



REGOLAMENTO DEI CORSI DI FORMAZIONE ALLENATORI F.I.C.S.F.

Modifiche deliberate dal Consiglio Federale 16 Giugno 2018

<u>INDICE</u>	
Art. 1	PREMESSA
Art.2	ALBO ALLENATORI
Art.3	ALLENATORE 1° LIVELLO
Art.4	ALLENATORE 2° LIVELLO
Art.5	ALLENATORE 3° LIVELLO
Art.6	CREDITI FORMATIVI
Art.7	CONCLUSIONE
Art.8	TECNICI FEDERALI
Art.9	ENTRATA IN VIGORE

CORSI PER ALLENATORI FICSF

Art.1 Premessa

La FICSF organizza corsi di formazione per tutti coloro che desiderano approfondire tematiche inerenti al canottaggio a sedile fisso e insegnare nell'ambito delle società affiliate. La frequenza a tali corsi e l'esito positivo della valutazione finale consentono il rilascio del diploma e l'utilizzo del titolo. Al fine di consentire una graduale e progressiva acquisizione delle competenze necessarie sono stati predisposti 3 livelli, di cui in seguito sono riportate le caratteristiche essenziali.

La Commissione Tecnica Organizzativa CTO e il Consigliere Federale in quota Tecnici propongono e organizzano i corsi di formazione e i corsi di aggiornamento a livello Nazionale in collaborazione con la Segreteria federale.

Art.2 Albo Allenatori

La FICSF istituisce l'Albo Allenatori al quale possono aderire tutti gli allenatori che hanno conseguito il diploma ai Corsi Federali.

- L'allenatore per essere iscritto all'albo dovrà essere in regola con il pagamento della quota annuale, chi non si è iscritto per più di un anno, potrà iscriversi versando il doppio di quanto dovuto per ogni anno di mancato rinnovo.
- L'Allenatore che per tre anni consecutivi non versa la relativa quota è automaticamente sospeso, dopo cinque anni consecutivi l'abilitazione decade.
- Gli allenatori sospesi possono essere riabilitati solo dopo aver partecipato a un corso di aggiornamento organizzato dalla Federazione.

La Segreteria Federale ha il compito di conservare e aggiornare l'Albo in base al pagamento delle quote.

Il rinnovo annuale nell'Albo allenatori deve può essere richiesto dall'interessato tramite richiesta scritta via email a segreteria@ficsf.it , o dalla società di appartenenza.

Art.3 Allenatore Primo livello

Il corso consente l'acquisizione delle nozioni fondamentali di anatomia e fisiologia, le principali nozioni relative alla tecnica di voga, e un particolare approfondimento relativo alla conoscenza dei regolamenti federali.

I requisiti di accesso al corso sono la maggiore età e quello di presentare, contestualmente alla documentazione d'iscrizione, un certificato proveniente da una delle società affiliate che provi che il candidato abbia effettuato, nell'anno precedente la data del corso, attività a livello amatoriale/agonistico all'interno di una società affiliata.

Il corso è formulato in due moduli:

- "MODULO A" relativo alla parte medico-scientifica (collaborazione SdS CONI)
- "MODULO B" relativo alla parte teorico/pratica FICSF

Materie per il corso di Allenatore di 1° livello:

- | | |
|--|---------|
| - Fondamenti di anatomia e fisiologia | 2 ore |
| - Fondamenti di psicologia | 2 ore |
| - Primo soccorso | 1 ora |
| - Alimentazione | 1 ora |
| - Tecniche di voga e attività giovanile (teorico-pratica) | 4 ore |
| - Regolamento imbarcazione, sicurezza in mare con nozioni codice navigazione | 2 ore |
| - Regolamento regate | 1.5 ore |
| - Giustizia e disciplina | 1.5 ore |
| - Test finale | 1 ora |

Totale ore di lezione con Docente 16 ore

Alla prova finale potranno accedere solo i partecipanti che hanno frequentato almeno il 70% delle lezioni. Tale prova si svolgerà in ultima giornata e sarà costituita da un quiz con domande a scelta multipla in cui il partecipante dovrà individuare la risposta corretta tra le alternative proposte.

La prova visionata dalla commissione d'esame sarà giudicata sufficiente qualora il candidato totalizzi un punteggio uguale o superiore a 28/40.

Non sono previste prove di recupero per gli assenti e non è previsto alcun rimborso per rinunce effettuate a meno di 10 giorni dall'inizio del corso.

Art.4 Allenatore Secondo livello

Il corso consente all'allenatore di primo di livello, che ha esercitato sotto il controllo di un allenatore esperto per non meno di 2 anni, di approfondire la conoscenza di tematiche medico-scientifiche; conoscere gli aspetti legati alla gestione delle squadre e dei singoli atleti, con relativa definizione degli obiettivi da raggiungere, e nozioni in tema di sicurezza tese al controllo dell'integrità fisica dell'atleta. Un particolare approfondimento è dedicato al tema della disabilità.

L'allenatore di secondo livello conduce e valuta l'attività di allenamento di atleti e squadre, assiste gli atleti durante le gare, partecipa con allenatori esperti all'identificazione dei talenti.

Il corso è formulato in due moduli:

- "MODULO A" relativo alla parte medico-scientifica (collaborazione Sds CONI)
- "MODULO B" relativo alla parte teorico/pratica FICSF

Materie per il corso di Allenatore di 2° livello:

- | | |
|---|---------|
| - Principi di anatomia e fisiologia | 2 ore |
| - Psicologia dello sport | 2 ore |
| - Sicurezza e primo soccorso | 1 ora |
| - Alimentazione | 1 ora |
| - Doping | 1 ora |
| - Metodologia e programmi d'allenamento | 3 ore |
| - Esercizi per la correzione della voga (pratica) | 3 ore |
| - Regolamento imbarcazione | 1 ora |
| - Attività diversamente abili | 1 ora |
| - Regolamento regate | 1.5 ore |
| - Giustizia e disciplina | 1.5 ore |
| - Test finale | 1 ora |

Totale ore di lezione con Docente **19 ore**

Alla prova finale potranno accedere solo i partecipanti che hanno frequentato almeno il 70% delle lezioni. Tale prova si svolgerà in ultima giornata e sarà costituita da un quiz con domande a scelta multipla in cui il partecipante dovrà individuare la risposta corretta tra le alternative proposte.

La prova visionata dalla commissione d'esame sarà giudicata sufficiente qualora il candidato totalizzi un punteggio uguale o superiore a 28/40.

Non sono previste prove di recupero per gli assenti e non è previsto alcun rimborso per rinunce effettuate a meno di 10 giorni dall'inizio del corso.

Art.5 Allenatore Terzo livello

Il corso consente di approfondire la conoscenza di tematiche medico-scientifiche; approfondire gli aspetti legati alla gestione delle squadre e dei singoli atleti attraverso la ricerca e l'analisi della pratica ad alto livello, con relativa definizione degli obiettivi da raggiungere e programmazione dell'allenamento a corto, medio e lungo termine; nozioni in tema di sicurezza tese al controllo dell'integrità fisica dell'atleta; ed infine la relazione con sponsor e stampa in occasione delle manifestazioni sportive.

L'accesso al corso di terzo livello è vincolato, oltre che dall'aver ottenuto la qualifica di secondo livello da non meno di 2 anni, dall'espletamento di un questionario valutativo in cui il candidato dovrà dimostrare buona padronanza degli argomenti affrontati nei livelli precedenti, il questionario sarà giudicato positivo solo totalizzando un punteggio di 27/40.

La durata del corso prevede un minimo di 30 ore suddivise in 4/5 incontri durante le quali saranno analizzati i seguenti argomenti:

- Corso di primo soccorso e utilizzo defibrillatore
- Il profilo professionale ed etico dell'allenatore di canottaggio
- Allenamento e allenabilità
- Analisi del movimento
- Posturologia e prevenzione infortuni
- La costruzione delle sedute di allenamento in base agli obiettivi
- Riscaldamento e stretching
- Allenamento a corpo libero: circuiti e GBAD con particolare riferimento all'età dell'atleta
- Allenamento con sovraccarichi: esercizi, recuperi e periodizzazione
- Allenamento al remergometro: varianti ed esercitazioni
- Allenamento in acqua: programmi e correzioni
- Comportamento in gara: preparazione agonistica ed organizzazione logistica
- Impostazione delle diverse tipologia di imbarcazioni FICSF ed adattamento al singolo atleta

Inoltre verranno date

Alla prova finale potranno accedere solo i partecipanti che hanno frequentato almeno il 70% delle lezioni. Tale prova si svolgerà in ultima giornata e sarà costituita da un quiz con domande a scelta multipla in cui il partecipante dovrà individuare la risposta corretta tra le alternative proposte.

La prova visionata dalla commissione d'esame sarà giudicata sufficiente qualora il candidato totalizzi un punteggio uguale o superiore a 28/40.

Non sono previste prove di recupero per gli assenti e non è previsto alcun rimborso per rinunce effettuate a meno di 10 giorni dall'inizio del corso.

Art.6 Crediti formativi

REQUISITI NECESSARI PER L'ISCRIZIONE ALL'ALBO

2 crediti conseguiti nei 12 mesi antecedenti all'iscrizione per il 1° livello
4 crediti conseguiti nei 12 mesi antecedenti all'iscrizione per il 2° livello
6 crediti conseguiti nei 12 mesi antecedenti all'iscrizione per il 3° livello

FORMAZIONE ED AGGIORNAMENTO

NUMERO CREDITI	TIPO DI ATTIVITÀ	CERTIFICAZIONI	LIVELLO A CUI È ASCRIVIBILE IL CREDITO
2	Allenatore tesserato per società con equipaggio vincitore di campionato italiano.	Certificazione della segreteria	1° - 2° - 3°
2	Partecipazione conferenza S.d.S su temi attinenti allo sport	Certificazione del CONI	1° - 2° - 3°
2	Corsi aggiornamento indetti dalla F.I.C.S.F.	Certificazione della segreteria	1° - 2° - 3°
4	Partecipazione a conferenza F.I.C.S.F. o patrocinate F.I.C.S.F	Certificazione della segreteria	1° - 2° - 3°
6	Relatore conferenza F.I.C.S.F.	Certificazione dell'Allenatore Responsabile del Settore Formazione	1° - 2° - 3°
6	Docente ai corsi allenatori F.I.C.S.F. di 1° 2° 3° livello	Certificazione dell'Allenatore Responsabile del settore Formazione	1° - 2° - 3°

Art.7 Conclusione

Durante i corsi potranno essere distribuite fotocopie relative ad articoli e grafici significativi, e verranno consegnati i testi su cui approfondire gli argomenti trattati a lezione. Secondo quanto premesso nei requisiti di accesso ad ogni livello si stabilisce che ogni anno sarà organizzato un corso di 1° livello, il corso di 2° livello almeno a cadenza biennale, mentre i corsi di 3° livello si svolgeranno a discrezione del CTO insieme al Consigliere Federale in quota Tecnici. Chiunque intenda richiedere il titolo di allenatore FICSF, anche di primo livello, dovrà necessariamente seguire l'iter previsto dal presente Regolamento in un'ottica di correttezza, professionalità, equità e serenità di giudizio. Non possono, quindi, essere considerati equipollenti titoli di laurea in facoltà scientifiche, titolo di laurea in scienze motorie (ex ISEF). La richiesta di iscrizione all'Albo, di allenatori abilitati presso altre FSN o DSA italiane o federazioni estere, dovrà essere valutata dalla Commissione Tecnica ed eventualmente concessa dopo la partecipazione ai corsi di aggiornamento indetti dalla FICSF.

Art.8 Tecnici federali

I Tecnici Federali nominati dal Consiglio Federale dovranno essere allenatori regolarmente iscritti all'Albo Federale aventi qualifica di almeno secondo livello; per i Tecnici Federali responsabili della Squadra Nazionale FICSF sarà richiesto il possesso della qualifica di allenatore di terzo livello.

Art.9 Entrata in vigore

Il presente Regolamento entra in vigore previa approvazione da parte della Giunta Nazionale del CONI.