

BANDO DI AMMISSIONE AL CORSO REGIONALE PER ISTRUTTORI ANNO 2021

Il Settore Tecnico del Comitato Regionale **EMILIA ROMAGNA**, in collaborazione con il Centro Studi FIDAL, organizza un corso per il conseguimento della qualifica di tecnico da inquadrare nel livello **“ISTRUTTORE”** (1° livello) di Atletica Leggera, valido per la conduzione – con l’assistenza e supervisione di un tecnico di livello superiore - di attività di allenamento e di insegnamento delle basi del gesto atletico agli atleti di ogni categoria federale nelle fasi di avviamento alla pratica dell’atletica leggera, con particolare riferimento ai giovani principianti e all’insegnamento sportivo in ambito promozionale e scolastico.

Per l’acquisizione del 1° livello tecnico federale si prevede l’acquisizione delle abilità e delle conoscenze – generali e specifiche – necessarie alle competenze sopraindicate, i cui esiti di apprendimento corrispondono complessivamente a n° 10 crediti.

Il corso si articola nelle seguenti fasi:

| | I° livello tecnico | COMPETENZE | CREDITI** | ORE | DATE |
|----------|---|---|-----------|-----|---|
| A | Corso aspirante tecnico di atletica leggera | Abilità individuali generali e specifiche | 2 | 16 | On-line 20-21-27-28 marzo 2021 |
| B | Tirocinio | | 1 | 24 | Entro il 30 aprile 2021 |
| C | Corso Istruttori | Conoscenze generali e specifiche | 7 | 60 | maggio / luglio 2021 |

** Ad ogni punto credito è assegnato un carico di lavoro di circa 8 ore per le unità didattiche e circa 24 ore per le unità esperienziali (tirocinio)

I candidati in possesso dei 3 crediti relativi ad abilità personali derivanti da ruoli rivestiti in ambito federale o da titolo di studio come di seguito indicato possono iniziare la frequenza direttamente dal Corso Istruttori:

| ABILITÀ individuali | n° crediti | |
|---|------------|---|
| Atleta di livello internazionale (Giochi Olimpici – Campionati Mondiali – Campionati Europei) | 3 | Esonerato dalla frequenza del Corso Aspirante Tecnico (A) e del Tirocinio (B) |
| Giudice internazionale | 3 | Esonerato dalla frequenza del Corso Aspirante Tecnico (A) e del Tirocinio (B) |
| Laureati in Scienze motorie presso Università NON convenzionate con la FIDAL | 3 | Esonerato dalla frequenza del Corso Aspirante Tecnico (A) e del Tirocinio (B) |

I crediti derivanti da diversi ruoli non sono cumulabili.

FASE A) CORSO ASPIRANTE TECNICO DI ATLETICA LEGGERA “PRE-CORSO”

Requisiti per l’ammissione al corso:

- avere cittadinanza italiana o degli stati membri dell’UE; per i cittadini non comunitari essere in regola con il permesso di soggiorno previsto dalla legge ed in possesso del titolo di studio equiparato a quello necessario per l’ammissione al corso
- maggiore età
- possesso del titolo di studio previsto nell’obbligo scolastico statale
- non essere stati radiati da una Federazione Sportiva Nazionale o da un Ente di Promozione Sportiva o da una Disciplina Sportiva Associata o associazione benemerita, né soggetti a provvedimento disciplinare in atto da parte di organismi riconosciuti dal CONI
- non aver riportato nell’ultimo decennio, salva riabilitazione, squalifiche o inibizioni sportive definitive complessivamente superiori ad un anno da parte delle Federazioni sportive nazionali, del CONI, delle Discipline Associate e degli Enti di Promozione Sportiva, Associazioni benemerite o di Organismi sportivi internazionali riconosciuti
- non aver subito sanzioni di sospensione dall’attività sportiva a seguito dell’accertamento di una violazione delle Norme Sportive Antidoping del CONI o delle disposizioni del Codice Mondiale Antidoping WADA

I candidati dovranno compilare la scheda di iscrizione 1 entro martedì 16 marzo 2021 e inviare a tecnico.emiliaromagna@fidal.it la ricevuta del versamento della quota di partecipazione (come da comunicato)

Programma del corso:

Il corso si sviluppa su 16 ore totali di lezioni teoriche. La frequenza è totalmente obbligatoria ai fini della successiva iscrizione al Corso Istruttori. Trattandosi di moduli propedeutici non è previsto il rilascio di alcuna qualifica. Il corso sarà tenuto esclusivamente da docenti indicati dal Fiduciario Tecnico Regionale e abilitati dalla Federazione.

FASE B) TIROCINIO

Dal momento dell'accettazione dell'iscrizione al pre-corso da parte del Comitato l'Aspirante Tecnico potrà iniziare il tirocinio. Il tirocinio è un periodo di formazione presso una Società Sportiva affiliata alla FIDAL, consistente in un affiancamento a un Tutor (tecnico FIDAL tesserato come Allenatore o Allenatore Specialista), orientato principalmente all'attività tecnico-didattica sul campo con atleti nella fascia di età 8-15 anni. Questa fase, della durata di almeno 24 ore (1 credito), dovrà concludersi entro il termine ultimo fissato per l'iscrizione al Corso (Fase C) e non prevede alcuna valutazione. Il Fiduciario Tecnico Regionale controllerà che il profilo del tutor sia attinente alle specifiche richieste, nonché l'effettiva collaborazione tra candidati e Tutor.

Per ogni tirocinante il Tutor compilerà l'apposita certificazione dell'apprendimento non formale correlato alle abilità tecnico-pratiche acquisite. Tale certificazione dovrà essere allegata alla domanda di iscrizione (scheda n° 2).

Al termine del tirocinio i candidati potranno iscriversi al Corso Istruttori previsto a seguito del Corso Aspirante Tecnico o, al massimo, a quello immediatamente successivo.

Il tirocinio è da intendere esclusivamente come affiancamento/assistenza alle attività tecniche organizzate e dirette dal Tutor. Durante l'attività di tirocinio è prevista la copertura assicurativa avviata dalla FIDAL all'inizio del Corso per Aspirante Tecnico, valida per tutta la durata del Corso di 1° livello per gli iscritti il cui nominativo sia inserito nel data-base del tesseramento FIDAL-sezione Tecnici, con il codice COR (corsista).

FASE C) CORSO ISTRUTTORI

Possono partecipare al Corso Istruttori esclusivamente i candidati che abbiano frequentato il "Corso Aspirante Tecnico" e abbiano svolto il Tirocinio previsto, nonché i candidati in possesso dei crediti relativi alle abilità individuali derivanti da ruoli rivestiti in ambito federale come da precedente tabella.

I candidati dovranno compilare la scheda di iscrizione 2 entro venerdì 30 aprile 2021 e inviare a tecnico.emiliaromagna@fidal.it il Modello Certificazione del Tirocinio e la ricevuta del versamento della quota di partecipazione (come da comunicato)

Il Comitato Regionale si riserva di limitare il numero di candidati ammessi qualora le esigenze logistiche lo richiedano.

Programma del corso:

Il corso di articola in 3 moduli (2 teorici e 1 pratico) per un totale di 18 unità didattiche di 3/4 ore ciascuna (totale 60 ore). Le unità didattiche più corpose potranno essere suddivise in 2 incontri o separate da un intervallo per esigenze didattiche. Il calendario delle lezioni verrà reso disponibile al termine del Corso Aspirante Tecnico (Fase A). I partecipanti sono tenuti a svolgere le attività pratiche previste dal programma muniti di proprio abbigliamento sportivo. La frequenza al corso è obbligatoria ed è ammessa l'assenza, per qualsiasi motivo, ad un massimo del 20% delle lezioni (10% nella parte generale e 10% nella parte specifica), limite oltre il quale si perde il diritto di effettuare la prova finale per il conseguimento della qualifica di istruttore.

Il corso sarà tenuto esclusivamente da docenti indicati dal Fiduciario Tecnico Regionale e abilitati dalla Federazione.

Il conseguimento del livello di Istruttore avviene tramite l'accertamento dell'acquisizione di competenze acquisite dal candidato, attraverso i seguenti momenti di valutazione:

- abilità individuali
 - certificazione frequenza del Corso Aspirante Tecnico
 - certificazione relativa al tirocinio effettuato
 - certificazioni relative a ruoli rivestiti in ambito federale

- conoscenze relative agli aspetti tecnici specifici e generali dell'atletica leggera
 - frequenza Corso Istruttori
 - studio personale
 - valutazione tramite questionario scritto e colloquio integrativo, con giudizio almeno sufficiente (18/30mi)

In caso di mancato superamento delle prove finali il candidato, per poter acquisire il livello tecnico, dovrà sostenere nuovamente la valutazione finale, non prima di 6 mesi dalla precedente sessione. Il candidato dovrà essere comunque in possesso dei crediti previsti.

Il Fiduciario Tecnico Regionale provvederà a comunicare l'accettazione della domanda, il programma ed il calendario delle lezioni ed a restituire ai non ammessi le domande con le relative quote d'iscrizione.

Le spese di viaggio ed eventuale soggiorno nella sede del corso sono a carico dei partecipanti.

PROGRAMMI DIDATTICI

| | | | | | |
|-----------------|----------------|----------|----------------|----------|---------------|
| 3 moduli | Teoria | | Pratica | | Totale |
| | 24 + 18 | + | 18 | = | 60 ore |

I^a PARTE – GLI INSEGNAMENTI GENERALI (6 U.D. – 24 ORE)

- *L'organizzazione e i regolamenti*
 - Organizzazione delle gare
 - Rapporti tecnico-giudice e salvaguardia dell'atleta
 - Ruoli in campo
 - Indicazioni, reclami, primati
 - Cenni sulle regole tecniche
- *Le basi anatomiche e fisiologiche*
 - Il funzionamento dei grandi apparati
 - La contrazione muscolare
 - Il metabolismo energetico
- *Teoria del movimento*
 - I presupposti della prestazione motoria
 - Gli schemi motori di base: camminare, correre, saltare, lanciare
 - La formazione e lo sviluppo delle capacità motorie in atletica (condizionali e coordinative)
- *Metodologia dell'insegnamento*
 - Metodi e stili di insegnamento
 - Gli aspetti propedeutici e la didattica
 - L'utilizzo dei feed-back nell'insegnamento della tecnica
 - L'apprendimento motorio in atletica leggera
 - La prestazione in atletica leggera: dalle abilità motorie alle abilità tecnico-sportive
- *Organizzazione e programmazione dell'allenamento giovanile*
 - Programmazione dell'allenamento giovanile (cenni)
 - Principi generali dell'allenamento giovanile
 - L'organizzazione di una seduta di allenamento
 - La multilateralità
- *La valutazione in età giovanile e introduzione all'attività pratica*
 - Caratteristiche dei test motori e loro utilizzo
 - Formazione delle abilità in atletica: esempi di esercitazioni e attività propedeutiche
 - Sviluppo dell'efficienza muscolare: esempi di esercitazioni

2^a PARTE – GLI INSEGNAMENTI PER GRUPPI DI SPECIALITÀ – TEORIA (6 U.D. – 18 ORE)

- *Velocità e Ostacoli*
 - Fattori generali comuni alle discipline
 - Tecnica e didattica delle corse veloci
 - Tecnica e didattica delle corse con ostacoli
 - Tecnica e didattica delle staffette
 - Cenni sull'organizzazione dei mezzi di allenamento

- ❑ *Salto in estensione*
 - Fattori generali comuni alle discipline di salto
 - Tecnica e didattica del salto in lungo
 - Tecnica e didattica del salto triplo
 - Cenni sull'organizzazione dei mezzi di allenamento
- ❑ *Salto in elevazione*
 - Tecnica e didattica del salto in alto
 - Tecnica e didattica del salto con l'asta
 - Cenni sull'organizzazione dei mezzi di allenamento
- ❑ *Giavellotto e Peso*
 - Fattori generali comuni alle discipline di lancio
 - Tecnica e didattica del lancio del giavellotto
 - Tecnica e didattica del getto del peso
 - Cenni sull'organizzazione dei mezzi di allenamento
- ❑ *Disco, Martello e Prove Multiple*
 - Tecnica e didattica del lancio del disco
 - Tecnica e didattica del lancio del martello
 - Filosofia ed organizzazione delle prove multiple
 - Cenni sull'organizzazione dei mezzi di allenamento
- ❑ *Mezzofondo e Marcia*
 - Fattori generali comuni alle discipline
 - Tecnica e didattica delle corse di resistenza
 - Tecnica e didattica della marcia
 - Cenni sull'organizzazione dei mezzi di allenamento

3ª PARTE – GLI INSEGNAMENTI PER GRUPPI DI SPECIALITÀ – PRATICA (6 U.D. – 18 ORE)

- ❑ *Velocità e Ostacoli*
 - Le esercitazioni tecniche delle corse veloci: dimostrazioni e prove
 - Le esercitazioni tecniche delle corse con ostacoli: dimostrazioni e prove
 - Le esercitazioni di potenziamento per le discipline idonee alle fasce giovanili
- ❑ *Salto in estensione*
 - Le esercitazioni tecniche del salto in lungo: dimostrazioni e prove
 - Le esercitazioni tecniche del salto triplo: dimostrazioni e prove
 - Le esercitazioni di potenziamento per le discipline idonee alle fasce giovanili
- ❑ *Salto in elevazione*
 - Le esercitazioni tecniche del salto in alto: dimostrazioni e prove
 - Le esercitazioni tecniche del salto con l'asta: dimostrazioni e prove
 - Le esercitazioni di potenziamento per le discipline idonee alle fasce giovanili
- ❑ *Giavellotto e Peso*
 - Le esercitazioni tecniche del lancio del giavellotto: dimostrazioni e prove
 - Le esercitazioni tecniche del getto del peso: dimostrazioni e prove
 - Le esercitazioni di potenziamento per le discipline idonee alle fasce giovanili
- ❑ *Disco, Martello e Prove Multiple*
 - Le esercitazioni tecniche del lancio del disco: dimostrazioni e prove
 - Le esercitazioni tecniche del lancio del martello: dimostrazioni e prove
 - Le esercitazioni di potenziamento per le discipline idonee alle fasce giovanili
- ❑ *Mezzofondo e Marcia*
 - Le esercitazioni ritmiche per la corsa
 - Le esercitazioni tecniche della marcia: dimostrazioni e prove
 - Le esercitazioni di potenziamento per le discipline idonee alle fasce giovanili

CERTIFICAZIONE TIROCINIO

Comitato Regionale Emilia Romagna

COGNOME E NOME CANDIDATO: _____

COGNOME E NOME TECNICO TUTOR: _____

QUALIFICA TECNICO TUTOR: Allenatore Allenatore Specialista

SOCIETÀ (codice e denominazione) _____

CITTÀ _____ PROV. _____

ATTIVITÀ IN CAMPO CON ATLETI (fascia di età): 8-11 12-15 altro _____

| CONTENUTI TIROCINIO (indicare solo le attività svolte con il candidato) | n. sedute in campo | n. ore |
|--|--------------------|--------|
| esercitazioni tecniche di base <input type="checkbox"/> | | |
| esercitazioni tecniche delle specialità <input type="checkbox"/> | | |
| attività in occasione di manifestazioni/gare <input type="checkbox"/> | | |
| test di valutazione motoria <input type="checkbox"/> | | |
| attività ludiche <input type="checkbox"/> | | |
| eventuale ulteriore documentazione di approfondimento (da allegare) <input type="checkbox"/> | | |

Totale ore svolte: _____

Data _____

 Firma Tecnico Tutor

La presente certificazione deve essere compilata dal tecnico Tutor e inviata via mail a tecnico.emiliaromagna@fidal.it unitamente alla ricevuta del versamento della quota di partecipazione.