentatrice (che esprimerà il proprio parere) al competente Comitato/Delegato Regionale unitamente alla quota di iscrizione nella misura e nei termini previsti da apposita circolare.
- Il numero minimo per l'attivazione del corso è di 10 allievi.
- E' prevista una quota di iscrizione.

#### **Organizzazione del corso**

- Il corso è organizzato dal Comitato/Delegato Regionale secondo le indicazioni del Centro Studi e Formazione.
- Ha la durata di 53 ore.
- La frequenza alle lezioni frontali è obbligatoria (assenze max 25%, solo per giustificati motivi)

#### **Docenti**

- Gli allenatori incaricati della Formazione ed eventuali esperti esterni.

## PROFILO PROFESSIONALE DEL TECNICO DI BASE COMPETENZE

CONOSCENZE (cosa deve sapere)	ABILITA' (cosa deve saper fare)
<b>MODULO 1 - Le specialità e il mezzo</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Storia della canoa</li> <li>• Storia della Canoa Italiana</li> <li>• Evoluzione tecnica di tutte le specialità (velocità- slalom- discesa- polo- maratona- disabili - ecc.)</li> <li>• Attività turistico – amatoriali: aspetti relazionali e studio delle principali caratteristiche degli ambienti naturali e di come rispettarli.</li> <li>• Conoscenza delle caratteristiche della Canoa Kayak per disabili</li> <li>• Conoscenza elementare dei materiali e degli elementi costruttivi delle canoe e delle pagaie.</li> <li>• La struttura FICK</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Avere conoscenza dell'organizzazione Federale, della storia e della cultura canoistica e delle sue specialità sportive</li> <li>• Conoscenza dei principali aspetti legati all'utilizzo turistico, amatoriale della canoa, compresa la conoscenza degli ambienti naturale dove viene praticata</li> <li>• Conoscenza delle principali tematiche connesse alla pratica sportiva dei disabili e rudimenti per la diminuzione delle situazioni di handicap</li> <li>• Saper operare su aspetti meccanici dell'imbarcazione               <ul style="list-style-type: none"> <li>- piccole riparazioni</li> <li>- interventi di emergenza</li> </ul> </li> </ul>
<b>MODULO 2 - Gli aspetti elementari della didattica</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Riferiti al soggetto</li> <li>• Riferiti all'oggetto d'insegnamento</li> <li>• Riferiti alle proprie azioni</li> <li>• Le metodologie didattiche</li> <li>• I mezzi e gli strumenti della didattica per la canoa</li> <li>• Le procedure di avviamento e le progressioni didattiche</li> </ul>	<p><u>Riferito al soggetto</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sa valutare i requisiti minimi in funzione dell'oggetto di insegnamento</li> <li>• Sa comunicare e relazionarsi con i singoli e con il gruppo</li> </ul> <p><u>Riferito all'oggetto di insegnamento</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sa utilizzare gli elementi base in funzione della situazione (progressione, progressività...)</li> </ul> <p><u>Riferito alle proprie azioni</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sa modificare il proprio comportamento e la sua operatività modificando le azioni</li> </ul> <p><u>Le metodologie didattiche</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Conosce e varia le metodologie didattiche in relazione alle situazioni e al gruppo</li> </ul> <p><u>I mezzi e gli strumenti della didattica per la canoa</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Conosce e sa utilizzare mezzi e strumenti adeguandoli alla situazione e alla tipologia degli allievi</li> </ul> <p><u>Le procedure di avviamento e le progressioni didattiche</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gestisce ed organizza le esercitazioni con procedure idonee al gruppo, all'età degli allievi, ai loro requisiti e alla situazione</li> </ul>

<b>MODULO 3 - Le tecniche della canoa</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Modalità di salita e discesa</li> <li>• Modalità di spostamento</li> <li>• Modalità di controllo</li> <li>• Modalità di direzione</li> <li>• Modalità d'uso della pagaia</li> <li>• Aspetti elementari delle tecniche di pagaia</li> <li>• Procedure e comportamenti in caso di rovesciamento</li> <li>• Recupero e svuotamento della canoa in caso di rovesciamento</li> <li>• Conoscenza elementare delle principali problematiche legate alla pratica sportiva e della canoa kayak per i disabili</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saper fare e saper far fare circa le tecniche della canoa apprese a livello di conoscenza</li> </ul>
<b>MODULO 4 - Gli elementi della prevenzione e sicurezza in canoa</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gli aspetti di prevenzione della canoa in sicurezza</li> <li>• Elementi di pronto intervento</li> <li>• Elementi di pronto soccorso</li> <li>• La sicurezza nelle diverse specialità</li> <li>• La sicurezza degli adattamenti per la disabilità</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Organizza e sa applicare gli elementi di prevenzione per la pratica della canoa in sicurezza</li> <li>• Gestisce e sa applicare gli elementi di pronto intervento in situazioni di emergenza</li> <li>• Sa applicare le forme elementari di pronto soccorso</li> <li>• Riesce a gestire il gruppo in sicurezza in situazioni differenti</li> </ul>

**Durante il tirocinio dovranno essere sviluppate abilità di tipo pratico apprese durante le lezioni frontali**

**Scheda di certificazione delle abilità****Aspirante Tecnico di base****Le specialità e il mezzo**

- Sa operare su aspetti meccanici dell'imbarcazione o per quanto riguarda le piccole riparazioni
- Sa operare sull'imbarcazione in situazione di emergenza

**Le tecniche della canoa**

- Sa illustrare e dimostrare gli elementi di tecnica di base della canoa

**Gli aspetti elementari della didattica**Riferito al soggetto

- Sa valutare i requisiti minimi in funzione dell'oggetto di insegnamento
- Sa comunicare e relazionarsi con i singoli e con il gruppo

Riferito all'oggetto di insegnamento

- Sa utilizzare gli elementi base in funzione della situazione in progressione

Riferito alle proprie azioni

- Sa modificare il proprio comportamento e la sua operatività modificando le azioni

Le metodologie didattiche

- Conosce e varia le metodologie didattiche in relazione alle situazioni e al gruppo

I mezzi e gli strumenti della didattica per la canoa

- Conosce e sa utilizzare mezzi e strumenti adeguandoli alla situazione e alla tipologia degli allievi

Le procedure di avviamento e le progressioni didattiche

- Gestisce ed organizza le esercitazioni con procedure idonee al gruppo, all'età degli allievi, ai loro requisiti e alla situazione

**Gli elementi della sicurezza in canoa**

- Organizza e sa applicare gli elementi di prevenzione per la pratica della canoa in sicurezza
- Gestisce e sa applicare gli elementi di pronto intervento in situazioni di emergenza
- Sa applicare le forme elementari di pronto soccorso
- Riesce a gestire il gruppo in sicurezza in situazioni differenti

**Il Tecnico Tutor**

**TECNICO DI BASE  
ELEMENTI DEL PERCORSO FORMATIVO MINIMO**

<b>LEZIONI FRONTALI</b>	<b>FORMAZIONE ONLINE</b>	<b>TIROCINIO</b>
<p><b><u>4 ore (teoriche)</u></b> (Docente Formatore e Formatore regionale per disabili)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Presentazione argomenti, contenuti, fasi del corso</li> <li>• Definizione tirocinio e tutor</li> <li>• <u>Storia e specialità della canoa</u> compresa la canoa kayak per disabili (1ora)</li> <li>• <u>La canoa Turistico amatoriale e l'ambiente naturale</u> (1ora)</li> <li>• <u>La Canoa Kayak Disabili</u> (1 ora)</li> </ul> <p><b><u>4 ore (teoriche)</u></b> (Docente Formatore)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <u>Sicurezza, prevenzione, tecnica di base, didattica</u></li> </ul> <p><b><u>8 ore (teorico-pratiche)</u></b> (Docente Formatore)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <u>Sicurezza, prevenzione, tecnica, didattica</u></li> </ul>	<p><b>Formazione online sui 4 moduli: Specialità- Didattica-Sicurezza-Tecnica di base</b></p>	<p><b>Lavoro in società sotto la guida di un allenatore tutor Nel tirocinio dovranno essere sviluppate abilità pratiche apprese durante le lezioni frontali</b></p>
<b>16 ore</b>	<b>9 ore</b>	<b>28 ore</b>
<b>TOTALE 53 ore</b>		

**TECNICO DI BASE  
ANALISI DEL PERCORSO FORMATIVO MINIMO**

<b>FASI</b>	<b>CONTENUTI</b>	<b>METODOLOGIE</b>
Esame ammissione	Verifica iniziale abilità in canoa	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Test pratico in canoa</li> </ul>
Modulo 1	Le specialità della canoa compresa la Canoa kayak turistico - amatoriale e la Canoa kayak Disabili e "il mezzo"	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lezione frontale teorica</li> <li>• Formazione online</li> <li>• Tirocinio guidato con pratica sul campo</li> </ul>

Modulo 2	Aspetti di base della didattica	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lezioni frontali teorico-pratiche</li> <li>• Formazione online</li> <li>• Tirocinio guidato con pratica sul campo</li> </ul>
Modulo 3	Le tecniche della canoa	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lezioni frontali teorico-pratiche</li> <li>• Formazione online</li> <li>• Tirocinio guidato con pratica sul campo</li> </ul>
Modulo 4	Elementi di base della sicurezza in canoa	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lezioni frontali teorico-pratiche</li> <li>• Formazione online</li> <li>• Tirocinio guidato con pratica sul campo</li> </ul>
Esame finale	Verifica e valutazione finale delle competenze teorico-pratiche acquisite	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Esame pratico in canoa</li> </ul>

LEZIONI FRONTALI	ORE 16
FORMAZIONE ON LINE	ORE 9
TIROCINIO GUIDATO E PRATICA SUL CAMPO	ORE 28

<b>TOTALE ORE</b>	<b>53</b>
<b>TOTALE CREDITI FORMATIVI</b>	<b>7</b>
<b>TOTALE CREDITI VALUTATIVI riconosciuti solo con la valutazione di “Ottimo” (da acquisire attraverso la Formazione a distanza e nel test finale)</b>	<b>2</b>

## CORSO PER ISTRUTTORE (2° livello)

Sebbene il titolo sia unico, sono previsti tre indirizzi:

- A – Istruttore di canoa con indirizzo prevalente **Acqua Piatta**
- B – Istruttore di canoa con indirizzo **Acqua Mossa**
- C – Istruttore di canoa con indirizzo **Canoa Polo**

### Requisiti per la partecipazione

- Essere inserito nell’Albo Federale dei Tecnici di base, iscritto da almeno 1 anno e aver quindi maturato almeno sette crediti formativi;
- Essere Allievo-Istruttore da non più di quattro anni (titolo valido solo per il primo Corso Istruttori utile, dall’entrata in vigore dell’attuale Piano della Formazione);
- Essere in possesso del parere favorevole della società presentatrice;
- Non aver riportato condanne penali passate in giudicato per reati non colposi e con pene detentive, ovvero condanne che comportino l’interdizione dai pubblici uffici superiori ad 1 anno, ovvero aver scontato le eventuali pene di cui sopra da almeno 5 anni;

- Non aver subito sanzioni definitive di sospensione dall'attività sportiva a seguito di utilizzo di sostanze o metodi che alterino le naturali prestazioni fisiche nelle attività sportive, ovvero aver scontato eventuali sanzioni da almeno 5 anni ed essere stato reintegrato tra i tesserati federali.

### **Come si accede al corso**

- Gli aspiranti dovranno fare richiesta di partecipazione compilando l'apposito modulo da inviare tramite la Società presentatrice (che esprimerà il proprio parere) al competente Comitato/Delegato Regionale unitamente alla quota di iscrizione nella misura e nei termini previsti da apposita circolare.
- Il numero minimo per l'attivazione del corso è di 10 allievi.
- E' prevista una quota di iscrizione
- E' necessario un esame di ammissione su un'imbarcazione relativa alla specialità scelta

### **Organizzazione del corso**

- Il corso è organizzato dal Comitato/Delegato Regionale secondo le indicazioni del Centro Studi e Formazione.
- Ha la durata di 123 ore.
- La frequenza alle lezioni frontali è obbligatoria (assenza max 25%, solo per giustificati motivi).
- Il tirocinio dovrà essere svolto nell'indirizzo scelto. Nel caso di scelta di più indirizzi devono essere svolti più tirocini

### **Docenti**

- Gli allenatori incaricati della Formazione ed eventuali esperti esterni.

## **PROFILO PROFESSIONALE DELL' ISTRUTTORE**

### **COMPETENZE**

<b>CONOSCENZE</b> (cosa deve sapere)	<b>ABILITA'</b> (cosa deve saper fare)
<b>La tecnica: elementi teorici e aspetti metodologici – didattici</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Analisi e approfondimenti degli elementi della tecnica: verso l'efficacia del gesto tecnico.</li> <li>• Aspetto neuromotorio</li> <li>• Aspetto meccanico</li> <li>• Aspetto strumentale</li> <li>• Metodologia d'insegnamento della tecnica</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sa presentare e costruire con azioni adeguate nell'atleta gli elementi della tecnica</li> <li>• Sa operare sui parametri della tecnica relativi all'avanzamento e al controllo della canoa</li> <li>• Sa assegnare e adattare barca e pagaia alle esigenze tecniche dell'atleta</li> <li>• Sa organizzare, differenziando, i percorsi didattici in relazione alle esigenze e alla situazione del singolo e del gruppo</li> </ul>

<b>Biologia dello sport, teoria dell'allenamento, le capacità motorie, l'allenamento giovanile, la disabilità</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cenni di Anatomia e fisiologia del corpo umano, con riferimenti alla morfologia e al funzionamento degli apparati: locomotore, cardiocircolatorio, respiratorio, digerente e del sistema nervoso</li> <li>• La contrazione muscolare</li> <li>• Aspetti elementari del metabolismo energetico (ATP e meccanismi di risintesi)</li> <li>• Le capacità motorie in generale</li> <li>• Le capacità motorie nelle specialità della canoa con riferimento anche alla disabilità fisica, sensoriale e psicofisica</li> <li>• Principi base dell'allenamento sportivo</li> <li>• I principali aggiustamenti funzionali all'esercizio fisico</li> <li>• Adattamento e allenamento</li> <li>• Concetti base della programmazione</li> <li>• Cenni sulla classificazione delle principali forme di disabilità: Sensoriale, motoria, Psico fisica, mentale.</li> <li>• Cenni sulle modalità di relazione e intervento al fine di diminuire le situazioni di svantaggio</li> <li>• Cenni sulle principali disposizioni per facilitare l'accesso agli impianti sportivi e per l'abbattimento delle barriere architettoniche.</li> </ul> <p>(Tutti gli argomenti dovranno essere trattati con particolare riferimento all'età giovanile)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conoscenza della conformazione, della funzione e del funzionamento dei principali apparati e sistemi del corpo umano maggiormente interessati alle attività motorie e sportive.</li> <li>• Conoscenza dei principali adattamenti temporanei e duraturi all'esercizio fisico.</li> <li>• Saper organizzare e gestire i diversi modelli di allenamento in relazione agli obiettivi programmatici</li> <li>• Saper organizzare e gestire i test di verifica riferiti alle varie capacità e agli elementi della prestazione</li> <li>• Saper organizzare e gestire le sedute di allenamento (situazione didattica) in modo conforme all'età degli atleti e alla loro motivazione</li> <li>• Conoscenza e capacità operative minime per un approccio positivo nei confronti del disabile</li> <li>• Conoscenza generale delle principali problematiche connesse alla pratica della Canoa Kayak da parte dei disabili, con particolare riferimento alle norme di sicurezza e alla diminuzione dell'handicap, anche in relazione alla rimozione delle barriere architettoniche e degli ausili adattativi.</li> </ul>

<b>L'età evolutiva e il processo di maturazione</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Le tappe dello sviluppo psicomotorio del ragazzo (aspetti somatici, funzionali, cognitivi, emotivi)</li> <li>• Legami tra gli aspetti della canoa riferiti alla prestazione e alle caratteristiche delle tappe evolutive del ragazzo</li> <li>• I bisogni e le motivazioni in età evolutiva (gioco, appartenenza, identità, ecc.....)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saper scegliere gli obiettivi ed organizzare le attività in relazione alle tappe dello sviluppo, ai bisogni ed alle motivazioni proprie di ciascuna età</li> <li>• Saper variare e utilizzare diversi mezzi di allenamento all'interno di modalità ludiche</li> <li>• Saper gestire con gradualità e progressività il passaggio dal gioco alle prime forme di agonismo</li> </ul>

<b>Relazione e comunicazione</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dinamiche relazionali all'interno dei</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saper stabilire e gestire modelli</li> </ul>

<p>gruppi</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Cenni sui principi dell' integrazione</li> <li>• Figura e ruolo dell'istruttore come formatore</li> <li>• Le dinamiche relazionali nel gruppo dei pari</li> <li>• Gli aspetti peculiari della Società Sportiva come agenzia formativa</li> <li>• Elementi base della comunicazione</li> </ul>	<p>relazionali e di comunicazione positivi ed efficaci in relazione ai rapporti con i singoli e con il gruppo</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Saper stabilire e gestire i rapporti con atleti, famiglie e all'interno della società sportiva.</li> <li>• Sapersi rapportare al disabile e favorire l'integrazione nel gruppo</li> </ul>
--	--

<b>Prevenzione e igiene alimentare</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Le alterazioni somatiche e funzionali in età evolutiva</li> <li>• I legami tra attività sportiva, in particolare quella canoistica, e le alterazioni somatiche e funzionali</li> <li>• Lo sport, i metabolismi energetici e l'alimentazione</li> <li>• L'equilibrio degli elementi nutrizionali nell'alimentazione del giovane atleta</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saper utilizzare esercitazioni non dannose in relazione alle eventuali alterazioni presenti negli atleti</li> <li>• Saper valorizzare gli aspetti motori dello sport canoistico quali elementi preventivi e curativi di eventuali alterazioni morfologiche e funzionali presenti nei giovani atleti</li> <li>• Saper indicare e consigliare corrette abitudini alimentari, anche in funzione della pratica sportiva, instaurando rapporti con le famiglie,</li> <li>• Valorizzare l'opera del medico sociale</li> </ul>

**Scheda di certificazione delle abilità****Aspirante Istruttore**

<b>Abilità</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sa presentare e costruire con azioni adeguate nell'atleta gli elementi della tecnica</li> <li>• Sa operare sui parametri della tecnica relativi all'avanzamento e al controllo della canoa</li> <li>• Sa assegnare e adattare barca e pagaia alle esigenze tecniche dell'atleta</li> <li>• Sa organizzare, differenziando, i percorsi didattici in relazione alle esigenze e alla situazione del singolo e del gruppo</li> </ul>
<b>Il Modello di prestazione e l'allenamento giovanile</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saper organizzare e gestire i diversi modelli di allenamento in relazione agli obiettivi programmatici</li> <li>• Saper organizzare e gestire i test di verifica riferiti alle varie capacità e agli elementi della prestazione</li> <li>• Saper organizzare e gestire le sedute di allenamento (situazione didattica) in modo conforme all'età degli atleti e alla loro motivazione</li> </ul>
<b>L'età evolutiva e il processo di maturazione</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saper scegliere gli obiettivi ed organizzare le attività in relazione alle tappe dello sviluppo, ai bisogni ed alle motivazioni proprie di ciascuna età</li> <li>• Saper variare e utilizzare diversi mezzi di allenamento all'interno di modalità ludiche</li> <li>• Saper gestire con gradualità e progressività il passaggio dal gioco alle prime forme di agonismo</li> </ul>
<b>Relazione e comunicazione</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saper stabilire e gestire modelli relazionali e di comunicazione positivi ed efficaci in relazione ai rapporti con i singoli e con il gruppo</li> <li>• Saper stabilire e gestire i rapporti con atleti, famiglia e all'interno della società sportiva.</li> </ul>
<b>Prevenzione e igiene alimentare</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saper utilizzare esercitazioni non dannose in relazione alle eventuali alterazioni presenti negli atleti</li> <li>• Saper valorizzare gli aspetti motori dello sport canoistico quali elementi preventivi e curativi di eventuali alterazioni morfologiche e funzionali presenti nei giovani atleti</li> <li>• Saper indicare e consigliare corrette abitudini alimentari, anche in funzione della pratica sportiva, instaurando rapporti con le famiglie</li> <li>• Valorizzare l'opera del medico sociale</li> </ul>
<b>Gli elementi della sicurezza in canoa</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Organizza e sa applicare gli elementi di prevenzione per la pratica della canoa in sicurezza relativamente alle varie specialità</li> <li>• Gestisce e sa applicare gli elementi di pronto intervento in situazioni di emergenza</li> <li>• Sa applicare le forme elementari di pronto soccorso</li> <li>• Riesce a gestire il gruppo in sicurezza in situazioni differenti</li> <li>• Conoscenza e gestione dei vari livelli della pratica canoistica in sicurezza: psicologica, (condizione di tranquillità dell'allievo e del gruppo), nelle attrezzature, nei comportamenti e cognitiva</li> </ul>

**Il Tecnico Tutor**

## ISTRUTTORE

### ELEMENTI DEL PERCORSO FORMATIVO

LEZIONI FRONTALI	AUTOFORMAZIONE FORMAZIONE ONLINE	TIROCINIO	LAVORO INDIVIDUALE
<p style="text-align: center;"><b><u>2 ore</u></b> (Docente formatore)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Presentazione argomenti, contenuti, fasi del corso</li> <li>• Definizione tirocinio e tutor</li> <li>• Codice di gara</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b><u>8 ore (teorico-pratiche)</u></b> (Docente formatore o altro allenatore )</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <u>La tecnica</u>: elementi teorici e aspetti metodologici didattici con riferimento alle varie specialità (velocità, fluviale, canoa polo), compresa la pratica della canoa kayak per disabili (2 ore a cura del formatore regionale disabili)</li> <li>• <u>La didattica in sicurezza</u></li> </ul> <p style="text-align: center;"><b><u>8 ore (teoriche)</u></b> (Docente formatore o altro docente qualificato e docente formatore disabili)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• biologia dello sport</li> <li>• teoria dell'allenamento</li> <li>• Disabilità</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b><u>4 ore (teoriche)</u></b> (Docente formatore)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <u>Età evolutiva, sviluppo psico-fisico e motorio</u></li> <li>• <u>L'allenamento giovanile</u></li> </ul> <p style="text-align: center;"><b><u>4 ore (teoriche)</u></b> (Docente formatore)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <u>Relazione e comunicazione</u></li> <li>• <u>Alimentazione</u></li> </ul> <p style="text-align: center;"><b><u>4 ore (orali-scritte)</u></b> (Docente formatore e allievi)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <u>verifica e valutazione finale delle competenze acquisite, discussione della tesina</u></li> </ul>	<p><b>Studio individuale e Formazione online</b></p>	<p><b>Lavoro in società sotto la guida di un allenatore tutor nel settore di specializzazione scelto</b></p>	<p><b>Stesura di una tesina su un argomento relativo all'indirizzo</b></p>
<b>30 ore</b>	<b>40 ore</b>	<b>45 ore</b>	<b>8</b>
<b>TOTALE 123 ore</b>			

## ISTRUTTORE

### ANALISI DEL PERCORSO FORMATIVO

MODULI (CONTENUTI)	METODOLOGIE
Esame ammissione	Test pratico nella specialità scelta
Codice di gara	Lezione frontale
La didattica in sicurezza	Lezione frontale (teorico-pratica)
La tecnica: elementi teorici e aspetti metodologici didattici anche con riferimento alle varie specialità compresa la canoa kayak per disabili	Lezioni frontali (teorico-pratiche) e Formazione online
Età evolutiva, sviluppo psicofisico e motorio	Lezione frontale e Formazione online
Allenamento giovanile	Lezione frontale e Formazione online
Relazione e comunicazione	Lezione frontale
Alimentazione	Lezione frontale e Formazione online
Biologia dello sport	Lezione frontale e Formazione online
Teoria dell'allenamento	Lezione frontale e Formazione online
La disabilità	Lezione frontale
Verifica e valutazione finale delle competenze acquisite e del lavoro individuale	Presentazione discussione della tesina

LEZIONI FRONTALI	ORE 30
AUTOFORMAZIONE E FORMAZIONE ON LINE	ORE 40
LAVORO INDIVIDUALE	ORE 8
TIROCINIO GUIDATO E PRATICA SUL CAMPO	ORE 45

<b>TOTALE ORE</b>	<b>123</b>
<b>TOTALE CREDITI FORMATIVI</b>	<b>13</b>
<b>TOTALE CREDITI VALUTATIVI riconosciuti solo con la valutazione di "Ottimo"</b> (da acquisire attraverso la Formazione a distanza e nel test finale)	<b>3</b>

### CORSO PER LA QUALIFICA SPECIALIZZAZIONE DEL TECNICO DI CANOA KAYAK PER DISABILI (2° livello)

#### Requisiti per la partecipazione

- Essere inserito nell'Albo Federale degli Istruttori da almeno un anno, essere inserito nell'Albo Federale degli Allenatori o dei Maestri;
- Essere in possesso del parere favorevole della società presentatrice;
- Non aver riportato condanne penali passate in giudicato per reati non colposi e con pene detentive, ovvero condanne che comportino l'interdizione dai pubblici uffici superiori ad 1 anno, ovvero aver scontato le eventuali pene di cui sopra da almeno 5 anni;
- Non aver subito sanzioni definitive di sospensione dall'attività sportiva a seguito di utilizzo di sostanze o metodi che alterino le naturali prestazioni fisiche nelle attività sportive, ovvero aver scontato eventuali sanzioni da almeno 5 anni ed essere stato reintegrato tra i tesserati federali;

#### Come si accede al corso

- Gli aspiranti dovranno fare richiesta di partecipazione compilando un apposito modulo da inviare tramite la Società presentatrice (che esprimerà il proprio parere) al/ai competente/i Comitato/i

e/o Delegato/i Regionale organizzatore/i unitamente alla quota di iscrizione nella misura e nei termini previsti da un'apposita apposita circolare.

- Il numero minimo per l'attivazione del corso è di 10 allievi.
- E' prevista una quota di iscrizione

### Organizzazione del corso

- Il corso è organizzato dal Comitato/Delegato Regionale o da un gruppo di più comitati vicini, secondo le indicazioni del Centro Studi e Formazione.
- Ha la durata di 30 ore.
- La frequenza alle lezioni frontali è obbligatoria (assenza max 25%, solo per giustificati motivi).

### Docenti

- I Formatori Regionali o nazionali qualificati ad hoc dalla Federazione e dal CIP, i Tecnici (allenatori, maestri o Istruttori) Specializzati in Canoa Kayak Disabili, altri esperti di area psico-bio-medica.

## PROFILO PROFESSIONALE DEL TECNICO DI CANOA KAYAK PER DISABILI COMPETENZE

<b>CONOSCENZE</b> (cosa deve sapere)	<b>ABILITA'</b> (cosa deve saper fare)
---	---

<b>La tecnica: elementi teorici e aspetti metodologici – didattici; la sicurezza</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Le medesime del livello Tecnico di appartenenza ma riferibili anche alla disabilità in tutte le sue tipologie e classificazioni</li> <li>• L'attrezzo canoa-kayak e i mezzi di propulsione (limiti d'utilizzo ed eventuali adattamenti)</li> <li>• Concetti e criteri delle discipline sportive adattate</li> <li>• L'intervento tecnico finalizzato a diminuire le situazioni di svantaggio</li> <li>• Strumenti didattici di supporto;</li> <li>• La sicurezza in acqua attraverso la tecnica, i fattori di rischio, le responsabilità</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sa presentare e costruire con azioni adeguate nell'atleta gli elementi della tecnica anche eventualmente adattata</li> <li>• Sa operare sui parametri della tecnica relativi all'avanzamento e al controllo della canoa e al suo controllo</li> <li>• Sa assegnare e adattare barca e pagaia alle esigenze tecniche dell'atleta disabile, anche trovando i necessari adattamenti</li> <li>• Sa organizzare in sicurezza differenziando i percorsi didattici e gli allenamenti in relazione alle esigenze e alla situazione del singolo e del gruppo,</li> </ul>

<b>Biologia dello sport, le capacità motorie, il modello di prestazione, l'allenamento.</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Le conoscenze di biologia dello sport,</li> </ul>	

<p>degli adattamenti funzionali, del modello prestativo e della metodologia dell'allenamento sportivo devono essere le medesime del livello Tecnico di appartenenza ma riferibili anche alla pratica sportiva della Canoa Kayak Disabili</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saper organizzare e gestire e adattare i diversi modelli di allenamento in relazione alle tipologie della disabilità e agli obiettivi programmatici</li> <li>• Saper organizzare e gestire i test di verifica riferiti alle varie capacità e agli elementi della prestazione dell'canoista con disabilità</li> <li>• Saper organizzare e gestire le sedute di allenamento (situazione didattica) in modo conforme all'età degli atleti, alla loro motivazione e alla forma di disabilità</li> </ul>
--	--

<b>Conoscenza della disabilità</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Classificazione delle principali forme di disabilità: sensoriale, motoria, psico fisica, mentale.</li> <li>• Principali disposizioni per facilitare l'accesso agli impianti sportivi e per l'abbattimento delle barriere architettoniche.</li> <li>• Regolamenti tecnici delle competizioni canoistiche per disabili</li> <li>• Gli adattamenti specifici per para/tetraplegici, amputati, ipo/non vedenti, mentali;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conoscenza e capacità operative per un approccio positivo nei confronti del disabile</li> <li>• Conoscenza delle principali problematiche connesse alla pratica della Canoa Kayak da parte dei disabili, con particolare riferimento alle norme di sicurezza e alla diminuzione dell'handicap, anche in relazione alla rimozione delle barriere architettoniche e degli ausili adattativi .</li> <li>• Conoscenza dei regolamenti nazionali e internazionali di Canoa-Kayak disabili</li> <li>• Conoscenza, applicazione e capacità di realizzare i principali adattamenti tecnici per la pratica sportiva e amatoriale</li> </ul>

<b>Relazione, comunicazione e integrazione</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Le conoscenze in questo ambito devono essere le medesime del livello Tecnico di appartenenza ma riferibili anche alla pratica sportiva della Canoa Kayak Disabili</li> <li>• L'approccio al disabile e la partecipazione attiva</li> <li>• L'integrazione</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saper stabilire e gestire modelli relazionali e di comunicazione positivi ed efficaci in relazione ai rapporti con i singoli e con il gruppo</li> <li>• Saper stabilire e gestire i rapporti con atleti, famiglie e all'interno della società sportiva.</li> <li>• Sapersi rapportare al disabile e favorire l'integrazione nel gruppo</li> </ul>

**Le barriere architettoniche, le strutture attrezzate, la prevenzione, l'igiene e l'alimentazione**

- |  |  |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"><li>• Le barriere, le tipologie di strutture attrezzate, i modelli organizzativi Le alterazioni somatiche e funzionali in età evolutiva</li><li>• I legami tra attività sportiva, in particolare quella canoistica, e le alterazioni somatiche patologiche e quelle funzionali</li><li>• Lo sport, i metabolismi energetici e l'alimentazione anche in relazione a particolari forme di disabilità associate a patologie dismetabolica</li><li>• L'equilibrio degli elementi nutrizionali nell'alimentazione del atleta disabile</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Conoscenza delle disposizioni vigenti in materia di accesso agli impianti sportivi e ai servizi.</li><li>• Conoscenza delle possibilità di attrezzare le strutture e le infrastrutture tecniche.</li><li>• Conoscenza e capacità di realizzare adattamenti idonei alla riduzione dell'handicap e funzionali a migliorare la pratica sportiva</li><li>• Saper utilizzare esercitazioni non dannose in relazione alle eventuali alterazioni presenti negli atleti</li><li>• Saper valorizzare gli aspetti motori dello sport canoistico quali elementi preventivi, curativi e compensativi di eventuali alterazioni morfologiche, patologiche e funzionali presenti in particolare nei giovani atleti</li><li>• Saper indicare e consigliare corrette abitudini alimentari, anche in funzione della pratica sportiva, instaurando rapporti con le famiglie,</li><li>• Valorizzare l'opera del medico sociale</li></ul> |
|--|--|

# TECNICO DI CANOA KAYAK PER DISABILI

## ELEMENTI DEL PERCORSO FORMATIVO

LEZIONI FRONTALI	AUTOFORMAZIONE FORMAZIONE A DISTANZA	TIROCINIO	LAVORO INDIVIDUALE
<ul style="list-style-type: none"><li>• La classificazione delle disabilità, e conoscenza delle principali patologie (4 ore)</li><li>• L'attrezzo canoa-kayak e i mezzi di propulsione e possibilità di operare adattamenti (2 ore)</li><li>• I regolamenti tecnici (1ora)</li><li>• Concetti e criteri delle discipline sportive adattate con richiami di biologia dello sport, metodologia e didattica (4 ore)</li><li>• Le barriere, le tipologie di strutture attrezzate, i modelli organizzativi (3 ore)</li><li>• L'approccio al disabile e la partecipazione attiva (4 ore);</li><li>• La sicurezza in acqua attraverso la tecnica, i fattori di rischio, le responsabilità (4 ore)</li><li>• Gli adattamenti specifici per para/tetraplegici, amputati, ipo/non</li></ul>	<p><b>Studio individuale</b></p>		<p><b>Stesura di una tesina su un argomento concordato con il docente formatore</b></p>

vedenti, mentali (4 ore)			
<b>24 ore</b>	<b>Non conteggiato</b>	<b>Non previsto</b>	<b>6</b>
<b>TOTALE 30 ore</b>			

## TECNICO DI CANOA KAYAK PER DISABILI

### ANALISI DEL PERCORSO FORMATIVO

MODULI (CONTENUTI)	METODOLOGIE
Esame ammissione	NON PREVISTO
La Classificazione	Lezione frontale
L'attrezzo e i possibili adattamenti	Lezione frontale e teorico-pratica
I regolamenti	Lezioni frontali
Concetti e criteri delle discipline adattate	Lezione frontale e teorico pratica
Le barriere e la tipologia delle strutture attrezzate	Lezione frontale
L'approccio al disabile	Lezione frontale e teorico-pratica
La Sicurezza	Lezione frontale e teorico-pratica
Gli adattamenti specifici	Lezione frontale e teorico-pratica

LEZIONI FRONTALI	ORE 24
AUTOFORMAZIONE E FORMAZIONE ON LINE	Non previsto
LAVORO INDIVIDUALE	ORE 6
TIROCINIO GUIDATO E PRATICA SUL CAMPO	Non conteggiato

<b>TOTALE ORE</b>	<b>30</b>
<b>TOTALE CREDITI FORMATIVI</b>	<b>5</b>
<b>TOTALE CREDITI VALUTATIVI riconosciuti solo con la valutazione di "Ottimo"</b> (da acquisire attraverso la Formazione a distanza e nel test finale)	<b>1</b>

## CORSO PER ALLENATORE 3° livello

Sono previsti tre specializzazioni:

- A - Allenatore di canoa Acqua Piatta velocità
- B – Allenatore di canoa Acqua Mossa fluviale
- C – Allenatore di Canoa Polo

### Requisiti per la partecipazione

- Aver conseguito **la precedente qualifica da almeno due anni** ed aver svolto attività nello stesso periodo;
- Aver acquisito **almeno ventiquattro crediti** (7 con il corso per tecnico di base; 13 con il corso istruttore e almeno 4 con l'aggiornamento a livello periferico o, in parte (2), per crediti valutativi):

- Essere in possesso di un titolo di studio di scuola media superiore quinquennale.(\*);
  - Parere motivato della società di appartenenza in qualità di tesserato;
  - Non aver riportato condanne penali passate in giudicato per reati non colposi e con pene detentive, ovvero condanne che comportino l'interdizione dai pubblici uffici superiori ad 1 anno, ovvero aver scontato le eventuali pene di cui sopra da almeno 5 anni;
  - Non aver subito sanzioni definitive di sospensione dall'attività sportiva a seguito di utilizzo di sostanze o metodi che alterino le naturali prestazioni fisiche nelle attività sportive, ovvero aver scontato eventuali sanzioni da almeno 5 anni ed essere stato reintegrato tra i tesserati federali.
- (\*) Possibile deroga per meriti sportivi conseguiti da atleta e/o da tecnico.

### Come si accede al corso

Gli aspiranti dovranno fare richiesta di partecipazione compilando l'apposito modulo e un curriculum vitae, da inviare tramite la Società presentatrice (che esprimerà il proprio parere) al Centro Studi e per conoscenza al competente Comitato/Delegato Regionale il quale nei termini e con le modalità previsti da apposita circolare esprimerà il proprio parere (motivato e non vincolante) e lo invierà al Centro Studi

E' prevista una quota di iscrizione.

Il Centro Studi Ricerca e Formazione FICK esaminerà le domande e la relativa documentazione pervenuta e stilerà l'elenco degli ammessi tenendo presente la situazione tecnica della società di appartenenza, la situazione territoriale ed il curriculum degli aspiranti.

### Organizzazione del corso

Il corso è organizzato a livello centrale dal Centro Studi Ricerca e Formazione della FICK in collaborazione con la Commissione Tecnica Nazionale.

Ha la durata di numero 150 ore.

La frequenza è obbligatoria. E' ammesso un massimo di assenze giustificate pari al 20% delle ore di lezione frontale; superato tale limite si è esclusi dal corso.

## ALLENATORE PROFILO PROFESSIONALE

### COMPETENZE

CONOSCENZE	ABILITA'
<b>Idrodinamica-Biomeccanica-Tecnica</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aspetti idrodinamici dell'imbarcazione e della pagaia</li> <li>• Aspetti biomeccanici del sistema atleta pagaia imbarcazione</li> <li>• Adattamenti tecnici ai principi biomeccanici (angoli, forza applicata, frequenza e lunghezza del colpo)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saper gestire gli aspetti strumentali della Forza applicata, avanzamento per colpo, frequenza, ecc...</li> <li>• Saper personalizzare la pagaia in funzione del maggior rendimento dell'atleta</li> <li>• Saper personalizzare l'imbarcazione in funzione del maggior rendimento dell'atleta</li> </ul>
<b>Tecnica della canoa e della pagaia</b>	
<u>Kayak velocità:</u>	<u>Per velocità:</u>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Impostazione e tecnica di base per barche e singoli equipaggi</li> <li>• Angoli</li> <li>• Posizione dell'atleta in barca</li> <li>• Vari tipi di pagaia</li> <li>• Mezzi e metodi per l'acquisizione del gesto tecnico</li> <li>• Rapporto tra frequenza e avanzamento per barche singole e in equipaggio</li> <li>• Valutazione dell'efficacia della tecnica</li> </ul> <p><u>Canadese velocità:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Impostazione e tecnica di base per barche e singoli equipaggi</li> <li>• Angoli</li> <li>• Posizione dell'atleta in barca</li> <li>• Vari tipi di pagaia</li> <li>• Mezzi e metodi per l'acquisizione del gesto tecnico</li> <li>• Rapporto tra frequenza e avanzamento per barche singole e in equipaggio</li> <li>• Valutazione dell'efficacia della tecnica</li> </ul> <p><u>Kayak Fluviale:</u> Discesa: Tecnica di pagaia sul fiume dal 2° al 5° grado per Kayak e canadese:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. analisi visiva del fiume;</li> <li>2. rapporto velocità acqua/profondità fondali;</li> <li>3. tecnica di avanzamento sui diversi tipi di acqua;</li> <li>4. tecnica di superamento ostacoli;</li> <li>5. rapporto pagaia/conduzione barca;</li> <li>6. evoluzione tecnica di conduzione/cambio modelli di pagaia;</li> <li>7. involuzione tecnica delle categorie giovanili: ricerca del perché.</li> </ol> <p><u>Slalom Kayak:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Vari tipi di canoe e pagaie</li> <li>• Mezzi e metodi per l'acquisizione del perfezionamento tecnico attraverso la preparazione di campi di allenamento</li> </ul> <p><u>Slalom Canadese:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Vari tipi di canoe e pagaie</li> <li>• Mezzi e metodi per l'acquisizione del perfezionamento attraverso la preparazione di campi di allenamento</li> </ul> <p><u>Canoa Polo:</u> <i>Tecnica canoa – pagaia:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pagaia(scatto, retro, laterale, correzioni)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saper rendere efficace l'azione tecnica di pagaia dell'atleta attraverso azioni di ottimizzazione relative alle pagaie in uso, alla posizione dell'atleta in barca, agli angoli di lavoro e al rapporto avanzamento frequenza, sulle varie distanze e sui vari equipaggi</li> <li>• Analisi e valutazione dell'efficacia della tecnica</li> </ul> <p><u>Per fluviale:</u></p>
--	--

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Immersione punta e coda</li> <li>• Appoggio</li> <li>• Virata 180°</li> <li>• Cambi di direzione</li> <li>• Eskimo (con mani, con pagaia)</li> </ul> <p><i>Sviluppo delle tecniche con la palla:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• controllo della palla con mano e pagaia (ricezione ed intercetto)</li> <li>• contrasti di canoa</li> <li>• difesa della palla dall'avversario</li> <li>• sfuggire alla marcatura</li> </ul> <p><u>Canoa Kayak per disabili</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Aspetti tecnici connessi alle principali forme di disabilità nella pratica della canoa velocità e fluviale</li> </ul>	<p>Saper fornire le indicazioni tecniche essenziali in relazione alle specialità e ai possibili adattamenti</p>
<h2><b>Relazione e comunicazione nello sport</b></h2>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Analisi degli aspetti comunicativi e/o relazionali</li> <li>• Il percorso d'integrazione</li> <li>• Metodologie e mezzi della comunicazione</li> </ul> <p><u>Come comunicare con gli atleti</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• La comunicazione per l'insegnamento efficace</li> <li>• Natura e regole dei processi comunicativi</li> <li>• Le regole della comunicazione efficace</li> <li>• Limiti e distorsioni della comunicazione</li> <li>• Come migliorare la propria comunicazione</li> <li>• Come comunicare con atleti di varie fasce d'età e livelli di specializzazione</li> </ul> <p><u>Come motivare gli atleti</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ruolo dei fattori situazionali e individuali nel potenziamento della motivazione</li> <li>• La definizione degli obiettivi come fattore motivante</li> <li>• Come rinforzare e sostenere la motivazione con atleti di varie fasce d'età e livelli di specializzazione</li> <li>• Come rinforzare la motivazione degli sport di resistenza</li> </ul> <p><u>Osservazione, uso del feedback e correzione degli errori</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tipi e fasi dell'osservazione</li> <li>• Difficoltà e limiti dell'osservazione</li> <li>• Gli strumenti per l'osservazione (griglie, sistemi di notazione, audiovisivi)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saper comunicare e relazionarsi con gli atleti</li> <li>• Saper operare sulle motivazioni degli atleti</li> <li>• Saper osservare, analizzare, valutare</li> <li>• Saper strutturare ed applicare interventi di correzione efficaci e stabili nel tempo valorizzando le tappe dell'apprendimento</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Il feedback</li> <li>• Identificazione degli errori tecnici e tattici</li> <li>• Le cause dell'errore</li> <li>• La correzione</li> <li>• I processi neurologici dell'apprendimento motorio</li> <li>• Apprendimento percezione, propriocettività, aggiustamento globale, automatizzazione del gesto</li> <li>• Il modello didattico unitario nel processo di allenamento</li> <li>• La gestione del gruppo di atleti di alto livello</li> </ul>	
<h3><b>Preparazione mentale dell'atleta</b></h3>	
<p><u>Motivazioni intrinseche ed estrinseche</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• La teoria della valutazione cognitiva</li> <li>• Rinforzi e motivazione</li> <li>• Processi di attribuzione e aspettative</li> </ul> <p><u>Relazioni tra livelli di attivazione e prestazione</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Il concetto di ansia nello sport: genesi e sviluppo del comportamento ansioso</li> <li>• Le difese attive e disadattive</li> <li>• L'influenza del contesto ambientale sportivo sull'ansia dell'atleta</li> <li>• Valutazione del comportamento competitivo dell'atleta</li> <li>• Tecniche di rilassamento</li> <li>• Tecniche di allenamento mentale: allenamento ideomotorio, visualizzazione e ripetizione mentale</li> </ul> <p><u>Preparazione psicologica dell'atleta</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Motivazione (obiettivi, Goal Setting) I livelli di motivazione nel tecnico e nell'atleta</li> <li>• Autoconsapevolezza</li> <li>• Autoefficacia</li> <li>• Attivazione pre-gara</li> <li>• Gestione dell'ansia</li> <li>• Preparazione mentale della gara (piano di gara)</li> </ul> <p><u>Principale aspetti psicologici della pratica sportiva dell'atleta disabile</u></p>	

## **Fisiologia dello Sport**

<p><u>Fattori condizionanti la prestazione atletica</u></p> <p><u>Fattori meccanico-muscolari</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• La contrazione muscolare: basi anatomiche e funzionali</li> </ul> <p><u>Fattori metabolici</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Metabolismo anaerobico alattacido</li> <li>• Metabolismo anaerobico lattacido</li> <li>• Metabolismo aerobico</li> <li>• Massimo Consumo di ossigeno (VO2max)</li> <li>• La VAM-Velocità aerobica massima</li> <li>• Il concetto di soglia</li> <li>• Il massimo lattato in stato stabile (MLSS)</li> </ul> <p><u>Adattamenti indotti dall'allenamento</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Adattamenti morfologico-funzionali</li> <li>• Adattamenti metabolici</li> </ul> <p><u>Presupposti fisiologici della prestazione e dell'allenamento nelle varie specialità della canoa</u></p>	
<p><b>Cenni sulle principali patologie causa di disabilità. Il rapporto con l'atleta disabile. L'allenamento del disabile</b></p>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lesioni midollari, deficit sensoriali, paralisi cerebrali infantili, sindrome di Down, alterazioni cromosomiche e malattie genetiche, disabilità psicofisica e il disagio mentale</li> <li>• La relazione con l'atleta disabile, l'approccio personale e tecnico in relazione alla disabilità. Principali accorgimenti metodologici, tecnici, adattativi nelle diverse specialità della canoa Kayak disabili</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saper affrontare le problematiche con sufficiente conoscenza e consapevolezza.</li> <li>• Sapersi relazionare con l'atleta e con eventuali esperti.</li> <li>• Saper programmare un allenamento finalizzato all'ottimizzazione del risultato (dagli adattamenti tecnici su imbarcazione e pagaia, alla pianificazione degli allenamenti in relazione agli obiettivi e alla tipologia di disabilità)</li> </ul>
<p><b>Alimentazione applicata allo sport</b></p>	
<p><u>Peso corporeo</u></p> <p><u>Composizione Corporea</u></p> <p><u>Bilancio Energetico:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• dispendio e fabbisogno di energia</li> </ul> <p><u>Principi alimentari</u></p> <p><u>Nutrienti calorici</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• proteine</li> <li>• grassi</li> </ul>	

<ul style="list-style-type: none"> <li>• carboidrati</li> </ul> <u>Nutrienti acalorici</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>• acqua</li> <li>• oligoelementi</li> <li>• vitamine</li> </ul> <u>Razione calorica giornaliera</u> <u>Razione alimentare nel giorno della gara</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>• alimentazione in vista della gara</li> <li>• pasto pre-gara</li> <li>• alimentazione durante la gara</li> </ul>	
<h2><b>Traumatologia applicata allo sport</b></h2>	
<u>Traumi acuti</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>• lesioni muscolari acute</li> <li>• traumi acuti della spalla</li> <li>• traumi acuti dell'arto superiore</li> </ul> <u>Traumi cronici</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>• patologia del sovraccarico funzionale</li> <li>• patologia dell'età evolutiva</li> </ul> <u>Colonna vertebrale</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>• generalità</li> <li>• cenni anatomici</li> </ul> <u>Fisioterapia e rieducazione funzionale</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Generalità</li> <li>• Cenni di cinesiologia</li> <li>• Terapia con agenti fisici</li> <li>• Kinesiterapia</li> <li>• Massoterapia</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saper evitare, sia nell'allenamento in barca che a secco, situazioni di sovraccarico funzionale, che potrebbero anche dare origine a lungo termine a traumi immediati o anche a distanza nel tempo (esecuzione corretta degli esercizi, controllo delle posture ecc..)</li> </ul>
<h2><b>Metodologia dell'allenamento sportivo</b></h2>	
<u>La prestazione sportiva</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>• il concetto di prestazione sportiva e di modello di prestazione</li> <li>• i fattori che limitano la prestazione sportiva (classificazione e definizione)</li> <li>• Interrelazioni tra i fattori che limitano la prestazione: il rapporto tra capacità e abilità motorie</li> <li>• Rapporto tra modello di prestazione e progettazione dell'allenamento</li> </ul> <u>I principi Generali dell'allenamento sportivo</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>• I concetti fondamentali dell'allenamento: carico, adattamento, stimolo, parametri e caratteristiche del carico, volume, densità e intensità</li> <li>• Raccolta delle informazioni sulle caratteristiche del carico</li> <li>• I principi fondamentali per l'organizzazione del carico fisico in allenamento (progressività, continuità,</li> </ul>	

<p>etc.)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Le varie fasi della preparazione sportiva</li> </ul> <p><u>Le capacità motorie</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Forza</i> Fattori limitanti Classificazione Evoluzione Mezzi e metodi di allenamento Valutazione</li> <li>• <i>Resistenza</i> Fattori limitanti Classificazione Evoluzione Mezzi e metodi di allenamento Valutazione</li> <li>• <i>Rapidità</i> Fattori limitanti Classificazione Evoluzione Mezzi e metodi di allenamento Valutazione</li> <li>• <i>Mobilità articolare</i> Fattori limitanti Classificazione Evoluzione Mezzi e metodi di allenamento Valutazione</li> </ul> <p><u>L'organizzazione dell'allenamento</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• La modulazione del carico fisico</li> <li>• Periodizzazione e sue varianti</li> <li>• Cicli di allenamento</li> <li>• Periodi di allenamento</li> </ul> <p><u>La valutazione e il controllo dell'allenamento</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Le funzioni e gli obiettivi della valutazione</li> <li>• I metodi e i mezzi di valutazione</li> <li>• Le norme procedurali e la standardizzazione</li> <li>• Significato e interpretazione della valutazione</li> <li>• La valutazione motoria per l'attività giovanile</li> <li>• Sistemi di valutazione per l'individuazione del talento sportivo</li> </ul> <p><u>Mezzi e metodi di allenamento</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Allenamento funzionale della forza</li> <li>• Esercizi di potenziamento a carico naturale</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saper riconoscere e costruire vari modelli di programmazione dell'allenamento</li> <li>• Saper strutturare test di valutazione e codificare i dati</li> <li>• Saper gestire e controllare diversi metodi e mezzi di allenamento</li> </ul>
---	---

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Esercizi con sovraccarichi</li> <li>• Apparecchiature speciali per l'allenamento di forza</li> <li>• Esercizi di prevenzione degli infortuni</li> </ul>	
<h2>Organizzazione dell'allenamento in canoa</h2>	
<p><u>Principi generali dell'allenamento e della programmazione in canoa</u></p> <p><u>Kayak e Canadese Velocità</u> Pianificazione dell'allenamento</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Struttura del macrociclo, mesociclo, microciclo nel periodo preparatorio, speciale, di gara, transitorio.</li> </ul> <p>Mezzi e metodi d'allenamento nei vari periodi. Meccanismi energetici nella prestazione canoistica. L'allenamento dei meccanismi energetici nella programmazione annuale. Parametri di riferimento</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Velocità della canoa</li> <li>• Frequenza di pagaiata</li> <li>• Frequenza cardiaca</li> </ul> <p>La valutazione</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Vari tipi di test (VAM, MLSS)</li> <li>• Mezzi e metodi</li> </ul> <p><u>Kayak e canadese fluviale</u> Discesa</p> <p>Discesa</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Programmazione dei periodi invernale, preparatorio, di gara;</li> <li>• Proposta di interventi differenziati: nuoto, ski roll, canoa, pesi, misto;</li> <li>• Programmazione di un campionato del mondo</li> <li>• Programmazione attività giovanile (16-18 anni)</li> </ul> <p>Meccanismi energetici della prestazione canoistica Valutazione attraverso tests L'allenamento dei meccanismi energetici nella programmazione annuale Parametri riferimento: velocità, frequenza di pagaiata, frequenza cardiaca</p> <p><u>Slalom:</u> pianificazione dell'allenamento struttura del periodo preparatorio, speciale, gare</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saper programmare, pianificare e organizzare l'allenamento : dal ciclo annuale all'unità di lavoro</li> <li>• Saper organizzare test di valutazione sui vari elementi della prestazione con relativa lettura ed analisi dei dati emersi.</li> <li>• Saper scegliere, ultimare e personalizzare i mezzi dell'allenamento e le relative esercitazioni.</li> </ul>

e transitorio.

Canoa Polo:

*Pianificazione dell'allenamento:*

- individuazione dei periodi (preparatori, speciale, gare, transitorio)
- recupero dell'atleta infortunato

*L'allenamento:*

- gestione degli allenamenti
- relazionarsi al gruppo e al singolo
- motivare il gruppo e il singolo

*La gara:*

- riscaldamento per gara, motivazione
- gestione atleti
- rapporti con gli arbitri
- il regolamento

*Ruoli:*

- il portiere
- ruoli specifici

*Fondamentali:*

- controllo della palla
- marcatura
- passaggi e ricezioni
- tiro
- le finte
- blocchi

*la tattica:*

- schemi, attacco e difesa
- pressing a tutto campo
- contropiede

## **Regolamenti-Problematiche del doping**

- Aspetti principali dei regolamenti Italiano e Internazionale (Codice di gara e giustizia)
- Fattori della complessità del fenomeno doping

- Conoscere e saper gestire problematiche di regolamento, inerenti lo svolgimento delle gare
- Conoscere e saper gestire problematiche relative al doping

## ALLENATORE

### ELEMENTI DEL PERCORSO FORMATIVO

LEZIONI FRONTALI	AUTOFORMAZIONE	TIROCINIO	LAVORO INDIVIDUALE
2 stage di 24 ore	Formazione online	Tirocinio di aggregati ad un raduno di squadre nazionali e/o affiancando un allenatore tutor nell'ambito regionale di provenienza	Elaborazione e Presentazione tesina (power point)
<b>Totale 48 ore</b>	<b>Totale 62 ore</b>	<b>Totale 25 ore</b>	<b>Totale 15 ore</b>
<b>TOTALE</b>		<b>150 ore</b>	

## ALLENATORE

### ANALISI DEL PERCORSO FORMATIVO

FASI	CONTENUTI	METODOLOGIE	ORE
<u>PRIMO STAGE</u>	Vedi piano di studi e programma	Lezioni frontali	24
<u>AUTOFORMAZIONE</u>	Studio, approfondimenti, test	Formazione online	31
<u>SECONDO STAGE</u>	Vedi piano di studi e programma	Lezioni frontali	24
<u>AUTOFORMAZIONE</u>	Studio, approfondimenti, test	Formazione online	31
<u>TIROCINIO</u>		Aggregati ad un raduno squadre nazionali e/o affiancando un allenatore tutor nell'ambito regionale di provenienza	25
<u>ELABORAZIONE E PRESENTAZIONE TESINA</u>		Esame finale, presentazione tesina in power point	15

LEZIONI FRONTALI	ORE 48
AUTOFORMAZIONE - FORMAZIONE ON LINE	ORE 62
TIROCINIO	ORE 25

LAVORO INDIVIDUALE ESAME FINALE	ORE 15
<b>TOTALE ORE</b>	<b>150</b>
<b>TOTALE CREDITI FORMATIVI</b>	<b>16</b>
<b>TOTALE CREDITI VALUTATIVI solo per la valutazione di “Ottimo”, da acquisire attraverso la Formazione a distanza e nell’esame finale</b>	<b>4</b>

### **ALLENATORE 4° livello**

La formazione di questo quadro tecnico è gestita direttamente dal CONI secondo i parametri della Formazione Europea dei quadri tecnici.

Il corso di complessive 300 ore da accesso ad un eventuale livello superiore.

#### **ELEMENTI DEL PERCORSO FORMATIVO**

INCONTRI	AUTOFORMAZIONE	LAVORO INDIVIDUALE
<b>Vedi Piano di Formazione Europea dei Quadri Tecnici</b>		
<b>TOTALE 300 ore</b>		

<b>TOTALE ORE</b>	<b>300</b>
<b>TOTALE CREDITI FORMATIVI</b>	<b>40</b>
<b>TOTALE MASSIMO DEGLI EVENTUALI I CREDITI VALUTATIVI</b>	<b>14</b>

## **PARTE TERZA: RICONOSCIMENTO DELLE QUALIFICHE TECNICHE PER MERITI SPORTIVI**

**Il riconoscimento per meriti sportivi delle sotto elencate qualifiche tecniche è comunque subordinato al possesso di questi requisiti da dichiarare all'atto della richiesta:**

- Essere in possesso del parere favorevole della società d'appartenenza;
- Non aver riportato condanne penali passate in giudicato per reati non colposi e con pene detentive, ovvero condanne che comportino l'interdizione dai pubblici uffici superiori ad 1 anno, ovvero aver scontato le eventuali pene di cui sopra da almeno 5 anni;
- Non aver subito sanzioni definitive di sospensione dall'attività sportiva a seguito di utilizzo di sostanze o metodi che alterino le naturali prestazioni fisiche nelle attività sportive, ovvero aver scontato eventuali sanzioni da almeno 5 anni ed essere stato reintegrato tra i tesserati federali.

### **TECNICO DI BASE (1° livello)**

Gli Atleti finalisti dei Giochi Olimpici, dei Campionati del Mondo assoluti e quelli classificatisi nelle prime tre posizioni dei campionati mondiali under 23 o 21, dei campionati europei assoluti e under 23 o 21 possono richiedere il riconoscimento della qualifica di Tecnico di Base. La nomina definitiva è subordinato all'espletamento della Formazione on-line prevista per questa qualifica tecnica ed allo svolgimento di un tirocinio di almeno 10 ore certificato da un tecnico Tutor segnalato al momento della richiesta e appartenente ad una qualifica tecnica uguale o superiore a quella richiesta. Dopo il primo anno di riconoscimento, per il mantenimento della qualifica, è necessario espletare l'iscrizione all'albo e partecipare agli aggiornamenti obbligatori (ove richiesti). Al tecnico nominato verranno riconosciuti inizialmente i crediti minimi previsti e successivamente, qualora vi partecipi, quelli previsti per le attività di aggiornamento

### **ISTRUTTORE (2° livello)**

Gli Atleti classificatisi nelle prime tre posizioni dei Campionati del Mondo assoluti possono richiedere il riconoscimento della qualifica di Istruttore. Il definitivo riconoscimento è comunque subordinato all'espletamento della Formazione on-line prevista per questa qualifica tecnica ed allo svolgimento di un tirocinio di almeno 20 ore certificato da un tecnico Tutor segnalato al momento della richiesta e appartenente ad una qualifica tecnica uguale o superiore a quella richiesta. Dopo il primo anno di riconoscimento, per il mantenimento della qualifica, è necessario espletare l'iscrizione all'albo e partecipare agli aggiornamenti obbligatori (ove richiesti). Al tecnico nominato verranno riconosciuti inizialmente i crediti minimi previsti e successivamente, qualora vi partecipi, quelli previsti per le attività di aggiornamento

### **ALLENATORE 3° livello**

Gli Atleti classificatisi nelle prime tre posizioni dei Giochi Olimpici possono richiedere il riconoscimento della qualifica di Allenatore. Il definitivo riconoscimento è comunque subordinato all'espletamento della Formazione on-line prevista per questa qualifica tecnica ed allo svolgimento

di un tirocinio di almeno 30 ore certificato da un tecnico Tutor segnalato al momento della richiesta e appartenente ad una qualifica tecnica uguale o superiore a quella richiesta. Dopo il primo anno di riconoscimento, per il mantenimento della qualifica, è necessario espletare l'iscrizione all'albo e partecipare agli aggiornamenti obbligatori (ove richiesti). Al tecnico nominato verranno riconosciuti inizialmente i crediti minimi previsti e successivamente, qualora vi partecipi, quelli previsti per le attività di aggiornamento.

## **PARTE QUARTA: RICONOSCIMENTO QUALIFICHE TECNICHE ATTRAVERSO PROTOCOLLI D'INTESA CON UNIVERSITA' O ISTITUTI SUPERIORI**

**Il riconoscimento delle sotto elencate qualifiche tecniche è comunque subordinato al possesso di questi requisiti da dichiarare prima della nomina:**

- Essere in possesso del parere favorevole della società d'appartenenza (se presente);
- Non aver riportato condanne penali passate in giudicato per reati non colposi e con pene detentive, ovvero condanne che comportino l'interdizione dai pubblici uffici superiori ad 1 anno, ovvero aver scontato le eventuali pene di cui sopra da almeno 5 anni;
- Non aver subito sanzioni definitive di sospensione dall'attività sportiva a seguito di utilizzo di sostanze o metodi che alterino le naturali prestazioni fisiche nelle attività sportive, ovvero aver scontato eventuali sanzioni da almeno 5 anni ed essere stato reintegrato tra i tesserati federali.

### **TECNICO DI BASE (1° livello)**

Questa qualifica tecnica viene conferita agli Studenti delle Università o degli istituti tecnici superiori ad indirizzo nautico (Liceo del mare) che sottoscrivono accordi o protocolli con la Federazione e che istituiscono appositi Corsi o insegnamenti in Canoa Kayak con percorsi formativi adeguati al livello della qualifica da conferire: Ogni studente per conseguire la qualifica dovrà comunque svolgere la Formazione on-line relativa a questo livello tecnico.

Per il conseguimento di questa qualifica i corsi di laurea preferibilmente indicati sono quelli relativi alla Laurea triennale in Scienze Motorie, mentre per il Liceo del Mare, l'anno scolastico di riferimento sarà l'ultimo del Corso (5<sup>^</sup>). Per gli studenti non ancora in possesso di questa qualifica, il corso di primo livello potrà essere attivato anche nei corsi di Laurea Specialistica in Scienze e Tecnica dello Sport.

### **ISTRUTTORE (2° livello)**

Questa qualifica tecnica viene conferita agli Studenti delle Università che sottoscrivono accordi o protocolli con la Federazione e che istituiscono appositi Corsi o insegnamenti in Canoa Kayak con percorsi formativi adeguati al livello della qualifica da conferire: Ogni studente per conseguire la qualifica dovrà comunque svolgere la Formazione on-line relativa a questo livello tecnico. Potranno comunque conseguire questa qualifica solo gli studenti già in possesso del primo livello (Tecnico di base o Allievo Istruttore).

Per il conseguimento di questa qualifica i corsi di laurea preferibilmente indicati sono quelli relativi alla Laurea Specialistica in Scienze e Tecnica dello Sport, ma anche quelli della triennale (Scienze motorie) in un anno del corso comunque successivo a quello del conferimento del primo livello. Al tecnico nominato verranno riconosciuti inizialmente i crediti minimi previsti e successivamente, qualora vi partecipi, quelli previsti per le attività di aggiornamento

### **ALLENATORE 3° livello**

Se già in possesso del titolo di istruttore, questa qualifica tecnica può essere assegnata ai laureati, ai master universitari e ai dottori di ricerca che discutono una tesi di laurea o di master (1<sup>a</sup> e 2<sup>a</sup> livello), oppure un dottorato di ricerca con tema riferibile alle discipline sportive della Canoa kayak. La tesi dovrà essere comunque soggetta al controllo e alla valutazione del Centro Studi nella persona del coordinatore tecnico e didattico o di una delle seguenti sue strutture: Comitato scientifico o Gruppo di lavoro.

Il rilascio della qualifica può essere subordinato allo svolgimento della Formazione on-line. Al tecnico nominato verranno riconosciuti inizialmente i crediti minimi previsti e successivamente, qualora vi partecipi, quelli previsti per le attività di aggiornamento