



**C.R. LOMBARDIA**  
Federazione Italiana Canoa Kayak

Circ.Prot 30/2022/AEM

## **CORSO PER ISTRUTTORI AGONISTI 2° LIVELLO**

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

Per accedere al corso è necessario possedere i seguenti requisiti:

- ✓ Essere in possesso del primo livello (Tecnico di Base) da almeno 1 anno, ovvero che dal conseguimento della qualifica di tecnico di base sia trascorsa almeno una stagione agonistica (da Marzo ad Ottobre) durante la quale si è esercitato il ruolo di tecnico di base e, quindi aver maturato almeno 10 crediti formativi;
- ✓ Essere tesserato alla FICK con qualifica di Tecnico di Base
- ✓ Esser in possesso del Diploma di Scuola Secondaria di II grado;
- ✓ Essere in possesso del parere favorevole della società presentatrice
- ✓ Non aver riportate 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 scontate eventuali pene di cui sopra da almeno 5 anni;
- ✓ Non aver subito sanzioni 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 esser stato reintegrato tra i tesserati federali;

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

1. **Compilare ENTRO E NON OLTRE IL 30/09/2022 il seguente link:**  
<https://forms.gle/oLynUT95u1gcHyHaA>
2. **Inviare via mail a [crlombardia@mail.com](mailto:crlombardia@mail.com) ENTRO E NON OLTRE IL 15/10/2022 la seguente documentazione**
  - ✓ richiesta di partecipazione compilando in ogni sua parte il modulo allegato "Domanda di iscrizione Corsi Territoriali" o scaricabile dal sito federale al seguente link:

<http://www.federcanoa.it/home/documenti/modulistica/modulistica-corsi-di-formazione-territoriali/modulo-richiesta-ammissione-corsi-territoriali.html>

**(Nominare il file Cognome Nome ISC)**



**C.R. LOMBARDIA**  
Federazione Italiana Canoa Kayak

- ✓ Curriculum personale (Nominare il file Cognome Nome CV)
- ✓ Video di max 15" dove siano evidenti ingresso in canoa dal pontile, padronanza nella conduzione della canoa, uscita dalla canoa al pontile
- ✓ copia del bonifico bancario di € 200,00 versato sul C/C con IBAN IT43P010050339000000001278 con causale: Iscrizione CORSO ISTRUTTORE 2° Livello Lombardia Cognome e Nome. (Nominare il file Cognome Nome BON)
- ✓ Dichiarazione di accettazione del tutor per tirocinio (Nominare il file Cognome Nome del candidato\_TUTOR)
- ✓ Copia del diploma di Scuola Secondaria di secondo grado o autodichiarazione (<https://www.funzionepubblica.gov.it/articolo/dipartimento/07-04-2016/autocertificazione-del-titolo-di-studio>) (Nominare il file Cognome Nome DIP)

**La documentazione completa dovrà pervenire in originale alla prima lezione del corso**, con il parere della Società presentatrice (che esprimerà obbligatoriamente il proprio parere sul modulo)

- ✓ Il numero minimo per l'attivazione del corso è di 10 iscritti, in caso di mancato raggiungimento del numero minimo verrà restituita l'intera quota di partecipazione.
- ✓ La partecipazione al corso sarà subordinata al superamento di un esame di ammissione su una imbarcazione dell'indirizzo scelto.

### **Organizzazione del Corso**

- ✓ Il corso è organizzato dal Comitato Regionale LOMBARDIA F.I.C.K. secondo le indicazioni del Nuovo Piano di Formazione Nazionale predisposto dal Centri Studi e Formazione FICK, disponibile sul sito federale. la sede del corso sarà comunicata entro il 14 Ottobre
- ✓ **Il corso si svolgerà in presenza nelle seguenti date: 22-23 e 29-30 Ottobre 2022**
- ✓ La frequenza alle lezioni frontali è obbligatoria (sono ammesse assenze per il max 25% solo per gravi e giustificati motivi)
- ✓ Il corso ha la durata di 120 ore totali di cui 30 ore di lezioni frontali (4 dedicate all'esame finale) suddivise in 5 moduli oltre all'esame finale.
- ✓ **L'esame finale si svolgerà il giorno 29/11/2022**
- ✓ Il corso prevede delle parti pratiche in acqua e pertanto sarà obbligatorio avere sempre con se l'attrezzatura idonea.



**C.R. LOMBARDIA**  
Federazione Italiana Canoa Kayak

## Elementi del Corso

LEZIONI FRONTALI	<b>2 ore</b> Presentazione del corso Definizione tirocinio e tutor Codice di gara	30 ore
	<b>8 ore</b> (teorico-pratiche) La tecnica (elementi teorici e aspetti metodologici didattici con riferimento alle varie specialità (velocità, fluviale, canoa polo) compresa paraconoa	
	<b>8 ore</b> (teoriche) biologia dello sport Teoria dell'allenamento, paracanoa	
	<b>4 ore</b> Età evolutiva, sviluppo psico-fisico e motorio L'Allenamento giovanile <b>4 ore</b> Relazione e comunicazione Alimentazione <b>4 ore</b> Verifica e valutazione finale delle competenze	
AUTOFORMAZIONE ON-LINE	Studio Individuale e formazione online	50 ore
TIROCINIO	Lavoro in società sotto la guida di un allenatore tutor nell'indirizzo scelto	32 ore
LAVORO INDIVIDUALE	Stesura tesina su un argomento relativo all'indirizzo scelto (indicazioni sulla traccia della tesina verranno fornite durante la presentazione del corso)	8 ore

## Docenti

Il corso è coordinato dal Formatore Regionale sig. Ezio Caldognetto che si avvarrà della collaborazione di altri docenti formatori regionali, unitamente ad esperti della SDS CONI regionale e docenti nazionali FICK.

## Tirocinio

L'aspirante istruttore dovrà svolgere un tirocinio con tutor approvato dal CR Lombardia durante il quale dovranno esser sviluppate abilità di tipo pratico apprese durante le lezioni frontali. Il tirocinio dovrà essere svolto insieme ad un Allenatore e/o Istruttore qualificato ed iscritto all'Albo Federale 2021/2022 della FICK.

Pertanto, alla prima giornata del corso, il Formatore regionale valuterà il Tutor proposto, che dovrà esser scelto all'interno della propria società oppure, se la società ne è sprovvista, potrà esser scelto tra i tecnici delle società più vicine.

Il Formatore Regionale valuterà l'idoneità e le attività finali del Tutor indicato.



**C.R. LOMBARDIA**  
Federazione Italiana Canoa Kayak

Le domande presentate senza il pagamento della quota di iscrizione o non compilate correttamente o senza la dichiarazione di accettazione tutor NON saranno prese in considerazione.

*Si raccomanda di considerare la presente documentazione in ogni sua parte, con la massima attenzione, al fine di agevolare il lavoro comune verso l'obiettivo formativo.*

*Per eventuali delucidazioni, è possibile contattare*

**Anna Merlini,**  
**Responsabile Regionale della Formazione.**

[aemerlini@gmail.com](mailto:aemerlini@gmail.com) – 339.1978328

Milano, 07.09.2022

Il Segretario  
**Pierantonio Ghezzi**

Il Presidente  
**Maurizio Lenuzza**



**C.R. LOMBARDIA**  
Federazione Italiana Canoa Kayak

## PROGRAMMA GENERALE

<b>Sabato 22 Ottobre</b>	<b>9.00-13.00</b>	<b>ORE</b>	30 ore
Presentazione del corso - Definizione tirocinio e tutor	Maurizio. Lenuzza Anna Merlini	1	
Codice di gara	Gianni Milani	1	
Relazione e comunicazione	Docente CONI	2	
	<b>14.00-18.00</b>		
Età Evolutiva, sviluppo psico fisico motorio	Docente CONI	2	
Allenamento Giovanile	Ezio Caldognetto	2	
<b>Domenica 23 Ottobre</b>	<b>9.00-13.00</b>		
Acqua piatta e didattica in sicurezza (teoria e pratica)	Ezio Caldognetto	4	
	<b>14.00-18.00</b>		
Biologia dello sport	Docente CONI	2	
<b>Sabato 29 Ottobre</b>	<b>9.00-13.00</b>		
Tecnica Canoa Polo (teoria e pratica)	Ruggero Di Maria	2	
Tecnica acqua mossa discesa (teoria e pratica)	Luca Cardinali	2	
	<b>14.00-18.00</b>		
Tecnica acqua mossa slalom (teoria e pratica)	Emanuele Petromer	2	
Paracanoa	Emanuele Petromer	1	
Alimentazione	Docente CONI	1	
<b>Domenica 30 Ottobre</b>	<b>9.00-12.00</b>		
Età evolutiva, sviluppo psicofisico e motorio	Docente CONI	2	
Teoria allenamento	Docente CONI	2	
<b>Sabato 29 Novembre</b>	<b>ESAME</b>	4	



**C.R. LOMBARDIA**  
Federazione Italiana Canoa Kayak

## AII.1 DICHIARAZIONE TUTOR

**Spett.le**

**Comitato Regionale Lombardia**

**Federazione Italiana Canoa Kayak**

**Via GB Piranesi, 46 20137 MILANO**

**Il**

**sottoscritto.....**

.....

**Qualifica            Tecnica.....tessera            FICK**  
**n°.....**

### DICHIARA

**Di accettare l'incarico di TUTOR dell'aspirante "Istruttore di Canoa 2° Livello"**

.....

.....

**Iscritto al corso per l'anno 2022 e di conoscere e svolgere il programma previsto della "Guida alla formazione dei tecnici per le attività federali" della Federazione Italiana Canoa Kayak.**

**In fede**

**Luogo e data.....**

**Il tecnico.....**



**C.R. LOMBARDIA**  
Federazione Italiana Canoa Kayak

## AII. 2 SCHEDA DI CERTIFICAZIONE DELLE ABILITÀ

PER ASPIRANTE ISTRUTTORE AGONISTICO disciplina: \_\_\_\_\_

NOME CANDIDATO.....

### ABILITA'

- Sa presentare e costruire con azioni adeguate nell'atleta gli elementi della tecnica
- Sa operare sui parametri della tecnica relativi all'avanzamento e al controllo della canoa
- Sa assegnare e adattare barca e pagaia alle esigenze tecniche dell'atleta
- Sa organizzare, differenziando, i percorsi didattici in relazione alle esigenze e alla situazione del singolo e del gruppo.

### IL MODELLO DI PRESTAZIONE E L'ALLENAMENTO GIOVANILE

- Saper organizzare e gestire i diversi modelli di allenamento in relazione agli obiettivi programmatici
- Saper organizzare e gestire i test di verifica riferiti alle varie capacità e agli elementi della prestazione
- Saper organizzare e gestire le sedute di allenamento (situazione didattica) in modo conforme all'età degli atleti e alla loro motivazione.

### L'ETÀ EVOLUTIVA E IL PROCESSO DI MATURAZIONE

- Saper scegliere gli obiettivi ed organizzare le attività in relazione alle tappe dello sviluppo, ai bisogni ed alle motivazioni proprie di ciascuna età
- Saper variare e utilizzare diversi mezzi di allenamento all'interno di modalità ludiche
- Saper gestire con gradualità e progressività il passaggio dal gioco alle prime forme di agonismo.

### RELAZIONE E COMUNICAZIONE

- Saper stabilire e gestire modelli relazionali e di comunicazione positivi ed efficaci in relazione ai rapporti con i singoli e con il gruppo
- Saper stabilire e gestire i rapporti con atleti, famiglia e all'interno della società sportiva.

### PREVENZIONE E IGIENE ALIMENTARE

- Saper utilizzare esercitazioni non dannose in relazione alle eventuali alterazioni presenti negli atleti
- Saper valorizzare gli aspetti motori dello sport canoistico quali elementi preventivi e curativi di eventuali alterazioni morfologiche e funzionali presenti nei giovani atleti
- Saper indicare e consigliare corrette abitudini alimentari, anche in funzione della pratica sportiva, instaurando rapporti con le famiglie
- Valorizzare l'opera del medico sociale.

### GLI ELEMENTI DELLA SICUREZZA IN CANOA

- Organizza e sa applicare gli elementi di prevenzione per la pratica della canoa in sicurezza relativamente alle varie specialità
- 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

